

MAPPATURA DELLE STRATEGIE DI STUDIO PER IL CONSOLIDAMENTO DEI CONTENUTI NELLA MEMORIA A LUNGO TERMINE



APPRENDIMENTO EFFICACE E DURATURO

ATTRAVERSO

STRATEGIE DI CONSOLIDAMENTO DEI CONTENUTI



FOCUS SU



TEMPO E DISTRAZIONI

Strategie di pianificazione
e organizzazione del tempo
di studio e di gestione delle
fonti di distrazione

Ad esempio:

- SPACING
- INTERLEAVING
- MATRICE DI EISENHOWER
- METODO ABC
- TIME BLOCKING
- "INFORM, NEGOTIATE, CALLBACK"
- METODO DEL "POMODORO"
- GAMIFICATION
- (...)



ELABORAZIONE

Strategie di elaborazione
dei contenuti per una
comprensione più profonda

Ad esempio:

- INTERROGATIVI ELABORATIVI
- ESEMPI CONCRETI
- AUTO SPIEGAZIONI
- DOPPIA CODIFICA
- SCHEMI VISIVI
- "THINK ALOUD"
- (...)



RETRIEVAL

Strategie di richiamo
attivo "da zero" dei
contenuti dalla memoria

Ad esempio:

- APPUNTI ATTIVI:
 - METODO CORNELL
 - METODO OUTLINE
 - CHARTING METHOD
 - (...)
- MAPPE CONCETTUALI
- FLASHCARDS
- FORMULARI
- TEST
- SKETCHING
- TECNICA FEYNMAN
- SQ3R
- (...)



IL MIX DELLE DIVERSE STRATEGIE PRODUCE
UN APPRENDIMENTO PIÙ EFFICACE E DURATURO