

REGOLE PER LO STUDIO AUTONOMO DA CASA

A tutti gli studenti e ai genitori.

Le nuove giustificate restrizioni legate a Coronavirus creano una situazione insolita per la quale gli allievi delle scuole post-obbligo (non si esclude possano arrivare comunicazioni anche relative alle scuole dell'obbligo) debbano assumersi maggiori responsabilità nella gestione del percorso di formazione.

È fondamentale impostare in modo rigoroso lo studio da casa per evitare che cattive abitudini possano compromettere ulteriormente una situazione già estremamente difficile. Ricordo che al momento NON sono previste modifiche per gli obiettivi di fine anno; si raccomanda quindi di prendere in considerazione questo aspetto evitando di considerare le prossime settimane come dei momenti di vacanza.

Agli studenti raccomando di adottare semplici abitudini per strutturare in modo efficiente il lavoro autonomo.

Nello specifico suggerisco quanto segue:

- Mantenere ritmi scolastici durante la giornata senza modificare l'orario della sveglia e approfittare anche delle attuali ore di luce lasciando le tapparelle alzate in modo da essere svegliati attorno alle 07.00 dalla luce del sole.
- Fare colazione e pranzare normalmente in cucina e non sul luogo di studio.
- Prepararsi regolarmente, evitando di rimanere in pigiama, come se doveste recarvi alle lezioni.
- Selezionare un luogo tranquillo e lontano da distrazioni dirette e indirette per lavorare in modo ottimale.
- Stabilire degli obiettivi quotidiani da perseguire con disciplina e determinazione.
- Chiedere indicazioni ai propri docenti nel caso si avesse l'impressione di "non avere nulla da fare".
- Evitare di studiare nello stesso locale con fratelli e/o sorelle e non disturbare questi ultimi durante le vostre pause al fine di ricevere la stessa forma di rispetto quando dovrete mantenere la concentrazione.
- Curare in modo rigoroso il metodo di studio utilizzando tutti gli strumenti spiegati per i riassunti ricordando che probabilmente quando riprenderanno le lezioni ci saranno numerose verifiche da recuperare in poco tempo. Questo porrà ogni studente nella condizione di dover ripassare molti argomenti contemporaneamente.
- Collaborare a distanza nella misura in cui avvenga uno scambio di informazioni utili evitando RIGOROSAMENTE distrazioni o perdite di tempo al telefono.
- Evitare di fare pause davanti a TV/TABLET/COMPUTER/CELLULARE : ogni schermo stanca ulteriormente gli occhi ostacolando di conseguenza la qualità delle successive ore di studio.

- Mantenere ritmi idonei. Si suggeriscono sessioni di 40/50 minuti di studio seguite da 10 minuti di pausa. È raccomandabile svolgere le pause all'aria aperta (giardino di casa, terrazzo,...) evitando luoghi pubblici.
- Mantenere ordine nella postazione di lavoro. Sarebbe ideale avere una scrivania completamente sgombra tenendo a portata di mano il necessario per scrivere e selezionando solo il materiale della tematica che state studiando.
- Non limitarsi semplicemente a leggere ed evidenziare. Fate riassunti e autovalutate il vostro grado di apprendimento scrivendo su un foglio bianco tutto ciò che ricordate dell'argomento o facendovi interrogare.

In questo momento difficile avete l' occasione di dimostrare responsabilità e maturità dando il vostro contributo per alleggerire a parenti ed istituzioni il difficile compito di coordinare le misure necessarie a superare questa crisi globale.

Restando a disposizione per qualsiasi richiesta vi saluto cordialmente.

n.carbonetti@gmail.com

Nicola Carbonetti

