



Programma
Workshop Academy



Programma Workshop Academy

Attività del I° Quadrimestre

START! - Sabato dalle 10.00 alle 18.00

“Studia meglio, con più profitto e più velocemente: tecniche di memoria e di ripasso rapido”

- l'importanza del metodo di studio: dall'efficienza all'efficacia
- creare il giusto ambiente di studio
- il legame corpo-mente: come massimizzare lo studio
- prendere appunti con il metodo Cornell
- utilizzare le mappe mentali
- studiare, ripassare e ricordare: tempi e modi
- come funziona la memoria
- apprendere: cosa conta veramente
- gestire il tempo, l'unico elemento che non possiamo controllare
- tecniche di memoria di base: ricordare 20 parole in 3 minuti senza sforzo
- tecniche di memoria di base: i loci Ciceroniani
- il segreto per fare la differenza nello studio: l'atteggiamento

MEMORY - Sabato dalle 9.30 alle 18.00

“Tecniche di memoria avanzate: metti il turbo allo studio: conversione fonetica e schedari mentali”

- la conversione fonetica di Leibniz
- creazione dello schedario mentale
- apprendimento rapido: mettere il turbo allo studio
- esempi e pratica: memorizzare formule
- esempi e pratica: lingue straniere
- esempi e pratica: ricordare nomi e date

TRAIN THE BRAIN - Da programmare secondo gruppi di training

“Laboratorio pratico per il potenziamento delle Mnemotecniche ”

- Lavori ed esercizi pratici in gruppo per fissare e potenziare le tecniche apprese

Note

Durante le giornate di formazione, verranno illustrati e fatti sperimentare degli strumenti pratici da poter utilizzare sin da subito per poter studiare in minor tempo e con maggior profitto.

Si richiede puntualità e si invitano gli studenti a presentarsi con 10 di minuti di anticipo rispetto all'orario indicato. E' sempre consigliato portare con se penne e quaderno per i propri appunti.