



Studiare con metodo



ORGANIZZARE LO STUDIO



LO STUDIO PRODUTTIVO

SAI STUDIARE SENZA PERDERE TEMPO?

Ti piacerebbe aver dei buoni risultati a scuola senza dedicare allo studio troppo tempo? Allora leggi come si fa e verifica se nel tuo modo di studiare c'è qualche errore: indica con una crocetta l'affermazione in cui ti riconosci.

PER STUDIARE IN MODO PRODUTTIVO

1. Bisogna isolarsi

Si può studiare nella propria camera, nel soggiorno, in cucina, nella camera da letto dei genitori: l'importante è stare lontano dalle persone che si occupano di altre faccende che non siano lo studio.

Io dove studio?

- ☐ Studio in una camera in cui, mentre studio, non entra nessuno
- ☐ Studio in una camera dove studia anche mio fratello o mia sorella
- ☐ Studio in soggiorno (o in cucina) dove in genere ci sono anche altre persone che fanno altro
- ☐ Studio cambiando sempre posto

2. Bisogna stare seduti ad un tavolo

Non è vero che si può studiare bene coricati, sdraiati, accovacciati ... Chi lo sostiene forse non ha mai sperimentato che, seduto ad un tavolo, studierebbe molto più in fretta e con maggior concentrazione. E poi studiare vuol anche dire sottolineare, fare schemi, prendere appunti: come si fanno tutte queste cose se non si è seduti ad un tavolo?

Io in che posizione studio?



- ☐ Studio sempre seduto al tavolo
- ☐ Studio cambiando spesso posizione: un po' al tavolo, un po' sul letto, un po' sul tappeto ...
- ☐ Quando non devo scrivere studio quasi sempre coricato o sdraiato



3. Bisogna stare in un ambiente silenzioso

Se, mentre studi, qualcuno chiacchiera vicino a te, le sue parole impediscono la tua concentrazione; entrando nella tua memoria, indeboliscono le tue possibilità di ricordare la lezione. Quando studi, perfino la musica impegna un po' il tuo cervello e sottrae parte della tua attenzione, anche se non te ne rendi conto. Con la musica si possono svolgere certi tipi di compiti come il disegno, ma negli altri casi essa è certamente un elemento di disturbo che rallenta il lavoro.

Io studio nel rumore o nel silenzio?

- ☐ Studio sempre in un ambiente silenzioso
- ☐ Qualche volta, quando i compiti o le lezioni esigono minor concentrazione, lavoro con la TV accesa o con la musica
- ☐ Studio sempre con la TV accesa con la musica
- ☐ Quando studio sono spesso disturbato da persone che chiacchierano
- ☐ Quando studio sono sempre disturbato da persone che chiacchierano o da altri rumori



4. **Bisogna avere a portata di mano tutte le cose che servono**

Prima di incominciare a studiare dovresti preoccuparti di sistemare sul tavolo tutto ciò che può servirti: il vocabolario, i libri di testo, i quaderni, l'occorrente per scrivere ... e anche un bicchiere d'acqua, se

sai di averne bisogno. Bisogna evitare di alzarsi continuamente per andare a prendere qualcosa: ogni interruzione rallenta il lavoro, fa perdere il filo del discorso e la concentrazione.



Io, quando studio, mi alzo dal tavolo

- ☐ Solo per fare le pause che ritengo necessarie
- ☐ Ogni tanto, quando devo alzarmi per prendere qualcosa che mi serve
- ☐ Continuamente, perché mi manca sempre qualcosa
- ☐

5. **Bisogna alternare momenti di concentrazione a momenti di pausa**

Per studiare senza perdere tempo devi allenare la tua capacità di concentrazione. Se, studiando, ti accorgi di sbadigliare, di pensare ad altro, di aver desiderio di bere o di mangiare, di sentire il bisogno di far due chiacchiere con qualcuno ... allora vuol dire che stai perdendo la concentrazione e devi chiederti perché ti capita. Può darsi che ti succeda perché non sei abbastanza motivato allo studio. Per esempio non sai a che cosa serva studiare una certa lezione, non ti interessa per nulla l'argomento che stai studiando ... : in questo caso, rinforza la tua volontà dicendoti: —se mi concentro, studio più in fretta e guadagno del tempo libero in cui fare altre cose!.

Può anche darsi, però, che tu stia perdendo la concentrazione perché stai superando i tuoi limiti personali. Infatti la capacità di concentrarsi è limitata per tutti: la massima concentrazione può durare solo dai 20 ai 40 minuti; trascorsa questa porzione di tempo, è indispensabile una pausa. Può anche capitare che tu perda la concentrazione per colpa degli altri: per esempio che



tu debba rispondere spesso al telefono, che tu venga interpellato di frequente dai tuoi familiari ...

In questi casi esercita con forza il tuo diritto allo studio: in genere, se i familiari di un ragazzo si accorgono che sta studiando sul serio, esaudiscono la sua richiesta di non essere disturbato. Quanto al telefono, poi, metti delle regole: puoi chiedere ai tuoi compagni di non telefonarti prima di una certa ora, puoi chiedere di non passarti le telefonate, puoi organizzare tutte le telefonate prima di incominciare a studiare ... Misura la tua capacità di concentrazione e poi organizza delle pause (non più di 10 minuti), nelle quali devi riposare la mente pensando a qualcosa che non abbia nulla in comune con quello che stai studiando. Tieni d'occhio l'orologio per osservare per quanti minuti riesci ad applicarti, nello svolgimento di un esercizio o nello studio di una lezione, senza pensare ad altro, senza muoverti, senza sbadigliare; poi, un po' per volta, cerca di allungare i tuoi tempi di concentrazione.

Io riesco a concentrarmi in media per

- ☐ 40 minuti
- ☐ 30 minuti
- ☐ 20 minuti
- ☐ 10 minuti (o meno ancora)

organizzare le idee

LA FORMAZIONE DEI CONCETTI

Che cosa sono i concetti

Se vuoi imparare a studiare bene, devi prima di tutto imparare ad organizzare le idee. Infatti, tutto ciò che ti chiedono i professori a scuola (leggere, capire, ricordare, risolvere i problemi, ascoltare, esporre, scrivere, ...) richiede la capacità di organizzare le idee, cioè i concetti. I concetti sono le immagini che si creano nella nostra mente quando pensiamo a qualcosa. I concetti riassumono in sé le caratteristiche costanti che osserviamo con regolarità in tutto quello che ci circonda o di cui veniamo a conoscenza attraverso le letture, i racconti degli altri, le immagini, i film ... I concetti, dunque, nascono dall'esperienza. Chi fa esperienze diverse



dalle nostre, concepisce concetti diversi: per questo, talvolta, le persone hanno difficoltà a capirsi, anche se parlano la stessa lingua. Ogni concetto ha un nome.



1. COMPLETA

Completa il concetto di albero scrivendo le caratteristiche comuni a tutti gli alberi.

CONCETTO DI ALBERO

- un albero è una pianta
- ha _____
- ha _____
- ha _____
- ha _____
- ha _____
- ha _____

QUERCIA



radici
tronco: – forte e massiccio alto fino a 40 metri con abbondante corteccia
rami/chioma: – grosse ramificazioni e folta chioma
foglie: – lobate
fiore: – in amenti o in spighe qualche volta sempreverdi
frutti: – commestibili per gli animali (ghlande)

MELO



radici
tronco: – corto, con corteccia bruno-cinerea
rami/chioma: – chioma a emisfero o a ombrello
foglie: – ovali – dentate
fiore: – bianchi o rosei
frutti: – commestibili (pomo)

CIPRESSO



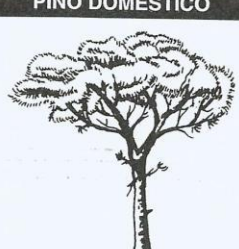
radici
tronco: – alto slanciato, sveltante – alto fino a 40 metri – legno rosso e odoroso
rami/chioma: – rami cilindrici – chioma conica
foglie: – piccole, lesiniformi – sempreverdi
fiore: – monoici
frutti: – a cono

PIOPPO



radici
tronco: – slanciato alto fino a 30 metri
rami/chioma: – cilindrici o poligonali (il legno serve per fabbricare la carta)
foglie: – picciolate – espanse
fiore: – a spiga pendente
frutti: – a capsula

PINO DOMESTICO



radici
tronco: – alto fino a 25 metri
rami/chioma: – chioma ad ombrello
foglie: – aghiformi riunite in fascetti di due
fiore: – di colore arancio, giallo, scarlatta, verdi o violacei
frutti: – ovali – rotondi

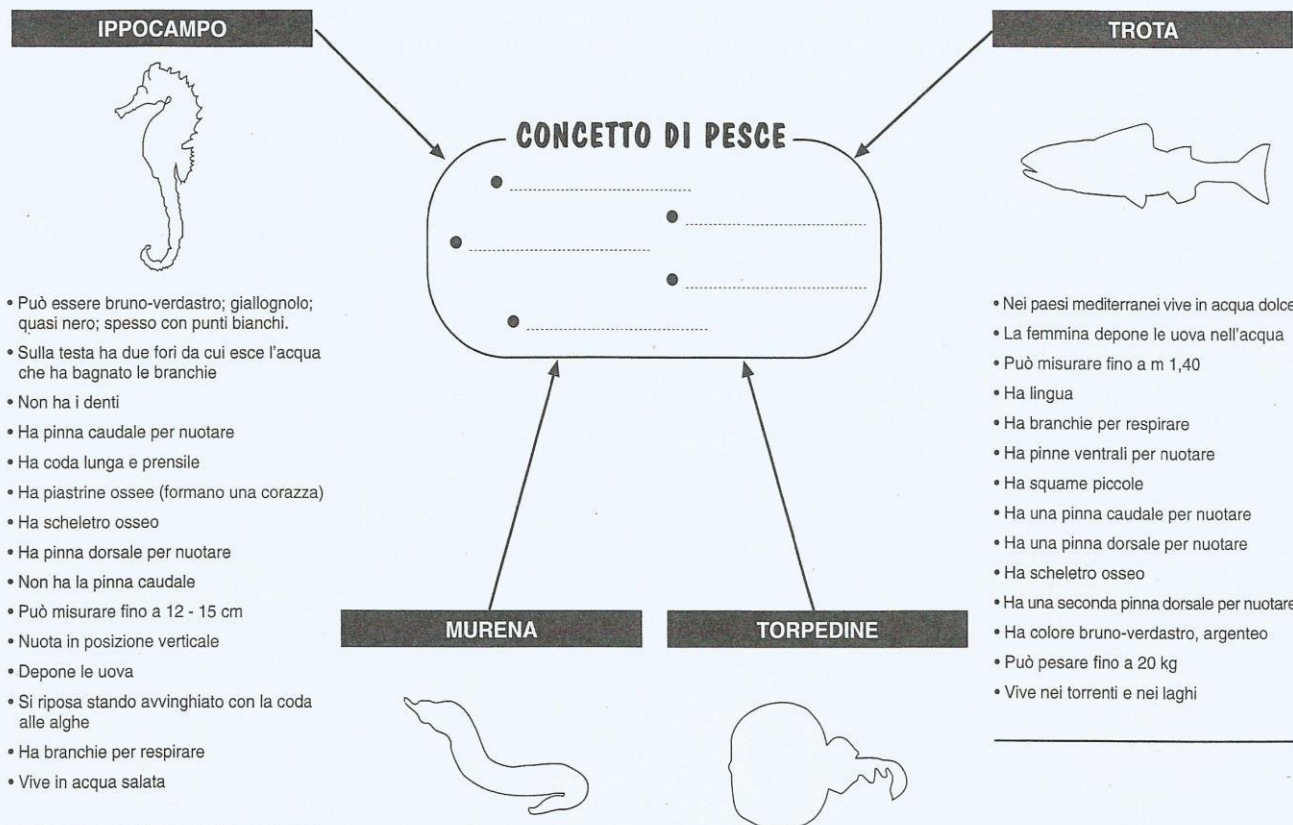


1. QUALE CONCETTO?

a – Osserva i disegni e leggi le informazioni

b – Scopri le caratteristiche che si ripetono con regolarità in tutti e quattro i pesci disegnati e contrassegna ciascuna di esse con lo stesso colore. (Attento: le caratteristiche sono elencate in modo disordinato!)

c – Poi completa elencando le caratteristiche comuni.



2. IMITA L'ESEMPIO (Lavora su un foglio)

Imita l'esercizio n° 2.

Disegna 4 tipi di calzature diverse (uno stivale, un mocassino, una ciabatta ...) ed elenca le loro caratteristiche. Infine trascrivi le caratteristiche comuni per costruire il concetto di CALZATURA.



organizzare le idee

L' ORDINE DEI CONCETTI

Ogni giorno, nella tua mente, si formano dei concetti nuovi, e ogni giorno si trasformano dei concetti che hai elaborato nel passato. Questi nuovi concetti, o nuove idee, arricchiscono la tua persona e sviluppano le tue capacità solo a una condizione: che tu li —digeriscall. Proprio come un boccone di cibo che serve alla salute solo se i suoi elementi nutritivi —vanno a sistemarsi nel posto giustoll, un concetto nella tua mente deve essere rielaborato, e —sistemato nel posto giustoll: deve entrare nella classe giusta di concetti e deve collegarsi con concetti che già ci sono, per portare loro un nuovo —nutrimentoll. Per questo è indispensabile imparare a mettere ordine fra i concetti.

I CONCETTI CHIAVE

Se vuoi capire i discorsi dei tuoi insegnanti, o quelli dei tuoi libri di testo, devi essere in grado di fare ordine fra i concetti e di riconoscere velocemente i più importanti.

I concetti più importanti sono espressi da parole, o da gruppi di parole, che si chiamano parole-chiave.

Le parole-chiave permettono di —entrarell in un discorso e di scoprire i suoi significati fondamentali.

SCHEMATIZZARE I CONCETTI

È importante collocare le parole o le frasi evidenziate in schemi, per:

- visualizzare (e quindi memorizzare meglio)
- evidenziare i legami che ci sono tra le informazioni

Gli schemi sono contenitori e organizzatori di informazioni, per facilitare lo studio e il ricordo delle informazioni complesse.

Criteri generali per schematizzare

- Essere sintetici
- Organizzare in maniera logica le informazioni
- Collocare spazialmente le informazioni essenziali, in modo da sfruttare la memoria visiva
- Non essere troppo complessi



Quando si usano gli schemi?

- Prima dello studio: per riattivare le conoscenze
- Durante lo studio: per organizzare sinteticamente le informazioni
- Dopo aver studiato: per memorizzare, rielaborare sinteticamente e ripassare
Cosa schematizzare?
- Solo i dati e i concetti essenziali facendo attenzione alle relazioni tra essi
- Si deve schematizzare ciò che si è sottolineato in precedenza e quindi già scelto come importante.

Come schematizzare?

- In modo semplice, chiaro, efficace
- Procedendo da sinistra verso destra con ramificazioni semplici o a biforcazione; prevalentemente in senso orizzontale
- Collocando l'idea principale al centro del foglio
- Indicando il percorso, la direzione, il raccordo dei concetti con linee e/o frecce di collegamento

Tipi di schemi

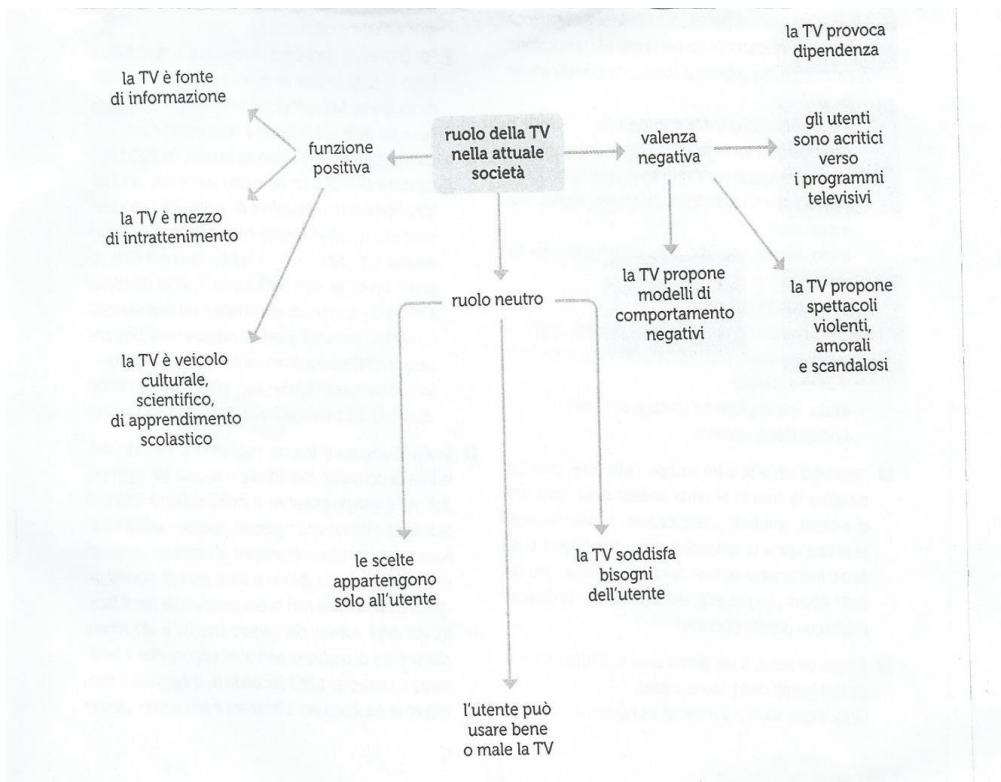
- **Schema "elenco o lista.** È il modo più semplice per riassumere nel caso di informazioni e concetti in chiara relazione gerarchica o sequenziale.
- **Schema a raggiera.** Si pone al centro il concetto più importante e ad esso si collegano le altre parole chiave usando le frecce come indicatori.
- **Schema ad albero.** Può servire per rappresentare un concetto principale complesso suddivisibile in sottoconcetti. Si visualizza la —ramificazione delle idee.
- **Schema a tabella.** A righe e colonne, per collocare informazioni strutturate ed evidenziarne analogie e differenze.
- **Mappa concettuale.** Rappresentazione grafica nella quale i concetti sono collegati fra loro, in modo da evidenziare le relazioni.



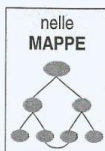
MAPPE E SCHEMI

ESERCITAZIONI

Produrre il testo: dalla mappa al testo. Analizza il ruolo della televisione nella società moderna: scrivi un breve componimento rielaborando i concetti in mappa.



COME SI COSTRUISCONO?



– si sistemano **solo i concetti o le frasi-chiave**.

– un concetto può “nascere” da più concetti, cioè può essere collegato a due o più concetti che lo precedono.

– quasi sempre, uno stesso concetto può essere collocato in **posizioni diverse**, può essere scritto prima di altri concetti o dopo: se i collegamenti sono significativi, la mappa è sempre valida.
Non esiste una mappa giusta o sbagliata: giusti o sbagliati possono essere solo i collegamenti che si fanno fra i suoi concetti.



– si sistemano **solo i concetti o le frasi-chiave**.

– un concetto può “nascere” **solo da un concetto**, cioè può essere collegato solo ad un altro concetto che lo precede.

– un concetto ha una sua **posizione gerarchica** che non può cambiare; se compare in una posizione gerarchica diversa, lo schema è sbagliato.

A CHE COSA SERVONO?



– **verificare la comprensione**.
Dopo aver studiato una lezione o aver ascoltato una spiegazione, fare una mappa è molto utile per verificare se si sono capiti tutti i passaggi.
Alla fine del lavoro si ottiene una rappresentazione grafica che aiuta a tenere sotto controllo tutti i concetti ma che, essendo in genere molto complessa, *non può essere ricordata a memoria*.

– **produrre idee**.
Quando si costruisce una mappa si esercitano capacità creative: si possono scoprire o inventare dei legami nuovi fra i concetti; si possono scoprire o inventare concetti sempre nuovi da collegare.
La mappa, perciò, è molto utile in tutti quei casi in cui si vogliono trovare nuove idee: *per prepararsi a svolgere un tema, a tenere un discorso, a fare un disegno ...*



– **verificare la comprensione**.
Dopo aver studiato una lezione o aver ascoltato una spiegazione, fare uno schema ad albero è molto utile per verificare se si sono capiti tutti i passaggi e, soprattutto, se si è capito quali e quanti concetti possono “nascere” da uno solo.

– **ricordare**.
Quando si fa uno schema ad albero non troppo complesso si ottiene una rappresentazione grafica che può anche essere ricordata a memoria, (per esempio per preparare le interrogazioni).



Rielaborare il testo: dal testo alla mappa.

1. In Mesopotamia le prime forme di scrittura

Intorno al 5000 a.C., mentre l'Egitto si attardava in una fase preistorica, tra i fiumi Tigri ed Eufrate, nella Mesopotamia meridionale — nella regione corrispondente all'attuale Iraq sudorientale — si stabilirono i Sumeri, popolo la cui provenienza ci è ignota; a essi si attribuisce l'invenzione della scrittura.

Per avere un'idea della portata rivoluzionaria di questa invenzione basti pensare che la maggior parte delle lingue parlate nel mondo, in un passato neppure tanto remoto, non sono mai state scritte, e che la scrittura è il prodotto diretto soltanto di ben determinate civiltà: quelle urbane. Le città egizie, quelle dell'Indo e quelle del Fiume Giallo fino alle lontane città maya, tutte ebbero la scrittura.

Quella sumerica era una civiltà già pienamente urbana, organizzata in piccole città-stato ognuna con un potere fortemente centralizzato; fonti di sostentamento, la coltivazione di cereali e l'allevamento di bestiame, soprattutto ovino.

Regione povera di materie prime, la Mesopotamia aveva come unica ricchezza l'argilla, presente ovunque. Assieme all'acqua, sfruttata con canali artificiali per l'irrigazione, l'argilla costituì la base della ricchezza agricola e, insieme, il materiale essenziale della vita quotidiana per le costruzioni, il vasellame e pure come supporto della scrittura. Già dal VI millennio le prime comunità mesopotamiche avevano scoperto l'argilla come mezzo di espressione; lo dimostrano le ceramiche dipinte portate alla luce dagli archeologi. L'argilla essiccata al sole o cotta nelle fornaci giocò, infine, un ruolo decisivo nella nascita della scrittura.

Alla scrittura si arrivò per motivi essenzialmente economici; i prodotti della terra venivano messi in circolazione e gran parte di essi finiva come tributo al dio della città. Ecco, quindi, sorgere la necessità di un sistema di controllo e di contabilità, che fu gestito dalla potente casta dei sacerdoti. Non si veda però, in queste esigenze amministrative, la banalizzazione di una delle più grandi creazioni dell'uomo. I primi scribi sumerici avevano ben chiaro in mente il problema del trasferimento del pensiero nella nuova dimensione dello scritto, e del conseguente mutamento radicale del messaggio trasmesso che, persa ogni discrezionalità, acquistava chiarezza e durata. [...]

Le prime testimonianze di scrittura sono le cosiddette tavolette provenienti dalla città di Uruk e datate intorno al 3300 a.C.: piccoli pani d'argilla, di forma approssimativamente rettangolare, dalla superficie convessa, che recano incise immagini molto semplificate di animali,



utensili, piante, chiamate pittogrammi, e segni astratti molto più numerosi, interpretati come numeri.

L'uso dei pittogrammi costituì il primo tentativo sistematico di fissare il linguaggio, ma aveva ancora importanti limiti; in questo modo, infatti, era possibile rappresentare oggetti concreti, ma non rendere l'articolazione della frase. [...] Nel giro di trecento anni, però, si compì, in parte, il passo successivo: alcuni segni, di forma sempre più astratta (scrittura cuneiforme), passarono a indicare non oggetti ma suoni, rendendo così possibile esprimere le relazioni tra le parole. [...]

Il sumerico non raggiunse mai lo stadio finale della scrittura, cioè la creazione di un alfabeto, con l'elaborazione di segni distinti per ogni suono.

da G. Giovannini, *Dalla selve al silicio. Storia della comunicazione e dei mass media*, Scheiwiller, Milano

ESERCIZI:

1. Leggi il brano e ricava le idee fondamentali
2. Ora costruisci uno schema grafico o una mappa concettuale per far vedere le idee fondamentali che hai trovato e i collegamenti che sai fare tra di esse.

2. Obiettivo benvivere

Benessere è una bella parola. Fa riferimento all'essere in tutte le sue dimensioni. Ma significa anche *esistere*, da cui deriva *esistenza*, parola che ha assunto anche il significato di condizione di vita inteso come livello di reddito. Per esempio sono abituali le espressioni *esistenza agiata*, *esistenza grama*. Sotto l'influsso mercantile l'attenzione si è concentrata sull'agiata e oggi il termine benessere è diventato sinonimo di *benavere*. Così una bella parola è stata storpiata da interessi economici. Senza speranza. Quindi, dopo secoli di uso improprio, è impensabile farle recuperare il suo significato originario, per evitare equivoci è meglio sostituirla con un altro vocabolo. I popoli indigeni dell'America latina ce l'hanno ed è ancora più bello perché non prende come riferimento l'individuo, ma la vita. Si tratta della parola *benvivere* che il popolo boliviano ha addirittura inserito fra i propri principi costituzionali. Ci sono delle parole che rappresentano un mondo, che racchiudono la filosofia di un popolo, la sua visione del mondo, i suoi valori. In lingua aymara, il popolo delle Ande indica il —benviverell con la parola *sumaqamana*. In questo caso il vocabolo in ha un ampio significato: vivere, dimorare, ma anche accogliere, perché la vita è accoglienza. Dunque vivere *completamente*, non soltanto nel senso fisico del cuore che batte e dei polmoni che respirano, ma vivere nel senso umano, sociale,



ambientale, relazionale, come rapporto con sé, relazione con gli altri, interazione col creato. (...) la visione solidaristica contrapposta a quella individualista. La visione del dono contrapposta a quella del mercato. La visione del valore sociale contrapposta a quella del denaro. Due pianeti distanti anni luce che devono incontrarsi per il bene dell'umanità. Da un punto di vista individuale il benvivere è una situazione in cui sono certamente garantite le condizioni che attengono al piano dei diritti, della qualità della vita e dell'ambiente come disponibilità di verde e servizi, qualità dell'aria e dell'acqua, alloggio, alimentazione, ma anche istruzione garantita, opportunità di aggregazione sociale e politica, libertà religiosa, sono alcuni diritti imprescindibili del benvivere che chiamano in causa la sfera economica, sociale e politica. Ecco la domanda di fondo, quella che sta in cima alle nostre preoccupazioni: è possibile ridurre il consumo di acqua, minerali, petrolio, senza compromettere il benvivere? La risposta è che non solo è possibile ma addirittura necessario. Ci sono ambiti in cui la qualità della vita non dipende dalla disponibilità di risorse, ma dalle formule organizzative. Per benvivere in una città serve verde, centri storici chiusi al traffico, trasporti pubblici adeguati, piccoli negozi diffusi, punti di aggregazione. Per beneabitare servono piccoli condomini con spazi e servizi comuni che favoriscono l'incontro. Per benlavorare servono piccole attività diffuse sul territorio per evitare il pendolarismo e favorire la partecipazione. Per ben relazionarsi servono tempi di lavoro ridotti, momenti senza televisione, tranquillità economica, per favorire il dialogo e la distensione familiare. Tutto ciò non richiede barili di petrolio, ma scelte politiche. Ci sono altri ambiti, e sono quelli connessi alla qualità dell'ambiente, in cui è addirittura necessario ridurre i barili di petrolio e utilizzare in modo sostanziale fonti energetiche che non provengano da combustibili fossili. Dobbiamo adottare la sobrietà, termine oramai in disuso, per soddisfare i nostri bisogni riducendo al minimo le risorse e la produzione di rifiuti.

da C. Gesualdi, *L'altra via*, Terredimezzo, Milano, 2009

ESERCIZI:

1. Il brano che hai letto non è suddiviso in paragrafi (come sai, ogni paragrafo costituisce un'unità di lettura poiché presenta un'idea e il suo sviluppo). Lavora come segue: separa con una barra i paragrafi, sottolinea in ciascun paragrafo la parola-chiave, riporta in una mappa riassuntiva i concetti chiave che estrapolerai dai paragrafi.

Schema ad albero. Dopo aver letto i brani sintetizza le frasi chiave di ogni capoverso in uno schema "ad albero".



1. I gladiatori

Della rivoluzione dei costumi provocata dal contatto con la civiltà greca e orientale si può cogliere un sintomo ben appariscente nel modificarsi del tipo di divertimento e di festa che con il II secolo a.C. comincia a prevalere presso i Romani. Non più l'innocente giuoco della palla né il predominante carattere agreste della festa legata al culto di una divinità dei campi o dei prodotti agricoli; continuano sì gli antichi spettacoli scenici, le rappresentazioni comiche, ma il *non plus ultra* del divertimento il Romano ormai lo trova nei cruenti spettacoli che si svolgono nell'anfiteatro, la lotta cioè con le belve e il combattimento tra uomini.

Erano questi ultimi i *gladiatori*, dei condannati o dei prigionieri di guerra o anche degli uomini liberi che per bisogno di denaro o per un loro particolare gusto si davano al duro pericoloso mestiere.

La lotta infatti era all'ultimo sangue e il gladiatore vinto doveva essere ucciso dall'avversario a meno che il pubblico (i nostri odierni tifosi!) non avesse deciso che egli dovesse sopravvivere. Esistevano vere e proprie scuole per apprendere il mestiere del gladiatore.



I cruenti giochi dei gladiatori raffigurati in un mosaico romano di epoca repubblicana

I gladiatori si dividevano in varie categorie secondo l'armamento di cui disponevano: il primo a sorgere fu il cosiddetto gruppo —sannitaII, i cui membri combattevano a cavallo ed erano muniti di un'armatura pesante, costituita da un casco, un lungo scudo, uno schiniere alla gamba sinistra e una spada. Contro il sannita combatteva il —reziarioII, armato alla leggera ma temibile per il tridente e la rete con la quale cercava di avvolgere l'avversario. Vi erano poi il —tracell, protetto da un piccolo scudo rotondo, da un elmo e da due schinieri e armato di spada; infine il —mirmillonell o —galloll, chiamato così perché aveva un elmo della stessa foggia di quello dei Galli, che raffigurava un pesce. Per questo il reziario o il trace, quando combattevano contro il



mirmillone, usavano deridere l'avversario cantando questo ritornello: —Non cerco te, cerco un pesce, perché fuggi, o Gallo?||

da A. Saitta, *La memoria storica*, Palumbo, Palermo

2. L'inquinamento delle acque

Il mare è suo malgrado il ricettore finale di tutte le sostanze, di qualsiasi tipo, che l'uomo immette nell'ambiente. Il Mediterraneo, che come è noto, è un mare chiuso, è il ricettore delle attività di molti milioni di cittadini occidentali, medio-orientali e africani; è inoltre uno dei mari con la più alta densità di traffico marittimo (si pensi in particolare a molte rotte del petrolio che lo attraversano).

Purtroppo l'attenzione delle persone ai problemi dell'inquinamento rimane scarso, spesso si limita a episodi importanti ma parziali, come quelli che portano alla limitazione della balneazione nei luoghi delle vacanze o, per altro verso, ai pur gravissimi disastri dovuti agli incidenti che accadono alle petroliere.

È consolidata la convinzione che il mare, grazie alla sua vastità, sia in grado di diluire qualsiasi inquinamento. Questo è vero solo in parte: infatti, mentre spesso sono rilevabili in un fiume o in un lago o addirittura nelle acque di falda concentrazioni significative di inquinanti pericolosi, è invece raro rilevare concentrazioni significative di tali inquinanti nelle acque del mare (è forse più facile trovarle nei sedimenti o negli organismi). Data la sua alta capacità di diluizione (l'Adriatico ha comunque una capacità di diluizione molto più bassa del Tirreno), è ancora difficile trovare in mare aperto rilevanti concentrazioni di sostanze in grado di produrre effetti di tossicità acuta.

È però anche vero che un corpo idrico come un fiume ha una velocità di ricambio molto rapida (dopo una stagione in cui non è stato inquinato è già facile notare importanti segni di miglioramento). Il Mediterraneo ha una velocità di ricambio (con l'oceano) molto bassa e gli inquinanti che vi arrivano, specialmente se non sono biodegradabili, non possono che aumentare.

Un pubblico attento con qualche conoscenza di biologia sa, anche limitandosi a ragionare in termini solo antropocentrici e con un'ottica di breve periodo, che l'uomo è al vertice di una catena alimentare e quindi, per il noto effetto di bioconcentrazione, rischia comunque di assumere quantità rilevanti di inquinanti pericolosi.

Anche questo è però un ragionamento limitato, in quanto è necessario considerare l'importanza che ha il mediterraneo come ecosistema e che cosa comporterebbe il suo danneggiamento irreversibile per tutto ciò che ci sta intorno. Anche se non misuriamo ancora



effetti acuti abbiamo probabilmente già sotto gli occhi effetti cronici, che non siamo in grado di valutare per la loro vastità e gravità.

Testo tratto da *Imparare a studiare2*, Cornoldi, De Beni e Gruppo MT, Trento, Erickson



Sottolinea nel brano
le parole che indicano...

l'epoca/una causa

una parola da ricordare

concetti chiave

una parola da ricordare

una causa

un'informazione
importante

una conseguenza

una conseguenza

L' UOMO AGRICOLTORE E COLTIVATORE

Circa 10.000 anni fa il clima era molto migliorato: i ghiacciai si erano ritirati, la temperatura era più mite e ciò aveva permesso all'uomo di occupare territori prima disabitati.

Era l'inizio dell'età neolitica, durante la quale, sebbene molto gradualmente e in tempi diversi a seconda delle località, gli uomini passarono dalla raccolta di frutti spontanei e dalla caccia alla **coltivazione** delle piante e all'**addomesticamento** degli animali.

Come avvenne tutto ciò?

Nell'età paleolitica gli uomini avevano inventato diverse maniere per conservare il cibo. Il possedere queste riserve, sempre più abbondanti e sicure, permise all'uomo di vivere meno ansiosamente, di fermarsi più a lungo nello stesso luogo, di osservare quindi con più attenzione i mutamenti della natura: forse proprio dall'osservazione del germogliare spontaneo di alcuni vegetali, nacque in lui la volontà di riprodurre quel ciclo naturale.

Probabilmente le prime piante ad essere coltivate furono il frumento, l'orzo, il lino, i legumi.

La prima conseguenza di questa nuova attività dell'uomo fu la trasformazione della sua vita da nomade a **sedentaria**: i clan non erano più costretti a spostarsi di luogo in luogo alla frenetica ricerca della selvaggina, ma dovevano anzi trovare una sede fissa adatta alla semina e alla raccolta dei frutti.

Quando l'uomo cessò di essere nomade, sviluppò un'attività collaterale all'agricoltura e più vantaggiosa della caccia: l'**addomesticamento** e l'allevamento degli animali.

Con lo sviluppo dell'agricoltura, le **guerre** divennero più frequenti. Le terre fertili erano poche, e dopo qualche anno di coltivazione non rendevano più. La conquista di buone terre era quindi spesso causa di conflitti. Inoltre, gli agricoltori che praticavano l'allevamento sentivano il bisogno di difendere il loro bestiame dai furti.

(da Tuttostoria, di Gliozzi e Ruata, ed. Petrini)

Dividi in sequenze

miglioramento clima

Schematizza e ragiona... Completa uno di questi esempi (lavora su un foglio)

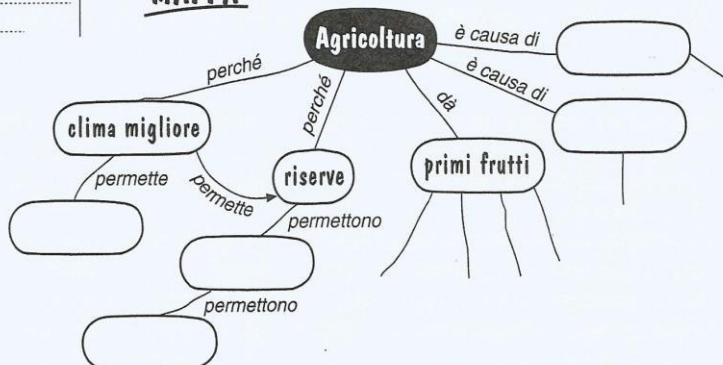
TABELLA

Agricoltura	
cause	conseguenze
clima	

RIASSUNTINO

10 000 anni fa migliorò il clima, si occuparono nuovi territori, aumentarono le riserve

MAPPA



SCHEMA AD ALBERO





I LEGAMI TRA I CONCETTI

Un testo è coerente quando tutte le sue parti rimandano all'argomento centrale, quindi al significato del testo. Ma esso deve risultare —legato— anche dal punto di vista linguistico: le sue diverse parti devono essere ben collegate tra loro. I nessi tra le varie parti possono essere indicati da **parole-legame o connettivi**. Si tratta di espressioni linguistiche che fanno da anello di congiunzione tra le varie informazioni. Possono essere avverbi (allora, infatti, cioè, però, allora...), espressioni composte da più parole (e in seguito, qui vicino, per esempio, per sempre, di sicuro, dal momento che,...), intere frasi (per concludere, come abbiamo visto prima, ...). Anche se i connettivi svolgono funzioni molto diverse, le più comuni sono elencate nella tabella seguente. Riconosci e sottolinea nelle frasi esemplificative le espressioni che *legano* le diverse informazioni.

I connettivi temporali (tipici della prosa narrativa)	prima,dopo, all'inizio, alla fine, all'improvviso, poi, successivamente, mentre, quando ...	Oggi pomeriggio starò sempre a casa. Prima mi preparerò all'interrogazione. In seguito suonerò un po' la chitarra. Infine guarderò un film in DVD.
		Consultava la carta geografica mentre il benzinaio faceva il pieno.



I connettivi spaziali frequenti nelle descrizioni.	lì, a pochi passi, a breve distanza ...	Casa mia si trova in centro. Dietro l'edificio c'è un bel giardino e davanti all'ingresso si apre una piazzetta con le panchine. A pochi passi c'è la cattedrale e a breve distanza si può ammirare il battistero, entrambi edificati nel medioevo.
I connettivi di ragionamento, che stabiliscono i legami logici tra le frasi.	Per esempio, allo stesso modo, perciò, dato che, quindi, perché, infatti....	Ti ho cercato perché mi serve il tuo aiuto. Per i genitori la vacanza è stata favolosa, mentre lui si è
		annoiato tantissimo. Sebbene il clima fosse caldo e afoso, Gianni non ha voluto fare il bagno. Dato che questa sera avremo degli amici a cena, inizieremo presto i preparativi, perciò non andremo in palestra.

ESERCIZI

1. Produzione

- Costruisci un breve testo narrativo che presenti alcuni connettivi temporali.
- Costruisci un breve testo descrittivo che presenti alcuni connettivi spaziali.
- Costruisci un breve testo argomentativo che presenti alcuni connettivi di ragionamento.



2. Lavorare su testi.

Scegli il connettivo più adatto tra quelli proposti.

- a. A noi la parola —progresso— fa pensare a qualcosa di positivo, di soddisfacente, *ma/insomma/quindi* bisogna pensare che non sempre è così.
- b. Il progresso che un Paese può raggiungere non è certamente un dono dal cielo, *perciò/però/anzi* una conquista che si fa gradualmente.
- c. Apprezzo molto quegli scrittori che impostano i loro romanzi sulla realtà attuale. Non riesco *così/invece/quindi* a tuffarmi con uguale passione nelle opere ambientate nell'antica Grecia.
- d. Penso che lo studio della lingua inglese sia indispensabile al giorno d'oggi. *Tuttavia/innanzitutto/ma* è la lingua di comunicazione più usata al mondo in tutti i settori. *In secondo luogo/anche se/mentre* consente di leggere in lingua originale alcuni dei romanzi più belli che siano mai stati scritti, per esempio quelli di Dickens. *Però/infine/invece* facilita i contatti e le relazioni internazionali.
- e. Un giorno, all'improvviso, bruciavano un villaggio, e non sapevano perché proprio quello e non un altro. Erano tutti uguali: c'era in tutti l'odio contro i tedeschi, l'azione armata, la cospirazione. *Invece/infatti/eppure* bruciavano quello e non un altro.

3. Nelle frasi seguenti individua i connettivi e spiega quale è la relazione tra le informazioni.

Poiché l'autostrada era bloccata da un incidente, il traffico è stato deviato sulla statale.

È meglio non andare a correre nel parco quando c'è questo caldo. _____

I ragazzi si stavano impegnando al massimo affinché lo spettacolo riuscisse nel migliore dei modi.

_____.

Iniziò a piovere a dirotto mentre stavamo uscendo. _____

Oggi il sole è cocente, come se fossimo in pieno deserto. _____

Se tutti ascoltassero, sarebbe meglio. _____

Ti ho aiutato preparare il pranzo, perché facessi bella figura con gli ospiti. _____

Oggi il quartiere è un brulicare di voci e di colori perché c'è il mercato settimanale. _____



PRENDERE APPUNTI

Questa tecnica ti assicura una rielaborazione personale ed efficace dei contenuti che stai studiando; oltre a ciò puoi ottenere una più veloce assimilazione e la possibilità di sistematizzare i concetti all'interno di vari schemi.

Gli appunti sono annotazioni rapide, essenziali, dei —pro-memoriall brevi e schematici con la funzione di raggruppare il massimo delle informazioni con il numero minimo delle parole, in vista di una successiva rielaborazione.

Criteri generali per prendere appunti

- Selezionare le informazioni essenziali
- Ridurre e sintetizzare
- Organizzare e classificare gerarchicamente le informazioni

Come devono essere gli appunti?

- Sintetici ed essenziali: cogliere il —succoll del brano
- Concisi: usare un numero minimo di parole (escludere i connettivi e le frasi di collegamento)
- Personali: sono frutto del proprio apprendimento (raramente si può studiare sugli appunti degli altri, ma si possono confrontare con quelli degli altri!)
- Leggibili: curare la grafia e la disposizione spaziale nel foglio
- Ordinati: dare una forma, una struttura; un inizio e una fine

Quando prendere appunti?

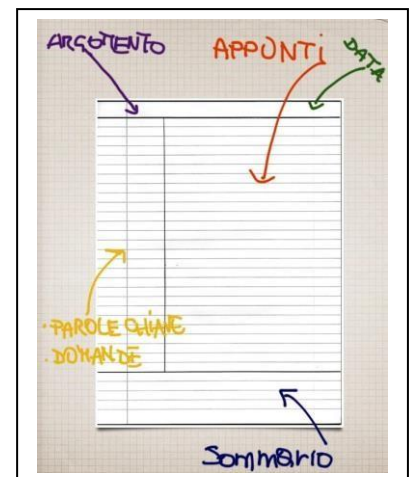
A lezione: per cogliere i contenuti essenziali presentati dall'insegnante, in modo da poterli riutilizzare a casa per ricostruire il senso della lezione.

Durante lo studio:

sono brevi annotazioni sintetiche o schematiche dei concetti o dei dati importanti contenuti nel testo scritto.

Tipi di appunti

- Appunti per enumerazione. Sono i più semplici e diffusi.





Raggruppano in ordine una lista di caratteristiche. Esempi: da ciò che viene prima a ciò che viene dopo, dalla causa all'effetto, dal generale al particolare, dal più al meno importante.

- Appunti per idee chiave. Dai concetti più generali (parole chiave) al dettaglio (approfondimenti). Le parole chiave si pongono sul lato sinistro del foglio e gli approfondimenti di dettaglio nel lato destro del foglio.
- Appunti tramite categorie. Sono la rielaborazione delle informazioni attraverso una loro raccolta e classificazione in categorie o —raccolgitorill formali, come le seguenti: definizioni, caratteristiche, cause, conseguenze. Le categorie formali si mettono sul lato sinistro del foglio, le risposte sul lato destro.

Errori nel prendere appunti

- Copiare interi brani, senza selezionare.
- Trascrivere letteralmente parola per parola le spiegazioni dell'insegnante.
- Utilizzare gli appunti altrui, senza adattarli alle proprie caratteristiche e ai propri scopi.

ESERCIZI

1. Attività di pre-lettura e lettura del testo; fissare le informazioni principali senza bisogno di rileggere il brano; controllare appunti e testo originale.

IL PERIODO MONARCHICO E LA CIVILTÀ MICENEA

La storia

Verso il 2000 a.C. giunsero in Grecia gli Achei, un popolo di guerrieri che possedeva armi di bronzo e carri da guerra: dopo aver assogettato gli indigeni, occuparono gran parte del Peloponneso e vi fondarono numerose città-Stato. Tra queste ricordiamo Argo, Pilo, Tirinto e Micene: quest'ultima, patria del leggendario Agamennone, predominò sulle altre città e per ciò la civiltà degli Achei è stata chiamata micenea.

Gli Achei vennero presto in contatto con la più progredita civiltà cretese e ne subirono l'influsso; a differenza dei Cretesi, però, gli Achei non erano pacifici, e con la forza delle armi riuscirono a



conquistare gran parte della Grecia. Quindi, divenuti esperti marinai, estesero il proprio dominio su numerose isole dell'Egeo e sulle coste dell'Asia Minore dove fondarono delle colonie; praticarono la pirateria e infine, come s'è detto, occuparono la stessa Creta, che divenne una importante base per le loro attività.

Se avete avuto modo di leggere dei brani dell'Iliade, che Omero compose verso l'800 a.C. , conoscete la leggenda della guerra di Troia.

Paride, figlio del re troiano Priamo, aveva rapito Elena, la bellissima moglie di Menelao re di Sparta, perciò lo stesso Menelao e suo fratello Agamennone, per vendicare l'offesa, si unirono ad altri sovrani, armarono una flotta e assediaron Troia.

La città, come sappiamo dai cenni contenuti nell'altro poema attribuito ad Omero, l'Odissea, e da altri antichi testi, cadde dopo una disperata resistenza durata ben dieci anni.

Come è noto, qualsiasi leggenda può contenere qualche verità: ora cercheremo di vedere in che modo, nella realtà, scoppiarono le ostilità fra Achei e Troiani, ambedue indoeuropei. È ancora la carta geografica a metterci sulla buona strada: la città di Troia (i cui resti furono riportati alla luce nell'800 dal tedesco E.Schliemann) sorgeva proprio all'imbocco dell'Ellesponto, l'attuale stretto dei Dardanelli. Questo significa tre cose: dato che gli Achei stavano colonizzando l'Asia Minore, la presenza di Troia impediva la loro espansione; la città poneva un freno al commercio acheo con le popolazioni del Mare Nero; la sua favorevole posizione chiave l'aveva resa così ricca e potente da attirare di lì l'interesse e le mire degli Achei.

La guerra, dunque, ci fu e dovette durare a lungo, perché gli Achei, poco numerosi e lontani dalle loro città, non potevano ricevere rinforzi e viveri. La caduta di Troia (che fu veramente incendiata come racconta Omero) diede agli Achei il dominio sul Mediterraneo orientale. Ma fu proprio questa potenza a causare la loro rovina: essi, che non formarono mai uno Stato unitario, incontrarono grosse difficoltà a controllare le loro numerose conquiste; le lotte tra le varie città-Stato, poi, li indebolirono ulteriormente e, quando le rozze ma forti tribù dei Dori strariparono in Grecia, la civiltà micenea fu soprafatta.



Gli invasori, che avevano il vantaggio di conoscere il ferro e che quindi disponevano di armi più resistenti e micidiali, conquistarono quasi tutte le terre occupate dagli Achei; però, come accade quasi sempre, la —civiltà— è più forte della forza: anche i Dori vincitori furono influenzati dal modo di vivere più progredito degli Achei sconfitti. Le due popolazioni, interagendo tra loro diedero origine alla civiltà greca.

AA.VV., *La nuova storia*, Milano, Mondadori



LETTURA

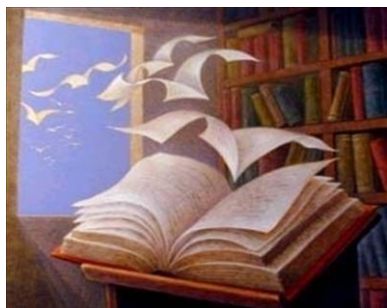
I DIVERSI TIPI DI LETTURA

In base allo scopo per cui leggiamo un testo, sono possibili modalità diverse di lettura.

GLOBALE o ORIENTATIVA: rapida e silenziosa per farsi un'idea complessiva del contenuto del testo: si scorre rapidamente il testo per individuarne gli elementi-guida essenziali: titolo, sottotitolo, divisione in paragrafi o capitoli, immagini, mappe, grafici e tabelle, termini evidenziati, ecc.

SELETTIVA: è una lettura rapida, silenziosa e —incompleta, il cui scopo è quello di trovare velocemente un'informazione specifica.

ANALITICA: approfondita e silenziosa, mira a comprendere bene le idee-chiave del testo. I nuovi concetti trovano una collocazione attraverso collegamenti con le conoscenze che già si possiedono sull'argomento. Nel corso della lettura analitica è bene scrivere commenti e appunti a margine e può essere di aiuto **il dizionario.**



ESPRESSIVA: a voce alta per interessare e coinvolgere il destinatario. Per fare ciò in modo efficace, è necessario preparare preventivamente la lettura del testo. Una buona dizione e il tono adeguato ne valorizzano infatti il contenuto e la forma.

ESERCIZI DI LETTURA.

TESTO A

1. Lettura globale: leggi l'articolo e in 3/4 righe sintetizza l'argomento.
2. Lettura analitica: elabora una mappa a raggiera o un grafico che individui le informazioni principali dell'articolo. (le 5 W)



Il dramma dei bambini sbarcati da soli: l'Unicef racconta gli "invisibili".

In un docufilm le storie degli adolescenti che cercano una nuova vita in Europa e spesso finiscono nei giri della pedofilia e dello sfruttamento.

Abdul dice di avere sedici anni, ma non li dimostra: "Sono un bambino, ho paura" sussurra davanti alle telecamere. Si accende una sigaretta e stringe fra le mani due sacchetti di plastica blu. Tutto quello che è riuscito a portare via prima di imbarcarsi su una zattera. E con lui ci sono Fathi, Ibrahim, Mohammed, costretti a vivere per strada e a vendere il loro corpo per non morire di fame. Vittime di pedofili nel centro di Roma, invisibili tra viaggiatori distratti e pellegrini. Vivono nei cunicoli vicino alla stazione, dormono su una coperta sudicia, in mezzo ai topi e alla spazzatura. Mangiano quello che trovano. Raccontano che i loro genitori, in Siria, Libia, Ghana, Nigeria si sono indebitati per raccogliere i soldi che servivano a loro per imbarcarsi nella speranza di un futuro migliore. Poco più che adolescenti, hanno viaggiato da soli, sono stati traditi, truffati, derubati di tutto. Qualche altro, invece, non ce l'ha fatta e giace in fondo al mare. Alle spalle hanno lasciato macerie e guerre. Hanno creduto di essere scampati a una tragedia ma adesso ne vivono un'altra, forse ancora più dura. Come Gloria, considerata merce da usare e gettare o Joy, scappata dalle mani della sua sfruttatrice: "Non consiglierei a nessuno di venire in Europa", urla come se volesse farsi sentire dalle amiche rimaste in Africa in attesa di raggiungere la "terra promessa".

Da gennaio di quest'anno sono quasi 25 mila i minori non accompagnati arrivati e registrati in Italia. Bambini di cui spesso si perdono le tracce. Solo quest'anno almeno 6.500 risultano irreperibili. Uno su tre fugge dai centri d'accoglienza. Molti cercano di raggiungere parenti e amici nel nord Europa, tenendosi stretto il fogliettino con i numeri da chiamare. Fuggono per trovare un lavoro e iniziare a mandare anche pochi spiccioli ai familiari. Sono i più a rischio e i più vulnerabili tra i migranti: e la criminalità ne ha già fatto un affare. Le loro storie sono raccolte nel docufilm, "Invisibili. Non è un viaggio, è una fuga. Storie di ragazzi che arrivano soli in Italia" che Unicef presenta contemporaneamente in tre città, Roma, Milano e Palermo. Si tratta di un progetto-inchiesta delle giornaliste Floriana Bulfon e Cristina Mastrandrea.

"Ascoltando le testimonianze di questi minorenni, veniamo a conoscenza di privazioni e violenze spaventose, di viaggi che durano anche anni, di sacrifici indicibili compiuti per un'unica speranza: quella di avere una nuova opportunità per vivere e aiutare le proprie famiglie rimaste nei paesi di origine. Non dobbiamo mai dimenticare che gli adolescenti che affrontano simili prove sono ancora bambini, esattamente come i nostri figli", spiega il presidente dell'Unicef Italia Giacomo Guerrera.



Repubblica.it, dicembre 2016

TESTO B

Leggi e riassumi il testo. Prepara la sintesi dell'articolo predisponendo concetti e idee nel modo che ritieni più opportuno.

Generazioni

Le donne erano sistematicamente violentate dai proprietari terrieri. Se i mariti protestavano venivano licenziati. La mortalità infantile era altissima: più della metà dei bambini moriva prima di aver compiuto cinque anni. Gli stagionali e gli ambulanti erano trattati da schiavi. Erano soprattutto loro a riempire le navi dei migranti. Scappavano dalla fame. Mangiavano pane, castagne, perfino segatura. La carne un paio di volte all'anno. Cercavano di mettere da parte i soldi – tanti – per la traversata e arrivavano in posti dove ad accoglierli trovavano lavori pericolosi che nessuno voleva fare. Meglio di niente. Molti entravano illegalmente, senza documenti o con documenti falsi. A un certo punto però una commissione parlamentare disse basta, troppi immigrati. Sulla base di teorie scientifiche infondate, tutti quelli che avevano determinate caratteristiche somatiche furono considerati pericolosi, potenziali criminali, selvaggi, stupratori, e accusati di ogni tipo di reato. Queste caratteristiche somatiche coincidevano con quelle di gran parte degli immigrati. L'Immigration act fu approvato il 26 maggio 1924, e di fatto vietò agli italiani di entrare negli Stati Uniti. Rimase in vigore fino al 1952.

Sul New York Times ne ha parlato recentemente Helene Stapinski, una giornalista americana di origini italiane. Una sua bis-bisnonna, Vita Gallitelli, arrivò negli Stati Uniti dalla Basilicata. —Gli italoamericani che oggi approvano gli sforzi di Donald Trump per tenere i cittadini musulmani e messicani fuori dal nostro paese dovrebbero scavare nella loro storia e nel profondo del loro cuore. Siamo solo a un paio di generazioni di distanza dallo stesso razzismo e dallo stesso odio. Se i nostri antenati avessero cercato di venire in America subito dopo il divieto del 1924, non saremmo neppure nati.

Giovanni De Mauro, *Internazionale* giugno 2017



**STUDIARE CON METODO
SAI AFFRONTARE LE VERIFICHE?**



1. SAI AFFRONTARE LE PROVE?

Certi ragazzi dicono di aver studiato e poi falliscono le prove: sbagliano le verifiche scritte e non sanno rispondere durante quelle orali.

In molti casi la verità è che non hanno studiato bene, forse senza rendersene conto; in altri casi invece, non sanno affrontare le prove, perché hanno paura o perché proprio non sanno come si fa.

E tu come affronti le prove?

Indica con una crocetta i comportamenti sbagliati che assumi abitualmente, poi rifletti: che cosa devi fare per correggerli?

COMPORTAMENTI SBAGLIATI

COME CORREGGERLI?

- ☐ Nelle prove, scritte o orali, spesso mi lascio dominare dalla paura di sbagliare per cui non riesco a riflettere bene.

- Nelle prove, la tensione non è sempre un male, perché le scariche di adrenalina che essa procura aiutano a dare il meglio di sé. Perché l'ansia non ti confonda le idee, devi rafforzare la fiducia in te stesso: per esempio devi pensare a tutte le volte che sei riuscito bene in una verifica. Devi anche allenarti a dominare la paura imparando a controllare la respirazione: prima di incominciare a lavorare, respira lentamente, facendo delle lunghe inspirazioni ed espirazioni, pensando che sicuramente ce la farai, fino a quando non senti il cuore tranquillo e lo stomaco meno contratto.

- ☐ Nelle prove scritte la fretta mi impedisce di capire bene le domande.

- Impara ad amministrare il tempo delle prove: se vai troppo di fretta ottieni solo il risultato di dover tornare sempre indietro a rileggere e correggere: prendi un ritmo adeguato alle tue capacità; prova e riprova nei compiti a casa fino a quando non hai capito qual è il tuo ritmo. Meglio un compito non finito che un compito tutto sbagliato!

- ☐ Nelle prove scritte, lavoro troppo lentamente.

- A volte la lentezza è dovuta ad uno scrupolo eccessivo o ad una forma di perfezionismo; non riprometterti mai di essere il più bravo di tutti: è un modo quasi sicuro per non far bene. Svolgi col massimo della cura ciascun esercizio e controllalo prima di passare a quello successivo; ma poi non avere ripensamenti, non tornare a riguardarlo prima di aver finito tutto il compito. Abituati a svolgere i compiti a casa con l'orologio: fingi che siano delle verifiche in classe e controlla sempre i tuoi tempi.

- ☐ Nelle prove scritte, se non so rispondere alle prime domande o incontro subito delle difficoltà, mi affanno e perdo tempo: finisce che faccio male tutto il compito.

- Non devi scoraggiarti alle prime difficoltà. Davanti ad un esercizio che non capisci devi reagire con calma: se puoi, saltalo, dimenticalo per un po' e svolgi il resto del compito; se non puoi saltarlo, pensa per un po' ad altro e torna a rifletterci su solo quando ti senti del tutto rilassato.

- ☐ Nelle interrogazioni orali, in genere non sto zitto ma dico tutto quello che so: però gli insegnanti mi dicono spesso che non rispondo a tono e devono farmi due volte le domande.

- Nelle prove orali, ascolta con attenzione le domande dell'insegnante e poi non buttarti subito a rispondere: prima devi fare il punto della situazione, inquadrare nella tua mente l'argomento, ripensare agli schemi o alle mappe che hai fatto a casa. Solo dopo che, velocemente, ti sei fatto in mente una scaletta, un elenco delle cose da dire, puoi incominciare a parlare.

- ☐ Nelle interrogazioni orali, quando non ricordo bene la lezione, cerco di parlare lo stesso riempiendo il mio discorso di "cioè", "allora", "dunque"....

- Nelle prove orali, quando proprio non sai che cosa dire, confessalo sinceramente all'insegnante; quando non hai capito una domanda chiedi garbatamente che venga ripetuta.

- ☐ Nelle interrogazioni orali, quando non capisco la domanda, non oso farla ripetere al professore, così sto zitto e faccio la figura di non aver studiato.

Dà prova di onestà ed intelligenza l'alunno che dice "Scusi professore, questo proprio non lo ricordo" oppure "Scusi professore, non ho studiato" oppure "Scusi professore, può ripetermi la domanda con altre parole?". Dà prova di poca intelligenza l'alunno che invece "si arrampica sui vetri" e balbetta, sostenendo di aver studiato, oppure l'alunno che innervosisce gli insegnanti col suo mutismo.