

L'arte di prendere appunti

Come prepararsi per prendere appunti

Il modo migliore per prepararsi per le lezioni è svolgere i compiti assegnati dal professore prima di arrivare in aula. Potresti avere l'ultima generazione di tablet con le migliori app per prendere appunti, ma non potrai sfruttarle al massimo se non arrivi preparato alla lezione. Perché?

Gli appunti servono ad aiutarci a ricordare i punti più salienti della lezione: se tu non sei in grado di carpire le informazioni più importanti della spiegazione del professore, delle slide o delle frasi scritte sulla lavagna, nemmeno la tecnologia più avanzata può aiutarti.

E' consigliabile arrivare a lezione dieci minuti prima per poter ripassare i tuoi appunti sulla lettura assegnata per quel giorno e quelli presi durante la lezione precedente. È consigliabile anche scriversi eventuali domande prima dell'inizio per poterle fare durante o dopo la lezione. Un'altra cosa importante è spegnere un eventuale collegamento wi-fi per non creare distrazioni.

Che cosa annotare

I tuoi appunti non sono una trascrizione di quello che dice il prof. Come possiamo capire cos'è importante (o importante secondo il prof)? Ecco qualche indicatore:

Quando il professore sottolinea l'importanza di un concetto o di un fatto;

- Quando il professore ripete qualcosa;
- Quando il professore scrive sulla lavagna o presenta informazioni con le slide;
- Quando senti frasi che indicano un rapporto tra idee:
 - Prima, poi;
 - Specialmente, più importante;
 - Però, dall'altra parte;
 - Quando il docente mettere in relazione due o più concetti mettendone in risalto differenze e specificità)

Spesso i docenti al termine della lezione fanno un breve riassunto dei principali punti trattati, per cui bisogna assolutamente prenderne nota. Alcuni professori cominciano la lezione con un ripasso dei temi affrontati nella lezione precedente e questo ti dà una chiave di lettura di ciò che è importante. Se non riesci a capire qualcosa e non hai modo di chiedere chiarimenti durante la lezione, prendi un appunto per poterlo fare in seguito.

Dopo la lezione

Il prendere appunti non termina con la fine della lezione. Ripassa subito per verificare se riesci a capire quello che hai scritto. Cerca di ordinarli quando le informazioni sono ancora fresche, per non dover impazzire il giorno dopo, perché non ti ricordi esattamente cosa significassero. Questo ti aiuta anche a ricordare a lungo termine.

Uno schema generale

Molti studenti prendono appunti non solo durante la lezione ma anche quando studiano individualmente. Un ottimo modo per ripassare è redigere uno schema generale di tutte le informazioni importanti.

Tecniche: il metodo Cornell e il Mind Mapping

Esistono molte tecniche per prendere appunti, ma una delle più diffuse è il **metodo Cornell**, sviluppato negli anni '50 da Walter Pauk, un professore che insegnava presso la Cornell University. Secondo questa tecnica bisogna dividere il foglio in due colonne; la colonna a destra viene usata per prendere gli appunti mentre quella a sinistra per annotare le parole chiave e le domande. La colonna per gli appunti dovrebbe essere larga il doppio rispetto alla colonna di sinistra e viene usata per registrare le idee più importanti della lezione in una forma riassuntiva. La colonna a sinistra viene usata per associare le parole chiave o delle domande agli appunti dell'altra colonna. In fondo alla pagina dovrebbe essere lasciato uno spazio (dalle 5 alle 7 righe) dove scrivere una breve sintesi degli appunti presi dopo il loro ripasso. Questo dovrebbe essere fatto entro 24 ore dalla spiegazione per comprendere meglio i punti cardine e ricordarli a lungo termine.

La Mappa Mentale (Mind Mapping) è una tecnica molto più visiva per prendere appunti. Si crea una mappa mentale mettendo l'argomento principale al centro della pagina e poi si posizionano gli altri punti principali intorno in una disposizione radiale. Eventualmente anche i sottopunti vengono articolati. Ecco alcuni suggerimenti:

1. Comincia mettendo l'argomento principale al centro del foglio. Puoi utilizzare anche un'immagine;
2. Utilizza immagini, simboli, codici e colori;
3. Scegli le parole chiave e utilizza lettere maiuscole e minuscole;
4. Ogni parola o immagine dovrebbe stare su una riga;
5. Le parole/immagini dovrebbero essere collegate all'argomento principale con delle linee che partono dall'immagine principale;
6. Utilizza più colori non solo come stimolo visivo ma anche per raggruppare insieme le immagini/parole;
7. Sviluppa uno stile tuo personale per creare le mappe;
8. Evidenzia le cose importanti e le associazioni;
9. Utilizza una gerarchia radiale per rendere la mappa più leggibile.

Alta tecnologia o penna e carta?

Oggi giorno molti studenti hanno dispositivi come notebooks o tablets che possono essere ausili eccezionali se vengono usati correttamente. Se il professore non ha niente in contrario, sfruttali pure ma prima bisogna saperli usare in maniera efficace, altrimenti penna e carta rimangono l'alternativa più corretta, specialmente quando si tratta di formule matematiche e disegni.