
Decalogo per studenti con DSA



1. Essere responsabili

- ❖ Prenditi le tue responsabilità: ascolta gli insegnanti e informati tu per sapere cosa devi fare.

2. Imparare a gestire il tempo

- ❖ Usa delle tabelle-diario, dividendo bene i giorni e gli orari, in cui puoi organizzare con cadenza settimanale o mensile la quantità di materiale da studiare, le fasi di ripasso, gli esercizi da svolgere, prevedendo pause e momenti per attività ricreative o sportive.

3. Imparare a gestire gli spazi

- ❖ Che cosa ti distrae mentre studi o fai i compiti? Telefono, televisione, musica, videogiochi... Cerca di starne alla larga durante il tuo orario di "lavoro": non solo il tempo ma anche lo spazio di studio è importante.

4. Imparare a gestire l'ascolto

- ❖ Un buon metodo di studio comincia durante la spiegazione in classe. Prova a prendere nota delle informazioni più importanti e rilevanti, anche attraverso immagini, simboli, parole chiave e brevi frasi.

5. Imparare a rielaborare i contenuti

- ❖ Fai tu le tue mappe concettuali: se non sei tu a riorganizzare graficamente le conoscenze in maniera personale, difficilmente riuscirai a capire la mappa che dovrai studiare o che ti servirà nel momento dell'interrogazione o della verifica.

6. Strumenti utili per lo studio

- ❖ È importante avere a disposizione gli strumenti giusti per lo studio. Per esempio, occorre individuare quali programmi possono essere i più adatti alle tue esigenze.

Ecco qui sotto una breve lista di strumenti gratuiti che possono aiutarti per uno studio efficace, che ti permetta di ottimizzare tempi e risorse.

• Software per la lettura

- ❖ **FACILITOFFICE** - Versione con Sintesi Vocale Gratuita
- ❖ **LEGGI X ME** - Programma per facilitare la lettura e la scrittura attraverso la sintesi vocale, che deve già essere presente e installata nel proprio Pc.
- ❖ **BALABOLKA** - Programma che converte i testi in audio, non comprende la sintesi vocale che deve già essere presente e installata nel proprio PC.

• Software per sintesi vocale

- ❖ **E-Speak** - Sintesi vocale gratuita

- **Software per la creazione di mappe**
 - ❖ **C-Map** - Creazione di mappe concettuali
 - ❖ **Coggle** - Creazione di mappe mentali
- **Software per registrare**
 - ❖ **Audacity**