

Scarica Libri **Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate gratis** Di **Simone Di Zio** (PDF - ePub - Mobi)



La logica di un allenamento di karate applicata allo studio, al fine di sviluppare la resilienza e migliorare il rendimento scolastico.

Non si tratta di uno dei soliti metodi di studio presentati nei manuali più disparati, ma qui si propone un metodo davvero rivoluzionario, che parte dal concetto di resilienza e prende a prestito dalle arti marziali una serie di accorgimenti, tecniche e tattiche che possono essere applicati durante lo studio.

Imparare a studiare facendo karate è possibile ed è anche facile. Basta seguire i consigli di questo libro e potrai imparare a studiare così come un karate-ka si allena in palestra.

L'idea di questo metodo non è solo frutto di un'intuizione ma si basa sulle più recenti ricerche sulla motivazione e sullo sviluppo della resilienza. L'autore mescola sapientemente un po' di ricerca scientifica e una serie di consigli pratici con una breve storia di un ragazzo adolescente di nome Alfredo, così

che il risultato finale è un ottimo mix di teoria, racconto e pratica.

Partendo dalla Self-Determination Theory e dalla teoria dei pensieri lenti e veloci di Daniel Kahneman, l'autore spiega come il karate è per sua natura impostato allo sviluppo dei bisogni psicologici di base, che sono l'autonomia, la relazionalità e la competenza. Questi tre bisogni sono fondamentali per la crescita personale di qualunque individuo e sono pertanto importantissimi per riuscire nello studio o nel lavoro. Da qui nasce l'analogia fra karate e studio. Karate-Do significa la Via del karate, cioè il percorso di maturazione e crescita sia fisica che mentale dell'adepto di karate. Analogamente, Studio-Do significa la Via dello studio, intesa come percorso di crescita intellettuale attraverso lo studio, sia scolastico che universitario.

Un metodo che è stato pensato per gli studenti, ma che è facile da applicare anche in altri ambiti, come quello lavorativo.

In questo libro l'autore, partendo dalla sua storia personale, vi guida passo dopo passo verso i concetti di motivazione, metodo e resilienza, ritenuti tre pilastri indispensabili per avere successo. Uno schema di lavoro con numerosi esempi pratici di come studiare secondo la logica del karate.

Infine, trattando di problemi giovanili si arriva anche a parlare degli stili educativi dei genitori, perché sono proprio loro che devono costruire attorno ai figli un ambiente di supporto psicologico. E in questo ambito troverete nel libro anche una serie di consigli per i genitori che vogliono aiutare i propri figli nello studio, davvero molto utili e facili da mettere in pratica. Insomma, finalmente un libro che parla sia ai genitori che ai figli.

Titolo	: Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate
Autore	: Simone Di Zio
Categoria	: Istruzione
Pubblicato	: 16/10/2015

Editore : Simone Di Zio
Pagine : 149
Lingua : Italiano
Dimensione del file : 3.18MB

[Scarica Libri Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate gratis Di Simone Di Zio \(PDF - ePub - Mobi\)](#)

Scarica Libri Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate gratis Di Simone Di Zio (PDF - ePub - Mobi)

[Scarica Libri Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate gratis Di Simone Di Zio \(PDF - ePub - Mobi\)](#)

LO STUDIO DO. IO MENTRE STUDIO APPLICHO IL KARATE PDF - Are you looking for eBook Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate PDF? You will be glad to know that right now Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate PDF is available on our online library. With our online resources, you can find Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate PDF may not make exciting reading, but Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate PDF. To get started finding Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of LO STUDIO DO. IO MENTRE STUDIO APPLICHO IL KARATE PDF, click this link to download or read online:

[Scarica Libri Lo studio Do. Io mentre studio applico il karate gratis Di Simone Di Zio \(PDF - ePub - Mobi\)](#)

Bestseller List [Scarica libri Gratis]

[PDF] L'ultima notte



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

Se vuoi superare il limite? Devi vivere senza freni Dall'autrice della serie bestseller The Storm Quando ha deciso di seguire la sua passione e diventare un meccanico di auto da corsa, Andressa "Andi" Amaro si è imposta una sola regola: mai innamorarsi di un...

[PDF] Una bugia per farti innamorare



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

Può, una semplice bugia, trasformarsi nella più bella storia d'amore? Sutton è a un passo dalla laurea, quando sua sorella Chloe s'iscrive alla stessa università, portando scompiglio nella sua vita già divisa tra l'impegno come femminista e...

[PDF] Tutti i colori del cielo



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

Certi incontri sono scritti nel destino Dall'autrice del bestseller Tutta la pioggia del cielo Liam Morgan è un giovane falegname, all'apparenza un uomo tutto d'un pezzo, ma che nasconde delle inaspettate debolezze: ha mille ansie e mille fobie che gli fanno fare, il...

[PDF] Un'altra strada



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

Le idee del presente e le scelte per un futuro da costruire. IL NUOVO LIBRO DI MATTEO RENZI. Come può ripartire un percorso riformista per l'Italia? Come fare tesoro degli errori commessi e delle mosse vincenti in un racconto che rinnovi il senso di una sfida? Come disegnare il futuro...

[PDF] After



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

LA STORIA D'AMORE CHE HA GIÀ CONQUISTATO OLTRE UN MILIARDO DI LETTORI. UN FENOMENO MONDIALE. Acqua e sapone, ottimi voti e con un ragazzo perfetto che l'aspetta a casa, Tessa ama pensare di avere il controllo della sua vita. Al primo anno di college, il suo futuro sembra già...

[PDF] La ragazza nell'acqua



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

Autore del bestseller La donna di ghiaccio Oltre 2 milioni di copie vendute Il detective Erika Foster ha appena ricevuto una soffiata che le indica il luogo in cui è nascosta la prova per sventare un grosso traffico di droga. Seppure sospettosa, ordina la perquisizione di una cava in disuso...

[PDF] Respect



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

«Jay Crownover non delude mai!» Breaking Point Series C'era una volta la bellissima principessa Karsen. La sua, però, non è una favola come le altre. Karsen viveva in un regno di malvagità e corruzione, ma al riparo dagli orrori del mondo. Ignara della...

[PDF] Un maledetto lieto fine



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

«Bianca Marconero sa bene come arrivare al cuore del lettore.» Coffee and Books Dall'autrice del bestseller Un altro giorno ancora Agnese ha diciannove anni, è la figlia di un senatore piuttosto influente e ha ricevuto un'educazione rigida. Le piace disegnare ma ha...

[PDF] Fedeltà



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

«Il malinteso», così Carlo e Margherita chiamano il dubbio che ha incrinato la superficie del loro matrimonio. Carlo è stato visto nel bagno dell'università insieme a una studentessa: «si è sentita male, l'ho soccorsa», racconta al rettore, ai...

[PDF] After 2. Un cuore in mille pezzi



<https://free.dbsbook.net/it?book=1055328367&c=it&format=pdf>

HARDIN NON HA PIÙ NULLA DA PERDERE □ TRANNE LEI. Dopo il loro incontro, niente è stato più come prima. Superato un inizio burrascoso, Tessa e Hardin sembravano sulla strada giusta per far funzionare le cose. Tessa si era ormai arresa al fatto che Hardin □ è Hardin. Con...
