

La guida definitiva per sopravvivere alla scuola superiore

CONSIGLI E SEGRETI DA ESPERTI E...**SOPRAVVISSUTI!**



La scuola superiore

IL CAMPO DI BATTAGLIA

Segreto 1



La sopravvivenza sociale

Scoprite come consolidare gruppi di amici vecchi e nuovi, senza mai perdere la vostra autenticità.

Siate voi stessi e troverete il vostro posto!

Segreto 2



Lotta al carico di compiti

Abbiamo i trucchi per gestire gli impegni scolastici senza soccombere! Imparate a **organizzare il tempo**, a trovare il giusto equilibrio tra studio e svago e a ridurre lo stress da compiti.

Segreto 3



Potenziare le abilità di studio

Sveliamo le strategie per **studiare in modo efficace**, prendere appunti che vi aiuteranno a ricordare tutto e prepararvi al meglio per gli esami.



La scuola superiore

IL CAMPO DI BATTAGLIA



Segreto 4



Affrontare i nemici del successo

Identifica e pianifica strategie per **superare le sfide** come la procrastinazione, lo stress e la mancanza di motivazione!

Segreto 5



Il potere degli interessi personali

Gli interessi personali possono essere il tuo superpotere! Coltiva e scopri **le tue passioni** e trasformarle in opportunità di apprendimento e crescita. E ricorda: nessuna passione è poco importante!

Segreto 6



Equilibrio vita scolastica e tempo libero

Dedica un po' di tempo a **pianificare le tue attività**. Crea un programma settimanale o mensile che ti permetta di bilanciare le attività scolastiche, le responsabilità familiari e le attività extra curriculari.

Si, ma nel pratico?

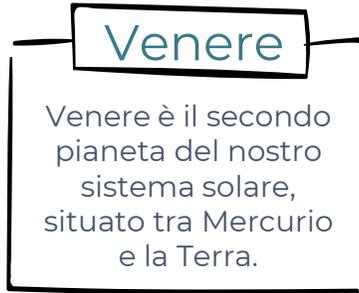
Ti lasciamo nelle prossime pagine qualche dritta pratica per organizzare i tuoi studi, pianificare le tue attività... E ricorda:

- Falla semplice! Spesso la soluzione è proprio lì dietro l'angolo.
- Organizza le cose in modo chiaro ma divertente.
- Segui i nostri consigli e non dimenticherai più le cose importanti!

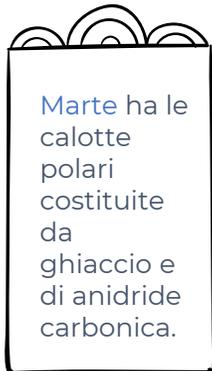


Appunti facili da ricordare

ESEMPIO PRATICO



BEVI:



Saturno: il Signore degli Anelli

Gli anelli di Saturno sono costituiti da una serie di sottili strisce di particelle di ghiaccio, roccia e polvere che orbitano attorno al pianeta.



Lista delle cose da fare

ESEMPIO PRATICO

Attività prioritarie

| | |
|-------------------------------------|----------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Mate |
| <input type="checkbox"/> | Storia |
| <input type="checkbox"/> | Francese |
| <input type="checkbox"/> | ----- |
| <input type="checkbox"/> | ----- |
| <input type="checkbox"/> | ----- |

| | |
|-------|----------|
| * | Progetto |
| * | Arte |
| ----- | |
| * | Comprare |
| * | pennelli |
| ----- | |
| * | |
| * | |

| | |
|-------------------------------------|---------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Cuffia per la |
| | piscina |
| <input type="checkbox"/> | Riparare lo |
| | Skate |
| <input type="checkbox"/> | Pulire la |
| | camera |

| | |
|-------|------------|
| ▷ | Cinema |
| ----- | |
| ▷ | Compleanno |
| ▷ | Marco |
| ----- | |
| ▷ | ----- |

| | |
|---|--------------------|
| ↳ | Verifica di Storia |
| ↳ | Tema di Italiano |
| ↳ | Test Inglese |
| ↳ | ----- |
| ↳ | ----- |

Non Dimenticare!

Devi pensare ad un regalo per Marco e raccogliere i soldi dei compagni. *Fai un salto al centro commerciale dove c'è quel game store fornitissimo!*

Calendario Verifiche

ESEMPIO PRATICO

| MON | TUES | WED | THURS | FRI | FRY | SUN |
|--------------|------------|---------------|-------|--------------|-----|------|
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 1 | 2 🕶️ |
| 3 | 4 LATINO 📄 | 5 | 6 | 7 FISICA 🏆 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 INGLESE 📄 | 18 | 19 | 20 | 21 LETTERE 📄 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 BIOLOGIA 📄 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 📄 FESTA 📄 | | | | | | |
| 31 | 1 | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 |



E ORA GODITI IL VIAGGIO!

Inizia un nuovo capitolo della vostra vita! È un momento emozionante e pieno di opportunità che vi attendono.

Ricordatevi di approcciare questa nuova fase con entusiasmo e curiosità. Siate aperti a nuove amicizie, nuovi insegnanti, nuove materie e nuove sfide. La scuola superiore è un momento per scoprire nuovi interessi, sviluppare le vostre passioni e imparare cose incredibili che vi accompagneranno per tutta la vita.

Abbiat fiducia in voi stessi e nel vostro potenziale. Non abbiate paura di sbagliare o di affrontare ostacoli lungo il percorso. Ricordate che ogni sfida è un'opportunità di crescita e di superamento personale. Siate perseveranti e non rinunciate mai ai vostri sogni e obiettivi.

In bocca al lupo e che sia un periodo di **crescita e successo**



UN MOMENTO: hai scelto bene la tua **scuola**?

Ok ok, abbiamo visto i consigli per vincere l'ansia ma...hai pensato bene alla scelta dell'indirizzo di studio? È come scegliere il treno giusto, **destinazione: successo!** È un passo cruciale per definire chi diventerai e cosa realizzerai.

E noi di orienta Express abbiamo il power-up perfetto per te. Sarà tutto più facile, divertente e sorprendente di quanto tu possa immaginare.

Come lo facciamo? Grazie ai nostri **questionari avanzati di orientamento!** Definisci passioni, attitudini, interessi, approccio allo studio, aspirazioni e personalità: **meglio di un selfie in pratica!** Se vuoi un servizio pro, c'è anche la possibilità di avere dei colloqui individuali con un orientatore professionista. 💡



DON'T SLEEP ON IT! 🕒 Il futuro è nelle tue mani e la scelta della scuola superiore è il primo livello della tua incredibile storia personale. Contattaci e inizia con noi il tuo viaggio verso il successo! 🌈 ✨

PRENOTA QUI



Contatti



info@orienta-express.it



www.orienta-express.it



085 4314112



Strada Vicinale Torretta snc
65128 Pescara



[Orienta Express](#)



[OrientaExpress](#)

PEOPLE STRATEGY NXS OLTRE

Seguici per cogliere tutti i vantaggi della rete
PEOPLE STRATEGY



<http://www.nexusproskills.it/>

NXS Nexus Pro Skills  

Formazione & Consulenza Aziendale



<https://www.oltresrl.eu/>

Oltre Srl Formazione   

Formazione Professionalizzante



<https://www.orienta-express.it/>

OrientaExpress  

Orientamento Scolastico & Professionale