

PROGRAMMA ANNO ACCADEMICO 2023/2024

MATERIA: PRODUTTIVITÀ AVANZATA

CFA: 6

Tipologia: T

DOCENTE: RONCI GIOVANNI

E-mail: giovanni.ronci@accademia.rimini.it

OBIETTIVI FORMATIVI DEL CORSO

Questo "**Corso avanzato per lo sviluppo della produttività individuale**" è un percorso innovativo approfondito, creato per fornire agli studenti di tutte le discipline le competenze, gli strumenti e le strategie necessarie per aumentare la loro produttività, sfruttando anche i nuovissimi tool di Intelligenza Artificiale che stanno cambiando il volto attuale del mondo, e raggiungere il successo sia accademico che professionale.

Gli argomenti trattati durante il corso spaziano da concetti fondamentali come la gestione del tempo, la pianificazione degli obiettivi e lo sviluppo di abitudini positive, fino ad arrivare a tematiche avanzate come l'uso dell'Intelligenza Artificiale per migliorare la produttività e lo sviluppo di un "second brain" attraverso l'implementazione in un intero sistema PKM (Personal Knowledge Management).

Durante le lezioni, gli studenti avranno l'opportunità di mettere in pratica ciò che hanno appreso attraverso esercizi e attività interattive.

PROGRAMMA SINTETICO DEL CORSO

Il corso è strutturato in 10 lezioni di 3 ore ciascuna a cui seguiranno 2 ulteriori lezioni di revisione. Si rivolge a studenti di tutte le discipline e livelli, poiché le competenze in produttività personale sono trasversali e utili indipendentemente dal campo di studi. Gli argomenti trattati potrebbero subire variazioni o essere aggiornati, ampliati o rivisitati.

Modulo 1: Fondamenti di produttività individuale

Questo primo modulo affronta le basi che serviranno per sviluppare competenze, strumenti e strategie necessarie per aumentare la tua produttività e raggiungere il successo sia accademico che professionale.

Tra gli argomenti trattati:

- La "gestione" del tempo
- La concentrazione
- Procrastinazione
- Il super potere umano

Modulo 2: I vampiri del tempo

Mantenere la concentrazione e sfruttare al meglio il tempo è cruciale per il processo creativo. In questo modulo, imparerai le tecniche per identificare le tue principali fonti di distrazione e i metodi per mantenere alta la concentrazione e l'energia creativa.

Tra gli argomenti trattati:

- L'attenzione
- I Vampiri del tempo
- Fortezza e Prigione

Modulo 3: PKM e Second Brain

Scrivere, lo troverai su qualsiasi libro, è l'unico modo per fare chiarezza nei tuoi pensieri. Quindi, quando hai qualcosa nella testa, ti basta scriverla per renderla immediatamente più chiara, consistente, reale. In questo modulo vedremo come il potere della scrittura possa avere benefici enormi sulla nostra vita

Tra gli argomenti trattati:

- Il sovraccarico cognitivo
- PKM e Second Brain
- App e strumenti PKM
- Fare Journaling

Modulo 4: Abitudini e Routine

Visto che il cervello è così predisposto a seguire le abitudini, non può mancare un modulo per capire come crearne di positive e rinforzanti, per fare in modo che tutto il tuo "sistema psico fisico" sia al massimo della sua capacità.

Tra gli argomenti trattati:

- Il potere delle abitudini
- Come innescare un comportamento
- Impostare una routine

Modulo 5: Gestione degli obiettivi

Il concetto di obiettivo è importante: se non hai idea di dove stai andando non saprai mai dove devi arrivare e, senza avere una meta, senza una destinazione precisa, la maggioranza dei tuoi sforzi andrà sprecata. In questo modulo vedremo come definire obiettivi sfidanti e come pianificare il loro raggiungimento

Tra gli argomenti trattati:

- Obiettivi
- OKR
- Pianificazione intelligente
- Raggiungere gli obiettivi

Modulo 6: Metodi, Metodologie, App e Trend

Esistono innumerevoli metodologie per gestire i carichi di lavoro, le attività e gli impegni lavorativi. Tuttavia, ciascuno di noi è tenuto a trovare quella più giusta per sé. In questo modulo vedremo metodologie e approcci per la gestione delle attività giornaliere.

Tra gli argomenti trattati:

- Progetti, Milestones, Tasks
- Le metodologie più comuni
- Creare "il tuo" sistema

Modulo 7: Una giornata da Eroi

Le persone più produttive sono quelle che sanno pianificare le proprie giornate: sanno scegliere i task maggiormente rilevanti, sanno schedare in modo appropriato e riescono a completare tutto poiché lavorano in modo concentrato e focalizzato (sono nel flow). In questo modulo vedremo come fare.

Tra gli argomenti trattati:

- La matrice di Heisenhower (e sue variazioni)
- Lavorare a mente sgombra
- Lavorare in modo "discreto"

Modulo 8: Intelligenza Artificiale – Il nuovo volto del mondo

In questo modulo ci addenteremo nei meandri dell'intelligenza artificiale, per capire come abbia già cambiato il mondo, in un processo inarrestabile che deve essere compreso.

Tra gli argomenti trattati:

- Cosa sono le intelligenze artificiali
- Il modello linguistico generativo
- Le nuvole semantiche
- La programmazione semantica

Modulo 9: L'arte del Prompting

La qualità delle risposte ottenute da ChatGPT è tutta questione di come la interroghiamo. Colloquiare con l'AI significa creare dei "prompt" capaci di essere compresi e generare risposte di valore. È un'arte, un nuovo mestiere, un modo per fare la differenza tra risposte scialbe e valore puro.

Tra gli argomenti trattati:

- Cosa sono i prompt
- Perché sono importanti
- Come costruire un PROMPT
 - Il metodo
- Sfruttare le potenzialità di GPT4
 - Lettura siti web
 - Lettura di File
 - Analisi del codice
- Esempi

Modulo 10: Le GPTs personalizzate

Da semplice assistente ad assistente specializzato e in grado di effettuare serie infinite di compiti e di interagire con altri programmi e situazioni. È il nuovo livello dell'AI: le GPTs Personalizzate e i BOT

- Cos'è una GPT personalizzata?
- Alcuni esempi clamorosi
- Costruiamola assieme
 - L'approccio modulare
 - Il file della personalità e delle conoscenze tecniche
 - La metodologia
 - Il file con i vincoli e le costrizioni
 - Il file con il target di pubblico

TESTI / DISPENSE/SLIDE DI RIFERIMENTO:

Le slide di ogni modulo saranno disponibili in formato PDF come download al termine della lezione da link specifico condiviso.

Oltre alle slide, sono disponibili testi dell'autore, che verranno comunicati durante il corso. Altri testi significativi sui concetti esposti verranno consigliati durante il corso delle lezioni.

DESCRIZIONE DELLE MODALITÀ D'ESAME:

Prima dell'esame verranno effettuate due revisioni. Durante queste sessioni, verranno effettuate verifiche pre-esame con domande a risposta multipla. Le revisioni sono necessarie per poter sostenere l'esame.

L'esame consiste in una verifica orale delle conoscenze acquisite durante le lezioni.