

Gentili famiglie, la classe nella quale è inserito suo figlio rientra nella sperimentazione di una nuova tecnica di insegnamento denominata "Spaced Learning", ossia "Apprendimento Intervallato".

Lo «Spaced Learning» è una particolare articolazione del tempo della lezione che prevede tre momenti di input e due intervalli

L'Apprendimento Intervallato riveste particolare significato perchè applica la ricerca nelle neuroscienze, e consente di apprendere molto velocemente - tanto velocemente da coprire e mantenere in memoria il contenuto di un intero modulo disciplinare in circa un'ora. Una sessione di Apprendimento Intervallato consiste di tre "input", divisi da intervalli di dieci minuti che lo studente occupa con semplici attività creativo-ricreative. Il primo input è una breve relazione con la quale l'insegnante presenta il corpo delle informazioni, solitamente supportate da una presentazione in power point. Il secondo input si focalizza sul richiamo, durante il quale gli studenti sono sollecitati in vari modi, o utilizzando la stessa presentazione dalla quale sono state tolte molte parole chiave, o visionando un video in cui sono presenti le tematiche presentate nel primo input. L'input finale si focalizza sulla comprensione; in questa fase gli studenti dovrebbero eseguire un compito nel quale vengono applicate le conoscenze o abilità apprese. Questo metodo di ripetizione strutturata, separata da brevi intervalli, aiuta ad inglobare le informazioni nella memoria a lungo termine.

“L'Apprendimento Intervallato è un modo di creare percorsi neurali all'inizio di un'unità di lavoro, che possono poi essere rivisitati a vari intervalli nel corso del tempo”

Avete mai avuto bisogno di ricordare qualcosa che, nonostante ripetuti disperati tentativi, non riuscite a individuare tra le tante accumulate nel vostro cervello? Ciò significa che avete un problema con il reperimento delle informazioni. Ci sarà sicuramente un percorso neurale nella vostra recalcitrante memoria che porta a quell'informazione, ma non è stato utilizzato abbastanza frequentemente da attribuirgli importanza e quindi da rafforzarlo.

La stimolazione ripetuta della stessa via neurale indica al cervello la sua importanza e rende più facile individuare, quando è necessario, le informazioni memorizzate al suo interno. L'Apprendimento Intervallato è un modo di creare percorsi neurali all'inizio di un'unità di lavoro (acquisizione di memoria), che possono poi essere rivisitati a vari intervalli nel corso del tempo (recupero della memoria) così da sottolineare l'importanza del percorso e rendere più facile, all'occorrenza, 'far mente locale'.

L'Apprendimento Intervallato si basa su una scoperta sul cervello che è stata pubblicata nel 2005 da R. Douglas Fields su Scientific American. Fields, dell'Istituto Nazionale per la Salute e lo Sviluppo del Bambino negli Stati Uniti, ha condotto, insieme al suo gruppo, studi su come si forma la memoria nel cervello. La ricerca ha rivelato il processo con cui si forma la memoria a lungo termine, e - cosa più significativa per gli insegnanti - il processo attraverso il quale può essere creata. La base biologica della memoria sta in un percorso di cellule collegate tra loro all'interno del cervello. Il team di Fields si è concentrato su come ogni cellula viene 'accesa' e si collega ad altre cellule. I loro esperimenti hanno dimostrato che è il modo in cui vengono stimulate le cellule del cervello che le fa 'accendere' e collegare tra loro. Sorprendentemente, si sono accorti che la stimolazione continuata delle cellule non le fa accendere. Le stimolazioni devono essere separate da momenti vuoti in cui la cellula non viene stimolata. La svolta è arrivata quando la squadra ha cominciato a rendersi conto che il fattore importante era il tempo. La durata della stimolazione non era vitale, ma la distanza tra le stimolazioni sì. Questa intuizione è alla base dell'Apprendimento Intervallato

Riepilogando, una lezione di Apprendimento Intervallato si compone di tre 'input' separati da due intervalli di 10 minuti, secondo il seguente schema: • input di argomenti chiave da parte del docente • 10 minuti di pausa • richiamo degli argomenti chiave • 10 minuti di pausa • applicazione degli argomenti chiave da parte dello student.

Il modo più semplice per comprendere i tre input è che il primo si concentra sulla presentazione delle informazioni, il secondo si concentra sul ricordare le informazioni ricevute, e il terzo si concentra sulla comprensione delle informazioni.

Gli input contenenti il materiale didattico sono separati da due pause di 10 minuti, durante le quali gli studenti fanno attività di 'distrazione'. Durante tali interruzioni, è importante evitare di stimolare i percorsi della memoria che si stanno formando. Pertanto, l'attività non deve avere nulla a che fare con ciò che gli studenti stanno imparando. Il modo più efficace per farlo è quello di effettuare un'attività fisica di coordinazione. Attività come queste usano parti del cervello che richiedono equilibrio e movimento, che non vengono utilizzate durante l'apprendimento della lezione. Questo aumenta le possibilità che il percorso neurale " si riposi" e formi più forti connessioni. Alcuni tipi di attività da proporre sono: • origami • attività taglio carta • attività musicali • impasto e modellazione • aerobica leggera • giochi con la palla (come palleggiare).

**BUONA SPERIMENTAZIONE A TUTTI NOI!**

Il Referente della sperimentazione

Emanuela Pianese