

# LA PRATICA DISTRIBUTIVA

## Fattori che influenzano l'apprendimento

La qualità dell'apprendimento dipende da una serie di fattori legati al tempo e al modo in cui le informazioni vengono studiate. Nel paragrafo verranno menzionati brevemente alcuni di questi fattori e evidenziando come agiscono sull'apprendimento.

### 1. Tempo di studio.

Sono passati ormai più di 100 anni dalla scoperta da parte del filosofo e psicologo tedesco Herman Ebbinghaus del ruolo del tempo di studio nell'apprendimento.

L'autore imparava scrupolosamente a memoria gruppi di sillabe, dopo averle apprese testava il ricordo di questo materiale a distanza di 24 ore valutando quanto tempo gli occorreva per ri-apprendere nuovamente la lista imparata il giorno prima.

Nel 1885, grazie alle numerose ricerche sperimentali, lo scienziato tedesco stabilisce quella che passerà alla storia come "legge di Ebbinghaus" che afferma che "tra l'ampiezza del materiale da memorizzare e il tempo di apprendimento vi è un rapporto costante". In altre parole maggiore il tempo dedicato allo studio maggiore sarà la quantità di materiale ricordato.

### 2. Pratica distribuita.

Gli studi di Ebbinghaus misero in evidenza un altro fattore importante per l'apprendimento. Egli infatti osservò che distribuire il materiale da imparare in sessioni differenti migliora il ricordo, rispetto ad una condizione in cui le informazioni sono apprese in una unica sessione.

Distribuire quindi lo studio in più sessioni, anziché effettuarlo tutto in una volta: nell'immediato, con uno studio serrato si ricorda meglio, ma sul lungo termine è vero il contrario. Le ricerche dimostrarono come il distribuire lo studio o la pratica nel tempo renda più resistente e durevole l'apprendimento.

[http://video.unipegaso.it/Materiali/Postlaurea/Carretti/Apprendimnto\\_II.pdf](http://video.unipegaso.it/Materiali/Postlaurea/Carretti/Apprendimnto_II.pdf)