

Progetto FLOW

Allenare l'attenzione e il modo di studiare

Un anno di attività in classe per gli allievi e le allieve di 1^a e 2^a media, dentro il normale orario scolastico. Stasera vi spieghiamo: che cosa faremo, perché lo facciamo e che cosa ne ricava vostro figlio o vostra figlia.

Chi presenta

Omar F. Pagnamenta — Servizio di sostegno pedagogico delle scuole medie (SSPSM), DECS

Studio approvato dalla Commissione etica CER-SUPSI (istanza 81019, 18 giugno 2026)

Chi promuove il progetto: le scuole medie della regione di Locarno con il Servizio di sostegno pedagogico (SSPSM), sostenute dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS). Non è una ricerca universitaria ospitata dalla scuola: è un'iniziativa della scuola ticinese. SUPSI-DFA e Università di Ginevra danno il supporto scientifico.

Parole semplici ed esempi concreti: se qualcosa non è chiaro, fermateci in ogni momento.

MOMENTO 1 · ALZIAMO LA MANO

Chi di voi, a casa, ha visto una di queste scene?

- Fa i compiti, ma dopo cinque minuti guarda il telefono o la finestra.
- Rilegge la stessa pagina tre volte e poi dice: «non mi ricordo niente».
- Dice «ho studiato», ma alla verifica il risultato non arriva.
- Dimentica metà delle consegne date dal docente a fine lezione.

Nessuna risposta è sbagliata.

Sono scene normali a questa età: il cervello sta imparando a «guidarsi da solo». E questo si può allenare.



Dipartimento dell'educazione,
della cultura e dello sport

Perché proprio in prima e seconda media

1

Il cervello è ancora «in cantiere»

A 11–13 anni tre capacità crescono ancora molto: tenere a mente le informazioni, resistere alle distrazioni, cambiare strategia quando una non funziona.

Esempio: ricordare tre consegne del docente mentre si chiude lo zaino e i compagni parlano.

2

La scuola media chiede molto di più

Più materie, più docenti, più scadenze nello stesso periodo. Serve organizzarsi da soli, e nessuno lo insegna in modo esplicito.

Esempio: due verifiche, una lettura da finire e l'allenamento il mercoledì: come pianifico la settimana?

3

Meglio per tutti, non solo per chi è in difficoltà

Le attività si fanno con la classe intera, in aula, con il proprio docente. Nessun allievo viene portato fuori e nessuno riceve un'etichetta.

Vantaggio: chi fa più fatica riceve un aiuto senza sentirsi «quello del gruppo speciale».

La cosa importante: la ricerca mostra che allenare l'attenzione funziona, ma i miglioramenti non passano da soli ai compiti di scuola. Per questo alleniamo insieme l'attenzione e il modo di studiare (le «strategie»).

Come funziona: tre gruppi, 60 minuti alla settimana

GRUPPO A

Attenzione + strategie

- 30 min: strategie di studio (darsi un obiettivo, farsi domande, accorgersi di non aver capito)
- 30 min: Edutainment game al PC «Legends of Hoa'Manu», che si adatta al livello di ognuno

GRUPPO B

Strategie + lettura

- 30 min: le stesse strategie di studio
- 30 min: esercizi per collegare le informazioni di un testo, di un'immagine, di due testi diversi

GRUPPO C

Lettura e vocabolario

- 60 min: lettura guidata di testi adatti all'età, nuove parole, discussione in classe
- A fine studio queste classi ricevono anche i materiali degli altri gruppi

Chi promuove

Le scuole medie della regione di Locarno e il Servizio di sostegno pedagogico delle scuole medie (SSPSM), con il sostegno del DECS. Il calendario segue l'anno scolastico, non il contrario.

Chi decide il gruppo

Il gruppo viene sorteggiato dal computer per classe intera, non allievo per allievo. Così nessuno viene scelto o escluso.

Quando misuriamo

Tre volte: a inizio anno, a fine anno e un anno dopo. Test al PC (tipo piccoli giochi), una prova di comprensione della lettura e brevi questionari.

I dati di vostro figlio

Il nome viene sostituito da un codice; i dati stanno su un server protetto dell'Università di Ginevra. Nessun risultato individuale va ai docenti, alla scuola o nelle note.

Che cosa decidete voi

Le attività in classe fanno parte delle lezioni. L'impiego dei dati raccolti a fini scientifici è volontaria: potete dire no o ritirare il consenso quando volete, senza conseguenze.

I benefici per vostro figlio, in qualunque gruppo

- Tutti i tre gruppi fanno attività utili e legate al programma: nessuna classe «perde tempo» o resta indietro.
- Tutto dentro l'orario scolastico: nessun compito in più a casa, nessuna materia in meno.
- Docenti formati e materiali già pronti, uguali per tutte le classi dello stesso gruppo.
- Attenzione, metodo di studio e fiducia nelle proprie capacità sono benefici possibili, ma non garantiti: è proprio per questo che facciamo la ricerca invece di promettere risultati.
- Le famiglie riceveranno i risultati d'insieme dello studio, in un linguaggio semplice.
- Le informazioni per il consenso sono disponibili anche in altre lingue: chiedeteci il foglio nella vostra lingua.

MOMENTO 2 • DA PORTARE A CASA

«Non conta quanto tempo stai sul libro: conta cosa fai mentre ci sei.»

Stasera, o domani a cena, provate a fare due domande:

- «Qual è stata la parte più difficile dei compiti di oggi?»
- «Come hai capito di aver capito?»

Sono le stesse domande che alleniamo in classe: farle a casa raddoppia l'effetto.

Prima di uscire: scrivete su un foglietto la vostra domanda. Risponderemo a tutti.