

Hałas w szkole

co warto wiedzieć i co możemy zmienić

Krótką prezentacją na spotkanie rady pedagogicznej.

Bezstraszenia, bez diagnozowania dzieci - z naciskiem na warunki do słuchania, koncentracji i regeneracji.

CEL SPOTKANIA

Wspólnie wybrać 1-3 proste zmiany, które szkoła może przetestować od razu.

Dlaczego w ogóle rozmawiać o hałasie?

Dźwięk jest naturalną częścią szkoły. Problem zaczyna się wtedy, gdy utrudnia usłyszenie, skupienie lub odpoczynek od bodźców.

Trzy rzeczy, które warto zapamiętać

01 Rozumienie mowy

Gdy wiele dźwięków nakłada się na siebie, trudniej wychwycić głos nauczyciela i ważną część polecenia.

02 Uwaga i zmęczenie

Stały wysiłek wybierania ważnych dźwięków może zwiększać zmęczenie i utrudniać utrzymanie uwagi.

03 Różne reakcje

Ta sama sytuacja może być dla jednego ucznia neutralna, a dla innego bardzo obciążająca.



WHO i EEA wskazują, że nadmierny hałas może wiązać się m.in. z pogorszeniem warunków uczenia się i funkcjonowania poznawczego dzieci.

Gdzie powstaje hałas szkolny?

Najczęstsze źródła

Sala lekcyjna

rozmowy w tle, krzesła, multimedia, otwarte drzwi

Korytarz

wiele rozmów naraz, ruch, pogłos, dzwonki

Stołówka

duża liczba źródeł dźwięku i twarde powierzchnie

Świetlica

nakładające się aktywności i brak spokojniejszych stref

Sala gimnastyczna

echo, uderzenia piłek, gwizdki, ruch grupy

Otoczenie szkoły

ruch uliczny, remonty, urządzenia techniczne

W praktyce najbardziej męczące bywają nie pojedyncze głośne dźwięki, ale ich nakładanie się i brak momentów regeneracji.

Jak hałas może wyglądać na lekcji?

Nie szukamy „objawu hałasu”. Szukamy powtarzalnych sytuacji, w których warunki słuchania utrudniają pracę.

Co można zauważyć

- częste prośby o powtórzenie polecenia;
- trudność z rozpoczęciem zadania po instrukcji ustnej;
- większe rozproszenie przy otwartych drzwiach lub hałasie z korytarza;
- dłuższy czas powrotu do pracy po głośnej przerwie;
- zasłanianie uszu, napięcie, drażliwość albo wycofanie u części uczniów;
- wyraźne różnice między spokojniejszymi i bardziej pogłosowymi salami.

Co sprawdzić w swojej szkole?

10-minutowy spacer obserwacyjny

- 1 Przejdź po budynku podczas lekcji.
- 2 Powtórz spacer w czasie przerwy lub obiadu.
- 3 Zapisz miejsca, w których trudno rozmawiać bez podnoszenia głosu.
- 4 Zauważ źródła dźwięku, które można łatwo ograniczyć.
- 5 Wybierz maksymalnie trzy miejsca do dalszego sprawdzenia.

Nie musisz zaczynać od specjalistycznych pomiarów. Najpierw warto ustalić, gdzie i kiedy warunki słuchania są najgorsze. Pomiary techniczne mają sens, gdy szkoła potrzebuje dokładniejszej oceny akustycznej.

Proste działania o niskim koszcie

Co można przetestować od razu

Instrukcja bez tła

na czas ważnego polecenia ograniczyć rozmowy równoległe i zbędne urządzenia

Meble i drzwi

filce, gumowe odbojniki, delikatne zamykanie, ograniczenie przesuwania

Spokojniejsza strefa

ustalić dostępne miejsce na krótki reset od dźwięków

Spokojne przejścia

po przerwie dać grupie krótką chwilę na powrót do zadania

Miejsce w sali

dla wybranych uczniów zmienić miejsce tak, by łatwiej słyszeli nauczyciela

Jedna zmiana naraz

testować przez tydzień i sprawdzać, czy faktycznie pomaga

Czego nie robić?

Nie wymagaj stałej ciszy

Szkoła jest miejscem rozmowy, ruchu i relacji. Celem jest ograniczenie zbędnego hałasu, nie tłumienie każdej aktywności.

Nie diagnozuj po zachowaniu

Drażliwość, brak uwagi czy wycofanie mogą mieć wiele przyczyn. Obserwuj wzorzec i warunki.

Nie przerzucaj odpowiedzialności na dziecko

Uczeń może mieć strategie radzenia sobie, ale szkoła odpowiada także za organizację środowiska.

Nie wprowadzaj 10 zmian naraz

Trudno wtedy ocenić, co naprawdę zadziałało. Lepiej krótki test jednej lub dwóch rzeczy.

Plan na najbliższy tydzień

Najlepiej zakończyć spotkanie konkretną decyzją, a nie samą świadomością problemu.

Ustalcie wspólnie

1

Jedno miejsce

Gdzie hałas najbardziej utrudnia pracę?

2

Jedną zmianę

Co możemy przetestować bez dużych kosztów?

3

Jedną osobę odpowiedzialną

Kto zbierze krótkie obserwacje?

4

Termin powrotu

Kiedy sprawdzimy, czy zmiana pomogła?

Źródła wykorzystane w opracowaniu

World Health Organization, Environmental Noise Guidelines for the European Region (2018); WHO/Europe, materiały „Noise”; European Environment Agency, materiały dotyczące wpływu hałasu środowiskowego na uczenie się dzieci.