



Od października w Szkole Podstawowej nr 2 w Bolesławcu realizowany jest projekt „Lubię ciszę”. Powstał on z myślą o potrzebie zwrócenia uwagi na problem nadmiernego hałasu nie tylko w szkole, lecz także w codziennym życiu.

Nadmiar dźwięków może powodować poczucie dyskomfortu, bóle i zawroty głowy, problemy z koncentracją, reakcje stresowe, zakłócenia snu czy inne skutki natury fizjologicznej. Badania wykazują, że dźwięk nawet poniżej 70 dB może prowadzić do rozdrażnienia, zmęczenia, spadku wydajności naszej pamięci i procesów poznawczych. Hałas wpływa negatywnie również na efekty nauki. Powoduje trudności w czytaniu i pisaniu oraz rozwijaniu zadań matematycznych. Pojawiają się przy tym problemy psychologiczne, takie jak agresja czy nadmierne pobudzenie.

- W związku z tym organizujemy – w miarę możliwości – raz w miesiącu szkolny „Dzień Ciszy”. W tym dniu dzwonek jest wyłudzony, a uczniowie starają się milczeć lub mówić szeptem. Nauczyciele oceniają w każdej klasie ciszę oraz pracę na lekcji, a wyniki zapisują na specjalnej tablicy. Przerwy międzylekcyjne mogą spędzić na korytarzu, podwórku szkolnym albo w specjalnie przygotowanych strefach: relaksu oraz gier planszowych. Również podczas przerw „strażnicy ciszy” nagradzają najciszej zachowujących się uczniów specjalnymi naklejkami, które następnie są zliczane, a ich suma jest dodawana do zbiorczej punktacji. Tytuł „Najciszej Klasy” otrzymuje ten zespół, który uzyska najwięcej punktów. Ponadto w tym dniu przygotowywane są gazetki tematyczne, a niektóre klasy wykonują plakaty o szkodliwości hałasu. Niedawno przeprowadziliśmy również ankietę wśród uczniów zatytułowaną „Czy przeszkadza mi hałas w szkole”. Jej wyniki zostaną przedstawione podczas marcowego „Dnia Ciszy”. Planujemy także odrobinkę ciszy dzwonki w naszej szkole oraz postaramy się o zamontowanie na korytarzach Elektronicznego Ucha (Sound Ear Elektronic) – urządzenia, które alarmuje, gdy w pomieszczeniu jest za głośno. Hałas towarzyszy nam prawie przez cały dzień. Szczególnie szkodzi nam w miejscach, gdzie nagminnie przekraczany jest jego dopuszczalny próg – poziom głośności na szkolnej przerwie to granica 85-100 dB. Problem jest poważny i nawet sami uczniowie powoli zaczynają zdawać sobie z tego sprawę. Często słyszymy od nich, że hałas im przeszkadza i takie miejsca, jak strefa relaksu i gier planszowych, są w szkole bardzo potrzebne. Jest to dla nas bardzo ważna informacja zwrotna, dzięki której wiemy, że nasz projekt wychodzi naprzeciw problemowi i powinien być kontynuowany - informuje **Irena Sikora-Kołodyska**, dyrektorka Szkoły Podstawowej nr 2 w Bolesławcu.

info/2023/02/cisza

