

# DAL RUMORE AL BENESSERE

## Schema di lezione

[www.eliminareilcaos.it](http://www.eliminareilcaos.it)

### SINTESI

Questo schema è una base di partenza personalizzabile per applicare il casinometro in classe. Lo scopo è di aumentare la consapevolezza del rumore che viene prodotto in classe quando ogni alunno parla a un volume sufficientemente alto per innescare quell'effetto domino che fa esplodere il Caos. È bene fare tenere questa lezione "prima" di applicare il protocollo del Casinometro e in particolare la regola che la classe deve impegnarsi a raggiungere (vedi Protocollo del Casinometro).

### OBIETTIVO

L'obiettivo è di creare un clima di ascolto in classe dove sia l'insegnante sia ogni alunno possa avere la possibilità di essere ascoltato dalle altre persone quando parla.

### REQUISITI PRELIMINARI

- Aver tarato il fonometro in modo da rendere coerenti i valori misurati dall'app con quelli della tabella dei decibel associati ai rumori presente qui: <https://it.wikipedia.org/wiki/Decibel>
- Quaderno o foglietti di carta su cui scrivere

| ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE  | ISTRUZIONI PER ALUNNI  | MATERIALI  |
|--|--|--|
| <p align="center"><b>FASE 1</b></p> <p>Annunciare l'argomento della giornata dandogli importanza. L'ideale è collocare l'argomento del rumore/silenzio all'interno della propria materia. Il concetto di rumore/silenzio è facilmente collegabile alle materie scientifiche ma anche a quelle umanistiche. Tenere questa parte introduttiva MOLTO BREVE. Il suo scopo è solo quello di comunicare che non stiamo scherzando ma che abbiamo TUTTA l'autorità per parlare di questo argomento e che non si tratta di una "perdita di tempo". Che non sembri un diversivo.</p>  | <p>Quaderno aperto, pronti per scrivere.<br/>Gli alunni devono avere il quaderno aperto davanti ed essere pronti a rispondere sul quaderno alle domande dell'insegnante</p>  | <p>Il quaderno o un foglio su cui scrivere</p>   |
| <p align="center"><b>FASE 2</b></p> <p>L'insegnante pone le seguenti domande e attende in silenzio che gli alunni abbiano risposto sul quaderno. NB Le domande vanno poste una alla volta, non insieme.</p> <p><b>DOMANDA 1:</b><br/>Qual è il momento della tua giornata in cui c'è più rumore a casa o a scuola?</p> <p><b>DOMANDA 2:</b><br/>Qual è il momento della tua giornata in cui c'è più silenzio?</p> <p><b>DEBRIEFING</b><br/>Quando il tempo è terminato si fanno parlare gli alunni, si fanno leggere le risposte a chi le vuole leggere. È importante non escludere nessuno è qui che si crea un clima di ascolto.</p>   | <p>Gli alunni hanno a disposizione un tempo breve 1-2 minuti per riflettere rispondere alle domande dell'insegnante.</p>   |  |
| <p align="center"><b>FASE 3</b></p> <p>L'INSEGNANTE INTRODUCE L'ARGOMENTO "IL RUMORE":<br/>VIDEO 1: TUTTI I SUONI DELL'UNIVERSO (CARTONE)<br/>VIDEO 2: Il gambero pistola quando va a caccia</p> <p><b>DOPO LA VISIONE DEL VIDEO L'INSEGNANTE CHIEDE:</b><br/>Secondo voi si può misurare il rumore? Come si potrebbe fare secondo voi? Pensateci e scrivete la risposta sul quaderno.</p>   | <p>Gli alunni hanno a disposizione un tempo breve 1-2 minuti per riflettere alle domande dell'insegnante.</p>  | <p>VIDEO 1<br/><a href="#">TUTTI I SUONI DELL'UNIVERSO</a></p> <p>VIDEO 2<br/><a href="#">Il gambero pistola va a caccia</a></p> |
| <p align="center"><b>FASE 4</b></p> <p>L'INSEGNANTE PROPONE UN PRIMO MODO PER MISURARE IL RUMORE SULLE DITA DELLA MANO (DA 1 A 5).<br/>È un modo per abituare al linguaggio del corpo i nostri alunni e a "incorporare" con una percezione fisica quel gli abbiamo appena spiegato.</p> <p><b>PRIMA PROPOSTA</b><br/>Proviamo a stare in silenzio per 30 secondi. Nessuno dice niente, solo per 30 secondi. Ci riusciamo? &gt;&gt;&gt;QUESTO È IL LIVELLO 1 DEL NOSTRO RUMOROMETRO UMANO</p> <p><b>SECONDA PROPOSTA</b><br/>Proviamo a leggere un brano del libro al nostro compagno di banco tutti insieme MA sussurrando più piano che si può. &gt;&gt;&gt; È IL LIVELLO 3 DEL RUMOROMETRO</p> <p><b>TERZA PROPOSTA</b><br/>Ora proviamo a leggere a voce normale (senza urlare) ma tutti insieme un brano del libro.<br/>&gt;&gt;&gt;QUESTO È IL LIVELLO 5 DEL RUMOROMETRO</p>      | <p>Gli alunni sono invitati a mostrare con una mano il livello di rumore che stanno percependo in classe durante l'esercitazione</p>   |  |
| <p align="center"><b>FASE 5</b></p> <p>ORA POSSIAMO MISURARE IN MODO SCIENTIFICO IL RUMORE CON UN FONOMETRO!</p> <p>L'insegnante mostra a tutta la classe - in modo che sia ben visibile - il fonometro anche nel caso venisse mostrato sullo schermo piccolo di uno smartphone. L'importante è che sia rivolto verso gli alunni. A questo punto possiamo chiedere agli alunni di:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) stare più zitti possibile per vedere quanto rumore viene misurato dal fonometro (non è zero!)</li> <li>2) per un tempo breve (!) di fare più rumore possibile (non è un rumore infinito!)</li> <li>3) di tanto in tanto durante la lezione interrompetevi e provate a chiedere agli alunni di quanto rumore c'è in classe in quell'istante secondo quel che viene misurato dal fonometro (ovviamente nascondendo il fonometro alla vista).</li> </ol> | <p>Gli alunni possono rispondere scrivendo sul quaderno o su un foglio il numero che indica il rumore che c'è in quel momento (secondo la loro percezione) e poi si confrontano insieme le risposte.</p> <p>Lo scopo è di allenarli all'autopercezione del rumore in classe.</p> |  |
| <p align="center"><b>FASE 6</b></p> <p>COMPITO DA FARE A CASA... QUAL È IL MOMENTO DEL GIORNO IN CUI TI SENTI MEGLIO?</p> <p>Pensa a quando è che ti senti meglio durante la giornata: al mattino appena sveglio, a scuola (quando?), al pomeriggio...</p> <p>Quanto "rumore" c'è in quel momento? Puoi provare a misurarlo? Con le dita di una mano o con il fonometro se riesci a installarlo sul telefono...</p>  |  |  |

**SCHEMA DI LEZIONE: DAL RUMORE AL BENESSERE**