



Słuchaj, aby zrozumieć

AUDIOEDUKACJA DLA SZKÓŁ

Kinga Sygizman

Magdalena Świerczyńska-Dolot

Katarzyna Michalak

audionomia



FUNDACJA



Słuchaj, aby zrozumieć

AUDIOEDUKACJA DLA SZKÓŁ

Kinga Sygizman
Magdalena Świerczyńska-Dolot
Katarzyna Michalak

2024

audionomia



Redakcja językowa i korekta

Agnieszka Koszowska

Projekt graficzny i skład

Andrij Fil

Projekt okładki i ilustracje

Marta Dunder

Zespół redakcyjny

Kinga Sygizman

Magdalena Świerczyńska-Dolot

Katarzyna Michalak

Zespół projektowy

Marta Korga-Bistram

Eliza Matusiak

Ewa Orzeszko

Julia Mrówczyńska-Pałgan

Materiały dźwiękowe do scenariuszy zajęć dostępne na audionomia.pl

Izabela Dłużyk

Marcin Dymiter

Inspiracja do scenariuszy

R. Murray Schafer, *A Sound Education.*

100 Exercises in Listening and Sound

making (1992) oraz działalność edukacyjna

Filharmonii Szczecińskiej



Publikacja jest dostępna na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 4.0 Międzynarodowe.

ISBN 978-83-970404-0-3

Wydawca Fundacja Audionomia, Gdańsk 2024

Sfinansowano ze środków Fundacji PZU



audionomia



Spis treści

Wprowadzenie	8
Audioedukacja a edukacja muzyczna	10
O Fundacji Audionomia	12
Część I. Po co nam uważne słuchanie?	14
Rozdział 1. Audiosfera codzienności	16
Dźwięk jako pierwszy zmysł	17
Czym jest dźwięk? Jak działa, jak wygląda?	19
Ekologia akustyczna: o znaczeniu dźwięków, które nas otaczają	23
Czym jest ekologia akustyczna?	23
Jak czyścić uszy?	28
Nasz prywatny świat też jest światem dźwięków	32
Rozdział 2. Dźwięk w komunikacji – o potrzebie uważnego słuchania	34
Słuchanie a komunikacja	36
Słuchanie świadome i nieświadome	36
Nadwrażliwość dźwiękowa a komunikacja i istnienie w świecie	39
Rozdział 3. Dźwięk w edukacji. Doświadczenia osób prowadzących zajęcia i warsztaty w szkołach i przedszkolach we współpracy z Fundacją Audionomia	42
Ustyszeć emocje	45
Rozdział 4. Przestrzeń w szkołach – jak ją zaadaptować, żeby wyeliminować hałas?	48
Akustyka wewnątrz	49
Wpływ akustyki na uczniów i nauczycieli	49
Jaką akustykę powinny mieć pomieszczenia szkolne?	51
Ochrona przed hałasem pogłosowym	51
Zapewnienie zrozumiałości mowy	52
Rozwiązania	53

Część II. Audioedukacja krok po kroku – scenariusze dla nauczycielek i nauczycieli **58**

Wprowadzenie. Audioedukacja a podstawa programowa	61
Jak przygotować dzieci do zajęć w terenie?	61
Audioedukacja a podstawa programowa – Edukacja przedszkolna	64
Szkoła podstawowa, kl. I-III	66
Szkoła podstawowa, kl. IV-VIII	68

Scenariusze – edukacja przedszkolna **71**

Zajęcia nr 1 O dźwięku i audiosferze słów kilka	72
Zajęcia nr 2 Audiosfera codzienności	73
Zajęcia nr 3 Trening uważności	74
Zajęcia nr 4 W dźwiękowym świecie zwierząt	75
Zajęcia nr 5 Głos a emocje	76
Zajęcia nr 6 Trening uważności	77
Zajęcia nr 7 Sztuka opowiadania o dźwięku	78
Zajęcia nr 8 Postuchaj, porozmawiaj	79
Zajęcia nr 9 Relaksacja dźwiękowa	81

Scenariusze – szkoła podstawowa, kl. I-III **82**

Zajęcia nr 1 Wprowadzenie do świata dźwięku	83
Zajęcia nr 2 Czym jest dźwięk?	84
Zajęcia nr 3 Trening uważności	85
Zajęcia nr 4 Spacer dźwiękowy po okolicy szkoły	86
Zajęcia nr 5 Opowiedz mi o swoich dźwiękach	87
Zajęcia nr 6 Głos a emocje	88
Zajęcia nr 7 Postuchaj, porozmawiaj	89
Zajęcia nr 8 W dźwiękowym świecie zwierząt	91
Zajęcia nr 9 Trening uważności	92
Zajęcia nr 10 Zagraj ze mną w dźwięk	93
Zajęcia nr 11 Dźwięk w filmie	94
Zajęcia nr 12 Postuchaj, porozmawiaj	95
Zajęcia nr 13 Pamięć i wyobraźnia dźwiękowa	97
Zajęcia nr 14 Spacer dźwiękowy	98
Zajęcia nr 15 Pamięć słuchowa	99
Zajęcia nr 16 Postuchaj, porozmawiaj	100
Zajęcia nr 17 Spacer dźwiękowy – szukamy hałasu	102
Zajęcia nr 18 Trening uważności	103
Zajęcia nr 19 Dźwięki z przeszłości i przyszłości	104
Zajęcia nr 20 / 21 Portret dźwiękowy miejsca. Nagrywamy i montujemy	105
Zajęcia nr 22 Słuchamy i rozmawiamy	106
Zajęcia nr 23 / 24 / 25 Tworzymy własne słuchowisko!	107

Scenariusze – szkoła podstawowa, kl. IV-VIII **108**

Zajęcia nr 1 / 2 Dźwięk jest obok nas	109
Zajęcia nr 3 O dźwięku i audiosferze słów kilka	111
Zajęcia nr 4 Spacer z słuchaniem	112
Zajęcia nr 5 Trening uważności	113
Zajęcia nr 6 Mapa dźwiękowa szkoły	114
Zajęcia nr 7 Głos a emocje	115
Zajęcia nr 8 Czy można namalować dźwiękiem portret człowieka? <i>(propozycja dla klas VII-VIII)</i>	116
Zajęcia nr 9 / 10 Portret dźwiękowy miejsca. Nagrywamy i montujemy	118
Zajęcia nr 11 Dlaczego piosenka Łukasza jest nieidealna? <i>(propozycja dla klas VII-VIII)</i>	119
Zajęcia nr 12 Ja i dźwięk	121
Zajęcia nr 13 Zagraj ze mną w dźwięk	122
Zajęcia nr 14 Dźwięki z przeszłości i przyszłości	123
Zajęcia nr 15 Hałas	124
Zajęcia nr 16 Spacer dźwiękowy – szukamy hałasu	125
Zajęcia nr 17 Pogłos	126
Zajęcia nr 18 Test zrozumiałości mowy <i>(scenariusz zajęć dla starszych grup)</i>	126
Zajęcia nr 19 / 20 / 21 Tworzymy własne słuchowisko!	130
Zajęcia nr 22 Postuchaj, porozmawiaj	131
Zajęcia nr 23 Mój dźwiękowy pamiętnik	133

Polecajki	134
Bibliografia	140

Wprowadzenie

Zamknij oczy.

Słyszysz? Tak brzmi świat. Tak brzmi Twój dom, kuchnia, ulubiony ekspres do kawy. Inne dźwięki usłyszysz na spacerze w parku, inne w lesie, jeszcze inne na głośniejszej i hałaśliwej ulicy. Wszystko ma swój odgłos – cichy szmer lub głośny pisk. Tylko od naszej uważności i skupienia zależy, ile pojedynczych dźwięków jesteśmy w stanie usłyszeć w danej chwili.

Słuch jest pierwszym zmysłem, dzięki któremu odbieramy otaczającą nas rzeczywistość. Dziecko, zanim zobaczy twarze rodziców, usłyszy ich głosy już w tonie matki. Słuchanie jest tak naturalne jak oddychanie. Słuchanie pobudza wyobraźnię i czy wrażliwość na świat.

Zacznijmy od szkoły. Co słyszysz na lekcji, podczas pracy uczniów? Szept, szturchnięcia, przekładanie kartki w zeszycie, chrząkanie, szuranie krzesła. A podczas przerwy? Dźwięki łączą się, przechodzą jeden w drugi i uniemożliwiają ich rozróżnienie. Mowa, krzyki, piski, bieganie. Tak – to jest hałas.

W takim hałasie żyjemy na co dzień. Nie tylko w szkole, ale i na zatłoczonej ulicy, w kawiarni, w markecie. Przyzwyczajiliśmy się do niego, ale czy jest on dobry dla naszego zdrowia? Jak czujemy się w szkole, a jak w lesie? Czy łagodny dźwięk szumiących liści drzew nie działają na nas relaksa-

cyjnie? Z hałasem walczymy jako społeczeństwo od dawna – mniej lub bardziej skutecznie. Jak poprawić komfort nauki i skupienia dzieci, ale też nauczycielek i nauczycieli w szkołach? Odpowiedzi znajdziesz w tej książce.

Jest w niej jednak dużo więcej. To skarbnica podpowiedzi i informacji o tym, jak ważne i potrzebne jest kształtowanie u dzieci umiejętności uważnego słuchania. Jak poprawia się koncentracja, kiedy potrafimy bardziej otworzyć nasze uszy – nie tylko na otaczający świat, ale także na drugiego człowieka. Dwoje czwartoklasistów siedzi obok siebie z „głowami w telefonach” – brzmi znajomo? Dzieci przestają ze sobą rozmawiać, nie mówią już o rodzicach, którzy nie potrafią słuchać siebie nawzajem nawet podczas rodzinnych obiadów. Żyjemy w społeczeństwie, które ma coraz większy problem z uważnym słuchaniem. Dlatego nie potrafimy się porozumieć, kłócimy się i przekrzykujemy. Jesteśmy nastawieni na nadawanie i przekonywanie, a nie na słuchanie i dialog. Tak nie musi być – to także od Ciebie zależy przyszłość dzieci, które masz pod opieką. To Ty decydujesz, czy chcesz żyć w społeczeństwie głośnym na potrzeby drugiego człowieka, czy raczej kształtującym i doceniającym uważność i wrażliwość. Mamy nadzieję, że dzięki tej książce wspólnie z nami rozpoczniesz przygodę i pracę nad procesem edukacji w zakresie uważnego słuchania. To nie będzie prosta droga, spotkasz na niej sporo wybojów i dziur. Ale ufamy, że widoczny gdzieś w oddali cel przekona Cię, że WARTO!

Audioedukacja a edukacja muzyczna

Edukacja muzyczna jest częścią procesu nauczania w przedszkolu i w szkole podstawowej. W zależności od etapu kształcenia przybiera ona różne formy. W młodszych klasach nauczanie muzyki jest częścią kształcenia zintegrowanego, w klasach IV-VIII realizowane jest w ramach konkretnego przedmiotu: muzyki.

Edukacja muzyczna nie jest tym samym, co audioedukacja. Nauczanie muzyki zakłada np. poznawanie konkretnych gatunków muzycznych, „rozdzielanie muzyki wykonywanej przez solistę, chór, orkiestrę”, poznawanie instrumentów czy formy zapisu dźwięków, utworów. Na przykładzie tych kilku założeń nauczania widać wyraźną różnicę między omawianymi formami edukacji. Ponieważ nauka uważnego słuchania zakłada koncentrację uwagi na akustycznej warstwie rzeczywistości, jej płaszczyznach, poszukiwaniu znaczeń dźwięków, wskazywaniu ich podobieństw i różnic, a przede wszystkim interpretowaniu znaczeń zawartych w warstwie dźwiękowej ludzkiej mowy i przestrzeni akustycznej, możemy stwierdzić, że audioedukacja wspomaga nauczanie muzyki, ale wychodzi poza jej zakres. Wspólną płaszczyznę możemy wskazać w założeniach podstawy programowej, według których uczeń: „słucha, poszukuje źródeł dźwięku i je identyfikuje”; „odróżnia dźwięki muzyki, np. wysokie – niskie, długie – krótkie, ciche – głośne”, „słucha muzyki w połączeniu z aktywnością ruchową, gestami dźwiękotwórczymi: klaskanie, pstrykanie, tupanie, uderzanie o uda” i wielu innych.

Liczne spostrzeżenia z publikacji naukowych poświęconych roli i znaczeniu edukacji muzycznej dzieci i młodzieży można odnieść szerzej do edukacji dźwiękowej. Barbara Wojtanowska-Janusz pisze: „Muzyka wysubtelnia słuch dziecka, uwalniając je na rozmaite niuanse dźwiękowe. Wzmacnia w ten sposób koncentrację uwagi, sprzyjając jej gotowo-

ści, wytrzymałości i podzielności” (Wojtanowska-Janusz, 2014, s. 38). W innym miejscu mowa nawet nie o edukacji muzycznej, ale o „śledzeniu zjawisk akustycznych”, które ma wpływ na „rozwój spostrzegawczości dzieci” (tamże). Aktywność muzyczna wpływa na rozwój fizyczny, „sprzyja uświadomieniu własnych przeżyć, zwiększa empatię i refleksyjność w zakresie emocjonalności potrzeb innych osób”, „następuje tworzenie więzi uczuciowej, poznawanie siebie, a w konsekwencji szybszy rozwój sfery emocjonalnej dziecka” (tamże, s. 40, 41). Te spostrzeżenia odnoszą się do audioedukacji, co potwierdzają edukacyjne doświadczenia członków i członkiń Fundacji Audionomia.

W niniejszej publikacji używamy wymiennie określeń: „audioedukacja”, „edukacja dźwiękowa” i „nauka uważnego słuchania”. Termin „audioedukacja” nie pojawia się w literaturze polskojęzycznej. W naszym rodzimym systemie kształcenia występuje określenie „edukacja muzyczna”, a w polskich szkołach – na wielu poziomach nauczania – prowadzone są zajęcia muzyczne.

Fundacja Audionomia wychodzi z propozycją szerszego spojrzenia na edukację związaną ze słuchaniem dźwięku, określaną w krajach anglojęzycznych jako „audioedukacja” (ang. audio education) i rozumianą jako szereg działań uwalniających na akustyczny wymiar rzeczywistości, na brzmienie środowiska naturalnego czy miejskiego oraz angażujących do pogłębionego słuchania i myślenia o audiosferze, która wpływa na nasze codzienne samopoczucie.

Proponujemy usystematyzowany, przemyślany i wpisujący się w podstawę programową cykl zajęć, których celem jest skierowanie uwagi na otaczające nas dźwięki, uświadomienie sobie ich roli, zrozumienie ich, a tym samym siebie i swojego otoczenia.

O Fundacji Audionomia

Organizacja powstała w 2021 roku. Tworzą ją byli i obecni reportażyści dźwiękowi, a także badaczki gatunku reportażu oraz dokumentu artystycznego z całej Polski. Członkowie i członkinie Zarządu oraz Rady Fundacji mają wieloletnią praktykę w pracy z opowieścią dźwiękową, z człowiekiem i jego emocjami. Są laureatkami i laureatami wielu prestiżowych nagród w dziedzinie reportażu dźwiękowego, w tym najważniejszych wyróżnień światowych i europejskich, takich jak Prix Italia (radiowy Oscar), Prix Europa, Prix Bohemia, Premios Ondas czy Medalu Urti. Przez większość swojego zawodowego życia słuchają świata i drugiego człowieka.

Fundacja prowadzi portal www.audionomia.pl, który jest platformą wymiany myśli na temat opowieści dźwiękowej oraz dźwiękowego otoczenia człowieka. Na portalu prezentowane są takie formy narracji audialnych, pomysłów formalnych i artystycznych, które mogą inspirować i poszerzać nasze horyzonty myślenia o opowieści audialnej. Wszystko po to, aby wokół Audionomii budować społeczność ludzi wrażliwych na dialog i świat, którzy potrafią opowiadać nie tylko o tym, co się wydarzyło, ale także o tym, co uniwersalne, ponadczasowe, ważne.

Fundacja organizuje coroczną Ogólnopolską Konferencję Reportażu Dźwiękowego, a także konkurs na najlepszy reportaż dźwiękowy w Polsce „Audionomia Award”.

We współpracy z ekologami i ekolożkami akustycznymi Audionomia informuje o skutkach smogu akustycznego, zagrożeniach wynikających z nieumiejętności uważnego słuchania, a także działa u podstaw – prowadzi warsztaty uważnego słuchania w szkołach, przedszkolach i na uczelniach w całej Polsce. Jako osoby świadome zagrożeń współczesnego „niewysłuchanego” świata, członkowie i członkinie Fundacji chcą wrócić do korzeni i uruchomić pierwotny zmysł słuchu.

W naszym kraju jest ponad piętnaście tysięcy szkół podstawowych, a ponadto szkoły prywatne i przedszkola. Placówki łączy jedno: brak audioedukacji, czyli nauki uważnego, skupionego, pogłębionego słuchania. Doświadczenia Audionomii pokazują, że uważnego słuchania można i trzeba się nauczyć. Powoli, krok po kroku.

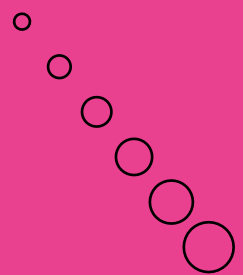
W tej książce oferujemy wsparcie w postaci opracowanych przez nas scenariuszy zajęć dla dzieci. Proponujemy bibliografię, pomocną w pogłębieniu wiedzy na temat teorii dźwięku i zmysłu słuchu. Podpowiadamy narzędzia, aplikacje, gry dźwiękowe i inne projekty, które mogą przydać się na lekcji. Na portalu www.audionomia.pl znajdziesz nagrania i linki do reportaży i stuchowisk, z których możesz nieodpłatnie korzystać w ramach lekcji. Ta książka powstała z pasji wielu ludzi – pasji do opowieści dźwiękowej i rozwijania wyobraźni.

Sprawisz nam radość, jeśli proponowanych przez nas dźwięków będziesz słuchać ze swoimi podopiecznymi, a potem rozmawiać o nich. Dzieci nie zawsze chcą używać tabletów czy laptopów. Dużo częściej potrzebują wyciszenia, skupienia, a przede wszystkim odpowiedzialnej, przyjaznej i wrażliwej osoby – mentora lub mentorki – która rozbudzi w nich zainteresowanie brzmieniem świata.

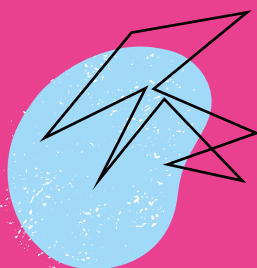
Jeśli trzymasz tę książkę w rękach, możesz sobie pogratulować. Oznacza to, że troszczysz się o swoich uczniów i uczennice, i że masz w sobie gotowość, by wyruszyć z nami w podróż do świata dźwięku.

Otwórz uszy i słuchaj!

 audionomia



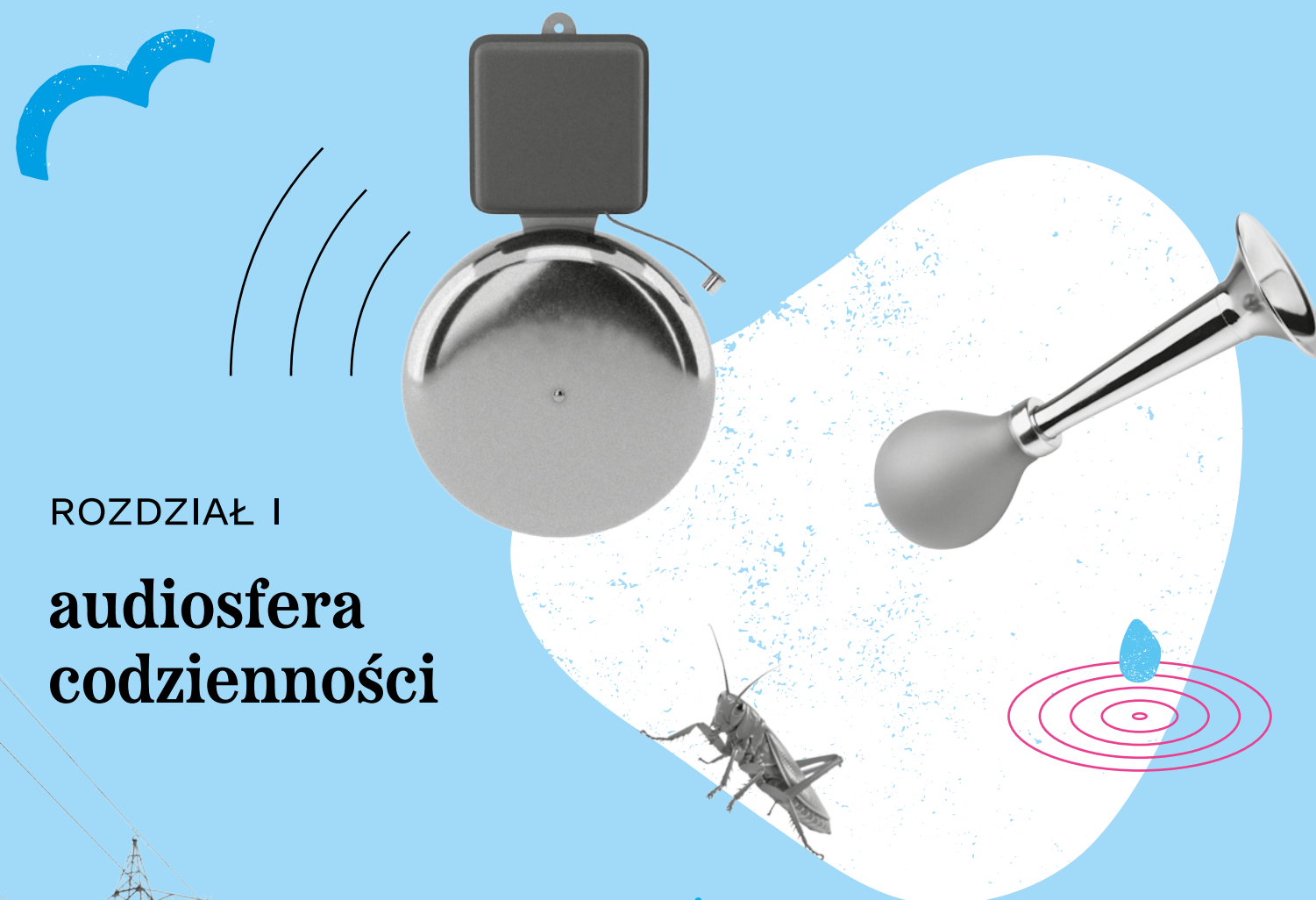
CZĘŚĆ I
**Po co nam
uważne
słuchanie?**¹



¹ Zob. także:
Michalak, K.,
2023. *Dźwięk
bez fikcji.*
O radiowym
reportażu
artystycznym.
Warszawa:
Wydawnictwo
Naukowe PWN.

ROZDZIAŁ I

audiosfera codziennosci



Dźwięk jako pierwszy zmysł

Fundamentem istnienia człowieka jest jego „połączenie ze światem”, polegające na odbieraniu bodźców i reagowaniu na nie w sposób automatyczny bądź przemyślany. Zanim zrodzi się działanie, myśl, refleksja czy emocja, ludzki mózg najpierw zareaguje na dźwięk, obraz, zapach, fakturę, smak. Dziś już wiemy, że ludzkie sensorium zmienia się wraz z postępem cywilizacyjnym i jest w jakiś sposób od niego zależne (Mich, 2014, s. 45-59). Wynalazki techniczne, będące „przedłużeniem zmysłów”, zaburzyły harmonijną współpracę władz poznawczych człowieka. Pewne zmysły zdominowały inne. Trudno dziś wyobrazić sobie, jak czułym zmysłem tysiące lat temu był ludzki słuch, którego ostrość pozwalała wychwycić najcichsze szmery czy szelesty i niejednokrotnie zapewniała przeżycie w ekstremalnych warunkach. Miał więc słuch zupełnie inne miejsce w hierarchii zdolności odbierania bodźców sensualnych niż w naszej współczesności, którą zawładnęła wizualność. Ale nie tylko aspekt biologiczny jest tu istotny. Chodzi również o zaangażowanie zmysłów w **pogłębioną relację** ze światem i drugim człowiekiem.

Słyszenie jest jednym z pierwszych ludzkich doświadczeń (zmysł słuchu staje się aktywny już w okresie prenatalnym) i w sposób naturalny stanowi połączenie ze światem i z drugim człowiekiem. Bez słuchania nie ma zrozumienia, bez zrozumienia nie zbudujemy więzi. Dźwięk jest szczególnym nośnikiem emocji².

² Porywający wykład na temat znaczenia świadomego słuchania można odnaleźć na portalu TED.com – jego autorem jest brytyjski badacz dźwięku Julian Treasure – zob. Julian Treasure, *5 sposobów na lepsze słuchanie*, 2011, https://www.ted.com/talks/julian_treasure_5_ways_to_listen_better?language=pl [dostęp: 30.11.2023].

Amerykański psycholog Anthony Storr w swojej książce *Music and the Mind* zauważa, że istnieje o wiele ściślejsza zależność w przypadku słyszenia i pobudzenia emocjonalnego (*ang. emotional arousal*) niż patrzenia w tym aspekcie. Dźwięk oddziałuje na emocje odbiorców w stopniu znacznie większym niż obraz (Storr, 1992, s. 26). Storr jako przykład podaje „instytucję” tapera powołaną w epoce kina niemego. Twórcy pierwszych dzieł filmowych bardzo szybko zorientowali się, że filmowe klatki wyświetlane w ciszy nie powodowały u widzów wystarczającego pobudzenia emocjonalnego. Dopiero muzyka grana na pianinie przez tapera wzmacniała emocjonalne oddziaływanie obrazu. Związek dźwięku z emocjami uświadomimy sobie, porównując uczucia towarzyszące oglądaniu fotografii zranionego zwierzęcia z wrażeniem, jakie wywołuje odgłos jego skowytu. Storr zastanawia się, czy przyczyną tak ścisłego związku słyszenia z emocjami nie jest właśnie fakt, że słyszymy u początków życia. Zmysł słuchu jest pierwszym zmysłem, który komunikuje nienarodzonemu jeszcze dziecku istnienie świata poza łonem matki. Dlaczego współcześnie, wraz z dorastaniem małego człowieka, staje się zmysłem coraz mniej aktywnym?

Zanim wynaleziono alfabet fonetyczny, „człowiek żył w świecie plemiennej głębi i rezonansu, świecie kultury mówionej, której struktura była pochodną dominującego zmysłu słuchu. Słuch – w przeciwieństwie do zimnego i neutralnego wzroku – jest wrażliwy, wyczulony, włączający i daje oparcie sieci plemiennej wspólnoty, dzięki której wszyscy członkowie grupy mogli żyć w harmonii” (Mich, 2014). Dlatego tak ważne jest dziś, w świecie pogłębiających się podziałów, propagowanie umiejętności świadomego słuchania.

Głos, barwa, tempo, intencja – to elementy wypowiedzi, na które odbiorcy kultury audiowizualnej i multimedialnej stają się mniej czuli. Współczesny badacz dźwięku – Julian Treasure – zauważa, że wraz z pojawieniem się pisma, ale też innych metod zapisu słowa, zniknęła „ premia za uważne słuchanie”. Treasure, w wykładzie na popularnej platformie edukacyjnej TED wyrokuje, że współcześnie tracimy zmysł słuchu. Na ogół poświęcamy około 60 procent czasu porozumiewania się na słuchanie, ale zapamiętujemy tylko 25 procent tego, co usłyszymy. „Stajemy się niecierpliwi. Nie chcemy już oratoriów, chcemy bitów dźwiękowych. Sztuka konwersacji jest zastępowana, według mnie niebezpiecznie, **przez osobiste nadawanie**. (...) Media muszą wykrzykiwać nagłówkami, aby przyciągnąć naszą uwagę. To oznacza, że trudniej nam skupić się na ciszy, na subtelności, na prostocie. (...) Zatrącanie słuchu to poważny problem (...), **ponieważ słuchanie jest kluczem do pojmowania. Świado-**

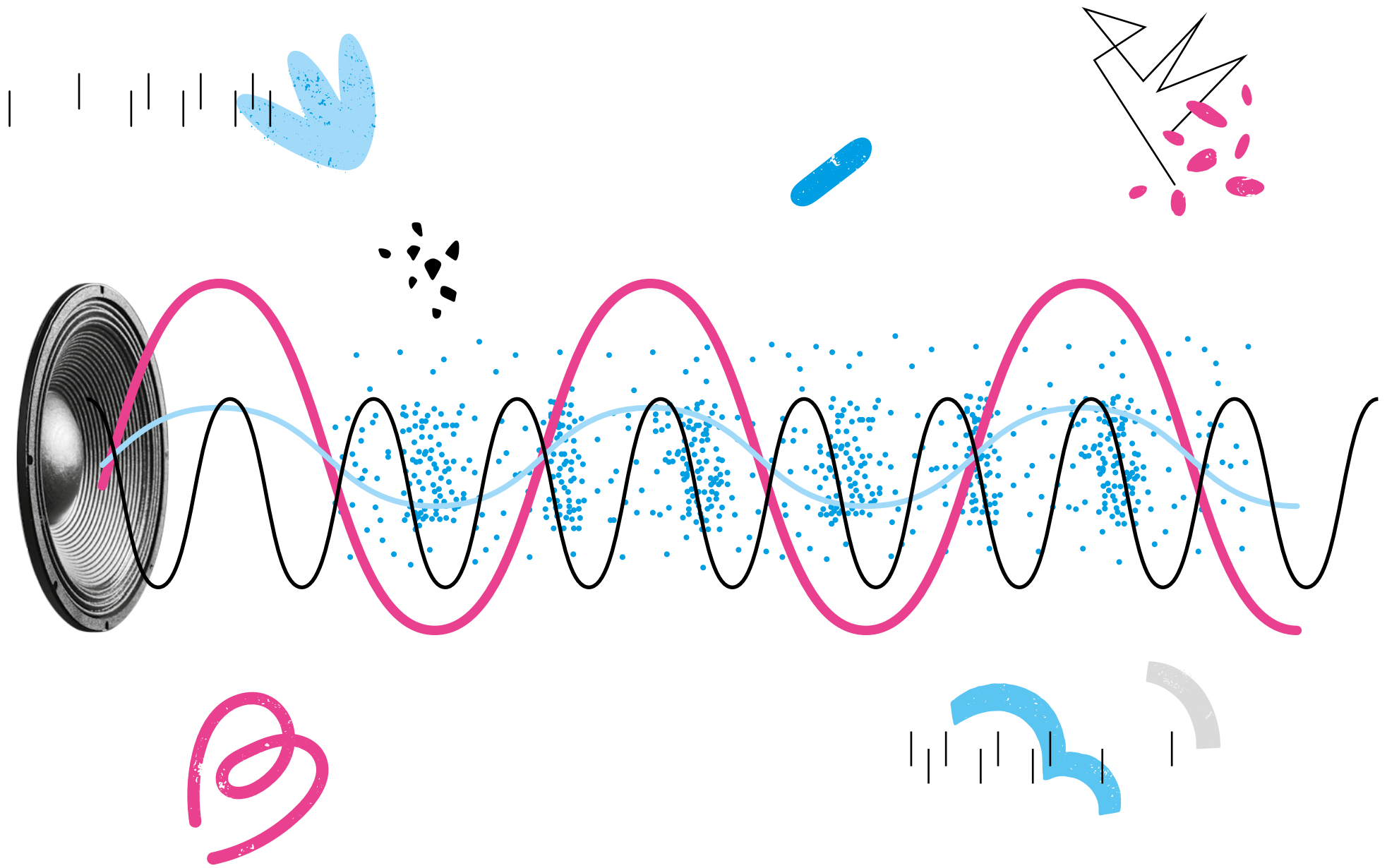
me słuchanie zawsze tworzy zrozumienie. Bez zrozumienia – nie ma mowy o budowaniu więzi (Treasure, 2011).”

Czym jest dźwięk? Jak działa, jak wygląda?

W książce Fundacji Learn How to Sound pt. *Halo! Tu dźwięk* zawarty jest niezwykle obrazowy opis dźwięku jako ruchu cząsteczek, a właściwie ich drgań. Aby powstał dźwięk, potrzebne jest źródło tych drgań. Na przykład, kiedy uderzysz łyżką w brzeg talerza, zaczyna on wibrować. Ruch ten nieznacznie poszturchuje cząsteczki powietrza tuż obok talerza. Chociaż przesuwają się one zaledwie odrobinę, to popychają kolejne cząsteczki, a te kolejne i kolejne. Większość z nich prawie nie zmienia położenia, ale ruch jest wystarczający, by dźwięk dotarł jako fala aż do naszego ucha. Jeśli trudno Ci sobie wyobrazić, w jaki sposób dźwięk przemieszcza się na duże odległości, skoro cząsteczki powietrza tylko drgają, wyobraź sobie grę w „podaj dalej”. Kiedy grupa osób ustawi się obok siebie w rzędzie i zacznie podawać sobie piłkę z jednego końca na drugi, to może ona dotrzeć bardzo daleko, chociaż nikt nie będzie zmieniał swojej pozycji, tylko obracał się z boku na bok. Tak właśnie zachowuje się fala dźwiękowa (Gusztal i in., 2020).

Początki nagrywania dźwięku sięgają roku 1857, w którym Francuz, Édouard-Léon Scott de Martinville, opatentował fonograf. „Urządzenie zapisywało dźwięk w formie graficznej poprzez ryceł stawiający ślady na papierowym cylindrze. Ryceł ten wprowadzany był w ruch poprzez tubę oraz membranę, która była wprawiana w ruch poprzez fale akustyczne” (Denon Store, 2021) [dostęp: 30.11.2023].

Kolejny etap w rozwoju rejestracji dźwięku zawdzięczamy wynalazkowi Thomasa Edisona – fonografowi. W 1877 roku Amerykanin zaprezentował nagranie zarejestrowane i wyemitowane przez fonograf. „Urządzenie to składało się z diamentowej igły, która pierwotnie rzeźbiła rowek na walcu pokrytym folią z cyny. Rolę głośnika oraz mikrofonu pełniła metalowa rura” (Denon Store, tamże). Rok 1888 przyniósł narodziny płyty gramofonowej, wynalazku, bez którego dziś trudno wyobrazić sobie świat muzyki. Początkowo płyta ta była tworzona z ebonitu, następnie – i tak zostało do dnia dzisiejszego – z polichloru winylu. „Początkowo płyty gramofonowe odtwarzały muzykę monofoniczną. Pierwsze kroki w kierunku stereofonii postawione zostały w roku 1928 przez W. Bartletta Jonesa”. Pierwsze płyty gramofonowe pozwalały na zapis 2 minut dźwięku. Przełom nastąpił w 1946 roku, kiedy Columbia Records przedstawiła płytę długogrającą, na której można było zapisać 25 minut nagrania (Denon Store, tamże).



W 1889 roku Valdemar Poulsen, duński inżynier, skonstruował urządzenie zwane telegrafonem, będące prekursorem magnetofonu. Telegrafon wykorzystywał jako nośnik stalowy drut. Pierwszy magnetofon został zbudowany w 1929 lub 1930 roku i zamiast drutu posiadał cienką stalową taśmę (RMS.pl, [2023]). Pod koniec lat 70-tych koncerty Philips i Sony wspólnymi siłami stworzyły płytę kompaktową, której oficjalna premiera przypadła na 1982 rok. W nowe tysiąclecie weszliśmy z odtwarzaczami mp3 i mp4. A dziś rejestracja dźwięków jest codziennością, dzięki telefonom komórkowym.

Swoje historyczne etapy ma też sposób rejestrowania dźwięku w reportażach radiowych. Pierwszy program radiowy w Polsce został wyemitowany 1 lutego 1925 roku, a już pod koniec dwudziestolecia międzywojennego była możliwa transmisja wydarzeń odbywających się poza studiem radiowym: „Pierwszy punkt zwrotny w historii technicznego rozwoju reportażu radiowego przypada na rok 1935, kiedy to pionierskie w polskiej radiofonii urządzenie do nagrywania dźwięku – aparaturę Neumana – zainstalowano w wozach transmisyjnych. W tym samym czasie w rozgłośni warszawskiej pojawiał się też system rejestracji dźwięku na taśmie stalowej, Stille” (Klimczak, 2011, s. 64).

Swobodne rejestrowanie dźwięków reporterskich było jednak możliwe po wprowadzeniu w latach pięćdziesiątych mikrofonów i magnetofonów przenośnych. „Nastąpiło wówczas bowiem przekroczenie dwóch granic – przestrzennej i realizacyjnej, technicznej. Pojawienie się urządzeń o niewielkich rozmiarach i – z ówczesnego punktu widzenia – wadze, rozszerzyło zakres miejsc, w których nagrywający dźwięki reporter mógł się pojawić” (Klimczak, 2011, s. 65). Konsekwencją wprowadzenia przenośnych urządzeń była nowoczesna – w tamtych czasach – forma zapisu dźwięku na taśmie magnetycznej.

Lata 90-te w polskim reportażu to początek rejestracji cyfrowej dźwięku i montażu komputerowego. Pierwszym reportażem zrealizowanym w technice dziś będącej standardem jest audycja Ireny Piłatowskiej i Waldemara Modestowicza *Chwalcie łąki umajone* (1993 rok).

Ekologia akustyczna: o znaczeniu dźwięków, które nas otaczają

Czym jest ekologia akustyczna?

Ekologia akustyczna (ekologia dźwiękowa) – termin stworzony przez Raymonda Murraya Schafera, nurt proekologiczny w stosunku do środowiska życia człowieka, ale środowiska dźwiękowego; ekologia akustyczna „określa taki sposób myślenia o środowisku akustycznym, a także podejmowania działań na jego rzecz, w którym chodzi o eliminowanie zanieczyszczenia akustycznego (potocznie nazywanego hałasem) oraz ochronę ciszy, a równocześnie o wnikliwe słuchanie” (Losiak, 2017, s. 116).

Negatywne zmiany zachodzące w środowisku dźwiękowym i ich wpływ na czułość słuchową człowieka stały się przedmiotem namysłu badaczy i artystów identyfikujących się z **ekologią dźwiękową**. Ten popularny trend przywracania słuchaniu należnej mu rangi bez wątplenia związany jest z troską o przyszłość cywilizacji, w tym także o jakość relacji społecznych czy po prostu międzyludzkich. „Słuchanie jest ważniejsze niż wydawanie dźwięków” – stwierdził kanadyjski kompozytor muzyki eksperymentalnej i performer Alvin Lucier³. To właśnie w Kanadzie narodziła się w latach 60-tych ubiegłego wieku dyscyplina mająca na celu opis i analizę relacji człowieka ze środowiskiem dźwiękowym. Za twórcę ekologii akustycznej, bo o niej mowa, uważa się Raymonda Murraya Schafera, który w 1977 roku opublikował nowatorską książkę *The Tuning of the World*. Wcześniej wspomniany Alvin Lucier stworzył pojęcie „pejzażu dźwiękowego”⁴.

3 Cytat ten przywołał w rozmowie z Katarzyną Michałak muzyk i badacz pejzażu dźwiękowego – Marcin Dymiter – zob. Reportaż „Otwórz uszy”, 2017, <https://radio.lublin.pl/news/20-07-2017-reportaz-katarzyny-michalak-otworz-uszy>, [dostęp: 30.11.2023].

4 Termin „pejzaż dźwiękowy” (ang. *soundscape*) po raz pierwszy został użyty w książce *A New Soundscape* (1965) przez Alvina Luciera, a następnie przejęty przez Raymonda Murraya Schafera, który określał nim dowolne środowisko dźwiękowe (za: Kapelański, 2005).

Pejzaż dźwiękowy (*ang. soundscape*) – termin związany także z nazwiskiem Raymonda Murraya Schafera, dla którego jest to dowolna część środowiska dźwiękowego poddana badaniu, przy czym kategorię tę odnosi on zarówno do rzeczywistych środowisk, jak i do abstrakcyjnych konstrukcji. To środowisko dźwiękowe ma dwie sfery: lo-fi i hi-fi. „Ten pierwszy [pejzaż] cechuje wyrazistość dźwięków, jest to krajobraz naturalny, drugi charakteryzuje się dźwiękami jednostajnymi, hałasem, redundancją” (źródło: R. Tańczuk, „Pejzaż dźwiękowy” jako kategoria badań nad doświadczeniem miasta, s. 13).

Audiosfera – dźwiękowe otoczenie człowieka. Możemy mówić o audiosferze szkoły, placu zabaw, domu. Każde pomieszczenie i przestrzeń ma swoją audiosferę.

W roku 1969 Schafer rozpoczął działania, których celem było ustanowienie na rodzimej uczelni Simon Fraser University w Burnaby (British Columbia) stowarzyszenia wspierającego projekt Pejzaż Dźwiękowy Świata (World Soundscape Project – WSP). Jak wyjaśnia Marcin Dymiter – jeden z polskich przedstawicieli nurtu badawczego poświęconego ekologii akustycznej – przedsięwzięcie miało na celu realizację nagrań terenowych, analizę środowisk dźwiękowych oraz edukację. Głównym celem stowarzyszenia była refleksja nad fenomenem dźwięku zaniedbywanym w „kulturze obrazu”. Realizatorzy World Soundscape Project, za pomocą ćwiczeń „czyszczenia uszu” (*ang. ear cleaning*), pragnęli doprowadzić do podniesienia „kompetencji sonologicznej” (*ang. sonological competence*) w społeczeństwie (Dymiter, [2019]).

Nie będzie chyba przesady w stwierdzeniu, że ekologia akustyczna to dziedzina zrodzona z troski o jakość naszego życia. Uzmystawia ona, jak bardzo dźwięk został zmarginalizowany w kontekście kultury wizualnej. Marginalizacja dźwięku oznacza rezygnację z wielu bogatych doświadczeń poznawczych, estetycznych, ale przede wszystkim społecznych. Umiejętność słuchania, jak już wspomniano wcześniej, przekłada się na umiejętność **budowania relacji**. Marcin Dymiter w reportażu autorstwa Katarzyny Michalak zatytułowanym *Otwórz uszy* przekonuje: „Komunikatory, wiecznie włączony telefon – to nie jest prawdziwy świat. To jest technologia, której używamy w wielu momentach z nadwyżką. Natomiast w tym samym czasie odzywają się do nas dźwięki fauny i flory, odzywa się świat, który cały czas daje nam piękne komunikaty: o barwie, strukturze, o warstwach, o głębi dźwiękowej. I uważne słuchanie, zatopienie się w tej sytuacji dźwiękowej, powoduje, że zaczynamy tego świata

słuchać inaczej. To jest jakby rodzaj praktyki słuchania, która otwiera na kolejne i kolejne znaczenia” (Michalak, 2017) [dostęp: 29.06.2019].

Ekolodzy dźwięku proponują współczesnym odbiorcom jeszcze jeden tryb słuchania świata: słuchanie głębokie. Propagatorka tej praktyki Pauline Oliveros⁵ następująco definiuje różnicę między słyszeniem a słuchaniem świadomym czy też pogłębionym: „Słyszenie jest fizycznym narzędziem umożliwiającym percepcję. Słuchanie jest **rodzajem uwagi** skierowanej na to, co jest postrzegane zarówno akustycznie, jak i psychologicznie” (cyt. za: Misiak, 2019, s. 19). „Można się zatem otworzyć także do wewnątrz. Do wnętrza własnego bądź innych” – dodaje Tomasz Misiak, badacz kultury współczesnej. W praktyce głębokiego słuchania istotne są bowiem dwa elementy. Po pierwsze „gest otwarcia, rozumiany jako zmiana nastawienia modelująca percepcję” (Misiak, tamże). Zmiana ta wymaga **zatrzymania się oraz uważności**. Po drugie, pożądana jest umiejętność **odkrywania relacji pomiędzy dźwiękami**, których fenomen polega na ciągłej zmienności, dzianiu się i wzajemnym przenikaniu. Jest zatem głębokie słuchanie praktyką zarówno medytacyjną, jak i kompozytorską – podsumowuje Misiak (Misiak, tamże, s. 21). Praktykowanie świadomego czy też głębokiego słuchania wymaga swoistej pracy u podstaw, polegającej na przykład na wprowadzaniu do programów szkolnych specjalnych modułów zajęć w ramach edukacji medialnej⁶. Faktycznie chodzi tu o spełnienie postulatów Schafera, który już w latach sześćdziesiątych apelował o konieczność zmiany sposobów słuchania i o tzw. „czyszczenie uszu” (*ang. ear cleaning*). Zdominowane przez hałas pejzaże dźwiękowe, wśród których żyjemy, określane przez Schafera jako lo-fi, „przypominają ścianę dźwięku zasłaniającą wszystko wielopasmowym szumem” (Misiak, 2019, s. 23). Trudno nam jest wyodrębnić z tego szumu pojedyncze dźwięki a zarazem docenić akustyczną różnorodność świata. Trudno też usłyszeć intencję kierowanych do nas komunikatów, ich odcienie emocjonalne. Schafer namawia nas do znalezienia cichej, wypełnionej harmonią dźwiękową przestrzeni hi-fi – i usłyszenia świata na nowo.

Wiosną 2020 roku w sposób zaskakujący, a nawet szokujący, nasze pejzaże dźwiękowe z dnia na dzień się zmieniały. Wraz z wybuchem pandemii COVID-19 i ustanowieniem narodowej

5 Pauline Oliveros – amerykańska kompozytorka, założycielka Deep Listening Foundation.

6 Propozycję praktycznych ćwiczeń uważnego słuchania przedstawił już sam Schafer w broszurze *A Sound Education. 100 Exercises in Listening and Sound-Making*, tłum. pol. *Poznaj dźwięk. 100 ćwiczeń w słuchaniu i tworzeniu dźwięków*, tł. R. Augustyn, Wydawnictwo Muzyczne Brevis, Poznań 1995.

kwarantanny, tempo życia uległo spowolnieniu, jego rytm został zaburzony, zmieniły się priorytety. Zmieniła się też radykalnie audiosfera, szczególnie dużych miast. Lockdown zablokował możliwość dokonywania nagrań reporterskich „twarzą w twarz” z rozmówcami i praktycznie uniemożliwił autorom reportaży wykonywanie ich pracy. W tych ograniczeniach narodził się projekt dźwiękowy „Nie słyszę...”, nad którym pracowały wspólnie w pierwszym okresie pandemii Katarzyna Michalak i Magda Świerczyńska-Dolot.

Projekt „Nie słyszę...” narodził się z potrzeby opowiedzenia o dźwiękach, które zniknęły z naszego życia w czasie kwarantanny. W szerszej perspektywie autorki pragnęły jednak włączyć się we wspomnianą „pracę u podstaw” i sprowokować osoby uczestniczące w przedsięwzięciu do uświadomienia sobie wagi obecności dźwięku w codzienności. Zamierzały odwołać się „do najprostszych i najbardziej oczywistych przykładów z życia codziennego, w którym nieustannie wytwarzamy dźwięki, na przykład poruszając się, rozmawiając, przygotowując i spożywając posiłki, sprzątając i wykonując dziesiątki innych czynności” (Losiak, 2017, s. 119). Poprzez wydarzenie utworzone na Facebooku poprosiły słuchaczy o nadsyłanie krótkich, dwu- lub trzyminutowych opowieści o odnotowanych w tamtym czasie zmianach w otoczeniu dźwiękowym – zmianach oznaczających zwykle jakiś brak: miejsca, człowieka, codziennych nawyków. Zaproszenie miało formę filmu prezentującego fotografie wykonane w czasie „narodowej kwarantanny”, którym towarzyszył wygotowany tekst: „Od jakiegoś czasu nie słyszę...”.

Od jakiegoś czasu nie słyszę...

Nie słyszę opowieści moich rozmówców.

Nie słyszę westchnień, chrząknięć, śmiechu.

*Nie słyszę szeptu ani szlochu. Nie słyszę ciszy.
Między słowami.*

*Moje narzędzia pracy czekają w kącie pokoju
na lepszy czas.*

(...)

7 Projekt został zauważony w Polsce i na świecie; w październiku 2020 r. otrzymał nominację do nagrody Prix Europa podczas Międzynarodowego Festiwalu Nadawców w Poczdamie (kategoria Digital Audio), natomiast rok później został uhonorowany nagrodą Prix Bohemia podczas Międzynarodowego Festiwalu Produkcji Radiowych w Otmuńcu, zwyciężając w kategorii Multimedia. Na temat idei projektu zob. także: artykuł A. Warnke *Dźwięk non-fiction*, <https://culture.pl/pl/artykul/dzwiek-non-fiction> i wywiad A. Zielińskiej z autorkami projektu w ramach 30. Festiwalu Mediów: Człowiek w zagrożeniu, 24 listopada 2020, <https://www.youtube.com/watch?v=YVIXTLaFm7A&t=1324s>.

*Bardzo tęsknimy za głosem drugiego człowieka.
Za tym, by usiąść twarzą w twarz. I słuchać.*

*Dlatego właśnie kierujemy do was prośbę.
I zaproszenie.*

*Opowiedzcie nam o tym, czego NIE SŁYSZYCIE
podczas kwarantanny.*

Za jakimi dźwiękami tęsknicie?

*Może to szum ulubionej kawiarni, może odgłos
bujania dziecka na huśtawce?*

Może szkolny dzwonek, albo głos babci?

Co znaczyły dla was te dźwięki? Jak brzmiały?

Jakie obrazy wywoływały?

Co zastępuje je teraz? W izolacji...

Na zaproszenie autorek zareagowało sto kilkadziesiąt osób, zaś ostatecznie do skrzynek mailowych trafiło ponad dwadzieścia audio-opowieści. Można je podzielić na cztery grupy tematyczne dotyczące: głosu (szczególnie pozawerbalnych aspektów mowy), odgłosów podróży, ciszy (zarówno tej pozytywnej, jak i negatywnej) i dźwiękowych epifanii – odkryć, których dostarcza nam znalezienie się w przestrzeni hi-fi. Co najważniejsze, refleksja nad zmianami w audiosferze poprowadziła osoby uczestniczące w projekcie ku głębokiej autorefleksji, a słuchaczom umożliwiła wniknięcie do intymnych światów wypowiadających się osób. Jak zauważa Kinga Sygizman: „Projekt Nie słyszę... jest formą zachowania od zapomnienia nie tylko odgłosów pojmowanych w sposób fizyczny jako wrażenie słuchowe wywołane falą akustyczną, ale przede wszystkim refleksji na temat tego, co te dźwięki – lub ich brak – zmieniają w nas samych” (Sygizman, 2022, s. 278). Nasz pandemiczny projekt zakomunikował najważniejszy wymiar głębokiego słuchania, który można określić w skrócie jako budowanie połączeń z sobą samym, ale także z drugim człowiekiem i ze światem. Warto dodać, że nadsyłane mini-opowieści systematycznie były umieszczane na blogu nieszysze.pl i są one dostępne do dzisiaj. Każdej z opowieści towarzyszy krótki komentarz oraz zdjęcie wykonane podczas lockdownu przez fotografów z Gdańska i Lublina. Podsumowaniem przedsięwzięcia stał się reportaż artystyczny stworzony w koprodukcji Radia Lublin i Radia Gdańsk (również umieszczony na stronie nieszysze.pl).

Jak „czyścić uszy”?

Ekologowie akustyczni stają na głowie, abyśmy wreszcie zrozumieli, że tak jak o jakość powietrza trzeba nieustannie dbać i walczyć ze smogiem, tak o jakość dźwięku, który trafia do naszych uszu, także. Smog akustyczny, niczym zły bajkowy smok, czai się za każdym rogiem... Badacze od dawna alarmują, że ludzie długotrwale narażeni na hałas nie potrafią się skoncentrować i częściej zapadają na choroby układu nerwowego.

Smog akustyczny – zanieczyszczenie hałasem.

Progiem szkodliwości jest 65dB, a takie natężenie dźwięku ma zwykły hałas uliczny. Kilku godzinne przebywanie w hałasie działa negatywnie na zdrowie – stajemy się nerwowi, agresywni, odczuwamy niepokój. Z hałasem trzeba walczyć!

Dlatego tak ważna jest sama świadomość – jakich dźwięków nie lubimy, jakie działają na nas źle i które są dla nas za głośne. Na przykład, jak zauważa Marcin Dymiter, trzaskające drzwi w szkole dają poziom 110 dB, a to już sytuacja niezdrowa dla naszego słuchu. Warto wtedy poprosić konserwatora pracującego w szkole o regulację drzwi albo o ich naoliwienie. Dobrym rozwiązaniem jest też ograniczenie głośności dzwonek na przerwę. Zamiast kilkusekundowego, powodującego palpitację serca dźwięku, można postarać się o jeden sygnał, który nie będzie powodował stresu i zaskoczenia zarówno wśród dzieci, jak i nauczycieli. Jest to też ukłon w stronę dzieci wrażliwych i nadwrażliwych na bodźce słuchowe, dzieci z klas integracyjnych, ze specjalnymi potrzebami (Dymiter, 2021).

Nasze uszy można „czyścić”, ale nie patyczkiem do uszu czy wodą z mydłem, a w sposób bardziej relaksacyjny, wymagający wyjścia ze szkoły czy z domu. Dobrym rozwiązaniem jest spacer dźwiękowy, można go zorganizować nawet w małej odległości od szkoły. Ważne, żeby odejść trochę dalej, aby w jak najmniejszym stopniu słyszeć ruch uliczny. Wtedy nasze uszy mają szansę odpocząć. I my też. Dzieci i nauczycieli często boli głowa z powodu nadmiaru bodźców i hałasu. Spacer dźwiękowy (ang. *soundwalk*), podczas którego przez kilkanaście minut mamy szansę poruszać się bez rozmawiania, skupiając się na tym, co słyszymy wokół siebie, może być idealnym lekarstwem na ból głowy. Takie spacerki można wykonywać w dowolnej chwili, kilka razy w tygodniu. Jak to zrobić? Podpowiadamy w części II naszej książki.

Zdarza się, że w szkole przeszkadza nam głośno grająca rozrywkowa muzyka, emitowana podczas przerw. Taką przerwę o „dyskotekowym” charakterze łatwo można zamienić na przerwę przeznaczoną na odpoczynek dla uszu. Jeśli w szkole jest radiowęzeł, warto zadbać o to, aby przynajmniej raz na jakiś czas emitowano w nim muzykę relaksacyjną, spokojną, złożoną z nagrań terenowych: dźwięków morza, wiatru, drzew, ptaków. Na naszym portalu audionomia.pl podpowiadamy Ci miejsca w internecie, w których można znaleźć takie nagrania terenowe. Efekt na pewno będzie fantastyczny! Dzieci obcuujące z muzyką relaksacyjną odprężają się, ton ich głosu się zmienia, mniej krzyczą i lepiej słyszą to, co do siebie mówią.

Każdy ma prawo do ciszy!

W 1969 roku Rada Muzyczna UNESCO z inicjatywy kompozytora Witolda Lutosławskiego przyjęła uchwałę: „Zgromadzenie jednomyślnie potępia niedopuszczalne pogwałcenie wolności osobistej i prawa każdego człowieka do ciszy przez nadużywanie nagranej oraz nadawanej przez radio muzyki w miejscach publicznych i prywatnych” (źródło: M. Dymiter, *Przewodnik dla audiokulturalnych*).

Mówmy dzieciom, żeby podczas korzystania z telefonów komórkowych nie uszczęśliwiały wszystkich dookoła muzyką czy głośnym filmikiem. Nie każdy musi i chce słyszeć to, co ktoś inny ogląda, z czego się śmieje. Przerwa jest od tego, aby się zregenerować, odpocząć. Każdy ma prawo do ciszy. Przestrzegajmy tego. To kwestia współżycia w społeczeństwie. Warto w szkole przyjąć kodeks ciszy, obowiązującej na przerwach i na lekcjach. Kiedy do stworzenia takiego kodeksu zaangażujemy uczniów i uczennice, będą poczuwać się do jego przestrzegania i do większej odpowiedzialności. Na końcu naszej publikacji podpowiadamy także aplikacje na telefon do samodzielnego pomiaru hałasu, a także narzędzia do budowania własnych ścieżek dźwiękowych.

Nagrania terenowe (ang. *field recording*) – nagrania realizowane w terenie, poza sterylnym studiem nagrań. Wszystko zaczęło się w 1878 roku, kiedy wynaleziono fonograf, wynalazek przełomowy dla percepcji otaczającego nas świata – dźwięk przestał być nieuchwytny, mogliśmy go zapisywać i ponownie odsłuchiwać, chociaż przez kilkadziesiąt lat był to zapis bardzo niedoskonały. Najpierw służyły

nauce, przede wszystkim filologii i etnografii. Wiele z tych nagrań uległo zniszczeniu, nie możemy na nich usłyszeć niczego prócz szumu przestarzałego nośnika. Na szczęście niektóre nagrania są czytelne, a biblioteki zadbały o cyfrowe utrwalenie odgłosów z przeszłości. Dziś w erze doskonałego sprzętu do nagrań audio, ale i telefonów z funkcją dyktafonu, nagrania ulubionych dźwięków wydają się być na wyciągnięcie ręki (źródło: F. Lech, *Spoglądając na nagrania terenowe*).

Spacer dźwiękowy (*ang. soundwalk*) – spacer nastawiony nie na mówienie (nadawanie), a na słuchanie i na rozpoznawanie dźwięków otaczającego świata. Spacer dźwiękowy jest ekspedycją i przygodą, eksploracją danego wycinka krajobrazu dźwiękowego. To niekonwencjonalne sposoby słuchania otwartej przestrzeni, które zasilają bibliotekę naszych wrażeń słuchowych.

Decybel (dB) – to jednostka, której używamy do określenia poziomu dźwięku. Najcichsze dźwięki, jakie jesteśmy w stanie usłyszeć, mają poziom 0 dB, a najgłośniejsze nawet 140 dB. Ale od nich bolą nas uszy... Skalę głośności możesz zobaczyć na następnej stronie.

Oaza ciszy – pojęcie opisujące miejsce ukojenia od zgiełku. Oazy ciszy to formy miejskich enklaw, w których możemy „oczyścić słuch”. Czasem takie przestrzenie tworzą się w sposób naturalny poprzez specyficzne zestawienie budynków, wysokich murów i roślinności. Niektóre miasta budują specjalne place i obiekty, które mogą odgradzać mieszkańców od hałaśliwej „tuny” przestrzeni publicznej. Oazy mogłyby powstawać również jako przedsięwzięcia komercyjne – rodzaj spa dla uszu i miejsca regeneracji całego systemu neuropsychicznego (źródło: M. Dymiter, *Przewodnik dla audiokulturalnych*).

Nasz prywatny świat też jest światem dźwięków

Szkółą to rzeczywistość, w której spędzasz większość swojego czasu. Ale to wciąż tylko praca. Szkolny hałas powoduje, że z miłą chęcią udajesz się do domu, żeby odpocząć od nadmiaru bodźców. Czy w domu panuje cisza? Co oznacza cisza, co ze sobą niesie? Na ile czujesz się w niej dobrze, a na ile trochę nieswojo, tęskniąc za czyjąś obecnością? Każdy z nas ma indywidualne pojęcie ciszy, jedno jest pewne – idealna, sztuczna i wykreowana cisza istnieje jedynie w komorze bezdechowej, która likwiduje każdy pogłos.

A w domu? Jakie dźwięki lubisz?

Zastanów się, zwróć szczególną uwagę na odgłosy, które towarzyszą Ci o poranku, po południu, wieczorem. Jakie one są? Jak się zmieniają?

Wspominany już tu wielokrotnie Julian Treasure mówi o ćwiczeniu polegającym na delektowaniu się dźwiękami codzienności. Na przykład dźwiękiem elektrycznej pralki, który – gdyby się w niego wstuchać – brzmi jak walc. Albo młynek do kawy, którą tak lubisz. Czy ten dźwięk też sprawia Ci przyjemność? Otwórz uszy i wstuchaj się w audiosferę własnej codzienności – rozmawiaj o dźwiękach z domownikami, zamknij oczy i wstuchaj się w relaksujące mruczenie kota albo szumiący odgłos wody w kranie. Nasz prywatny świat jest światem dźwięków, których na co dzień nie zauważamy, bo się do nich przyzwyczailiśmy. Co jednak stoi na przeszkodzie, aby codziennie zrobić sobie trening głębokiego słuchania?



10 dB
oddech

50 dB
szum w domu

65 dB
odkurzacz

próg
szkodliwości

110 dB
trzaskające
drzwi
w szkole

130 dB
startujący
odrzutowiec

160 dB
eksplozja
petardy

próg szybkiego
uszkodzenia
słuchu

20 dB
ludzki
szept

40 dB
śpiew
ptaków

60 dB
rozmowa

próg
uszkodzenia
słuchu

85 dB
klakson
samochodu

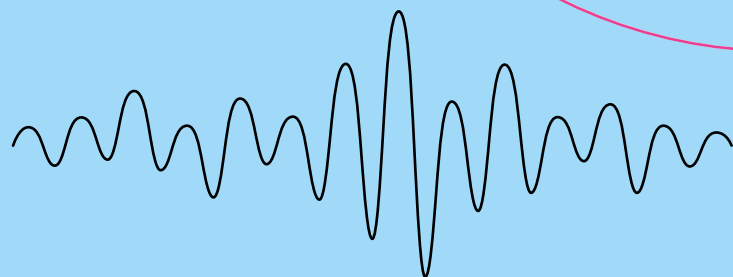
100 dB
głośne słuchanie
muzyki

120 dB
koncert
rockowy

190 dB
start statku
kosmicznego

ROZDZIAŁ II

dźwięk w komunikacji – o potrzebie uważnego słuchania



Jedną z najbardziej utrwalonych opozycji dotyczących ludzkiego postrzegania jest przeciwstawienie: oko – ucho. Opozycja ta zadecydowała o wyodrębnieniu przez badaczy „epok sensorycznych” i co za tym idzie: „społeczeństw ucha” (wspólnot plemiennych i przynależnej im kultury oralnej) i „społeczeństw oka” (społeczeństw „nowoczesnych”, w których kulturze dominują przekazy wizualne) (Mich, 2014, s. 46). Badający tę opozycję amerykański filozof Walter Ong zauważa, że słuchanie sytuuje nastuchującego w centrum świata (jest dookólne), patrzenie zaś spycha na jego krawędź (jest liniowe). Znajdując się w „centrum świata”, stajemy się jednym z jego elementów, w poczuciu zjednoczenia i pokory wobec całej reszty. Ong powie: „(...) jestem w centrum słyszalnego świata, który mnie spowija, stwarzając dla mnie kapitalne poczucie doznawania oraz istnienia” (Ong, 2011, s. 123).

Okalające działanie dźwięku wpływa na ludzki odbiór kosmosu. Gdy patrzymy, nawiązujemy łączność jedynie z tym, co obejmuje nasz wzrok, analizując każdy kolejny fragment obrazu. Stajemy się „zewnątrznym obserwatorem”. Kiedy słuchamy, stajemy się uczestnikiem, integralnie włączonym w większą całość. A zatem słuch to zmysł jednoczący, wzrok zaś to zmysł rozdzielający na elementy. „Wzrok wyodrębnia, słuch wciela” – mówi Ong (tamże, s. 124). Trzeba jednak dodać, że owo poczucie „zjednoczenia” nie odnosi się wyłącznie do przestrzeni fizycznej – kosmosu. „Społeczeństwa ucha” to zbiorowości, dla których naturalnym kontekstem życia jest **wspólnota**, bycie we wspólnym „tu i teraz”. Słuch pełni kluczową rolę w „kształtowaniu określonych wizji świata”, świata – jak zauważa Tomasz Misiak – „w którym współuczestnictwo raczej niż zdystansowany ogląd wyznaczają podstawowe doświadczenia” (Misiak, 2017, s. 13).

Za początek schyłku kultur oralnych (a tym samym „społeczeństw ucha”) uważa się wynalezienie pisma alfabetycznego (McLuhan, 1975). Jednak o prawdziwym przełomie mówić można w związku z upowszechnieniem druku, kiedy to tekst pisany zaczął docierać „pod strzechy”. Pismo dokonało rewolucji komunikacyjnej, utrwalając słowa w czasie i przestrzeni, ale także rewolucji w kulturze. Antropolog Grzegorz Godlewski zauważa, że to właśnie pojawienie się pisma sprawiło, iż cały świat oralnego doświadczania rzeczywistości niejako skurczył się i został odsunięty na margines: „Pismo tworzy zupełnie nowy świat, nowy świat relacji społecznych, nowe instytucje, nowy świat myśli i kategorii myślenia. Pismo zmusza do tego, by formułować myśli niezależnie od kontekstu, by uogólniać. **W komunikacji ustnej słowo nigdy nie jest samo**, zawsze współpracuje z naszym ciałem, z naszym głosem, jego barwą, tempem, intencją, z jaką się mówi. To wszystko zanika w piśmie.” (Polskie Radio – Dwójka, 2013).

Wzrok staje się zmysłem dominującym – uważne słuchanie wymaga o wiele więcej energii psychicznej, wiąże się z wysiłkiem, na który coraz rzadziej nas stać. Wydaje się, że powinno być odwrotnie, skoro człowiek nauczył się zmieniać energię akustyczną w elektromagnetyczną i dzięki takim wynalazkom, jak telefon, gramofon, radio, telewizja, komputer – może dźwięk dokładnie usłyszeć, zarejestrować, „przerzucić” przez kontynenty w zawrotnym tempie (Kofin, 1982). Dzięki zdobyciom technicznym mamy według Onga do czynienia z **oralnością wtórną**. Za te zdobycze człowiek zapłacił jednak wysoką cenę. Muzykolożka Ewa Kofin w rozważaniach o komunikacji audytywnej zauważa, że: „Milionowe zwielokrotnianie zjawisk akustycznych przez środki masowego komunikowania uczyniło je ogólnie dostępnymi, zagęściło jednak sonosferę w stopniu niebezpiecznym. Jeszcze bardziej się do tego przyczyniły wciąż nasilające się hałasy. Nadmiar sonosfery stał się za sprawą człowieka nieznośny, nieobliczalny.” (Kofin, 1982, s. 23).

Śłuchanie a komunikacja

Śłuchanie świadome i nieświadome

Śłuchanie jest procesem myślowym, w odróżnieniu od **styszenia**, które jest jedynie procesem fizjologicznym (Treasure, 2017). O ile zmysł słuchu jest aktywny jeszcze w okresie prenatalnym człowieka (płód słyszy od szóstego miesiąca życia), podstawowa nauka słuchania trwa przez cały okres wczesnodziecięcy i może być łatwo zaburzona. Matczyne tono – nasz pierwszy „dom” – wypełnione jest kakofonią przeróżnych dźwięków, z biciem serca na czele. W życiu płodowym reagujemy na głośne bodźce dźwiękowe

(np. krzyk, klaśnięcie, trzaśnięcie, ale też dźwięki puszczonej w pobliżu muzyki). Zdrowy noworodek wykazuje „tendencję do specjalizacji uwagi w kierunku dźwięków, które odzwierciedlają zakres częstotliwości głosu matki” (De Kerckhove, 2001, s. 111). Pomiędzy siódmym a dziesiątym miesiącem niemowlę odpowiada na bodźce akustyczne (nawoływanie, a nawet ciche szmery), patrząc w kierunku źródła dźwięku. Taką reakcję wywołują również wprawiane w ruch grzechotki, uderzenie szklanki łyżeczką, darcie papieru czy szum strumienia wody z kranu. Po ukończeniu 10. miesiąca dziecko reaguje na rozlegające się w pobliżu ciche wołanie po imieniu (Niedzielski, Kotowski, 2013). Ten etap możemy uznać za początek nabywania umiejętności **śluchania**, choć proces ten trwa całe życie.

Śłuchanie to rozumienie dźwięków. To proces wydobywania z nich znaczeń. Pierwsze dźwięki, które ewokują znaczenia, to dla małego człowieka dźwięki głosu jego bliskich. Starsze niemowlę, które reaguje na swoje imię, przyporządkowuje dźwiękowi znaczenie. Zdaje się myśleć: „Ten dźwięk dotyczy mnie, ten dźwięk to ja”. Śłuchanie (inaczej niż słyszenie) nie-rozerwalnie wiąże się z komunikowaniem. W początkowym etapie naszego życia jest to komunikowanie emocji. Matka pochylająca się nad łóżeczkiem dziecka przemawia doń z czułością nie po to, by przekazać informację, ale najbardziej pozytywne uczucia: miłość, czułość, zachwyty. Odpowiedni tembr głosu, modulacja, natężenie, mają zapewnić dziecku poczucie bezpieczeństwa. Istnieje przekonanie, że to właśnie przekazywanie emocji, a dopiero w drugiej kolejności informowanie, stoi u podstaw wykształcenia się języka jako takiego. Warstwa brzmieniowa języka mogła z kolei przyczynić się do powstania muzyki (Storr, 1993, s. 8). Zwolenniczką tej teorii jest m.in. amerykańska badaczka Ellen Dissanayake z New School For Social Research in New York (Storr, tamże). Wymianę dźwięków pomiędzy matką a niemowlęciem badaczka nazywa rytualizowaną wymianą słowną (ang. *ritualized verbal exchanges*). W tej wymianie najważniejszymi komponentami języka związanymi z emocjonalną ekspresją są: metrum, rytm, tonacja, głośność, długość dźwięku samogłosek, barwa głosu. Owa wokalna wymiana wzmacnia **wzajemną więź** matki i dziecka. Brzmienia są istotniejsze od znaczeń wypowiedzianych słów: „Bez względu na to, jak ważne staje się ostatecznie znaczenie leksykalno-gramatyczne (wypowiedzi), ludzki mózg jest tak zorganizowany czy zaprogramowany, aby w pierwszej kolejności zareagować na emocjonalne/intonacyjne aspekty ludzkiego głosu.”⁸

8 „No matter how important lexico-grammatical meaning eventually becomes, the human brain is first organized or programmed to respond to emotional/intonational aspects of the human voice” (Storr, A., 1992. *Music And The Mind*, s. 9 [tłum. własne]).

Należy jednak pamiętać, że powyższe twierdzenie dotyczy okresu wczesnodziecięcego. Wrażliwość na dźwięki zostaje bardzo szybko wyparta przez „tyranię oka”. Jak wykazuje Derrick de Kerckhove, nasze systemy sensoryczne mają charakter selektywny: „Jest tylko ograniczona ilość energii, która może zostać spożytkowana w danej sytuacji tak, aby spowodować efektywną reakcję. (...) Pewne zmysły wymagają więcej energii niż inne, wzrok w szczególności wymaga osiemnaście razy więcej energii niż słuch. Z drugiej zaś strony, postrzeganie jest zarówno szybsze, jak i łatwiej przyswajalne, szczególnie w naszej wizualnej kulturze” (De Kerckhove, 2001, s. 109).

Aby uświadomić sobie skalę „zawłaszczenia” ucha przez oko, de Kerckhove proponuje prosty eksperyment. Za chęca, by w czasie gwarnej imprezy towarzyskiej w pewnym momencie zamknąć oczy. Na pewno większość z nas przekona się wtedy, jak wiele treści z toczących się wokół rozmów może wyłowić „uwolnione” w ten sposób ucho. Również słuchanie audycji radiowej będzie o wiele bardziej efektywne, jeśli odetniemy bodźce wzrokowe, na przykład słuchając jej w ciemnościach. De Kerckhove, powołując się na badania neurobiologów, zauważa, że w trakcie dorastania człowiek, poprzez przyzwyczajenia, niejako rzeźbi swój system nerwowy: „w miarę jak postępuje specjalizacja naszych umysłów, „uczmy się przez oduczanie się innych, mniej pożądanym reakcji” (De Kerckhove, tamże, s. 119). Potwierdzeniem powyższego może być coraz gorsza przyswajalność komunikatów słownych przez młodzież dorastającą w epoce cyfrowej, od małego obcującą z ekranem telefonu czy tabletu, na co często skarżą się dzisiejsi opiekunowie i nauczyciele. Bardzo interesujące jest uwypuklenie przez de Kerckhove’a dwóch przeciwstawnych trybów słuchania, które badacz nazwał „słuchem oralnym” i „słuchem piśmiennym”. Według niego, umiejętności pisanie i czytanie sprawiają, że w systemie myślowym współczesnego człowieka dominują pojęcia, nie zaś obrazy: „Jako ludzie, których postawy rządzone są przez umiejętność pisanie, mamy tendencję do przykładania większego znaczenia do pojedynczych słów niż do tematu rozmów czy intencji mówiącego. Owa tendencja charakteryzuje ‘umysły piśmienne’ skupione w procesie słuchania na werbalnych konotacjach słów. Człowiek posiadający słuch piśmienny będzie skupiał się na wychwyceniu informacji czy na opisie faktów. Dla ‘słuchacza oralnego’ ważniejsze od faktów będą doznania, od wiedzy zaś – uczucia. Będzie on skoncentrowany na rekonstrukcji wizji zamiast pojęć, osób zamiast imion. Sensu nabiera wówczas **ciąg obrazów** połączonych przez kontekst (De Kerckhove, tamże, s. 116).

Nadwrażliwość dźwiękowa a komunikacja i istnienie w świecie

Być może znasz osoby, które zatykają uszy, gdy słyszą zbyt wiele dźwięków, szczególnie głośnych, albo reagują swoim wycofaniem się zawsze na ten sam odgłos, np. szczekanie psa, szelest kartki czy jakiś inny, na tę konkretną osobę oddziałujący. A może znacie historię dziecka, które nie chciało przychodzić do przedszkola wcześniej rano, zanim nastąpił podział na grupy, bo nie radziło sobie z nadmiarem bodźców akustycznych wytwarzanych przez liczną grupę? Takie reakcje mogą wskazywać na nadwrażliwość dźwiękową. Uświadomienie sobie, że problem leży w „nieodpowiedniej” dla danej osoby przestrzeni akustycznej i że istnieje możliwość wpływu na pejzaż dźwiękowy tej osoby, może znacznie odmienić jej życie.

Nadwrażliwość dźwiękowa była kiedyś wiązana z niedosłuchem. Okazało się jednak, że jest wielu pacjentów uskarżających się na głośne dźwięki, których uszy są całkowicie sprawne (Czarnecka, Lachowska, 2020, s. 28). Przyczyny nadwrażliwości są wówczas związane z układem nerwowym.

W literaturze przedmiotu znajdziemy opis następujących rodzajów nadwrażliwości słuchowej:

Hyperacusis – odczuwanie dźwięków o małym lub umiarkowanym natężeniu jako głośnych lub bardzo głośnych. Wiąże się to z obniżeniem poziomu niekomfortowego słyszenia, czyli najmniejszej wartości poziomu natężenia dźwięku, który odbierany jest jako nieprzyjemny.

Mizofonia – aspekt psychologiczny jest tu niezwykle istotny. W jej przebiegu nie występuje obniżona tolerancja na dźwięki o dużym natężeniu, tylko na te, które są źródłem nieprzyjemnych doznań, zależnych od danej osoby, np. dźwięki związane z jedzeniem, chrapanie, oddychanie.

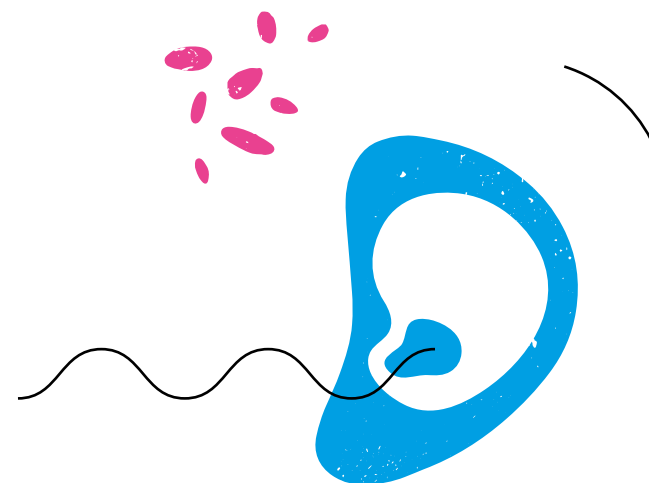
Fonofobia – w odróżnieniu od mizofonii pojawia się tu strach przed dźwiękami, a nie awersja do nich. Strach w fonofobii może być spowodowany skojarzeniem bodźca z czymś nieprzyjemnym lub z traumatycznym przeżyciem z przeszłości. Fonofobiczną reakcję wywołują często „ciche” dźwięki, a inne – o znacznie większym natężeniu – są odczuwane jako obojętne (Czarnecka, Lachowska, tamże, s. 28-29).

Osoba, która cierpi na nadwrażliwość dźwiękową, może przejawiać następujące reakcje i odczucia:

- unika miejsc, gdzie jest głośno,
- jest wyczulona na różne dźwięki,
- męczy się w miejscach, gdzie jest hałas,
- odczuwa napięcie i stres,
- często wycofuje się z relacji społecznych,
- ma kłopoty z koncentracją,
- może nawet odczuwać lęk i ból,
- zatyka uszy,
- jest nieśmiała i ma niskie poczucie wartości.

Badacze zauważają, że rozwój cywilizacji pogłębia problemy z percepcją akustyczną: „Żyjemy w środowisku zdegradowanym akustycznie. Emisja dźwięków przekracza dopuszczalne normy. Od najwcześniejszych lat dzieci narażone są na korzystanie z zabawek i urządzeń wydających zbyt głośne dźwięki, używamy słuchawek dousznych wpływając bezpośrednio na nieprawidłowy odbiór bodźców słuchowych” (Paczkowska, Marcinkowski, 2013, s. 396). Nieprawidłowe przetwarzanie dźwięków otaczającego świata wpływa na rozwój dziecka, a także na to, jak jest odbierane w społeczeństwie: „Często takie dzieci postrzegane są jako te, które nie słuchają, nazywane są „trudnymi dziećmi” lub oceniane jako nadmiernie reagujące na dźwięki” (Paczkowska, Marcinkowski, tamże, s. 397).

W tej sytuacji myśl ekologii dźwiękowej Raymonda Murraya Schafera i jego postulat „czyszczenia uszu” ze smogu akustycznego zdają się być nie tyle sugestią, co koniecznością. A w kontekście obserwacji na temat nadwrażliwości dźwiękowej zajęcia z uważnego słuchania nabierają szczególnego znaczenia. Dla zapewnienia prawidłowego rozwoju dzieci z nadwrażliwością dźwiękową, „należy dążyć do wyrównywania ich szans jak najwcześniej w warunkach dających poczucie bezpieczeństwa – niezależnie od możliwości finansowych ich rodziców i opiekunów” (Paczkowska, Marcinkowski, tamże, s. 398). Zajęcia z audioedukacji są dla szkół możliwością wyrównywania tych szans, budowania poczucia bezpieczeństwa i poczucia własnej wartości, m. in. poprzez pokazanie, że można dbać o nasz pejzaż dźwiękowy, eliminując z niego niechciane dźwięki, ale także poprzez zwrócenie uwagi, że jesteśmy różni, także pod względem odbioru bodźców akustycznych.



ROZDZIAŁ III

dźwięk w edukacji

Doświadczenia osób prowadzących
zajęcia i warsztaty w szkołach
i przedszkolach we współpracy
z Fundacją Audionomia



Na przełomie 2022/2023 roku w Szkole Podstawowej nr 55 w Gdańsku były realizowane zajęcia audioedukacyjne. Barbara Szczemier-Szczemińska – wychowawczyni czwartej klasy, postanowiła w ramach innowacji w edukacji i awansu zawodowego zaszcześcić u swoich wychowanków zainteresowanie dźwiękiem. Pomogła w tym nasza Fundacja. Pani Basia postanowiła podzielić się z nami swoimi refleksjami na temat zajęć:

“Nigdy nie przypuszczałam, że dźwięk stanie się „sprawcą” dość miłego zamieszania podczas moich lekcji. Od września do maja prowadziłam zajęcia opierające się na odkrywaniu melodii, dźwięku, fonii, odgłosów. W każdym miesiącu włączałam nowe ćwiczenie. Pierwszy etap wprowadził dzieci w rodzaje dźwięków (od tych wytwarzanych przez człowieka po naturalne, przyrodnicze). Zadanie to pozwoliło poprawnie wykonać kolejne, polegające na nazywaniu i segregowaniu nagranych dźwięków otoczenia. To był tak zwany spacer połączony ze słuchaniem. Ciekawym ćwiczeniem okazało się również zadanie z rysowaniem dźwięków oraz nadawanie im nazw rzeczywistych, ale także wymyślonych.

Brzmienie udało mi się również wykorzystać podczas opisów przedmiotów, miejsc związanych z sytuacją liryczną lub literacką. Omówienie miejsca akcji i czasu, opisanie emocji bohatera nie było dotąd tak ciekawe i przystępne dla uczniów jak podczas odwoływania się do pejzażu dźwiękowego.

Mistrzostwem świata dla dzieci, okazały się ćwiczenia z zastosowaniem butów, które wydają zbliżony do siebie dźwięk. Zaś wisienką na torcie okazała się stworzona w ten sposób dość rytmiczna melodia. „Dźwiękowa pocztówka ze szkoły” to kolejna propozycja wykorzy-

stana przeze mnie podczas innowacji: „Umiejętność słuchania jako podstawa dobrych relacji z ludźmi”. Uczniowie samodzielnie nagrywali dźwięki, które słyszą na co dzień podczas przebywania w placówce oraz w okolicach szkoły (boisko, ulice, sklepy, komunikacja).

Nie musiałam zachęcać nikogo do uczestniczenia w zajęciach, bowiem na samo hasło „zajęcia z dźwiękiem” dzieci reagowały radośnie i spontanicznie. Udało mi się z sukcesem przeprowadzić dziewięć zajęć, z czego na pewno kontynuację będzie miało jeszcze co najmniej kilka z nich, które nadają się do włączenia w lekcje języka polskiego, zgodnie z podstawą programową. Dzięki tym ćwiczeniom zyskaliśmy więcej życzliwości, szacunku, cierpliwości. Wyobraźnia ruszyła do przodu, odkryłam też kilka talentów plastyczno-muzycznych, które mogły się ujawnić właśnie poprzez zajęcia włączające dźwięk, melodię, ruch foniczny. Przed nami kolejne badania dźwięków, kto wie, jak daleko jeszcze do końca! Być może musimy zacząć nową erę ograniczenia zanieczyszczenia dźwiękowego, jak to czynił zmarły dwa lata temu R. M. Schafer.

Fundacja Audionomia realizuje zajęcia pokazowe i warsztaty dźwiękowe, podczas których uświadamia najmłodszym i tym trochę starszym, jak ważna w dzisiejszym hałaśliwym i przebudżcowanym świecie jest umiejętność uważnego słuchania. Słuchanie świata i drugiego człowieka prowadzi do jego zrozumienia. Kolejną placówką, która we współpracy z Fundacją zaczęła wprowadzać elementy audioedukacji do swojego programu nauczania jest gdańskie przedszkole Elfkids. Tak pisze Natalia Szulist – dyrektorka przedszkola:

“*W naszych przedszkolach chętnie korzystamy z różnych form relaksacji dla dzieci. Trening tego typu rozwija wyobraźnię, wpływa pozytywnie na koncentrację uwagi u dzieci, a także pozwala im lepiej radzić sobie z emocjami. Zapewniamy dzieciom odpowiednie warunki, żeby mogły w ciszy, w przyjaznym, estetycznym i bezpiecznym otoczeniu wykonywać różnego rodzaju ćwiczenia z zakresu treningu uważności. Elementy audioedukacji pojawiają się w naszych placówkach regularnie, ponieważ ważne jest dla nas rozwijanie wyobraźni i kreatywnego myślenia u naszych przedszkolaków. Dzięki opracowanym przez Audionomię materiałom, każdy nauczyciel z pomocą YouTube czy Spotify jest w stanie przeprowadzić ciekawe, wartościowe dla rozwoju dzieci zajęcia, które jednocześnie wprowadzą w sali przedszkolnej spokojną, relaksującą atmosferę, uspokoją oddech i dadzą wytchnienie w tym pełnym bodźców środowisku.*”

Usłyszeć emocje

autorka: Małgorzata Kęsicka

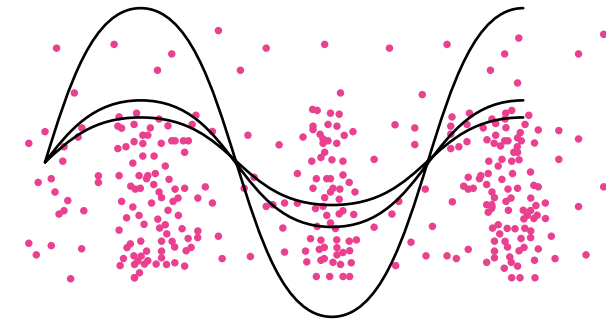
Na różne sposoby, w szkołach czy w gabinetach, próbujemy pracować z osobami neuro różnorodnymi nad rozwijaniem umiejętności poznawczych, emocjonalnych, społecznych. Na prowadzonych przeze mnie zajęciach rewalidacyjnych w starszych klasach szkoły podstawowej często przemycalam praktykowanie „słuchania zaangażowanego”, wreszcie, w ramach zajęć dodatkowych zaproponowałam całoroczny cykl „Relaksowanie przez słuchanie”. Założeniem było odwoływanie się za pośrednictwem ucha do bodźców wywołujących przyjemne uczucia i doznania, związane ze stanem wyciszenia, relaksu, regulacji napięcia, poszukania dla siebie przestrzeni, która brzmi tak, że oddech się wyrównuje, ciało odpręża, a koncentracja (w idealnej wersji) się wyostrza. Zajęcia odbywały się po południu, bezpośrednio po całym dniu zajęć szkolnych, interakcji z innymi ludźmi, skupianiu uwagi na zadaniach.

Całoroczny proces zaczęliśmy od szukania pozamuzycznych dźwięków, sekwencji, przestrzeni akustycznych, w których możemy doświadczyć wspomnianych wyżej pożądaných stanów i emocji. Robiliśmy to w sposób aktywny: byliśmy podmiotami generującymi takie dźwięki, wykorzystując zwykłe, codzienne przedmioty: folię, papier, folię bąbelkową, kamienie, wodę w szklanej misie, otwieraliśmy okna i uszy. Poszerzaliśmy naszą percepcję dźwiękową, wykraczając poza dźwięki muzyczne zgodnie z paradygmatem wytyczonym przez Johna Cage’a. W sposób bardziej pasywny, odbiorczy, „łowiliśmy” dźwięki z „tu i teraz”, słuchaliśmy nagrań terenowych z Islandii, Ameryki Południowej, Niemiec etc., korzystaliśmy z ćwiczeń Raymonda Murraya Schafera i z elementów praktyki „Deep Listening” Pauline Oliveros. Angażowaliśmy się w słuchanie fragmentów słuchowisk, kompozycji muzyki konkretnej, nagrań ASMR (skonfrontowałam się wtedy, ze zdumieniem, z faktem, że ASMR, które dla mnie jest wybitnie przyjemne, dla nastolatków okazało się dziwaczne, obce, niezrozumiałe, wywołujące dyskomfort emocjonalno-poznawczy, i była to świetna okazja do przyjrzenia się różnicom indywidualnym w percepcji dźwiękowej; ASMR to nagrania, których celem jest zrelaksowanie ciała, wywołanie przyjemnych doznań). Nie zamykaliśmy się na sam kanał słuchowy, eksperymentowaliśmy z przekładaniem dźwięku, sekwencji dźwięków na warstwę wizualną, chociażby za pomocą prostej aplikacji Chrome Music Lab.

Uczestnicy nierzadko mierzyli z frustracją, złością, kiedy dźwięki, formy ich prezentacji okazywały się drażnią-

ce, przytłaczające, niezrozumiałe. Wtedy dyskutowaliśmy o pomysłach na to, co możemy zrobić, kiedy znajdziemy się w trudnym dźwiękowo otoczeniu, jak możemy o siebie zadbać. Na zajęciach dysponowaliśmy słuchawkami wygłuszającymi dla osób, które potrzebowały przerwy. Możliwość powiedzenia „stop” i dania sobie odpoczynku od konkretnego rodzaju dźwięków wydaje się ważna w przypadku osób z nadwrażliwością sensoryczną. Wymagało to jednak od osoby prowadzącej uważności, zrozumienia kontekstu sytuacji, omówienia jej z uczestnikiem. Takie doświadczenia mogły rozwijać wiedzę uczestników na temat siebie i świata, a także rozumienie swoich potrzeb.

Nie zawsze w danym dniu i danym czasie poziom pobudzenia uczestników pozwalał na łatwe zanurzenie się w słuchanie. W całym procesie ważne wydało mi się stopniowe osvajanie ucznia z uważnym, świadomym słuchaniem, elastyczność prowadzącej i gotowość do zmiany scenariusza zajęć, zapewnienie komfortowych warunków (sala nieprzechodnia, pozbawiona dystraktorów, zaopatrzona w pufy, materace, koce, przyzwoity sprzęt audio, kilka par słuchawek wygłuszających). W dalszym ciągu uważam taką interwencję, jaką były proponowane zajęcia, za potrzebną i rozwijającą – niejednokrotnie udawało się nam podczas spotkań usłyszeć własne emocje: doświadczać wyciszenia, rozładowania napięcia, zaskoczenia, sprawczości, poszerzenia percepcji dźwiękowej.





ROZDZIAŁ IV

przestrzeń w szkołach – jak ją zaadaptować, żeby wyeliminować hałas?

*Mikołaj Jarosz,
Stowarzyszenie Komfort Ciszy*

Akustyka wewnątrz

Akustyka wewnątrz jest działem akustyki architektonicznej, który dotyczy zachowania się dźwięku w pomieszczeniach. Fale akustyczne rozchodzące się w nich napotykaają na swej drodze różne powierzchnie (ściany, sufity, podłogi) i obiekty (elementy meblowania i wyposażenia), przez które są odbijane, rozpraszane czy pochłaniane. W zależności od wielkości i geometrii pomieszczenia, sposobu jego wykończenia, wyposażenia i meblowania, dźwięk w nim wytwarzany będzie miał takie, a nie inne brzmienie. Ma to kapitalne znaczenie dla funkcjonalności tych pomieszczeń, ale także dla panującej w nich atmosfery. Jest oczywistością, że sala koncertowa o słabej akustyce jest pomieszczeniem bezużytecznym, biorąc pod uwagę jej funkcję, ale to samo będzie dotyczyło np. hali widowiskowo-sportowej, w której ze względu na złą akustykę nie sprawdzi się żaden system nagłośnieniowy. Z kolei kawiarnia o akustyce szkolnej stółki czy hali dworcowej nie przyciągnie swoją atmosferą klientów szukających chwili spokoju i prywatności. Innymi słowy akustyka danego pomieszczenia powinna być dostosowana do jego funkcji, co znaczy, że powinna być świadomie zaprojektowana, a nie przypadkowa.

Wpływ akustyki na uczniów i nauczycieli

W budynkach szkolnych (zwłaszcza w podstawówkach) źródłem największej dokuczliwości jest hałas. Nie chodzi tu o hałas przenikający do pomieszczeń z zewnątrz (np. hałas komunikacyjny), lecz o ten, który jest związany z aktywnością uczniów. Jego poziom jest szczególnie wysoki w czasie rekreacji, zajęć ruchowych czy też pracy w grupach. Natomiast w trakcie zajęć polegających na komunikacji werbalnej, czy to w klasach lekcyjnych czy w salach sportowych, bardzo często występują problemy ze zrozumiałością mowy.

W 2018 roku przeprowadzono modernizację akustyczną Szkoły Podstawowej nr 340 w Warszawie. Był to pierwszy przypadek całościowej modernizacji akustycznej istniejącego budynku szkolnego w Polsce. Co ważne, dzięki tej modernizacji stał się on pierwszym budynkiem tego typu w Polsce, spełniającym wymagania normy pogłosowej PN-B-02151-4:2015-06. Z tego też powodu w szkole przeprowadzono badania ankietowe, w których nauczyciele i uczniowie mogli ocenić skalę zmian. Zadania przygotowania i przeprowadzenia ankiety podjęła się prof. Irena Polewczyk z Wydziału Pedagogiki i Psychologii Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach.

Użytkownicy budynku byli pytani o szczegółowe aspekty ich funkcjonowania w szkole, na przykład o koncentrację uwagi uczniów, tempo pracy, zdolność zapamiętywania, poziom zmęczenia, poziom agresji i wiele innych. Ankiety były wypełniane po modernizacji akustycznej szkoły, ale oceniano dane zjawisko przed i po remoncie. Nauczyciele otrzymali ankietę składającą się z serii szczegółowych pytań (przeszło 120!) dotyczących czterech podstawowych zakresów tematycznych: zajęć w klasach lekcyjnych, zajęć w sali sportowej, dyżurów na korytarzach oraz samopoczucia. Podobną, nieco tylko uproszczoną ankietę wypełniali uczniowie.

Nauczyciele pytani na przykład o stopień **koncentracji uwagi** uczniów w czasie lekcji, określali ją w pięciostopniowej skali (bardzo wysoka, wysoka, średnia, niska i bardzo niska). Oceniając koncentrację uwagi uczniów przed adaptacją akustyczną, tylko 16,3% nauczycieli określiło ją jako „wysoką” (a nikt nie dał oceny „bardzo wysoka”). Podczas gdy po wyciszeniu 78,5% nauczycieli oceniło ją jako „wysoką” lub „bardzo wysoką”.

Poprawa **zrozumiałości mowy** jest jedną z dwóch głównych korzyści (obok redukcji hałasu) wynikających z poprawy akustyki pomieszczeń szkolnych. Skala tej poprawy była widoczna zwłaszcza w przypadku pytania o stopień zrozumienia złożonych poleceń nauczyciela. Tylko 7,14% nauczycieli stwierdziło, że przed adaptacją akustyczną rozumienie tych poleceń było „wysokie” (nikt nie wskazał określenia „bardzo wysokie”). Odnosząc się do sytuacji po modernizacji akustycznej, aż 64,28% procent uczestniczących w ankiecie nauczycieli określiło stopień zrozumienia złożonych poleceń jako „wysoki” lub „bardzo wysoki”.

Podobną poprawę efektywności pracy i samopoczucia uczniów widać także w odpowiedziach na inne pytania. Najczęściej występującą dolegliwością (i chorobą zawodową) związaną z zawodem nauczyciela są schorzenia narządu mowy wynikające z forsowania głosu. Zapytano

więc nauczycieli o poziom **zmęczenia głosu** po całodziennych zajęciach oraz **częstość występowania chrypki** (jako skutku forsowania głosu). Odpowiedzi wskazują na skokowy spadek poziomu zmęczenia głosu. Przed wyciszeniem 88,6% nauczycieli skarżyło się na „wysoki” lub „bardzo wysoki” poziom zmęczenia głosu po zajęciach (z tego 56,8% mówiło o „bardzo wysokim” poziomie zmęczenia). Po wyciszeniu odsetek ten spadł do 25,0% (z tego tylko 4,5% odpowiedzi „bardzo wysoki”). Bardzo podobnie wyglądają zmiany dotyczące częstości występowania chrypki, **bólu głowy i szumów usznych** oraz poziomu stresu i zmęczenia. Tutaj zaprezentowaliśmy tylko niektóre odpowiedzi nauczycieli. Cały raport jest dostępny pod adresem: www.ecophon.com/pl/raport340.

Jaką akustykę powinny mieć pomieszczenia szkolne?

Zdecydowana większość pomieszczeń w polskich szkołach pozbawiona jest jakichkolwiek rozwiązań służących kształtowaniu akustyki wnętrza. Przyczyną tego stanu rzeczy jest dosyć niska świadomość znaczenia akustyki wnętrza dla samopoczucia, efektywności, a czasami nawet zdrowia ich użytkowników. Ta niekorzystna sytuacja zaczęła się zmieniać za sprawą opublikowanej w 2015 normy PN-B-02151-4:2015-06 *Akustyka budowlana. Ochrona przed hałasem w budynkach. Wymagania dotyczące warunków pogłosowych i zrozumiałości mowy w pomieszczeniach oraz wytyczne prowadzenia badań*, która jest pierwszą polską normą definiującą wymagania w stosunku do akustyki pomieszczeń budynków użyteczności publicznej (w tym budynków szkolnych). Dzięki temu, każda nowo budowana szkoła w Polsce powinna mieć już dobrą akustykę „w standardzie”.

Ochrona przed hałasem pogłosowym

Chłonność akustyczna pomieszczenia. Pomieszczenia wykończone wyłącznie twardymi materiałami (tynk, szkło, wykładzina PVC) mają bardzo niską chłonność akustyczną. Każdy dźwięk wytwarzany w takich pomieszczeniach jest silnie wzmocniany poprzez wielokrotne odbicia fal dźwiękowych od stropu, podłogi i ścian. Są więc one bardzo głośne i pogłosowe. Jeśli źródłem dźwięku są ludzie, mamy do czynienia ze sprzężeniem zwrotnym – im pomieszczenie jest głośniejsze, tym głośniejsze się ono zachowuje. Zwiększenie chłonności akustycznej pomieszczenia (poprzez wprowadzenie do niego elementów i materiałów dźwiękochłonnych) pozwala na znaczną redukcję hałasu – nawet o kilkanaście decybeli.

Pogłos. Objawem niskiej chłonności akustycznej pomieszczenia jest silny pogłos. Zjawisko to powstaje, kiedy do słuchacza dociera, oprócz dźwięku bezpośredniego, dźwięk wielokrotnie odbity od powierzchni ograniczających pomieszczenie. W efekcie, w pogłosowym pomieszczeniu każdy dźwięk zamiast szybko zanikać, wybrzmiewa kilka, a czasami nawet kilkanaście sekund. Czas pogłosu można znacznie ograniczyć, zwiększając chłonność akustyczną pomieszczenia, ale istotny jest także sposób rozmieszczenia materiałów dźwiękochłonnych.

Zapewnienie zrozumiałości mowy

Zjawisko pogłosu, zniekształcając dźwięk dobiegający do słuchacza, znacznie upośledza zrozumiałość mowy. Pogłosu nie da się przekrzyczeć (im mocniejszy jest sygnał akustyczny, tym głośniejsze są dźwięki odbite, tworzące pogłos), a w pogłosowym pomieszczeniu dobrą zrozumiałość mowy można osiągnąć jedynie w najbliższym otoczeniu mówcy, w promieniu ok. 2-3 m. Innymi słowy, pogłosowe pomieszczenia nie nadają się do komunikacji słownej przy większych dystansach, nawet jeśli są bardzo ciche. Większość przepisów, norm czy wytycznych określa maksymalną długość czasu pogłosu w pomieszczeniach przeznaczonych do komunikacji słownej na poziomie 0,6-0,8 s.

Tło akustyczne. Na tło akustyczne składają się wszystkie dźwięki niebędące w danym momencie sygnałem użytecznym (np. głosem nauczyciela): szum wentylacji czy projektora, hałas dobiegający zza okna czy odgłosy wytwarzane przez uczniów. Przyjmuje się, że dobre warunki do komunikacji słownej panują, jeśli poziom dźwięku sygnału użytecznego w miejscu zajmowanym przez słuchacza jest o 10-15 dB wyższy od poziomu tła akustycznego. Jeśli poziom tła akustycznego jest zbyt wysoki, to osiągnięcie dobrej zrozumiałości mowy w pomieszczeniu jest niemożliwe, nawet jeśli czas pogłosu będzie bardzo krótki.

Ważne. Norma PN-B-02151-4:2015-06 oprócz wymagań podstawowych określa także zaostrzone wymagania w stosunku do pomieszczeń przeznaczonych do nauczania początkowego, językowego czy też do prowadzenia zajęć z uczniami z ubytkami słuchu czy też innymi deficytami komunikacyjnymi.

Rozwiązania

Rozwiązania są dosyć proste. Wprowadzając do pomieszczeń materiały dźwiękochłonne (np. dźwiękochłonne sufity podwieszane czy dywany), zwiększamy ich chłonność akustyczną i tym samym znacząco redukujemy odbicia fal dźwiękowych od ścian, sufitów i podłóg. Redukcja odbić pociąga za sobą obniżenie poziomu dźwięku, a to z kolei sprawia, że uczniowie, odruchowo i nieświadomie, zaczynają się ciszej zachowywać. Odpowiednia adaptacja akustyczna pozwala na obniżenie poziomu hałasu (w pomieszczeniach, w których jego głównym źródłem są ludzie) nawet o 10-12 dB. Zwiększenie chłonności akustycznej pomieszczenia (przy w miarę równomiernym rozłożeniu materiałów dźwiękochłonnych) prowadzi także do znacznego ograniczenia pogłosu, co z kolei przekłada się na lepszą zrozumiałość mowy. Przykładowo, dzięki zastosowaniu odpowiednich materiałów czas pogłosu w silnie pogłosowej klasie lekcyjnej można skrócić z ok. 2 sekund do 0,5 sekundy, zwiększając odsetek poprawnie zrozumianych sylab do ponad 90%.

Nie sposób wskazać optymalnych uniwersalnych rozwiązań, które sprawdzą się w każdym pomieszczeniu szkolnym. Wynika to z różnych funkcji tych pomieszczeń, a co za tym idzie, z różnego sposobu ich użytkowania, umeblowania i wyposażenia. Dlatego wymagania normy PN-B-02151-4:2015-06 są zróżnicowane właśnie w zależności od typu pomieszczenia i jego wielkości. Zwykle najlepsze rezultaty przynosi montaż na całej powierzchni pomieszczenia dźwiękochłonnego sufitu podwieszanego o wskaźniku pochłaniania dźwięku $\alpha_w \geq 0,9$. Dodatkowo, na dwóch przyległych do siebie ścianach (jednej długiej i jednej krótkiej) powinno się zainstalować panele ściennie o podobnych właściwościach dźwiękochłonnych. Montaż mniej więcej od wysokości 100 cm do 200 cm. Z paneli ściennych można zrezygnować, jeśli w pomieszczeniu znajdują się otwarte regały na książki, zabawki itp.

Drobne usprawnienia (wyposażenie i umeblowanie)

Pewną poprawę komfortu akustycznego w szkołach można uzyskać wprowadzając wymienione niżej stosunkowo niewielkie, czasami wręcz drobne zmiany w aranżacji pomieszczeń i ich wyposażeniu.

- Ustawienie ławek w sali lekcyjnej powinno być takie, aby ułatwić komunikację słowną bez konieczności podnoszenia głosu. Jeżeli lekcje prowadzone są głównie w formie wykładu, to ławki powinny być w miarę możliwości tak

ustawione, aby skrócić odległość między nauczycielem a najdalej siedzącymi uczniami. Jeśli dominuje praca w grupach, uczniowie tworzący daną grupę powinni siedzieć jak najbliżej siebie – wtedy poszczególne grupy nie będą się ze sobą przekrzykiwać.

- Wprowadzenie miękkich elementów wyposażenia, takich jak dywany, zastony, gazetki ściennie (wykonane z miękkiej płyty pilśniowej czy korka), pufy, filcowe ekrany itp. pomaga ograniczyć hałas i pogłos.
- Podobnie działają regały z otwartymi półkami, na których znajdują się książki, pomoce naukowe czy rzeczy osobiste uczniów.
- Stosowanie na nogach krzeseł i stołów nakładek wyciszających obniży hałas wytwarzany w czasie ich przesuwania. Ulgę poczują wtedy także użytkownicy pomieszczeń znajdujących się piętro niżej.
- Przy wymianieumeblowania w stołówkach czy świetlicach można rozważyć zakup stołów z „cichymi” blatami. Są one wykonane z materiału, który tłumi dźwięki uderzeniowe.
- Jeżeli w świetlicach czy salach lekcyjnych są niezbędne pojemniki do przechowywania różnych przedmiotów, lepiej zrezygnować z tych plastikowych na rzecz wiklinowych, filcowych czy nawet tekturowych.
- W świetlicach warto oddać do dyspozycji uczniów dobre, muszlowe ochronniki słuchu. W ten sposób ci uczniowie, którzy wykorzystują czas w świetlicy do odrabiania lekcji, będą się mogli skupić. Należy pamiętać, że używanie w tym celu dousznych słuchawek (do zagłuszenia głosów innych uczniów) w warunkach wysokiego ogólnego poziomu dźwięku rodzi poważne ryzyko uszkodzenia słuchu!
- Jeśli to możliwe, warto aranżować pomieszczenia ciszy, które mogą być używane przez uczniów w czasie przerw jak i po lekcjach.
- Przy przyzwoitej pogodzie należy uczniów zachęcać do spędzania przerw na zewnątrz budynku.
- W pewnych częściach korytarzy o mniejszym ruchu (optymalnie na ich „ślepych” końcach) można tworzyć strefy ciszy wyposażone w wykładziny dywanowe i pufy. W takich strefach powinien obowiązywać pewien ustalony kodeks zachowań.

Duże zmiany

Radykalną poprawę mogą przynieść tzw. adaptacje akustyczne pomieszczeń, polegające na instalacji specjalnych paneli dźwiękochłonnych na sufitach i ścianach. Niestety są to prace, których koszt jest zasadniczo wyższy od kosztu opisanych wyżej drobnych zmian. Z tego względu, w przypadku szkół gminnych niezbędne jest zaangażowanie finansowe i organizacyjne samorządów. Z drugiej strony koszty nie są aż tak duże – te, które trzeba ponieść na dostosowanie do wymagań normy typowej sali lekcyjnej to równoważność rzutnika multimedialnego średniej klasy.

Dla inspiracji pokazujemy, jak to się robi ...

... w Policach:

Przeszło dziesięć lat temu Wydział Oświaty i Kultury Urzędu Miejskiego w Policach dokonał przeglądu należących do gminy budynków szkolnych pod kątem panujących w nich warunków akustycznych. W każdym z budynków zdefiniowano pomieszczenia, które stwarzają najwięcej problemów – swoiste akustyczne „czarne punkty”. W jednej szkole była to stołówka i świetlice, w innej wielki korytarz, w kolejnej aula i tak dalej. Bazując na tej inwentaryzacji, stworzono listę priorytetowych zadań, które kolejno są realizowane – co roku, małymi krokami, w miarę dostępności środków finansowych, ale konsekwentnie. Jednocześnie, mając świadomość problemów wynikających ze słabej akustyki budynków szkolnych, bardzo pilnuje się, aby projekty nowych obiektów (lub rozbudowy istniejących) uwzględniały wymagania normy pogłosowej.

... w Gdańsku:

Rada rodziców jednej z największych podstawówek w mieście postanowiła przeznaczyć zebrane na komitet rodzicielski składki na wyciszenie dwóch najgłośniejszych korytarzy w budynku. Komunalna spółka prowadząca inwestycje miejskie, poproszona o wsparcie tego remontu, zadeklarowała instalację na swój koszt materiałów zakupionych przez radę rodziców (co stanowi ok. 50% kosztów inwestycji). Zadanie zostało zakończone w lutym 2020 roku, a od tego czasu wyciszono w tej samej formule kolejny korytarz oraz dwie sale lekcyjne. Pomysł podchwyciła następna szkoła z tej samej dzielnicy i tam też trwają przygotowania do podobnej inwestycji.

... w Warszawie:

W 2017 roku Rada Rodziców w Szkole Podstawowej nr 340, dzięki swojej wytrwałości, po kilkuletnich staraniach pozyskała w Urzędzie m. st. Warszawy środki na wykonanie kompleksowej modernizacji akustycznej budynku szkoły. Przeprowadzony w 2018 roku remont dał tak zaskakującą poprawę warunków pracy i nauki, że Biuro Edukacji m. st. Warszawy zdecydowało się jeszcze w tym samym roku uruchomić program pilotażowy „Akustyka”. W ramach tego programu wyciszono do 2020 roku kolejnych 10 podstawówek. Celem programu było zebranie doświadczeń, które pozwolą sprawnie i efektywnie przeprowadzić podobne modernizacje w kolejnych 200 szkołach należących do miasta.





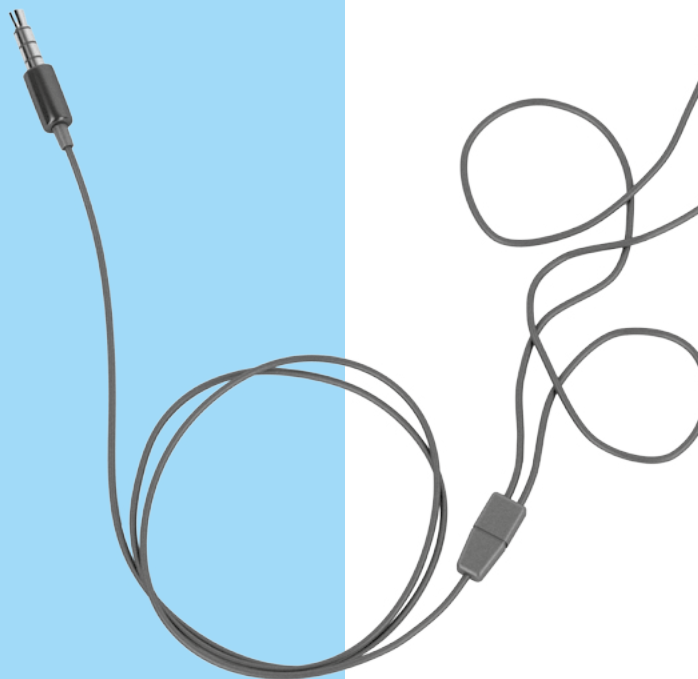
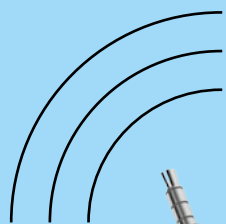
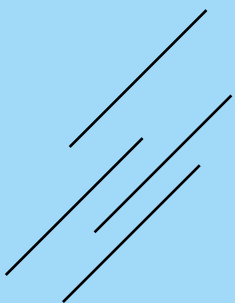
CZĘŚĆ II

Audioedukacja krok po kroku – scenariusze dla nauczycielek i nauczycieli





audioedukacja a podstawa programowa



Audioedukacja a podstawa programowa

Jak przygotować się do lekcji uważnego słuchania w szkole?

1. Jeśli masz możliwość, wybierz miejsce, które jest niecodzienne dla Twoich podopiecznych. Może to być sala teatralna, hamakownia czy inna przestrzeń, która oderwie dzieci od rutyny.
2. Zadbaj o wyłączenie wszystkich innych zmysłów poza słuchem. Zastłoń okna, żaluzje, wyłącz światła. Opowiedz dzieciom, w jaki wyjątkowy świat chcesz je wprowadzić.
3. Na zajęciach z audioedukacji dzieci muszą czuć się dobrze. Zadbaj o ich komfort, umożliwiając im zajęcie wybranego miejsca – niekoniecznie na krześle. Może to być podłoga, pufa, podest. Mogą przybrać pozycję, w jakiej czują się zrelaksowane.
4. Tak przygotowane warunki otworzą dziecięcą wyobraźnię.

Jak przygotować dzieci do zajęć w terenie?

1. Zorientuj się, czy Twoja szkoła bierze udział w programie „Laboratoria Przyszłości”. Być może w ramach tego programu placówka otrzymała sprzęt do nagrywania dźwięku.
2. Jeśli szkoła nie posiada urządzeń do rejestracji dźwięku, możesz wraz z uczniami wykorzystać telefony komórkowe (zajęcia przeznaczone dla klas IV-VIII). Niestety do większości telefonów nie można podłączyć słuchawek tak, aby było możliwe usłyszenie tego,

co się nagrywa. Dobrym rozwiązaniem jest więc namówienie Rady Rodziców do zakupu kilku rejestratorów dźwięku do szkoły.

3. Ważne, aby na zajęcia dzieci przyniosły słuchawki. Najlepiej duże, które otulają uszy (nauszne), ale mogą być też małe, wkładane bezpośrednio do ucha. W słuchawkach zupełnie inaczej odbieramy otaczające nas dźwięki, stają się one nam bliższe.
4. Młodsze dzieci można zabrać na spacer dźwiękowy bez sprzętu do rejestracji. Proponowane ćwiczenia są opisane niżej.

Zamieszczony w naszej publikacji cykl scenariuszy zajęć dźwiękowych odpowiada założeniom podstawy programowej, a zamierzone cele edukacyjne wpisują się w efekty kształcenia odpowiednie dla trzech poziomów edukacji: przedszkolnego, szkoły podstawowej na poziomie klas I-III i szkoły podstawowej na poziomie klas IV-VIII.

Cele proponowanych przez nas zajęć to między innymi:

1. pomóc głębiej i bardziej świadomie odbierać otaczającą rzeczywistość;
2. pomóc zrozumieć rolę i znaczenie otaczających nas dźwięków, zawarte w nich informacje, np. zapis przesłuchania w warstwie akustycznej, tzw. audioscenografia, ruch akustyczny czy siłę ekspresji zależną od przekazu akustycznego;
3. pomóc zauważyć kolejne plany dźwiękowe rzeczywistości, znaczenie tych planów dźwiękowych i ich zależności między sobą, a także znaczenie dla uczestnika zdarzeń;
4. wspierać w budowaniu poczucia bezpieczeństwa w świecie, który jest dobrze słyszany i dobrze rozumiany;
5. wspierać w dostrzeganiu różnorodności i wartości środowiska naturalnego, a także bogactwa akustyki miasta i zdobyczy technologicznych;
6. wspierać w wyrażaniu emocji z wykorzystaniem tonu głosu, intonacji, akcentów, ale także przy użyciu dźwięków onomatopeicznych;

7. wspierać w rozumieniu emocji wyrażanych przez innych;
8. uwrażliwić na własną wypowiedź i wypowiedź konstruowaną przez innych, a co za tym idzie wspierać budowanie szacunku do siebie i innych;
9. wspierać w budowaniu kompetencji komunikacyjnych;
10. wspierać w budowaniu poczucia indywidualności poprzez usłyszenie i zrozumienie specyfiki swojego głosu i głosów innych;
11. wspierać w pracy nad własnym głosem, artykulacją, ekspresją słowną;
12. uwrażliwić na wartości etyczne poprzez słuchanie opowieści poruszających takie tematy;
13. wspierać kompetencje związane z słuchaniem i mówieniem.

Proponowany przez nas cykl zajęć może być realizowany w formie pojedynczych warsztatowych spotkań, ale także spotkań cyklicznych, w tempie wyznaczonym przez szkołę czy nauczyciela. Zachęcamy jednak do realizacji kilku/kilkunastu scenariuszy i spokojnej obserwacji dzieci oraz wpływu zagadnień związanych z uważnym słuchaniem na komfort ich funkcjonowania na lekcji. Uważnego słuchania trzeba uczyć krok po kroku, powoli, ale systematycznie. Lekcje audioedukacyjne sprawdzają się – o czym pisałyśmy wyżej – w ramach innowacji polonistycznej.

Dany cykl zajęć dostosowany jest do odpowiedniego poziomu edukacji, a szkoła może wybrać z propozycji zajęć te, które zdaniem nauczycieli pomogą w osiągnięciu najważniejszych dla uczniów celów.

Proponowane zajęcia mają różny charakter i w różnym stopniu aktywizują dzieci i młodzież. Niektóre z nich wymagają od nauczyciela przygotowania prostych materiałów dydaktycznych, czy skorzystania z narzędzi innych niż te, które dostępne są zwyczajowo podczas lekcji.

Każdy scenariusz lekcji zawiera:

- proponowany przez nas temat,
- omówienie celu zajęć,
- wskazanie metod i form pracy,

- wskazanie materiałów dydaktycznych potrzebnych do realizacji tematu,
- czas trwania lekcji (określany dla grupy pracującej w średnim tempie),
- przebieg etapów lekcji zakończony podsumowaniem.

Scenariusze lekcyjne są autorską propozycją Fundacji Audionomia, podobnie jak ułożenie zajęć w pełnym cyklu stopniowo pogłębiającym zdobywanie umiejętności uważnego słuchania.

Wykorzystane w scenariuszach ćwiczenia pochodzą nie tylko z dydaktycznych doświadczeń członkiń i członków Fundacji. W znacznej mierze korzystaliśmy z propozycji Raymonda Murraya Schafera zamieszczonych w publikacji *A Sound Education. 100 Exercises in Listening and Sound-making* (1992). Inspiracje czerpałyśmy też z działalności edukacyjnej Filharmonii Szczecińskiej i zamieszczonych na jej stronie materiałów na temat „skutecznego słuchania”. Niektóre ćwiczenia zostały zaproponowane przez współpracujących z nami Izabelę Dłużyk oraz Marcina Dymitera.

Po zapoznaniu się z podstawą programową dla trzech poziomów kształcenia: przedszkolnego, klas I-III i klas IV-VIII szkoły podstawowej zauważamy, że zajęcia audioedukacyjne wpisują się bardzo dobrze w podstawę na wielu obszarach nauczania.

Audioedukacja a podstawa programowa – edukacja przedszkolna

Na poziomie edukacji przedszkolnej możemy wskazać kilka obszarów kształcenia, które wydają się być dobrą przestrzenią dla realizacji lekcji uważnego słuchania. Cytujemy też odpowiednie treści z podstawy programowej, które – naszym zdaniem – można odnieść także do audioedukacji.

Emocjonalny obszar rozwoju dziecka

To wspinały obszar dla pracy z dźwiękiem. Proponowane zajęcia uczą dostrzegania i rozumienia emocji zawartych w głosie, nazywania tych emocji, a w konsekwencji wyrażania własnych emocji w odmienny artykularyjnie sposób (II, p. 1, 4, 6, 9). Uważne słuchanie siebie i innych sprawia, że dziecko uczy się „szanować emocje swoje i innych” (II, p. 2). Spacerzy dźwiękowe pomogą „dostrzec emocjonalną wartość otoczenia przyrodniczego jako źródła satysfakcji estetycznej” (II, p. 11).

Spółeczny obszar rozwoju dziecka

Uważne słuchanie wypowiedzi innych osób to forma „obdarzania ich uwagą” (III, p. 8). Słuchanie i skupienie się na słowach innych, na kształtowaniu przez nich wypowiedzi, na ich artykulacji, barwie głosu i całym prozodycznym aspekcie wypowiedzi pozwalają budować „poczucie własnej wartości jako osoby, wyrażać szacunek wobec innych osób” (III, p. 1). Szczególnie trafne wydają się tu zajęcia zakładające rejestrację i odstuchiwanie głosów uczestników grupy. Dziecko ma szansę usłyszeć jak „brzmi naprawdę”, czyli jak słyszą je inni. Uważne słuchanie siebie i innych jest podstawą rozumienia, a rozumienie z kolei podstawą procesu komunikacji. Zajęcia audioedukacyjne sprawiają więc, że dziecko „komunikuje się z dziećmi i osobami dorosłymi, wykorzystując komunikaty werbalne i pozawerbalne; wyraża swoje oczekiwania społeczne wobec innego dziecka, grupy” (III, p.9).

Poznawczy obszar rozwoju dziecka

Lekcje uważnego słuchania pomagają realizować także ten obszar rozwoju dziecka, szczególnie punkt 6. i 7. podstawy programowej, w których czytamy odpowiednio o „wykonywaniu własnych eksperymentów językowych (...), tworzeniu żartów językowych i sytuacyjnych, uważnym słuchaniu”, „eksperymentowaniu rytmem, głosem, dźwiękami i ruchem, rozwijaniu (...) wyobraźni muzycznej; słuchaniu, odtwarzaniu i tworzeniu muzyki, śpiewaniu piosenki, poruszaniu się przy muzyce i do muzyki, dostrzeganiu zmiany charakteru muzyki, np. dynamiki, tempa i wysokości dźwięku oraz wyrażaniu jej ruchem, reagowaniu na sygnały, muzykowaniu z użyciem instrumentów oraz innych źródeł dźwięku”. Ponieważ audioedukacja nie jest tym samym, co edukacja muzyczna, możemy wskazać na więcej zapisów podstawy, które odnoszą się do lekcji uważnego słuchania.

Proponowane zajęcia pomagają:

- „wyrażać swoje rozumienie świata, zjawisk i rzeczy znajdujących się w bliskim otoczeniu za pomocą języka mówionego i pozawerbalnego” (III, 1 i 2) – w zdobywaniu tej drugiej umiejętności pomogą choćby dźwiękowe kalambury;
- w nauce „klasyfikacji przedmiotów według...” nie wielkości, kształtu czy koloru, jak podaje podstawa programowa, ale głośności zjawisk, akustycznej odległości przedmiotów, tempa np. wypowiedzi (III, 12);

- w „podejmowaniu samodzielnej aktywności poznawczej” (III, 19) podczas wsłuchiwania się w warstwę akustyczną otaczającej rzeczywistości, np. nowych przestrzeni;
- w poznawaniu „pojęć dotyczących zjawisk przyrodniczych” (III, s. 18), na przykład podczas dźwiękowych spacerów przyrodniczych;
- „określać kierunki i ustalać położenie przedmiotów w stosunku do własnej osoby, a także w stosunku do innych przedmiotów, rozróżniać stronę lewą i prawą” (14) wsłuchując się – najlepiej z zamkniętymi oczami – w przestrzeń akustyczną, np. ulicy czy też – jak proponujemy w jednym z ćwiczeń – w sali zajęciowej, podążając za „poruszającym się głosem nauczyciela”.

Audioedukacja a podstawa programowa – szkoła podstawowa, kl. I-III

Na poziomie edukacji w klasach I-III audioedukacja wspiera następujące obszary rozwoju dziecka:

Emocjonalny obszar rozwoju dziecka

Zajęcia z uważnego słuchania wspierają dziecko w procesie rozumienia, nazywania i wyrażania emocji (II, p. 1, 2,3), a także postrzegania siebie i innych jako osoby, które w odmienny sposób mogą wyrażać te same emocje. Tym samym słuchanie staje się podstawą rozumienia siebie samego i drugiego człowieka (II, s. 6). Werbalizowanie przeżyć jest lekcją, która pozwala zdobyć „umiejętność przedstawiania swych emocji i uczuć przy pomocy prostej wypowiedzi ustnej” (II, p. 3).

Spółeczny obszar rozwoju dziecka

Ten etap edukacji to bardzo dobry czas na wprowadzenie dzieci w słuchowisko radiowe, a także – wśród najstarszych – prezentację reportaży radiowych. Te artystyczne formy audialne niosą zawsze głębszy przekaz, dzięki któremu dziecko poznaje świat zasad i wartości i zdobywa „umiejętność nazywania poznanych wartości, oceny postępowania innych ludzi, odwoływanie się w ocenie do przyjętych zasad i wartości” (III, 2). Wspierają także „umiejętność obdarzania szacunkiem koleżanek, kolegów i osoby dorosłe (...)” (III, 7). Lekcje akustyczne – realizowane zarówno w sali, jak i na zewnątrz – wskazujące na przestrzeń i ruch sygnalizowa-

ne przez dźwięk, wpływają na zdobywanie „umiejętności dbania o bezpieczeństwo własne i innych uczestników grupy, w tym bezpieczeństwo związane z komunikacją za pomocą nowych technologii oraz bezpieczeństwo uczestnictwa w ruchu drogowym” (III, 9).

Poznawczy obszar rozwoju dziecka

Słuchanie w skupieniu, refleksja nad tym, co słyszą, rozumienie i łączenie znaczenia dźwięków, a także opowiadanie o tym, co słyszymy, wpływa pozytywnie na „potrzebę i umiejętność samodzielnego, refleksyjnego, logicznego, krytycznego i twórczego myślenia” (IV, 1), a także „umiejętność poprawnego posługiwania się językiem polskim w mowie i piśmie, pozwalającą na samodzielną aktywność, komunikację i efektywną naukę” (IV, 2). Obserwacja akustycznej warstwy rzeczywistości, tego, co mówią inni ludzie, wspiera „umiejętność stawiania pytań, dostrzegania problemów, zbierania informacji potrzebnych do ich rozwiązania, planowania i organizacji działania, a także rozwiązywania problemów” (IV, 6). Spacerzy dźwiękowe – czy w przestrzeni leśnej, czy miejskiej – pozwalają dziecku zdobywać umiejętność obserwacji faktów, zjawisk przyrodniczych, społecznych i gospodarczych, wykonywania eksperymentów i doświadczeń, umiejętność formułowania wniosków i spostrzeżeń (IV, 8), a także „umiejętność samodzielnej eksploracji świata, rozwiązywania problemów i stosowania nabytych umiejętności w nowych sytuacjach życiowych” (IV, 12).

Przestrzeń dla zajęć audioedukacyjnych można znaleźć podczas:

- edukacji polonistycznej,
- edukacji przyrodniczej,
- edukacji muzycznej.

Spotkania z dźwiękiem mogą być pomocne w edukacji matematycznej (np. podczas liczenia danych odgłosów, dzielenia ich na ciche i głośne, pochodzące ze sfery lasu i miasta itp.), a także edukacji plastycznej (kiedy dzieci mogą zwizualizować na papierze swoje doznania dźwiękowe).

Realizacja krótkiego słuchowiska jest bardzo dobrym wsparciem zajęć artystycznych, teatralnych. Uczy pracy z dykcją i emisją głosu.

Audioedukacja a podstawa programowa – szkoła podstawowa, kl. IV-VIII

Na poziomie edukacji obejmującym klasy IV-VIII program nauczania realizowany jest w ramach konkretnych przedmiotów, nie jak w przypadku edukacji klas I-III, która ma charakter zintegrowany. Ćwiczenia z uważnego słuchania mogą zostać włączone do nauczania nie tylko podczas godziny wychowawczej, ale także:

• języka polskiego

Scenariuszami słuchowisk radiowych są bardzo często utwory literackie. Słuchowisko jest więc dla uczniów źródłem wiedzy o konkretnej lekturze, ale pozwala na jej własną wizualną interpretację. Dźwięk pobudza wyobraźnię i nie narzuca konkretnego obrazu – obraz bohatera jest zawsze indywidualny dla każdego odbiorcy. Co więcej, zajęcia ze słuchania słuchowiska to też nauka poprawnej dykcji i interpretacji głosowej (kształcenie literackie).

Zajęcia z uważnego słuchania są też – jak w przypadku wcześniej omawianych poziomów edukacji – doskonałą sposobnością do zauważania związków przyczynowo-skutkowych, uważnej obserwacji zjawisk, np. fabularnych, a w konsekwencji poprawnego posługiwania się językiem i konstruowania spójnej wypowiedzi (kształcenie językowe i tworzenie wypowiedzi). Pomagają też „kształcić umiejętności porozumiewania się (słuchania, czytania, mówienia i pisanie) w różnych sytuacjach oficjalnych i nieoficjalnych, w tym także z osobami doświadczającymi trudności w komunikowaniu się” (kształcenie językowe, punkt 4). Słuchanie siebie i innych pomaga zauważyć naszą i innych odrębność, indywidualność i uczy szacunku do ludzi.

• etyki

Reportaż radiowy to gatunek, który warto wprowadzić podczas zajęć na tym poziomie edukacji. Reportaże są niewyczerpanym źródłem wiedzy o człowieku, o jego lękach, możliwościach, ograniczeniach, pragnieniach. Reportaże uczą, że jesteśmy inni, że każdy z nas nosi historię, każdy zasługuje na szacunek i nie powinniśmy nikogo oceniać. Reportaże są więc wspinałym materiałem dydaktycznym podczas lekcji etyki.

Słuchanie reportaży radiowych pomoże zrealizować większość celów kształcenia, takich choćby jak: „roz-

wijanie percepcji i wyobraźni moralnej”, „rozwijanie empatii”, „analizowanie doświadczeń moralnych”, „charakteryzowanie i kształtowanie postaw moralnych – w szczególności postawy szacunku wobec każdego człowieka”.

Odpowiednio poprowadzona dyskusja po wystuchaniu audycji pomoże w „rozwijaniu umiejętności dyskusowania, nauce „formułowania sądów wartościujących oraz ich uzasadniania” czy „formułowania pytań dotyczących sfery aksjologiczno-moralnej”.

• historii

Nauczyciele historii mogą także korzystać z reportaży radiowych, które są przecież formą dokumentalną i stanowią źródło wiedzy o historii najnowszej, ale także minionego wieku. Reportaże zawierają wypowiedzi autentycznych historycznych postaci, nagrania z miejsc, w których „działa się historia” – są dla młodych ludzi ciekawą formą przybliżania wydarzeń. Dźwięk oddaje prawdziwą atmosferę, pozwala przenieść się w konkretne miejsce, poczuć emocje towarzyszące bohaterom historycznym.

Audycje radiowe pomagają więc choćby w „dostrzeganiu zmiany w życiu politycznym i społecznym oraz ciągłości w rozwoju kulturowym”, a dyskusja po wystuchaniu reportażu w „konstruowaniu ciągów narracyjnych przy wykorzystaniu zdobytych informacji źródłowych” na podstawie poznanej opowieści, a także w „przedstawianiu argumentów uzasadniających własne stanowisko w odniesieniu do procesów i postaci historycznych”.

• informatyki

Podczas zajęć audialnych uczniowie i uczennice mają możliwość samodzielnego rejestrowania dźwięków, wsłuchiwanie się w kolejne plany dźwięków. Przygotowanie „obrazu audialnego” szkoły, ulubionego miejsca w mieście czy domu/mieszkania pozwala zdobyć umiejętność wsłuchiwanie się w specyfikę miejsca i separowania dźwięków od siebie. Sam proces nagrywania, a potem montowania zarejestrowanego materiału, pozwala zdobyć praktyczne umiejętności związane z obsługą urządzenia rejestrującego i programu do edycji dźwięku. Tym samym proponowane zajęcia wpisują się w założenia podstawy programowej z przedmiotu informatyka w zakresie zarówno obsługi urządzeń i pro-

gramów, jak i używania komputera (programów) jako narzędzia komunikacyjnego.

- **muzyki**

Choć lekcje audioedukacyjne nie są zajęciami stricte z zakresu edukacji muzycznej, to mogą ją sprawnie wspierać i uzupełniać, np. w zakresie „werbalizacji emocji i uczuć”, „dbania o dykcję i emisję głosu”, wspomagania tworzenia „głosowych ilustracji dźwiękowych” czy różnicowania dźwięków, np. na wysokie i niskie, głośne i ciche, „bliskie” i „dalekie”.

- **przyrody**

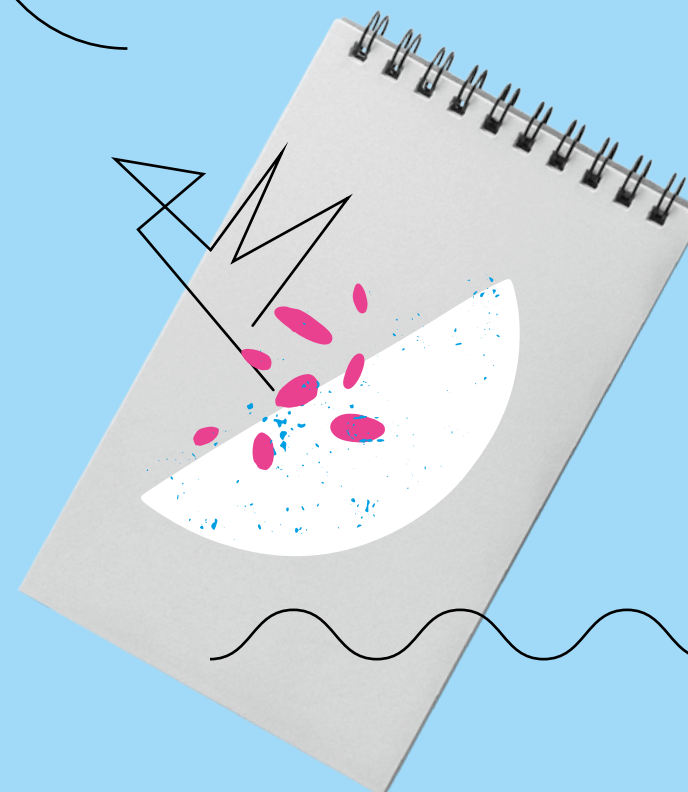
Podobnie jak na wcześniejszych etapach edukacji, tak i w klasach IV-VIII lekcje w terenie i spacerowe pozwolą na zdobycie wiedzy w praktyce. Uczniowie i uczennice mają możliwość nasłuchiwanie przyrody, poznawania jej akustycznych wyrazów, zdobywają umiejętność „prowadzenia obserwacji i orientacji w terenie”. Audioedukacja wypełnia założenia podstawy programowej z zakresu lekcji przyrody np. w kwestii „poznawania cech i zmian krajobrazu w najbliższej okolicy szkoły”, „dostrzegania wielostronnej wartości przyrody w integralnym rozwoju człowieka” czy „rozwijania wrażliwości na wszelkie przejawy życia”. Rejestrowanie odgłosów przyrody zaś realizuje założenie „wykonywania obserwacji i doświadczeń zgodnie z instrukcją (słowną, tekstową i graficzną), właściwego ich dokumentowania i prezentowania wyników”.

Są to obszary najbardziej oczywiste i stanowią jedynie propozycje Audionomii. Kreatywność osób prowadzących pozwoli wykorzystać audioedukację podczas innych przedmiotów, a także kół zainteresowań. Nauka montażu, budowania kompozycji dźwiękowej wpisuje się w zajęcia dziennikarskie, a praca nad słuchowiskiem, kształtowanie umiejętności gry aktorskiej głosem – w zajęcia teatralne.



Scenariusze – edukacja przedszkolna

Uwaga ogólna: każde pojedyncze zajęcia przygotowane są na 30 minut lekcji. Jednak od tempa pracy grupy i decyzji osoby prowadzącej zależy, czy cały program spotkania zostanie zrealizowany zgodnie ze scenariuszem. Można dokonać przesunięć w obrębie treści kolejnych lekcji lub zrezygnować z niektórych ćwiczeń.



O dźwięku i audiosferze słów kilka

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki są obok nas: każda rzecz, czynność, emocja, ma swój wyraz dźwiękowy;
 - uświadomienie dzieciom, jak działa fala dźwiękowa;
 - skierowanie uwagi dzieci na dźwięki;
 - wskazanie, że dźwięk budzi różne odczucia;
 - zaangażowanie dzieci w stan słuchania.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzażu dźwiękowego, piłka.

Przebieg zajęć:

1. Słuchanie dźwięków sali i dyskusja o dźwięku. Czym jest dźwięk? Jak wygląda? Jak działa? (Na podstawie teorii z książki.)
2. Gra „Podaj dalej”. Dzieci ustawiają się obok siebie w rzędzie. Zaczynają podawać sobie piłkę z jednego końca na drugi, w jak najszybszym tempie. Tak właśnie działa dźwięk – podawanie piłki obrazuje ruch cząsteczek. Piłka jako cząsteczka może dotrzeć bardzo daleko i szybko, chociaż nikt nie będzie zmieniać swojej pozycji, tylko będzie się obracać z boku na bok. Tak właśnie zachowuje się fala dźwiękowa.
3. Ćwiczenie: *Zamknijcie oczy i nic nie mówcie*. Dzieci koncentrują się na „tu i teraz”. Wytrzymujemy wszyscy minutę, bez mówienia i śmiania się. Wbrew pozorom nie jest to wcale proste :).
4. Ćwiczenie: Nadal mamy zamknięte oczy. Dzieci odpowiadają na pytanie: Jakie dźwięki teraz słyszycie? – te najcichsze, te pojedyncze. Poznajemy audiosferę sali, w której się znajdujemy.
5. Ćwiczenie: Słuchamy nagranych, wybranych przez nauczyciela z portalu www.audionomia.pl pejzażu dźwiękowego. Dzieci słuchają i snują opowieści. Zamykamy oczy, odpoczywamy, słuchamy. Dzieci po kolei mówią: Co słyszą? Gdzie się przenoszą za pomocą usłyszanego dźwięku? Czy jest ciepło, czy zimno? Jakie emocje budzi ten dźwięk? Z kim są w tej udźwiękowionej przestrzeni? Jak wygląda ta przestrzeń? Rozbudzamy wyobraźnię.

Audiosfera codzienności

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki są obok nas, w naszej codzienności;
 - uświadomienie dzieciom, że dźwięk budzi skojarzenia i że pamiętamy różne momenty życia dzięki dźwiękom;
 - zaangażowanie dzieci w stan słuchania.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagrania enigmatycznych dźwięków, kartka i kredki.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie: Dzieci zamykają oczy, przenosimy się na plac zabaw – nie słuchamy, a wyobrażamy sobie ten dźwięk, odtwarzamy go „na sucho” w głowach. Dzieci mają powiedzieć, jakie dźwięki można usłyszeć na placu zabaw. Tak samo można przenieść się do szkoły, sklepu, na boisko... Dzieci mogą też naśladować niektóre dźwięki.
2. Ćwiczenie: *Przypomnij sobie kotysankę z dzieciństwa – możesz ją zanucić, zaśpiewać. Kiedy śpiewasz, kto pojawia się przed Twoimi oczami?* Wizualizujemy na podstawie zapamiętanego dźwięku. Dźwięk wywołuje wspomnienia, obrazy, emocje. Ćwiczenie i rozmowa o pamięci słuchowej. Czym ona jest?
3. Ćwiczenie: Rysujemy to, co usłyszeliśmy. Najpierw dzieci kilkakrotnie odśłuchują nagrany dźwięk (np. zegar kurantowy), a potem mają 15 minut, aby indywidualnie narysować to, co usłyszały. Na portalu audionomia.pl podpowiadamy kilka enigmatycznych dźwięków.
4. Propozycja literatury do czytania dzieciom na głos. Rozmowa o dźwiękach i odgłosach, które pojawiły się w wierszach:
 - Julian Tuwim, *Ptasie radio*,
 - Julian Tuwim, *Dwa wiatry*.

Trening uważności

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięk budzi różne odczucia;
 - zaangażowanie dzieci w stan słuchania;
 - pobudzanie wyobraźni.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzażu dźwiękowego, kartka i kredki.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie na rozpoznawanie zjawisk przyrodniczych. Co słyszysz? Wodę w strumieniu, wiatr, deszcz, śnieg, ogień, burzę... (dźwięki są dostępne na portalu www.audionomia.pl).
2. Wybieramy pejzaż dźwiękowy i prosimy dzieci, aby narysowały to, co słyszą i jak słyszą (około 5-minutowy dźwięk).
3. Rozmowa z dziećmi, czy dobrze się czuły, słuchając tego pejzażu, jak się czuły, co czuły.
4. Propozycja literatury do czytania dzieciom na głos. Rozmowa o dźwiękach i odgłosach, które pojawiły się w wierszu:
 - Czesław Janczarski, *Ranek w lesie*.

W dźwiękowym świecie zwierząt

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że zwierzęta się komunikują tak jak my, a ich głos niesie przekaz, emocje;
 - zaangażowanie dzieci w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja, słuchanie materiałów dźwiękowych.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie odgłosów zwierząt, nagranie *Jak się bociek uczył fruwać* dostępne na portalu www.audionomia.pl.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie: *Co to za zwierzę? Poznaj po dźwięku*. Czy dany dźwięk jest przyjemny, czy nieprzyjemny? Dzieci raczej tych zwierząt nie rozpoznają, dlatego potrzebne będzie wyjaśnienie osoby prowadzącej. Nie chodzi o identyfikację zwierzęcia, lecz o to, by dzieci spróbowały określić zabarwienie emocjonalne dźwięku. Dźwięki są dostępne na portalu www.audionomia.pl:
 - świerszcz polny,
 - sroka,
 - kos,
 - indyczka odzywa się do piskląt,
 - sikora bogatka ostrzega inne ptaki przed sową,
 - słowik rdzawy.
2. Ćwiczenie: *Poznaj po dźwięku: czy zwierzę jest małe, czy duże?* Dźwięki są dostępne na portalu www.audionomia.pl:
 - tygodniowe kurczaczki,
 - krowy,
 - pasikonik zielony,
 - konie,
 - młode sowy uszatki,
 - duży pies.
3. Propozycja opowieści na podstawie ilustracji dźwiękowych: *Jak się bociek uczył fruwać*. Iza Dłużyk nagrała, jak młody bocian po raz pierwszy wylatuje z gniazda i jak to z tym lataniem było. Zadaniem dzieci jest wsłuchanie się w dźwięk, w kolejne fazy uczenia się latania i snucie opowieści, jak ta nauka się odbywa.

Głos a emocje

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięk budzi emocje;
 - uświadomienie, że nasza indywidualność przejawia się też w barwie głosu, w sposobie mówienia;
 - uświadomienie, że ten sam tekst zmienia przekaz, kiedy przeczytamy go z inną intonacją;
 - zaangażowanie dzieci w nadawanie znaczeń wypowiedziom poprzez różną artykulację.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie głosu uczniów, fragment tekstu do odczytania.

Przebieg zajęć:

1. Słuchamy opowieści czytanej przez osobę prowadzącą. *Jakie emocje słyszycie w głosie?* (Osoba stara się czytać tak, by ujawniać głosem różne emocje.)
2. Słuchamy tej samej wypowiedzi przeczytanej w różny sposób. *Jakie emocje kryje ta wypowiedź? Jak się ta osoba mogła czuć, kiedy mówiła dane słowa?*
3. Ćwiczenie: Powiedz zdanie „Chciałabym dostać ciastko”, wykorzystując różne emocje: radość, smutek, gniew.
4. Ćwiczenie z artykulacji: Powiedz coś na różne sposoby, z różną siłą i postępujaj siebie: jak może brzmieć twój głos? Te wypowiedzi nagrywa osoba prowadząca na dyktafon przed zajęciami. Na lekcji słuchamy nagrań.
5. *Każdy z nas jest inny, każdy ma też inny głos, ale każdy jest piękny i wyjątkowy* – ćwiczenie z nagrywania głosów osób z grupy, potem odsłuchiwanie ich i zgadywanie, czyj to głos. Opisywanie: jaki to głos? (Osoba prowadząca musi nagrać głosy wcześniej; dzieci mogą opowiadać, co lubią, jaki jest ich ulubiony kolor, jak się czują, jakie mają marzenia itp.).

Trening uważności

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że przestrzeń dźwiękowa ma plany;
 - uświadomienie, że różne przedmioty wydają różne dźwięki.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzażu dźwiękowego, przedmioty wydające dźwięki.

Przebieg zajęć:

1. Zaczynamy od wyciszenia się i wystuchania pejzażu dźwiękowego, np. „wiatr w lesie”. Rysujemy to, co usłyszeliśmy.
2. *Ćwiczenie uważności* – wstuchiwanie się w szczegóły, w kolejne plany dźwiękowe. Kolejny pejzaż, dostępny na www.audionomia.pl. Słuchanie nagrania i opowieść o tym, co słyszemy w „drugim planie”.
3. *Dźwiękowe kalambury* – osoba prowadząca przygotowuje kilka przedmiotów, z których można wydobyć dźwięk. Dzieci z zamkniętymi, zastoniętymi oczami mają odgadnąć, co wydaje ten dźwięk.
4. *Zabawa w ciuciubabkę* – dziecko z zawiązanymi oczami i klaszczące dzieci w różnych miejscach sali. Wskazywanie, skąd pochodzi dźwięk. Ukazanie przestrzeni w dźwięku.
5. Propozycja literatury do rozmowy o dźwięku i odgłosach:
 - Julian Tuwim, *Mowa ptaków*.

Sztuka opowiadania o dźwięku

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że różne zjawiska można wyrazić różnymi dźwiękami, podobnie jest z emocjami;
 - zaangażowanie dzieci w werbalizację opowieści;
 - zaangażowanie dzieci w wyrażanie stanów emocjonalnych dźwiękiem.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
 - praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- przedmioty, które wydają dźwięki.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie ze snucia narracji: *Opowiedz o swojej ulubionej zabawce. Jak wygląda? Jak dźwięki wydaje, kiedy się nią bawisz?*
2. Słuchanie odgłosów czynności: *Co się tu dzieje? Zgadujemy.* Ćwiczenie z słuchania i opowiadania. Materiały są dostępne na www.audionomia.pl.
3. Instrumenty: *Jak opisać dźwiękiem dinozaura? A jak rakiety?* (Można dobrać dźwięki.) Na te zajęcia przynosimy „przeszkadzajki” i różne inne instrumenty, z których dzieci mogą korzystać. Dźwiękami próbujemy wyrazić emocje: radość, smutek, złość, strach itp.
4. Propozycje literatury do poczytania na zakończenie zajęć. Rozmowa o dźwiękach, odgłosach, które wystąpiły w wierszach i opowiadaniach:
 - Czesław Janczarski, *Ranek w lesie*,
 - Czesław Janczarski, *Świerszczykowe nutki*.

Posłuchaj, porozmawiaj

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest reportaż/słuchowisko;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.

- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, słuchanie słuchowiska.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- nagranie słuchowiska *O Lisku, który nie chciał dzielić się zabawkami*.

- Wymagania dodatkowe:**
- Sala, w której dzieci nie odbywają wszystkich zajęć, np. biblioteka, sala teatralna, hamakownia (miejsce, w którym dzieci poczują się trochę inaczej).
 - Jeśli zmiana sali nie jest możliwa, warto wcześniej przearanżować wystrój, żeby dzieci nie siedziały jak zwykle w ławkach. Ławki można przenieść na tył sali, a dzieci mogą usiąść na dywanie, wykładzinie czy pufach. Niech wydarzy się tutaj coś czarującego, magicznego, wyjątkowego!

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie w temat słuchowiska jako gatunku radiowego. Rozmowa, co dzieci rozumieją przez słuchowisko, z czym się im kojarzy.
2. Słuchanie reportażu/słuchowiska.
3. Rozmowa na temat słuchowiska *O Lisku, który nie chciał dzielić się zabawkami* (link do słuchowiska na www.audionomia.pl):

Słuchowisko opowiada o tym, jak ważne jest dzielenie się z innymi. Bohaterem słuchowiska jest lisek, który nie chciał bawić się z innymi dziećmi klockami, jakie otrzymał na urodziny. Wówczas dzieci odsunęły się od niego, został sam. Lisek zrozumiał, że nie warto być chytrym. Kiedy dzielisz się z innymi, inni dzielą się z Tobą. Wspólna zabawa daje największą radość.

Pytania:

- Dlaczego lisek nie chciał się dzielić?
- Jak czuł się lisek, kiedy został sam?
- Dlaczego dzieci nie chciały się bawić z liskiem?
- Co zrozumiał lisek?
- Skąd wiecie, że liskowi było smutno? Jak brzmiał jego głos?
- Jakie dźwięki słyszałeś/słyszałaś w przedszkolu?
- Ile głosów dzieci słyszałeś/słyszałaś?

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Słuchowisko jest radiową formą artystyczną, formą radiowego teatru. Słuchowisko istnieje najpierw w formie scenariusza, który następnie jest poddawany realizacji dźwiękowej. Scenariusz słuchowiska może być oryginalny, stworzony specjalnie dla radia; może być też adaptacją jakiegoś tekstu literackiego. Podstawowym tworzywem słuchowiska jest ludzki głos uzupełniany przez dźwięki akustyczne, muzykę ciszę czy gesty foniczne. W słuchowisku występują aktorzy, odgrywający konkretne role. Nad całością realizacyjną czuwa reżyser słuchowiska.

Relaksacja dźwiękowa

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięk może nas relaksować;
 - skupienie uwagi dzieci na słuchaniu.

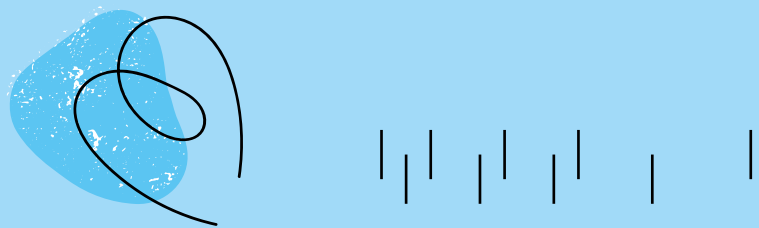
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzaży dźwiękowych.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie: Słuchanie pejzażu dźwiękowego, np. „kózki na pastwisku”. Dzieci rysują to, co słyszą, wyciszają się, koncentrują się na opowieści dźwiękowej. Dźwięki dostępne na www.audionomia.pl.
2. Osoba prowadząca czyta wiersz Stanisława Aleksandraka pt. *Jesienna baśń*, a potem rozmawia z dziećmi o dźwięku, o odgłosach z wiersza.
3. Ćwiczenie: Dzieci słuchają kolejnego pejzażu, np. „łagodne fale morskie”. Rysują to, co słyszą, wyciszają się, koncentrują się na opowieści dźwiękowej.
4. Osoba prowadząca czyta utwory, a potem rozmawia z dziećmi o nich:
 - Joanna Kulmowa, *Wiosenny wietrzyk*,
 - Mieczysława Buczkówna, *Słowik*.



Scenariusze – szkoła podstawowa, kl. I-III

Uwaga ogólna: każde pojedyncze zajęcia przygotowane są na jedną godzinę lekcyjną (45 minut). Jednak od tempa pracy grupy i decyzji osoby prowadzącej zależy, czy cały program spotkania zostanie zrealizowany zgodnie ze scenariuszem. Można dokonać przesunięć w obrębie treści kolejnych lekcji lub zrezygnować z niektórych ćwiczeń.



ZAJĘCIA NR 1

• KLASY I-III

Wprowadzenie do świata dźwięku

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki są obok nas: każda rzecz, czynność, emocja, ma swój wyraz dźwiękowy;
 - wskazanie warstwy akustycznej jako ważnej sfery czytania/odbioru świata;
 - skierowanie uwagi dzieci na dźwięki;
 - zaangażowanie dzieci w czynność/stan słuchania.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- karta papieru i kredki.

Przebieg zajęć:

1. Krótkie wprowadzenie w temat percepcji dźwiękowej. Dźwięk jest pierwszym zmysłem człowieka. Wszystko wydaje dźwięk (na podstawie części teoretycznej książki).
2. Ćwiczenie: *Zamknijcie oczy i nic nie mówcie* – ćwiczenie jest związane z wyciszeniem się, skoncentrowaniem się na „tu i teraz”. Wytrzymujemy tak 1 minutę, bez mówienia. Rozmowa o tym, czy trudno jest się wyciszyć? Dlaczego?
3. *Zamknij oczy i słuchaj*. Słuchanie dźwięków sali i dyskusja o tym, co słyszymy. Czy to jest miły, przyjemny dźwięk? Czy przeszkadza?
4. Rozmowa o naszych „prywatnych” dźwiękach. *Co słyszysz, kiedy wstajesz rano? Co słyszysz, kiedy zasypiasz?* Każde dziecko dzieli się swoimi spostrzeżeniami.
5. Ćwiczenie: *Słuchanie dźwięków „tu i teraz”*. Warto otworzyć okno, żeby dzieci słyszały dźwięki nie tylko z sali, ale też z zewnątrz. Dzieci odpowiadają na pytania: „jakie dźwięki teraz słyszysz” – te najcichsze, te pojedyncze.
6. Otwieramy oczy. Znowu osadzamy się w „tu i teraz”.
7. Pejzaż dźwiękowy – słuchanie i rysowanie tego, co dzieci usłyszały. Rozmowa o rysunkach.
8. Podsumowanie: rozmowa o tym, co uświadomiły dzieciom zajęcia. Czego dowiedziały się o dźwiękach? Jakimi dźwiękami lubią, jakie uważają za „swoje”, domowe?

Czym jest dźwięk?

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest dźwięk, jak działa fala dźwiękowa;
 - uświadomienie, jak kiedyś rejestrowano dźwięki, a jak się to robi dziś;
 - skierowanie uwagi dzieci na dźwięki, którą budzą ich dobre i złe odczucia;
 - zaangażowanie dzieci w stan słuchania, wyciszenia.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka i kredki, nagranie pejzażu dźwiękowego.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie: *Zamknijcie oczy i nic nie mówcie* – ćwiczenie jest związane z wyciszeniem się, skoncentrowaniem się na „tu i teraz”. Wytrzymujemy tak 1 minutę, bez mówienia, żeby się skoncentrować, wyciszyć się.
2. Wprowadzenie w teorię dźwięku: *Czym jest fala (dźwiękowa)? Jak działa dźwięk, jak wygląda? Jak można go rejestrować? Jak robiono to dawniej?* (Na podstawie części teoretycznej książki.)
3. Ćwiczenie: *Zagrajmy w grę „Podaj dalej”*. Dzieci ustawiają się obok siebie w rzędzie. Zaczynają podawać sobie piłkę z jednego końca na drugi, w jak najszybszym tempie. Tak właśnie działa dźwięk – ruch cząsteczek. Piłka jako cząsteczka może dotrzeć bardzo daleko i szybko, chociaż nikt nie będzie zmieniać swojego położenia, tylko będzie się obracać z boku na bok. Tak właśnie zachowuje się fala dźwiękowa.
4. Rozmowa: *Czym jest pamięć słuchowa? Co to znaczy „słuchać”, a co „słyszeć”?* (Na podstawie części teoretycznej książki.)
5. Rozmowa o tym, jakie są nasze ulubione dźwięki. *Co sprawia, że te dźwięki lubimy? A których nie lubimy i dlaczego? Przy jakich dźwiękach czujemy się dobrze? Przy jakich źle?*
6. Pejzaż dźwiękowy – słuchanie i rysowanie tego, co dzieci usłyszały. Rozmowa o rysunkach.
7. Podsumowanie: rozmowa o tym, co uświadomiły dzieciom zajęcia, czego dowiedziały się o dźwiękach.

Trening uważności

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest uważność;
 - uświadomienie, że dźwięki budzą skojarzenia, z czymś miłym, niemiłym, ciepłym, zimnym itp.;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja, słuchanie słuchowiska.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzażu dźwiękowego, nagranie słuchowiska.

Przebieg zajęć:

1. Tradycyjnie najpierw wyciszamy się: *Zamknijcie oczy i nic nie mówcie* – celem ćwiczenia jest wyciszenie się, skoncentrowanie się na „tu i teraz”. Wytrzymujemy tak 1 minutę, bez mówienia, żeby się skoncentrować, wyciszyć się, posłuchać sali. *Co słyszymy? Jakie są to pojedyncze dźwięki?*
2. Dzieci zamykają oczy: przenosimy się na plac zabaw – nie słuchamy, a wyobrażamy sobie ten dźwięk, odtwarzamy go „na sucho” w głowach. Dzieci mają powiedzieć, jakie dźwięki można usłyszeć na placu zabaw. Tak samo można przenieść się do szkoły, sklepu, na boisko... Dzieci mogą też naśladować niektóre dźwięki swoim głosem. Spróbujmy to zrobić.
3. Słuchamy nagranych pejzażów dźwiękowych: dzieci mają słuchać i snuć opowieści. Zamykamy oczy. Odpoczywamy, słuchamy, dzieci po kolei mówią: *Co słyszysz? Gdzie się przenoszą za pomocą usłyszanego dźwięku? Czy jest ciepło, czy zimno? Jakie emocje budzi ten dźwięk? Z kim są w tej udźwiękowionej przestrzeni?* Przykłady nagrań do emisji są dostępne na www.audionomia.pl.
4. Ewentualnie dodatkowo: krótkie słuchowisko i rozmowa o nim. Próba koncentracji uwagi na fabule opowieści i dźwiękach budujących ją. Propozycje słuchowisk znajdują się w części „Polecane strony, materiały i wydarzenia” książki.

Spacer dźwiękowy po okolicy szkoły

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że wszystko, co nas otacza, dźwięczy;
 - uświadomienie, że odbiór dźwięku jest indywidualny;
 - zaangażowanie dzieci w aktywne słuchanie najbliższego otoczenia.

- Metody:**
- metody aktywizujące w ruchu, elementy pogadanki, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka z mapą terenu szkoły dla każdego dziecka, ołówek.

Przebieg zajęć:

1. Zaczynamy od minuty ciszy, zamknięcia oczu. Spacerujemy po szkolnej okolicy (można w grupach) w ciszy, słuchamy. Potem stajemy w kole, a każde dziecko mówi, jakie dźwięki usłyszało. *Zapamiętaj pięć dźwięków. Czy to były dźwięki natury, czy techniki, czy człowieka?*
2. Powrót do szkoły i tworzenie mapy dźwiękowej – niech dziecko narysuje, w jakim miejscu jakie dźwięki słyszało, gdzie było głośniejsze, a gdzie ciszej. Każdy pracuje indywidualnie. Można mapę dokończyć w domu albo na następnych zajęciach. Porównajmy mapy ze sobą, porozmawiajmy o nich – odbiór dźwięku to indywidualne doświadczenie.

Opowiedz mi o swoich dźwiękach

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że ich droga do szkoły dźwięczy;
 - uświadomienie, że dźwięki budzą skojarzenia i różnią się od siebie, jedne są dla nas przyjemne, inne nie, jedne są głośne, inne ciche itp.
 - zaangażowanie dzieci w słuchanie, ale też w wydawanie dźwięków.

- elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- karta i ołówek, kredki.

Przebieg zajęć:

1. Rozmowa o tym, jak wygląda Twoja droga do szkoły: *Co słyszysz po kolei od momentu wstania z łóżka, przez przygotowanie się do szkoły, wyjście, po przejście albo dojazd do szkoły? Zapisz to albo narysuj, jeśli nie potrafisz jeszcze pisać.*
2. Opowiedz reszcie klasy o tych dźwiękach, używając jedynie swojego głosu i ciała (proponujemy Filharmonii Szczecińskiej).
3. Podczas gdy jedna osoba dźwiękowo opowiada przebieg swojego dnia, reszta spisuje albo rysuje to, co ta osoba mówi. Gdy wybrane opowieści zostaną zaprezentowane, można zacząć je analizować i porównywać, wypisując spostrzeżenia na tablicy. Wszystkie wypisane dźwięki, które pojawiły się w przykładach, możemy pogrupować w kategoriach (oczywiście według subiektywnych odczuć uczestników – co może być przyczynkiem do ciekawej dyskusji):
 - od najcichszego do najgłośniejszego,
 - od najbrzydszego do najładniejszego,
 - od najbardziej do najmniej potrzebnego (użytecznego).
4. „Opowiedz dźwiękiem” okolicę, w której mieszkasz. Jakie tam są charakterystyczne dźwięki? Pozostała część klasy próbuje zgadnąć, gdzie mieszka osoba, która opowiada. Osoba prowadząca pyta kilka osób.
5. Pejzaż dźwiękowy na zakończenie zajęć – relaksacja przy słuchaniu. Dźwięki dostępne na www.audionomia.pl.

Głos a emocje

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięk budzi emocje;
 - uświadomienie, że nasza indywidualność zawiera się też w barwie głosu, w sposobie mówienia;
 - uświadomienie, że ten sam tekst zmienia przekaz, kiedy przeczytamy go z inną intonacją;
 - zaangażowanie dzieci w nadawanie znaczeń wypowiedziom poprzez różną artykulację.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja, słuchanie słuchowiska.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie głosów dzieci, nagranie opowieści, fragment tekstu do odczytania.

Przebieg zajęć:

1. *Każdy z nas jest inny, każdy ma też inny głos, ale każdy jest piękny i wyjątkowy.* Ćwiczenie: nagrywamy głosy osób z grupy, potem odsłuchujemy i zgadujemy, czyj to głos. Następnie opisujemy: *Jaki to głos? Jakie emocje budzi?*
2. Słuchamy opowieści mówionej przez jedną osobę (albo nagranej wcześniej). *Jakie emocje słyszycie w głosie tej osoby? W którym momencie historii pojawiły się jakie emocje? Po czym je rozpoznajesz?*
3. Słuchamy tej samej wypowiedzi przeczytanej w różny sposób. *Jakie emocje kryje dana wypowiedź? Jak się ta osoba mogła czuć, kiedy mówiła określone słowa?*
4. Ćwiczenie z artykulacji. *Powiedz coś na różne sposoby, z różną siłą, i posłuchaj siebie, jak może brzmieć twój głos. Czy lubisz swój głos?*

Posłuchaj, porozmawiaj

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest reportaż/słuchowisko;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, słuchanie słuchowiska.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie słuchowiska *O słoniku Maciusiu, który bał się szkoły.*
- Wymagania dodatkowe:**
- Sala, w której dzieci nie odbywają wszystkich zajęć, np. biblioteka, sala teatralna, hamakownia (miejsce, w którym dzieci poczuć się trochę inaczej).
 - Jeśli zmiana sali nie jest możliwa, warto wcześniej przearanżować wystrój, żeby dzieci nie siedziały jak zwykle w ławkach. Ławki można przenieść na tył sali, a dzieci mogą usiąść na dywanie, wykładzinie czy pufach. Niech wydarzy się tutaj coś czarującego, magicznego, wyjątkowego!

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie w temat słuchowiska jako gatunku radiowego. Rozmowa, co dzieci rozumieją przez słuchowisko, z czym się im kojarzy.
2. Słuchanie słuchowiska.
3. Rozmowa na temat słuchowiska *O słoniku Maciusiu, który bał się szkoły* (link do słuchowiska na www.audionomia.pl).

Słuchowisko opowiada historię słonika Maciusia, który bał się pójść pierwszego dnia do szkoły. Nie wiedział, co go tam spotka. Towarzyszyło mu uczucie lęku.

Pytania:

- Dlaczego słońnik nie chciał pójść do szkoły?
- Czego się bał?
- Jak brzmiał głos słońnika, kiedy mówił, że się boi?
- Jakie dźwięki słysząc było w domku Maciusia?
- Jakie dźwięki słysząc było w szkole Maciusia?
- Jakie dzieci uczyły się w szkole słońnika?
- Kogo poznał słońnik w szkole?
- Jakie wydarzenie odbywało się w szkole?
- Dzięki czemu Maciuś pokonał swój lęk?

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Słuchowisko jest radiową formą artystyczną, formą radiowego teatru. Słuchowisko istnieje najpierw w formie scenariusza, który następnie jest poddawany realizacji dźwiękowej. Scenariusz słuchowiska może być oryginalny, stworzony specjalnie dla radia; może być też adaptacją jakiegoś tekstu literackiego. Podstawowym tworzywem słuchowiska jest ludzki głos uzupełniany przez dźwięki akustyczne, muzykę ciszę czy gesty foniczne. W słuchowisku występują aktorzy, odgrywający konkretne role. Nad całością realizacyjną czuwa reżyser słuchowiska.

W dźwiękowym świecie zwierząt

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że zwierzęta się komunikują tak jak my, a ich głos niesie przekaz, emocje;
 - zaangażowanie dzieci w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja, słuchanie materiałów dźwiękowych.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie odgłosów zwierząt, nagranie *Jak się bociek uczył fruwać*, dostępne na www.audionomia.pl.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie: *Co to za zwierzę? Czy dany dźwięk jest przyjemny, czy nieprzyjemny?* Dzieci raczej tych zwierząt nie rozpoznają, dlatego potrzebne będzie wyjaśnienie osoby prowadzącej. Nie chodzi o identyfikację, a o to, żeby dzieci spróbowały określić zabarwienie emocjonalne dźwięku. Dźwięki są dostępne na www.audionomia.pl:
 - a. świerszcz polny,
 - b. sroka,
 - c. kos,
 - d. indyczka odzywa się do piskląt,
 - e. sikora bogatka ostrzega inne ptaki przed sową,
 - f. słowik rdzawy.
2. Ćwiczenie: *Poznaj po dźwięku, czy zwierzę jest małe, czy duże?* Dźwięki są dostępne na www.audionomia.pl:
 - tygodniowe kurczaczki,
 - krowy,
 - pasikonik zielony,
 - konie,
 - młode sowy uszatki,
 - duży pies.
3. Propozycja opowieści na podstawie ilustracji dźwiękowych: *Jak się bociek uczył fruwać?* Izabela Dłużyk nagrała, jak młody bocian po raz pierwszy wylatuje z gniazda i jak to z tym lataniem było. Zadaniem dzieci jest wsłuchanie się w dźwięk, w kolejne fazy uczenia się latania i snucie opowieści, jak ta nauka się odbywa.

Trening uważności

- Cele:**
- uświadomienie, że dźwięki istnieją w różnych planach dźwiękowych;
 - zaangażowanie dzieci w wyrażanie dźwiękiem zjawisk/przedmiotów;
 - zaangażowanie dzieci w werbalizowanie opowieści.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie przestrzeni dźwiękowej z różnymi planami, np. ulica, nagranie wypowiedzi dzieci, „przeszkadzajki” i instrumenty.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie uważności – wsłuchiwanie się w szczegóły. Przykładowe dźwięki na www.audionomia.pl.
 - a. Słuchanie nagrania: *Co słyszysz w „drugim planie”?*
 - b. Słuchanie kilku dźwięków – który dźwięk nie pasuje? Np. czajnik wśród odgłosów natury itp.
2. Opowiadanie – nagrywamy opowieść wybranych dzieci o ich ulubionej zabawce: jak wygląda, jakie dźwięki wydaje, kiedy się nią bawią? Potem słuchamy naszych głosów: Jakie są piękne, ile mogą wyrazić? Co zapamiętaliśmy z opowieści?
3. Instrumenty: *Jak opisać dźwiękiem dinozaura? A jak rakiętę?* (Można dobrać dźwięki.) Na te zajęcia przynosimy „przeszkadzajki” i różne instrumenty, z których dzieci mogą korzystać. Jakim dźwiękiem możemy opisać radość, a jakim smutek, złość czy strach?

Zagraj ze mną w dźwięk

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak wiele można wyrazić dźwiękiem i że może to być zabawne;
 - zaangażowanie dzieci w wyrażanie świata dźwiękiem.
- Metody:**
- metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa
- Środki dydaktyczne:**
- spisane na kartce hasła do kalamburów.

Przebieg zajęć:

1. Praca w grupach: *Dźwiękowe kalambury* – jedna grupa wydaje odgłosy, dźwięki, druga z zamkniętymi, zasłoniętymi oczami ma odgadnąć, jaki to jest dźwięk. Potem odwrotnie: dzielimy się na grupy, każda grupa wymyśla jakieś hasła (jak w „kalamburach”). Narzędziem opisu jest dźwięk.
2. Dzieci mają za zadanie w klasie, w grupach, wymyślić, jak, używając dostępnych przedmiotów, stworzyć odgłos sztormu, burzy, placu zabaw, szkolnego korytarza, wakacji, lasu itp.

Dźwięk w filmie

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest dubbing, jak można go kreatywnie tworzyć;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.

- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- animacja filmowa – należy wyłączyć dźwięk,
 - potrzebne będą przygotowane wcześniej instrumenty.

Przebieg zajęć:

1. Dzieci dzielą się na grupy. Zadaniem każdej grupy jest wymyślić ścieżkę dźwiękową do filmu (animacji). Aby uruchomić wyobraźnię i kreatywne myślenie, dzieci mogą korzystać z różnych przedmiotów znajdujących się w klasie, własnego głosu, instrumentów przygotowanych wcześniej przez osobę prowadzącą zajęcia.
2. Zadanie: trzeba pomyśleć, jak bez głosu / bez dialogów opowiedzieć historię samym dźwiękiem.

Posłuchaj, porozmawiaj

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest słuchowisko;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.

- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, słuchanie słuchowiska.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- nagranie serialu słuchowiskowego: odcinek 1 i 2 serialu *Kot MundeK na tropie* (na słuchowisko warto poświęcić dwie godziny lekcyjne).

- Wymagania dodatkowe:**
- Sala, w której dzieci nie odbywają wszystkich zajęć, np. biblioteka, sala teatralna, hamakownia (miejsce, w którym dzieci poczuć się trochę inaczej).
 - Jeśli zmiana sali nie jest możliwa, warto wcześniej przearanżować wystrój, żeby dzieci nie siedziały jak zwykle w ławkach. Ławki można przenieść na tył sali, a dzieci mogą usiąść na dywanie, wykładzinie czy pufach. Niech wydarzy się tutaj coś czarującego, magicznego, wyjątkowego!

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie w temat słuchowiska jako gatunku radiowego.
2. Słuchanie słuchowiska.
3. Rozmowa o tematyce opowieści i elementach dźwiękowych, które się na nią składają.

Serial *Kot MundeK na tropie* opowiada o przygodach łódzkiego kota detektywa. W mieście giną ważne pomniki. Sprawcą jest prawdopodobnie tajemniczy M. MundeK poszukuje złoczyńcy i pozwala słuchaczom poznać miasto Łódź. Link do słuchowiska na www.audionomia.pl.

Sugestie pytań do odcinka nr 1:

- Kim jest Mundek? Gdzie pracuje? Jak wygląda?
- Do jakiego zadania został wezwany Mundek?
- Jakie dźwięki słyszałeś/słyszałaś podczas okradania sklepu przez wrony?
- Co zaginęło w mieście Łódź?
- Jaką wskazówkę zostawił złodziej?
- Co czuł Mundek, kiedy został wtajemniczony w sprawę?
- Jakie dźwięki sprawiają, że czujemy napięcie w serialu?

Sugestie pytań do odcinka nr 2:

- O co został oskarżony Mundek i gdzie trafił?
- Scharakteryzuj głos Florki i Mundka – jakie są, jak się ich słucha?
- Jakie dźwięki słyszałeś/słyszałaś oprócz głosów?
- Co tym razem ukradł złodziej?
- Jaką wskazówkę zostawił?
- W jaki sposób opowiedziana została historia Mundka, co słyszałeś/słyszałaś?
- Dzięki czemu wiesz, że bohaterowie się poruszają.

Zadanie: zrób plakat do serialu *Kot Mundek na tropie*.

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Słuchowisko jest radiową formą artystyczną, formą radiowego teatru. Słuchowisko istnieje najpierw w formie scenariusza, który następnie poddawany jest realizacji dźwiękowej. Scenariusz słuchowiska może być oryginalny, stworzony specjalnie dla radia; może być też adaptacją jakiegoś tekstu literackiego. Podstawowym tworzywem słuchowiska jest ludzki głos uzupełniany przez dźwięki akustyczne, muzykę cisy czy gesty foniczne. W słuchowisku występują aktorzy, odgrywający konkretne role. Nad całością realizacyjną czuwa reżyser słuchowiska.

Pamięć i wyobraźnia dźwiękowa

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak wiele można wyrazić dźwiękiem i że może to być zabawne;
 - uświadomienie dzieciom, że dźwięczność naszego chodzenia mówi wiele o nas;
 - zaangażowanie dzieci w wyrażanie świata dźwiękiem.

- Metody:**
- metody aktywizujące, dyskusja, elementy pogadanki.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- tablica do zapisywania, kartki papieru, ołówki, długopisy.

Przebieg zajęć:

1. *Rozpoznawanie osób po ich sposobie chodzenia* – ćwiczenie opracowane przez Filharmonię w Szczecinie. To ćwiczenie rozwija wyobraźnię i pamięć dźwiękową, a także zachęca do głębszego zrozumienia struktury dźwięków. Jeśli grupa się zna, np. są to dzieci z tej samej klasy, można od razu przystąpić do stworzenia par (np. poprzez odliczanie: 1 i 2). „Jedynki” będą chodzić, a „Dwójki” zgadywać, czyje słyszą kroki. Grupa nasłuchująca siada na krzesłach bądź po turecku, tyłem do reszty.
2. Kolejne „Jedynki” przechadzają się za plecami nasłuchujących „Dwójek”. Teraz „Dwójki” wypisują swoje typy osób, których kroki słyszą. Potem następuje odczytanie wyników i porównanie z faktycznymi osobami. Ćwiczenie można kontynuować po dokonaniu zamiany ról – teraz „Dwójki” będą chodziły, a „Jedynki” nasłuchiwały i odgadywały. Nawet jeśli podczas ćwiczenia trudno będzie odgadnąć kroki konkretnych osób, zostanie uruchomiony proces wnikliwego słuchania. Słuchając kroków, zaczynamy zwracać uwagę na szereg szczegółów dźwiękowych:
 - z jakiego typu materiału wykonana jest podeszwa?
 - czy jest zakurzona, czy wilgotna?
 - gruba czy cienka?
 - czy but ma jeszcze inne elementy, które wydają dźwięki, jak zamek błyskawiczny, metalowe zakończenia sznurowadeł, sprzączki, elementy ozdobne?
3. Podobnie wnikliwie możemy nasłuchiwać sposobu stawiania kroków, np.:
 - czy jest to krok spieszny, czy powolny?
 - ostrożny czy niedbały?
 - w jaki sposób osoba stawia stopę: czy ma tendencję do szurania, czy zaczyna od pięty?

Brzmienia kroków są jednym z najczęściej nagrywanych dźwięków w reportażach dźwiękowych, a nawet filmach.

4. A jak można imitować kroki? Ćwiczenie na wyobraźnię: Znajdź przedmiot, który sprawi, że reszta klasy po zamknięciu oczu pomyśli, że słyszy kroki. Ćwiczenie może zakończyć się rozmową na temat różnych kroków, które słyszymy w życiu codziennym. Co mówią nam one o osobach?
 - Hans Christian Andersen, *Słowik*.
5. Propozycja literatury do rozmowy o dźwiękach, odgłosach:
 - Hans Christian Andersen, *Słowik*.

ZAJĘCIA NR 14

Spacer dźwiękowy

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że istnieją plany dźwiękowe;
 - uświadomienie dzieciom, że dźwięk wskazuje kierunek;
 - zaangażowanie dzieci w używanie dźwięku do wskazania kierunku;
 - zaangażowanie w opowiadanie o miejscu za pomocą dźwięku.
- Metody:**
- metody aktywizujące, elementy pogadanki.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenie w terenie: wychodzimy na spacer – zawiązujemy sobie oczy i z pomocą osoby, która ma odstonięte oczy, udajemy się do danego miejsca. Osoby z zamkniętymi oczami klaskają, wydają z siebie różne dźwięki i na ich podstawie muszą określić miejsce, w którym się znalazły – czy jest puste, czy nie, czy małe, czy duże?
2. Wychodzimy na spacer – dzielimy się na grupy. Każda z grup ma wybrać jakieś miejsce i opisać je za pomocą dźwięków (można naśladować). Druga grupa zgaduje, co to za miejsce?

ZAJĘCIA NR 15

Pamięć słuchowa

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że możemy siebie wyrazić dźwiękiem;
 - uświadomienie dzieciom, że zapamiętujemy dźwięki i że ta pamięć związana jest z emocją;
 - zaangażowanie dzieci w wyrażanie siebie dźwiękiem.
- Metody:**
- metody aktywizujące, dyskusja, elementy pogadanki, elementy wykładu.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- kartka i ołówek, ewentualnie nagrania kotysanek.

Przebieg zajęć:

1. Rozmowa o kotysankach z dzieciństwa. Dzieci opowiadają o swoich ulubionych kotysankach. *Jakie obrazy pojawiają się w głowach, gdy je słyszymy? Jakie osoby kojarzą się nam z tymi piosenkami? Czym jest pamięć słuchowa?*
2. *Powiedz dźwiękiem, kim jesteś.* Zapisz na kartce pięć określeń dźwięków, które są dla Ciebie ważne, np. miauczenie kota, kartkowanie itp. Następnie osoba prowadząca czyta, co uczniowie napisali. Zgadujemy, kto spisał jakie dźwięki i które dźwięki są ważne dla kogo?
3. *Narysuj dźwięk, który kojarzy się z Twoją pasją.* Przedstaw rysunek. Potem powiedz o ulubionej piosence. Osoba prowadząca pomaga dookreślić ten rodzaj muzyki.
4. Rozmowa o dźwiękach, o wyborach dzieci.

Posłuchaj, porozmawiaj

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest słuchowisko;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, słuchanie słuchowiska.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie reportażu lub słuchowiska *Tam, gdzie mieszka cisza*.
- Wymagania dodatkowe:**
- sala, w której dzieci nie odbywają wszystkich zajęć, np. biblioteka, sala teatralna, hamakownia (miejsce, w którym dzieci poczuć się trochę inaczej).
 - Jeśli zmiana sali nie jest możliwa, warto wcześniej przearanżować wystrój, żeby dzieci nie siedziały jak zwykle w ławkach. Ławki można przenieść na tył sali, a dzieci mogą usiąść na dywanie, wykładzinie czy pufach. Niech wydarzy się tutaj coś czarującego, magicznego, wyjątkowego!

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie w temat słuchowiska jako gatunku radiowego.
2. Słuchanie słuchowiska. Słuchowiska dostępne na www.audionomia.pl.
3. Rozmowa o tematyce opowieści i elementach dźwiękowych, które się na nią składają.

Słuchowisko opowiada o dźwiękoksieźniku i jego pomocniku Kleofasie, którzy otrzymują trudne zadanie – stworzyć eliksir ciszy. W tym celu wybierają się w daleką, pełną dźwięków, podróż.

Pytania:

- Kim jest dźwiękoksieźnik i co potrafi?
- Jakie dźwięki przeszkadzają pisarzowi?
- Co zamawia u dźwiękoksieźnika pisarz?
- Jakie dźwięki słyszysz podczas tworzenia eliksiru?
- Gdzie wybierają się bohaterowie? W jakim celu?
- Jakie dźwięki słyszą bohaterowie w hałaśliwym mieście?
- Jakie dźwięki słyszą nad oceanem?
- Jakie dźwięki zbierają bohaterowie do fiolek?
- Jakie dźwięki słyszą w lesie? I z kim tam się spotykają?
- O co prosi niedźwiedź bohaterów?
- Komu pomogli bohaterowie?
- Czego nauczyli się bohaterowie?
- Jaki dźwięk – usłyszany przez bohaterów – podobał Ci się najbardziej?

Zadanie: narysuj dźwięki, które zapamiętałeś/zapamiętałaś!

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Słuchowisko jest radiową formą artystyczną, formą radiowego teatru. Słuchowisko istnieje najpierw w formie scenariusza, który następnie poddawany jest realizacji dźwiękowej. Scenariusz słuchowiska może być oryginalny, stworzony specjalnie dla radia; może być też adaptacją jakiegoś tekstu literackiego. Podstawowym tworzywem słuchowiska jest ludzki głos uzupełniany przez dźwięki akustyczne, muzykę ciszy czy gesty foniczne. W słuchowisku występują aktorzy, odgrywający konkretne role. Nad całością realizacyjną czuwa reżyser słuchowiska.

Spacer dźwiękowy – szukamy hałasu

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że wszystko, co nas otacza, dźwięczy;
 - uświadomienie, że odbiór dźwięku jest indywidualny;
 - uświadomienie dzieciom, że dźwięk może być wytworzony przez naturę i ludzi;
 - zaangażowanie dzieci w aktywne słuchanie najbliższego otoczenia.
- Metody:**
- metody aktywizujące w ruchu, elementy pogadanki, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- aplikacja do mierzenia decybeli.

Przebieg zajęć:

1. Zaczynamy od minuty ciszy, zamknięcia oczu. Idziemy w ciszy, słuchamy, potem stajemy w kole, a każde dziecko mówi, jakie dźwięki usłyszało. Zapamiętaj pięć. Możesz pracować w grupach. Czy to były dźwięki natury? Techniki? Człowieka? Element uważności.
2. Mierzmy decybele w różnych miejscach – potrzebna aplikacja na telefon. Osoba prowadząca ma jeden telefon z aplikacją, dzieci podążają za nią, najpierw same próbują zgadnąć, w którym miejscu dźwięk jest głośniejszy, a w którym cichy – sprawdzamy, jak to wygląda w aplikacji.
3. Rozmowa o tym, które dźwięki są dla nas zbyt głośne – nie dla każdego ten sam poziom hałasu jest do zaakceptowania.

Trening uważności

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że przestrzeń dźwiękowa wpływa na nasze emocje;
 - uświadomienie, że dźwięki odbieramy indywidualnie;
 - zaangażowanie dzieci w interpretowanie dźwięku i nadawanie mu indywidualnego odbioru.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja, słuchanie pejzażu.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzażu dźwiękowego,
 - kartka i kredki.

Przebieg zajęć:

1. Słuchamy nagranych pejzażów dźwiękowych, dzieci mają słuchać i snuć opowieści. Zamykamy oczy. Odpoczywamy, słuchamy. Dzieci po kolei mówią, co słyszą, gdzie się przenoszą za pomocą usłyszanego dźwięku; czy jest ciepło, czy zimno, jakie emocje budzi ten dźwięk, z kim są w tej udźwiękowionej przestrzeni? Przykłady nagrań do emisji są dostępne na www.audionomia.pl.
2. Następnie rysujemy to, co słyszymy. Powinny to być dźwięki nieoczywiste w odbiorze, aby pobudzić wyobraźnię dzieci i aby każde dziecko mogło dany dźwięk zinterpretować inaczej, np. dźwięk wiatraków.
3. Rozmowa o rysunkach, o tym, co dzieci usłyszały – odbiór dźwięku jest bardzo indywidualny.
4. Propozycje literatury do rozmowy o dźwięku i odgłosach:
 - Ewa Szelburg-Zarembina, *Jak żabki Jasia zabawiły*,
 - Wiera Badalska, *Dla kogo piosenka?*

Dźwięki z przeszłości i przyszłości

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki zmieniają się wraz z mijającym czasem, jedne dźwięki znikają, powstają nowe;
 - uświadomienie, że są dźwięki dobre dla nas i złe;
 - uświadomienie, że każdy z nas może dbać o higienę swojej przestrzeni akustycznej, eliminować dźwięki nieміte;
 - zaangażowanie dzieci w interpretowanie przestrzeni dźwiękowej: czy jest dla nas dobra czy niedobra.
- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- kartka i ołówek.

Przebieg zajęć:

1. Rozmowa o dźwiękach, które znikają i które już zniknęły. Na przykład gdzieś była kiedyś łąka, a teraz jest osiedle – każde miejsce/przestrzeń ma właściwe sobie odgłosy. Dzieci szukają takich przykładów we własnym otoczeniu. *Jakich dźwięków dzisiaj już nie usłyszymy?* Np. dinozaurów, dorożek, lokomotywy parowej, parostatku, niektórych owadów itp.
2. Narysuj mapę dźwiękową z przyszłości. *Jakie dźwięki będą dominowały za parę lat? Co te dźwięki wydaje? Jakie dźwięki znikną z audiosfery?* Podziel mapę – samodzielnie dobierz oznakowanie: „dźwięki dobre/przyjemne” i „dźwięki niedobre/nieprzyjemne”.
3. Zastanów się, z jakich dźwięków chciałbyś/chciałabyś zrezygnować i dlaczego? Stwórz własną oazę dźwiękową. *Co robisz w domu, z rodzicami, żeby czyścić uszy?*

Portret dźwiękowy miejsca. Nagrywamy i montujemy

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak dźwięczy przestrzeń dźwiękowa mojej okolicy;
 - nauka montażu dźwięku;
 - zaangażowanie w słuchanie otaczającej przestrzeni i opowiadanie o niej przez montaż dźwięków.
- Metody:**
- dyskusja, metody aktywizujące – nagrywanie i montaż dźwięku.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- telefon z możliwością rejestracji dźwięku lub dyktafon, komputer z programem do edycji dźwięku **Audacity**,
 - potrzebny ogólnodostępny program Audacity do ściągnięcia na komputer (dzieci mogą pracować w parach), tutorial: <https://www.youtube.com/watch?v=bZ4T6rToLDc>.

Pocztówka dźwiękowa z okolicy

1. Wychodzimy na spacer z kilkoma telefonami (możemy podzielić się na grupy) albo z dyktafonem. Dzieci mają otworzyć uszy i wyobrazić sobie, że chciałyby wysłać pocztówkę dźwiękową do kolegi, który żyje w innym kraju. Z jakich dźwięków może być zbudowana taka pocztówka? Nagrywamy różne pojedyncze dźwięki – na placu zabaw, w szkole poza przerwą, w lesie, sklepie itp. – dźwięki, które są charakterystyczne dla danego miejsca.
2. Na drugich zajęciach (np. na lekcji informatyki) następuje próba montażu dźwięku. Sugerujemy poproszenie o pomoc nauczyciela informatyki, dla którego prosty program do montażu na pewno nie będzie problemem.

Słuchamy i rozmawiamy

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest reportaż/słuchowisko;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, słuchanie słuchowiska.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie reportażu lub słuchowiska.
- Wymagania dodatkowe:**
- sala, w której dzieci nie odbywają wszystkich zajęć, np. biblioteka, sala teatralna, hamakownia (miejsce, w którym dzieci poczuć się trochę inaczej).
 - Jeśli zmiana sali nie jest możliwa, warto wcześniej przearanżować wystrój, żeby dzieci nie siedziały jak zwykle w ławkach. Ławki można przenieść na tył sali, a dzieci mogą usiąść na dywanie, wykładzinie czy pufach. Niech wydarzyć się tutaj coś czarującego, magicznego, wyjątkowego!

Przebieg zajęć:

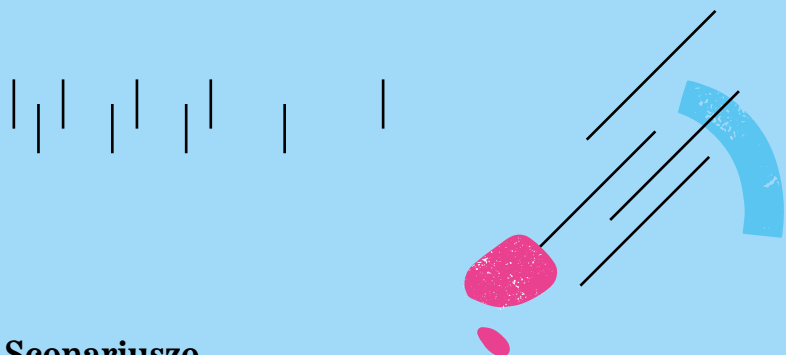
1. Wprowadzenie w temat reportażu/słuchowiska jako gatunku radiowego.
2. Słuchanie reportażu/słuchowiska. Linki do słuchowisk i reportaży dostępne na www.audionomia.pl.
3. Rozmowa o tematyce opowieści i elementach dźwiękowych, które się na nią składają.

Tworzymy własne słuchowisko!

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak dużą moc przekazu ma dźwięk;
 - uświadomienie dzieciom, że nasz głos ma duże możliwości interpretacyjne;
 - nauka montażu dźwięku;
 - zaangażowanie w słuchanie otaczającej przestrzeni i opowiadanie o niej przez montaż dźwięków.
 - dyskusja, metody aktywizujące - nagrywanie i montaż dźwięku.
 - praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.
 - telefon z możliwością rejestracji dźwięku lub dyktafon, komputer z ogólnodostępnym bezpłatnym programem do edycji audio Audacity.

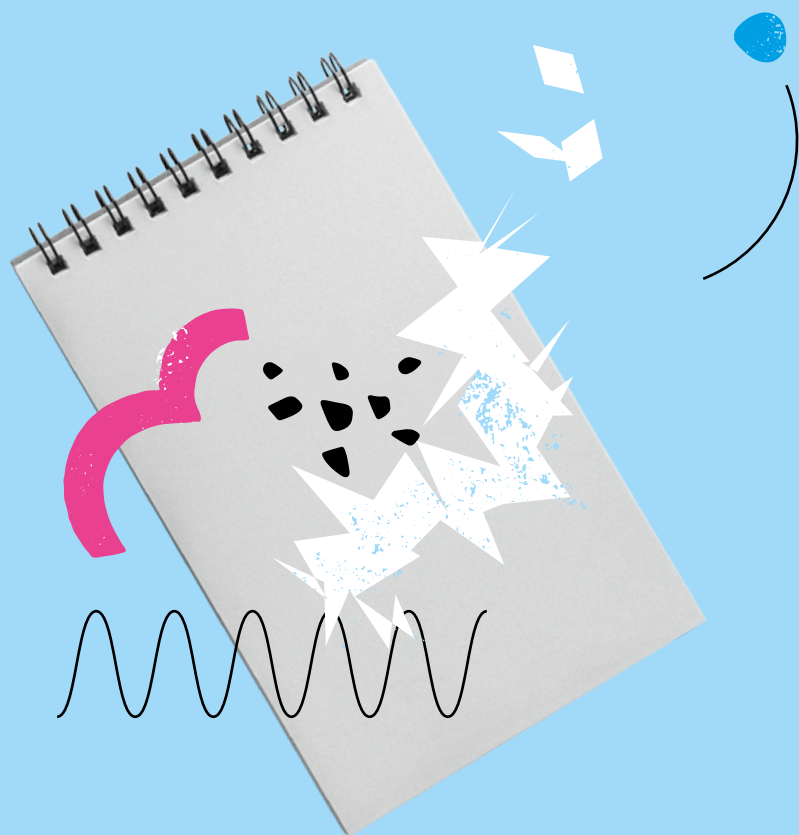
Przebieg zajęć:

1. Dzieci dzielą się na grupy. Wraz z osobą prowadzącą ustalają temat słuchowiska. Potem tworzą scenariusz. Scenariusz można stworzyć na podstawie wybranego wiersza, prozy itp. albo napisać własny. Dzieci wybierają spośród siebie osoby, które będą narratorami i przeczytają wybrany tekst – powoli, wyraźnie, z podziałem na role, artykulacją. Potem wyznaczamy kolejne role w słuchowisku – w zależności od treści scenariusza.
2. Dzieci przy pomocy osoby prowadzącej wspólnie zastanawiają się, jak udźwiękować wybrany tekst, tak aby po zamknięciu oczu można było nie tylko postuchać narracji, ale też planów dźwiękowych, odgłosów, a więc uruchomić wyobraźnię. Wychodzą z osobą prowadzącą w teren i nagrywają dźwięki, które posłużą do zmontowania słuchowiska.
3. Nagrywamy tekst słuchowiska z podziałem na role, na telefon albo na dyktafon (jeśli szkoła posiada).
4. Na koniec montujemy słuchowisko wspólnie z osobą prowadzącą.
5. Można postarać się, aby w szkolnym radiowęzle odbyła się emisja słuchowiska, albo by pojawiło się ono na stronie internetowej szkoły. Można zaprosić uczniów i zrobić wspólny odstuch w klasie, na przykład na zakończenie szkoły, tuż przed wakacjami albo zimą, przed feriami.
6. Kolejne zajęcia to propozycja słuchowisk i reportaży do odstuchu. Wszelkie chwytły dozwolone, osoba prowadząca nie musi się kurczowo trzymać scenariusza, niech podąża za klasą, dziećmi, ich tempem, wstuchując się w ich potrzeby.



Scenariusze – szkoła podstawowa, kl. IV-VIII

Uwaga ogólna: każde pojedyncze zajęcia przygotowane są na jedną godzinę lekcyjną (45 minut). Jednak od tempa pracy grupy i decyzji osoby prowadzącej zależy, czy cały program konkretnych zajęć zostanie zrealizowany zgodnie ze scenariuszem. Można dokonać przesunięć w obrębie treści kolejnych lekcji lub zrezygnować z pewnych ćwiczeń.



Dźwięk jest obok nas

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki są obok nas: każda rzecz, czynność, emocja, ma swój wyraz dźwiękowy;
 - wskazanie warstwy akustycznej jako ważnej sfery odbioru świata;
 - skierowanie uwagi dzieci na dźwięki;
 - zaangażowanie dzieci w czynność/stan słuchania.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka i ołówek.

Przebieg zajęć:

1. Krótkie wprowadzenie w temat percepcji dźwiękowej. Dźwięk jest pierwszym zmysłem, którego używa człowiek (można skorzystać z części teoretycznej książki). Wszystko wydaje dźwięk.
2. Rozmowa o dźwiękach, których doświadczamy na co dzień. Co słyszysz, kiedy wstajesz rano? Co słyszysz, kiedy zasypiasz? Każda osoba dzieli się swoimi spostrzeżeniami.
3. Ćwiczenie: Słuchanie dźwięków „tu i teraz”. Warto otworzyć okno, żeby dzieci słyszały dźwięki nie tylko z sali, ale też z zewnątrz. Dzieci mogą poruszać się w trakcie ćwiczenia.
4. *Zapisz wszystkie dźwięki, jakie teraz słyszysz, masz na to kilka minut. Potem porozmawiaj z osobą lub osobami obok Ciebie o tym, co one napisały. Porównajcie listy. Wnioski: każdy wypisał coś innego; słyszenie jest bardzo osobiste; ktoś ma długą listę, ktoś krótszą; wszystkie odpowiedzi są prawidłowe. Można to ćwiczenie robić wiele razy w różnych środowiskach akustycznych.*
5. Niektóre dźwięki „poruszają się”, inne „stoją w miejscu”, kiedy się koło nich przemieszczasz. Inne poruszają się z Tobą, kiedy Ty się poruszasz, na przykład:
 - dźwięki stacjonarne: dzwony kościoła, system ogrzewania, dźwięk fabryki,
 - dźwięki „poruszające się”: ruch uliczny, tramwaj, ptaki.
6. Ćwiczenie: Dźwięk się porusza. Dźwięki poruszające się wraz z Tobą, to na przykład Twój oddech, Twoje kroki, Twoja biżuteria, Twój rower. Dźwięki się

poruszają i zmieniają swój charakter. Ilustruje to ćwiczenie: dzieci zamykają oczy, a ja mówię i poruszam się po klasie. Wiele znaczeń zapisanych jest głose, który się porusza. Czy uczniowie wiedzą, gdzie jestem w danej chwili? Czy stoję twarzą do nich, czy jestem od nich odwrócony/odwrócona? Czy jestem w rogu pokoju, czy przy drzwiach? Czy mój głos brzmi inaczej, kiedy jestem za firanką? Gdy zastonię czymś usta? Uważny słuchacz usłyszy „akustyczne cienie”, kiedy jestem za drobnymi przedmiotami. Słuchacze zauważą, że można „zobaczyć” – nawet z zamkniętymi oczami – dzięki dźwiękowi.

7. Dźwięki możemy porządkować również ze względu na ich źródło pochodzenia, to ono decyduje o ich charakterze i znaczeniu.
8. Poprośmy grupę trzech ochotników o opisanie swojej drogi z domu do szkoły, biorąc pod uwagę słyszane dźwięki. Dźwięki będziemy wypisywać na tablicy, a następnie wspólnie przydzielać je do jednej z trzech kategorii: **natura, człowiek, technologia**.

Natura

Dźwięki natury to na przykład odgłosy zwierząt: śpiew ptaków, szczekanie psa, miauczenie kota. *Jakie jeszcze znacze odgłosy zwierząt? Jaki był najbardziej niezwykły odgłos zwierzęcia, jaki słysze-liście? Czy rośliny także wydają dźwięki? Co powoduje te odgłosy? Czy chodzenie w parku późną jesienią po suchych liściach lub łamanie suchych gałązek na spacerze w lesie też będą dźwiękami roślin?*

Człowiek

Jakie dźwięki wskazują na obecność człowieka? Czy poza rozmowami człowiek wydaje jakieś odgłosy? Czy wszystkie dźwięki wydawane przez człowieka są konieczne, czy jakieś można ograniczyć lub ich uniknąć? (Np. przy odsuwaniu krzesła, jedzeniu, używaniu sztućców, chodzeniu.)

Technologia

Jakie znacze dźwięki technologiczne? Czym różni się dźwięki urządzeń mechanicznych od dźwięków urządzeń elektrycznych i elektronicznych? Część urządzeń technologicznych z naszego otoczenia jest przeznaczona do wydawania dźwięków: telefon, telewizor, radio, słuchawki, komputer. A jakie znacze urządzenia, które wydają dźwięki przy okazji swojego działania? Czy dźwięki te są konieczne? Czy można je ograniczyć lub wyeliminować? Jakie macie urządzenia w domu i które z nich są najgłośniejsze? (Np. pralka, odkurzacz, lodówka, robot kuchenny.)

9. Teraz spójrz na listę spisanych wcześniej dźwięków i postaw N przy naturalnych, C przy pochodzących od człowieka i T przy technologicznych.
10. Podsumowanie – rozmowa o tym, co uświadomiły uczniom zajęcia. Czego dowiedzieli się o dźwiękach, o świecie i o sobie samych, kiedy większą uwagę dali swojemu zmysłowi słuchu.

O dźwięku i audiosferze słów kilka

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest dźwięk, jak działa fala dźwiękowa, co to znaczy, że mamy pamięć słuchową?
 - uświadomienie, jak kiedyś rejestrowano dźwięki, a jak robi się to dziś?
 - skierowanie uwagi dzieci na dźwięki, które pamiętają z dzieciństwa i na skojarzenia z tymi dźwiękami;
 - zaangażowanie dzieci w stan słuchania, wyciszenia.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka i ołówek, folia, gumka, cukier.

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie w teorię dźwięku (na podstawie części teoretycznej podręcznika). *Czym jest dźwięk? Czym jest fala dźwiękowa? Czy możemy narysować dźwięk? Jak taki rysunek wygląda? Jak wygląda ruch cząsteczek?*
2. Ćwiczenie: jak działa fala dźwiękowa, jak wygląda ruch cząsteczek podczas rozchodzenia dźwięku. *Naciągnij folię stretch na dużą miskę i zabezpiecz gumką. Na środku rozsyp szczyptę kryształków cukru. Wstrzymaj na chwilę oddech, zbliż do nich usta i powiedz coś głośno. Sprawdź co dzieje się z kryształkami pod wpływem głosu* (źródło: Ambasada dźwięku). W taki sposób poruszają się cząsteczki podczas powstawania dźwięku.
3. Rozmowa o tym, czym jest pamięć słuchowa. *Jakie dźwięki kojarzą Wam się z konkretnymi zdarzeniami, osobami? Czy nie jest tak, że z jakimś wydarzeniem kojarzycie konkretny utwór?*
4. Ćwiczenie: *Jakie dźwięki kojarzysz z dzieciństwem?* Każda osoba zapisuje około 5 dźwięków na kartce. Najpierw dzieli się tym, co zapisała z osobą siedzącą w ławce. Na koniec każdy, kto chce, opowiada o swoich dźwiękowych wspomnieniach.
5. Rozmowa o tym, jak kiedyś rejestrowano dźwięk (na podstawie części teoretycznej podręcznika), a jak się robi to dziś.
6. Zadania na kolejne lekcje: nagraj kilka dźwięków, które są dla Ciebie ważne i Cię określają, np. zumba, jeśli tańczysz lub lubisz zumbę, odgłos morza, miauczenie kota, szum ekspresu do kawy itp. Potem je zmontuj lub połącz razem (po lekcji z montażu) i przynieś na wskazane zajęcia. Nie używaj w dźwięku swojego głosu i nie dziel się z nikim tym nagraniem.

Spacer z słuchaniem

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki są obok nas;
 - pokazanie warstwy akustycznej jako ważnej sfery odbioru świata;
 - skierowanie uwagi dzieci na dźwięki;
 - zaangażowanie dzieci w charakteryzowanie dźwięków, np. dalekie, bliskie itp.

- Metody:**
- elementy pogadanki, metody aktywizujące w ruchu, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka i ołówek.

Przebieg zajęć:

1. Wychodzimy na spacer, dzielimy się na grupy. Każda grupa wybiera jakieś miejsce i opisuje je za pomocą dźwięków (można naśladować). Druga grupa zgaduje, co to jest za miejsce.
2. W drodze do klasy (z wycieczki na zewnątrz) przeprowadzamy „spacer ze słuchaniem”. Każda osoba musi mieć swoją przestrzeń do słuchania, jeśli – idąc – słyszy kroki innych osób, musi zmienić miejsce. Po powrocie do klasy uczniowie i uczennice mają napisać odpowiedzi na poniższe pytania (można wybrać kilka pytań):
 - Jaki był najgłośniejszy dźwięk, jaki słyszałeś/słyszałaś?
 - Jaki dźwięk był najdelikatniejszy?
 - Który delikatny dźwięk był zakłócony przez inny, głośniejszy dźwięk?
 - Jakimi były trzy dźwięki, które „przemieściły się” obok ciebie?
 - Jakimi były trzy dźwięki, z którymi Ty się przemieściłeś/przemieściłaś?
 - Jaki dźwięk zmienił kierunek?
 - Jaki dźwięk był odpowiedzią na inny dźwięk?
 - Jaki dźwięk był najbrzydszy?
 - Jaki dźwięk był słyszalny tylko dwa razy?
 - Jaki dźwięk wydało coś, co się otwierało?
 - Który dźwięk najlepiej zapamiętałeś/zapamiętałaś?
 - Jaki dźwięk miał jakiś rytm? Co to był za rytm?
 - Jaki dźwięk był najpiękniejszy?
 - Jaki dźwięk miał najlepszy dystans? Jaki to był dystans?
 - Który dźwięk powoli narastał i powoli ściszał się?
 - Który dźwięk chciałbyś/chciałaś wyeliminować?
 - Jaki dźwięk chciałbyś/chciałaś usłyszeć?
3. Rozmowa o dźwiękach.

Trening uważności

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że każda przestrzeń ma swoje dźwięki;
 - uświadomienie, że dźwięki mają kolejne plany akustyczne;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja, słuchanie słuchowiska.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- nagranie pejzażu dźwiękowego,
 - kartka i kredki.

Przebieg zajęć:

1. Dzieci zamykają oczy: przenosimy się na plac zabaw, na boisko, na ruchliwą ulicę lub w inne miejsce – nie słuchamy, lecz wyobrażamy sobie ten dźwięk, odtwarzamy go „na sucho” w głowach. Dzieci mają powiedzieć, jakie dźwięki można usłyszeć w konkretnej przestrzeni. Pewne dźwięki dzieci mogą też naśladować – swoim głosem, przedmiotami itp.
2. Słuchamy nagranych pejzażów dźwiękowych, dzieci mają słuchać i snuć opowieści. Zamykamy oczy. Odpoczywamy, słuchamy, dzieci po kolei mówią, co słyszą, gdzie się przenoszą za pomocą usłyszanego dźwięku, czy jest ciepło, czy zimno, jakie emocje budzi ten dźwięk? Z kim są w tej udźwiękowionej przestrzeni? Przykłady nagrań do emisji są dostępne na www.audionomia.pl.
3. Słuchamy nagrania, w którym dzieje się coś na kilku planach dźwiękowych. Każde dziecko zapisuje, co słyszało „najbliżej”, co „dalej”, a może coś było „bardzo daleko”. Czy jakieś dźwięki zmieniały plany dźwiękowe?
4. Możemy zakończyć zajęcia wizualizacją – rysowaniem tego, co dzieci zapamiętały.

Mapa dźwiękowa szkoły

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że wszystko, co nas otacza, dźwięczy;
 - uświadomienie, że odbiór dźwięku jest indywidualny;
 - zaangażowanie dzieci w aktywne słuchanie najbliższego otoczenia.

- Metody:**
- metody aktywizujące w ruchu, elementy pogadanki, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- karta z mapą terenu szkoły dla każdego ucznia / pary uczniów. Ołówki.

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie: dźwięki są wokół nas. *Słuchajcie uważnie*. Przestrzenie mają plany dźwiękowe. Idziemy po szkolnej okolicy w ciszy, słuchamy. Uczniowie i uczennice mogą pracować w parach – zapisywać, jakie dźwięki występują w konkretnych miejscach w szkole i na terenie wokół szkoły.
2. Powrót do szkoły i tworzenie mapy dźwiękowej – niech każde dziecko napisze, gdzie jakie dźwięki słyszano, gdzie było głośniejsze, gdzie ciszej. Które dźwięki były naturalne, które pochodziły od ludzi, a które były związane z rozwojem techniki? Czy są wśród nich dźwięki ruchome? *Co słyszeliście w kolejnych planach dźwiękowych?*
3. Każde dziecko pracuje indywidualnie. Można mapę dokończyć w domu albo na następnych zajęciach. Porównajmy mapy ze sobą, porozmawiajmy o nich – odbiór dźwięku jest bardzo indywidualny.

Głos a emocje

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięk budzi emocje;
 - uświadomienie, że nasza indywidualność leży też w barwie głosu, w sposobie mówienia;
 - uświadomienie, że ten sam tekst zmienia przekaz, kiedy przeczytamy go z inną intonacją;
 - zaangażowanie dzieci w nadawanie znaczeń wypowiedziom poprzez różną artykulację.

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- nagranie głosów dzieci, nagranie opowieści, fragment tekstu do odczytania.

Przebieg zajęć:

1. Każdy z nas jest inny, każdy ma też inny głos, ale każdy jest piękny i wyjątkowy. Ćwiczenie: nagrywamy głosy osób z grupy, potem odsłuchujemy i zgadujemy, czyj to głos. Następnie opisujemy: *Jaki to głos? Jakie emocje budzi?*
2. Słuchamy opowieści mówionej przez jedną osobę (albo nagranej wcześniej). *Jakie emocje słyszycie w głosie tej osoby? W którym momencie historii pojawiły się jakie emocje? Po czym je rozpoznajesz?*
3. Słuchamy tej samej wypowiedzi przeczytanej w różny sposób. *Jakie emocje kryje dana wypowiedź? Jak się ta osoba mogła czuć, kiedy mówiła określone słowa?* (Inna wersja tego ćwiczenia: czytamy fragment artykułu z gazety wyrażając różne emocje: z radością, złością, ironią itp.)
4. Ćwiczenie z artykulacji. *Powiedz coś na różne sposoby, z różną siłą, posłuchaj siebie, jak może brzmieć twój głos. Czy lubisz swój głos?*
5. Możemy nagrać czyjś głos na telefon i sprawdzić, czym różni się nasz głos, gdy słyszymy go sami, od tego, jak słyszą go inni.

Czy można namalować dźwiękiem portret człowieka?

- Cele:**
- zapoznanie uczniów z cechami gatunkowymi reportażu dźwiękowego;
 - kształtowanie umiejętności charakteryzowania bohatera reportażu na podstawie jego mowy: zarówno warstwy werbalnej, jak i pozawerbalnej;
 - wypracowanie umiejętności analizy położenia bohatera i diagnozy jego losu na podstawie dźwiękowego obrazu rzeczywistości;
 - kształtowanie empatii.
- Metody:**
- słuchanie reportażu, dyskusja, praca plastyczna (opcjonalnie).
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- reportaż Katarzyny Michalak *Mijając Ewę*, czas trwania: 27 minut (warto rozważyć 2 godziny lekcyjne).

Lubelska reporterka, idąc do pracy, codziennie przechodziła obok żebrzącej pod kościołem 12-letniej dziewczynki. Widok młodej Rumunki godzinami stojącej o kulach, w czasie gdy dzieci w jej wieku były w szkole, nie dawał jej spokoju. Katarzyna Michalak postanowiła poznać życie Ewy i jej rodziny.

Przebieg zajęć:

1. Określenie cech gatunkowych reportażu.
2. Wspólne wystuchanie reportażu *Mijając Ewę*.
Link do reportażu na www.audionomia.pl.
3. Charakterystyka głównej bohaterki (bezpośrednia i pośrednia).
4. Dyskusja o problemie poruszonym w reportażu.
5. Wykonanie pracy plastycznej dotyczącej usłyszonej historii (np. plakatu promującego reportaż).

Propozycje zagadnień:

- Czym różni się fikcja (zmyślenie) od nie-fikcji (prawdy) w utworach artystycznych (w filmie, w literaturze, w teatrze)?
- Kim jest bohaterka reportażu?
- Jak wygląda Ewa?
- Co pomaga nam wyobrazić sobie Ewę (jakie sytuacje, słowa i dźwięki)?
- Co myślą o Ewie inni?
- Co Ty o niej myślisz?
- Co zrobiłbyś/zrobiłabyś, gdybyś spotkał/spotkała na swojej drodze Ewę?
- Jak wyobrażasz sobie przyszłość bohaterki?

Narysuj plakat zachęcający do wystuchania reportażu *Mijając Ewę*.

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Reportaż radiowy (audialny, dźwiękowy) to skomponowana zgodnie z regułami dramaturgicznymi opowieść o prawdziwym wydarzeniu, czło-wieku, miejscu. Tworzywem reportażu audialnego są autentyczne głosy bohaterów i zarejestrowane przez reportażystę nagrania miejsc, przestrzeni (tzw. efekty akustyczne), a także muzyka i cisza. Reportaż posiada tzw. drugie dno, metaforę, ponieważ indywidualna opowieść bohatera mówi zawsze o prawdach ogólnych.

Portret dźwiękowy miejsca. Nagrywamy i montujemy

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak dźwięczy przestrzeń dźwiękowa ich okolicy;
 - nauka montażu dźwięku;
 - zaangażowanie w słuchanie otaczającej przestrzeni i opowiadanie o niej przez montaż dźwięków.
- Metody:**
- dyskusja, metody aktywizujące – nagrywanie i montaż dźwięku.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- telefon z możliwością rejestracji dźwięku lub dyktafon, komputer z programem do edycji dźwięku **Audacity**,
 - potrzebny ogólnodostępny program Audacity do ściągnięcia na komputer (dzieci mogą pracować w parach), tutorial: <https://www.youtube.com/watch?v=bZ4T6rToLDc>.

Pocztówka dźwiękowa z okolicy

1. Wychodzimy na spacer z kilkoma telefonami (możemy podzielić się na grupy) albo z dyktafonem. Dzieci mają otworzyć uszy i wyobrazić sobie, że chciałyby wysłać pocztówkę dźwiękową do kolegi, który żyje w innym kraju. Z jakich dźwięków może być zbudowana taka pocztówka? Nagrywamy różne pojedyncze dźwięki – na placu zabaw, w szkole poza przerwą, w lesie, sklepie itp. – dźwięki, które są charakterystyczne dla danego miejsca.
2. Na drugich zajęciach (np. na lekcji informatyki) następuje próba montażu dźwięku. Sugerujemy poproszenie o pomoc nauczyciela informatyki, dla którego prosty program do montażu na pewno nie będzie problemem.

Dlaczego piosenka Łukasza jest nieidealna?

- Cele:**
- zapoznanie uczniów z cechami gatunkowymi reportażu dźwiękowego;
 - kształtowanie umiejętności charakteryzowania bohatera reportażu na podstawie jego mowy: zarówno warstwy werbalnej, jak i pozawerbalnej;
 - wypracowanie umiejętności analizy położenia bohatera i diagnozy jego losu na podstawie dźwiękowego obrazu rzeczywistości;
 - kształtowanie empatii.
- Metody:**
- słuchanie reportażu, dyskusja, praca z tekstem.
- Formy pracy:**
- praca zbiorowa, praca w grupach.
- Środki dydaktyczne:**
- reportaż Anny Dudzińskiej *Nieidealna piosenka*, czas trwania: 33 minuty (warto przeznaczyć na zajęcia 2 godziny lekcyjne).

Reportaż „Nieidealna piosenka” Anny Dudzińskiej opowiada o Łukaszu – dziecku porzuconym przez matkę, wychowywanym przez babcię, a potem oddanym do domu dziecka – który poprzez hip-hop próbuje zrozumieć sens swojego życia.

Przebieg zajęć:

1. Określenie cech gatunkowych reportażu.
2. Wspólne wysłuchanie reportażu *Nieidealna piosenka*.
Link do reportażu na www.audionomia.pl.
3. Charakterystyka głównego bohatera (bezpośrednia i pośrednia).
4. Dyskusja o przyczynach problemów bohatera audycji.
5. Twórcza praca w grupach – ułożenie ostatniej zwrotki piosenki chłopca (z uwzględnieniem takich cech przekazu muzycznego, jak tempo, rytmika, pauza etc.).

Propozycje zagadnień:

- Czym różni się fikcja (zmyślenie) od nie-fikcji (prawdy) w utworach artystycznych (w filmie, w literaturze, w teatrze)?
- Co wiemy o życiu bohatera reportażu?
- W jakich miejscach towarzyszymy bohaterowi (studio nagraniowe, mieszkanie babci, dom dziecka, sala koncertowa)?
- Co pomaga nam wyobrazić sobie emocje Łukasza? (Tutaj warto przeanalizować głos chłopca: jego drżenie, barwę, pauzy itp.)
- Czym dla Łukasza jest hip-hop i możliwość wystąpienia na scenie?
- Dlaczego piosenka chłopca jest „nieidealna”? (Próba określenia znaczeń dosłownych i metaforycznych: nieidealna, bo trudne doświadczenia zaważyły na jej kształcie.)

Napisz ostatnią zwrotkę piosenki Łukasza (możesz np. przekazać mu słowa otuchy).

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Reportaż radiowy (audialny, dźwiękowy) to skomponowana zgodnie z regułami dramaturgicznymi opowieść o prawdziwym wydarzeniu, człowieku, miejscu. Tworzywem reportażu audialnego są autentyczne głosy bohaterów i zarejestrowane przez reportażystę nagrania miejsc, przestrzeni (tzw. efekty akustyczne), a także muzyka i cisza. Reportaż posiada tzw. drugie dno, metaforę, ponieważ indywidualna opowieść bohatera mówi zawsze o prawdach ogólnych.

Ja i dźwięk

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że każdy z nas wyraża siebie poprzez dźwięk;
 - uświadomienie, że nasza indywidualność leży w wydawanych przez nas dźwiękach, m.in. w naszym głosie;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, metody aktywizujące.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagrania dźwięków „o mnie”, które uczniowie i uczennice przygotowują od początku cyklu, nagrania głosów przygotowane wcześniej i przesłane do osoby prowadzącej.

Przebieg zajęć:

1. *Każdy z nas jest inny, każdy ma też inny głos, ale każdy jest piękny i wyjątkowy* – ćwiczenie z odtwarzania wypowiedzi uczniów i uczennic, zgadywanie, czyj to głos. Opisywanie: jaki to głos?
2. Słuchanie dźwięków „o nas”: *Co wiemy o tej osobie słysząc jej dźwięk? Jaka ona jest? Kto to jest?*
3. Rozmowa o tym, jak wiele nasze ulubione dźwięki, nasze głosy, mówią o nas.

Zagraj ze mną w dźwięk

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak wiele można wyrazić dźwiękiem i że może to być zabawne;
 - zaangażowanie dzieci w wyrażanie świata dźwiękiem.

- Metody:**
- metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- spisane na kartce hasła do kalamburów, naklejki, nożyczki, długopisy, tkanina 1x1 m, klucze.

Przebieg zajęć:

1. Praca w grupach: *Dźwiękowe kalambury* – jedna grupa wydaje odgłosy, dźwięki, druga z zamkniętymi, zastoniętymi oczami ma odgadnąć, jaki to jest dźwięk. Każda osoba losuje zapisane na kartkach zjawiska, które musi pokazać dźwiękiem. Cała grupa zgaduje.
2. Dzieci mają za zadanie w klasie, w grupach, wymyślić, jak, używając dostępnych przedmiotów, stworzyć odgłos sztormu, burzy, placu zabaw, szkolnego korytarza, wakacji, lasu itp.
3. Praca w grupach: *Dźwięki płynące z... butów*. Każda osoba przynosi parę butów. Zadanie polega na połączeniu w grupy „butów”, które „brzmiały” podobnie: sandałów, butów z obcasami, butów do biegania itd. Każda grupa ma stworzyć dźwiękową kompozycję używając butów – zaprezentować zróżnicowanie dźwięków i rytmów z wykorzystaniem butów.
4. Ćwiczenie dodatkowe (proponycja z Filharmonii Szczecińskiej): prosimy osoby uczestniczące o wyjęcie pęków swoich kluczy. Klucze nosimy w różny sposób. Czasem są one związane sznurowadłem, czasem mają proste, metalowe kółko łączące je w jeden pęk, a czasem spaja je specjalny brelok. Do każdego pęku kluczy przypinamy wąski pasek samoprzylepnej karteczki, na której piszemy imię właściciela. Wszystkie osoby oddają swoje klucze osobie prowadzącej. Następnie osoba prowadząca zasłania stosik kluczy tkaniną, wyciąga kolejne pęki i wydobywa z nich dźwięki poprzez potrząsanie. Dzieci mają odgadnąć, który dźwięk wydaje pęk ich kluczy. Odpowiedzi zapisujemy na kartce, a następnie porównujemy wyniki i oceniamy rezultaty.
5. Ćwiczenie warto powtórzyć. Za drugim razem każda osoba ma możliwość posłuchania swoich kluczy i zapamiętania ich brzmienia, a następnie sprawdzenia swojej dźwiękowej pamięci.
6. Możemy również rozpocząć dyskusję na temat innych charakterystycznie brzmiących przedmiotów osobistych – może to być jakaś odzież, która specyficznie szeleści, plecak lub tornister, który podzwania, albo rower lub hulajnoga, które skrzypią.

Dźwięki z przeszłości i przyszłości

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, że dźwięki zmieniają się wraz z mijającym czasem, jedne dźwięki znikają, powstają nowe;
 - uświadomienie, że są dźwięki dobre dla nas i złe;
 - uświadomienie, że każdy z nas może dbać o higienę swojej przestrzeni akustycznej, eliminować dźwięki nie mile;
 - zaangażowanie dzieci w interpretowanie przestrzeni dźwiękowej: czy jest dla nas dobra czy niedobra?

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka i ołówek.

Przebieg zajęć:

1. Rozmowa o dźwiękach, które znikają i które już zniknęły. Na przykład gdzieś była kiedyś łąka, a teraz jest osiedle – każde miejsce/przestrzeń ma właściwe sobie odgłosy. Dzieci szukają takich przykładów we własnym otoczeniu. *Jakich dźwięków dzisiaj już nie usłyszymy?* Np. dinozaurów, dorożek, lokomotywy parowej, parostatku, niektórych owadów itp.
2. Narysuj mapę dźwiękową z przyszłości. *Jakie dźwięki będą dominowały za parę lat? Co te dźwięki wydaje? Jakie dźwięki znikną z audiosfery?* Podziel mapę – samodzielnie dobierz oznakowanie: „dźwięki dobre/przyjemne” i „dźwięki niedobre/nieprzyjemne”.
3. Zastanów się, z jakich dźwięków chciałbyś/chciałabyś zrezygnować i dlaczego? Stwórz własną oazę dźwiękową. *Co robisz w domu, z rodzicami, żeby czyścić uszy?*

Hałas

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest hałas, gdzie go możemy usłyszeć;
 - uświadomienie dzieciom, że mogą „zabezpieczać” swoje uszy przed hałasem;
 - zaangażowanie dzieci w interpretowanie przestrzeni dźwiękowej: czy jest dla nas dobra, czy niedobra?

- Metody:**
- elementy wykładu, elementy pogadanki, metody aktywizujące, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- kartka papieru.

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie: Hałas w naszym otoczeniu stał się już tak powszechny, że przestaliśmy zwracać na niego uwagę, lecz on wciąż oddziałuje na nasz system nerwowy. Aby na powrót uwrażliwić się na dźwięk, posłuchajmy bardzo cichego dźwięku. Słuch sięga do miejsc niedostępnych dla oka, przenika przez ściany i rejestruje mikroskopijne poruszenia.
2. Ćwiczenie: Siadamy w kręgu i podajemy sobie kartkę papieru, trzymając ją za dwa górne rogi. Kartkę należy starać się podawać w taki sposób, by nie wydawała ona żadnego dźwięku: nawet najmniejszego szelestu, dźwięku odklejania się opuszki palca czy dźwięku najdrobniejszego zgięcia. (Opcjonalnie: w przypadku dużej grupy zamiast podawania sobie kartki jedna osoba może wynieść z sali krzesło, starając się nie wydawać przy tym jakiegokolwiek dźwięku).
3. Po zakończeniu ćwiczenia przywołujemy momenty, w których kartka wydała dźwięk oraz wymieniamy także inne dźwięki, które było słychać w trakcie wykonywania ćwiczenia.
4. Następnie dźwięki te notujemy na tablicy. Każda osoba po kolei wybiera sobie któryś z zanotowanych dźwięków i stara się go odtworzyć przez naśladownictwo głosem (np. może to być odgłos hamującego autobusu, skrzypienia drzwi itp.). Imitowanie dźwięków głosem sprawia, że dokładniej możemy zrozumieć budowę dźwięku, odkryć kształt obwiedni dźwięków, które słyszemy na co dzień, ich moment początkowy – atak, trwanie i wybrzmienie.
5. Rozmowa o dźwiękach, które są na co dzień dla dzieci nieprzyjemne, które im przeszkadzają.

Spacer dźwiękowy – szukamy hałasu

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest hałas, gdzie go możemy usłyszeć;
 - uświadomienie dzieciom, że mogą „zabezpieczać” swoje uszy przed hałasem;
 - zaangażowanie dzieci w interpretowanie przestrzeni dźwiękowej: czy jest dla nas dobra czy niedobra?
 - zaangażowanie dzieci w aktywne słuchanie najbliższego otoczenia.

- Metody:**
- metody aktywizujące w ruchu, elementy pogadanki, dyskusja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

- Środki dydaktyczne:**
- aplikacja służąca do mierzenia decybeli.

Przebieg zajęć:

1. Zaczynamy od minuty ciszy, zamknięcia oczu. Idziemy w ciszy, słuchamy, potem stajemy w kole, a każde dziecko mówi, jakie dźwięki usłyszało. Zapamiętaj pięć. Możesz pracować w grupach. *Czy to były dźwięki natury? Techniki? Człowieka?* Element uważności.
2. Mierzmy decybele w różnych miejscach – potrzebna aplikacja na telefon. Osoba prowadząca ma jeden telefon z aplikacją, dzieci podążają za nią, najpierw same próbują zgadnąć, w którym miejscu dźwięk jest głośniejszy, a w którym cichy – sprawdzamy, jak to wygląda w aplikacji.
3. Rozmowa o tym, które dźwięki są dla nas zbyt głośne – nie dla każdego ten sam poziom hałasu jest do zaakceptowania.

Pogłos

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, w jakich wartościach mierzymy dźwięk;
 - uświadomienie dzieciom, jaki poziom dźwięku jest dla nas akceptowalny;
 - zaangażowanie dzieci w interpretowanie przestrzeni dźwiękowej;
 - zaangażowanie dzieci w aktywne słuchanie najbliższego otoczenia.
- Metody:**
- metody aktywizujące w ruchu, elementy pogadanki, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- kilka balonów, stopery do mierzenia czasu (mogą być w telefonach), para stoperów do uszu.

Przebieg zajęć:

1. Do pomiaru czasu pogłosu używa się profesjonalnego sprzętu pomiarowego, stosując się do procedur opisanych w stosownych normach. W celach dydaktycznych można jednak przeprowadzić uproszczony pomiar bardzo prostą metodą. Czas pogłosu to czas, który musi upłynąć, aby dźwięk (impuls) wytworzony w pomieszczeniu, wybrzmiewając, opadł o 60 dB. Jeżeli eksperyment przeprowadzimy w klasie przy zamkniętych oknach i drzwiach, to poziom tzw. tła akustycznego będzie zapewne wynosił ok. 30-35 dB. Strzelający balon wytwarza dźwięk na poziomie ok. 90-95 dB. Różnica wyniesie ok. 60 dB, więc jeśli zmierzmy czas od momentu przekłucia balonu aż do chwili, kiedy przestaniemy go słyszeć, to będzie to z grubsza czas pogłosu. Przeprowadzając eksperyment trzeba pamiętać, że wystrzał balonu jest dosyć głośny, więc uczniowie nie powinni siedzieć bliżej niż 3 metry od niego.
2. Zamykamy drzwi i okna. Na korytarzu nie może być żadnych zajęć. Wszelkie urządzenia generujące szum (komputery, rzutnik, wentylacja mechaniczna) powinny być wyłączone.
3. Wybieramy miejsce na sali, w którym zostanie przekłuty balon. Nie może to być bliżej niż 1 metr od ścian i raczej nie w rogu sali. Powinno to być na wysokości 150 cm. Osoba przekłuwająca **musi mieć stopery w uszach**.
4. Uczniowie i uczennice ustawiają się równomiernie w całym pomieszczeniu, ale nie mogą znajdować się bliżej niż 3 metry od balonu. Zachowują całkowitą ciszę (jest to szczególnie ważne w czasie samego pomiaru). Przygotowują się do uruchomienia stoperów („palec na spuście”).

5. Osoba przekłuwająca balon odlicza i przekłuwają balon.
6. Uczniowie i uczennice uruchamiają stopery w momencie przekłucia balonu i zatrzymują je, gdy przestają słyszeć dźwięk wystrzału. Reakcje muszą być natychmiastowe, liczy się każde 100 ms.
7. Zbieramy wyniki i je uśredniamy. Gotowe!
8. Pomiar można przeprowadzić w kilku pomieszczeniach i zestawić uzyskane wyniki z wymaganiami normy PN-B-02151-4:2015-06:

Pomieszczenie	T maks. wg PN
Sale lekcyjne do 250 m ³	0,6 s*
Sale lekcyjne ponad 250 m ³	0,8 s*
Stołówki, świetlice, pokoje nauczycielskie	0,6 s
Sale przedszkolne	0,4 s
Sale sportowe do 5000 m ³	1,5 s
Sale sportowe ponad 5000 m ³	1,8 s
Hole o wysokości do 4 m	1,2 s

*) w przypadku sal do nauczania początkowego i nauki języka obcego maksymalna wartość czasu pogłosu powinna być zredukowana o 0,1 s.

Test zrozumiałości mowy

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak ważne jest uważne słuchanie;
 - zaangażowanie dzieci w aktywne słuchanie.
- Metody:**
- metody aktywizujące w ruchu, elementy pogadanki, dyskusja.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- lista logatomów do odczytania (wzór poniżej), wydrukowane puste table dla uczniów, długopisy

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie: Zrozumiałość mowy w pomieszczeniu można określić metodą obiektywną i metodą subiektywną. Metoda obiektywna polega na sprzętowym pomiarze z użyciem specjalistycznych urządzeń pomiarowych i oprogramowania. Metoda subiektywna polega na przeprowadzeniu pewnego rodzaju znormalizowanego dyktanda. Dyktowane są testy zdaniowe (złożone z trójwyrazowych prostych zdań), testy słowne (złożone z pojedynczych słów) czy testy logatomowe (złożone ze „sztucznych”, nieistniejących słów). Takie testy muszą być przeprowadzane według ściśle określonych reguł, co czyni je czasochłonnymi i nieco nużącymi. Jednak i w tym przypadku można przeprowadzić szybki, „dydaktyczny” test, który będąc zabawą, zwróci uwagę na warunki komunikacji słownej w klasie.
2. Należy przygotować listę logatomową do odczytania. Można użyć tej przedstawionej obok:

Zdanie 1	py	ster	ku
Zdanie 2	miast	rop	kie
Zdanie 3	cza	spo	sto
Zdanie 4	go	ze	ży
Zdanie 5	re	o	koś
Zdanie 6	czą	wpus	king
Zdanie 7	blat	tym	chwi
Zdanie 8	masz	jak	by
Zdanie 9	to	sia	U
Zdanie 10	pra	cze	Wne

3. Powyższą tabelę (pustą) należy wydrukować dla każdego ucznia/uczenicy.
4. Uczniowie i uczennice siadają równomiernie w całej przestrzeni klasy. Zamykamy drzwi i okna. Na korytarzu nie może być żadnych zajęć. Wszelkie urządzenia generujące szum (komputery, rzutnik, wentylacja mechaniczna) powinny być wyłączone.
5. Osoba, która będzie czytała listę, ustawia się w pozycji, jaką najczęściej zajmuje nauczyciel, kiedy zwraca się do całej klasy (przy tablicy, przy biurku itp).
6. Tekst jest odczytywany normalnym głosem, bez jego podnoszenia (mniej więcej na takim poziomie, jakiego używamy rozmawiając z osobą stojącą w odległości 1 metra w cichym otoczeniu). Osoba odczytująca tekst jest zwrócona w stronę słuchaczy. Tekst jest czytany tak szybko, jak tylko uczniowie/uczennice są w stanie go zapisać. Nie wolno powtarzać wyrazów.
7. Uczniowie/uczennice zachowują całkowitą ciszę w trakcie całego testu. Nie można prosić o powtarzanie wyrazów. Zapisują to, co słyszą. Jeśli jakieś słowo jest niezrozumiałe, opuszczają je i zapisują kolejne. Po odczytaniu całego testu jest on zakończony, nie można już nic poprawiać.
8. Test jest sprawdzany. Jako błędy traktowane są zarówno braki (puste komórki) jak i błędnie zapisane wyrazy (np. „by” zamiast „py”). Nie liczy się jako błąd odmienny zapis danego wyrazu, który nie zmienia jego brzmienia (np. „kó” lub „q” zamiast „ku”). Można też „zaliczyć” jako poprawny zapis polegający na odmiennym rozbiciu głosek na wyrazy (np. „czas-po” zamiast „cza-spo”).
9. Ocena wyników. Odsetek poprawnych odpowiedzi przekraczający 90% można traktować jako doskonały. Jeżeli komuś nie udaje się osiągnąć 70%, jest to bardzo niekorzystna sytuacja – taka osoba po prostu nie rozumie, co się do niej mówi. Oczywiście wyniki będą różne w zależności od miejsca w klasie (im bliżej do osoby odczytującej, tym powinno być lepiej). Jeśli jednak jakiś uczeń/uczennica napisze test wyraźnie gorzej niż najbliżsi sąsiedzi, może to oznaczać, że ma kłopoty ze słuchem (wg IFiPS ok. 20% uczniów szkół podstawowych ma ten problem).

Tworzymy własne słuchowisko!

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak dużą moc przekazu ma dźwięk;
 - uświadomienie dzieciom, że nasz głos ma duże możliwości interpretacyjne;
 - nauka montażu dźwięku;
 - zaangażowanie w słuchanie otaczającej przestrzeni i opowiadanie o niej przez montaż dźwięków.
- Metody:**
- dyskusja, metody aktywizujące - nagrywanie i montaż dźwięku.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca w parach, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- telefon z możliwością rejestracji dźwięku lub dyktafon, komputer z ogólnodostępnym bezpłatnym programem do edycji audio Audacity.

Przebieg zajęć:

1. Dzieci dzielą się na grupy. Wraz z osobą prowadzącą ustalają temat słuchowiska. Potem tworzą scenariusz. Scenariusz można stworzyć na podstawie wybranego wiersza, prozy itp. albo napisać własny. Dzieci wybierają spośród siebie osoby, które będą narratorami i przeczytają wybrany tekst – powoli, wyraźnie, z podziałem na role, artykulacją. Potem wyznaczamy kolejne role w słuchowisku – w zależności od treści scenariusza.
2. Dzieci przy pomocy osoby prowadzącej wspólnie zastanawiają się, jak udźwiękować wybrany tekst, tak aby po zamknięciu oczu można było nie tylko posłuchać narracji, ale też planów dźwiękowych, odgłosów, a więc uruchomić wyobraźnię. Wychodzą z osobą prowadzącą w teren i nagrywają dźwięki, które posłużą do zmontowania słuchowiska.
3. Nagrywamy tekst słuchowiska z podziałem na role na telefon albo na dyktafon (jeśli szkoła posiada).
4. Na koniec montujemy słuchowisko wspólnie z osobą prowadzącą.
5. Można postarać się, aby w szkolnym radiowęźle odbyła się emisja słuchowiska, albo by pojawiło się ono na stronie internetowej szkoły. Można zaprosić uczniów i zrobić wspólny odstęp w klasie, na przykład na zakończenie szkoły, tuż przed wakacjami albo zimą, przed feriami.

Posłuchaj, porozmawiaj

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest słuchowisko;
 - zaangażowanie dzieci w percepcję opowieści zbudowanej tylko dźwiękiem;
 - zaangażowanie w opowiadanie o doznaniach audialnych.
- Metody:**
- elementy pogadanki, dyskusja, słuchanie słuchowiska.
- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.
- Środki dydaktyczne:**
- nagranie słuchowiska *Inwazja robotów* (warto rozważyć 2 godziny lekcyjne).
- Wymagania dodatkowe:**
- sala, w której dzieci nie odbywają wszystkich zajęć, np. biblioteka, sala teatralna, hamakownia (miejsce, w którym dzieci poczuć się trochę inaczej).
 - Jeśli zmiana sali nie jest możliwa, warto wcześniej przearanżować wystrój, żeby dzieci nie siedziały jak zwykle w ławkach. Ławki można przenieść na tył sali, a dzieci mogą usiąść na dywanie, wykładzinie czy pufach. Niech wydarzy się tutaj coś czarującego, magicznego, wyjątkowego!

Przebieg zajęć:

1. Wprowadzenie w temat słuchowiska jako gatunku radiowego.
2. Słuchanie słuchowiska. Link do słuchowiska na www.audionomia.pl.
3. Rozmowa o tematyce opowieści i elementach dźwiękowych, które się na nią składają.

Słuchowisko opowiada o tym, jak rodzice sióstr Gieni i Jasi przemienili się kiedyś w roboty. Dziewczynki wyruszają w podróż, by poznać przyczynę tej przemiany. Podczas tej drogi spotykają wiele zrobotyzowanych postaci. Słuchowisko uświadamia, że – aby żyć pełnią życia, prawdziwie – należy zrobić sobie detoks od świata cyfrowego.

Propozycje zagadnień:

- Co się wydarzyło w domu Gieni i Jasi?
- Kogo dziewczynki spotkały podczas podróży?
- Co łączy wszystkie napotkane postacie?
- Jaka lekcja płynie z tej podróży?
- Jaki głos mają roboty?
- Jakie dźwięki słyszały dziewczynki podczas podróży?
- Które usłyszane dźwięki pochodziły z natury, a które były cyfrowe?
- Czy któreś usłyszane dźwięki były dla Ciebie przyjemne, a inne nieprzyjemne?
- Czy chciałbyś/chciałabyś żyć w takim świecie cyfrowym, do jakiego trafiły dziewczynki?
- Jak nie stać się robotem?

Pomoc dla osoby prowadzącej:

Słuchowisko jest radiową formą artystyczną, formą radiowego teatru. Słuchowisko istnieje najpierw w formie scenariusza, który następnie poddawany jest realizacji dźwiękowej. Scenariusz słuchowiska może być oryginalny, stworzony specjalnie dla radia; może być też adaptacją jakiegoś tekstu literackiego. Podstawowym tworzywem słuchowiska jest ludzki głos uzupełniany przez dźwięki akustyczne, muzykę ciszę czy gesty foniczne. W słuchowisku występują aktorzy, odgrywający konkretne role. Nad całością realizacyjną czuwa reżyser słuchowiska.

Reportaż – w odróżnieniu od słuchowiska – nie posiada scenariusza; bohaterami reportażu są autentyczni ludzie, nie aktorzy; reportaż zawsze dotyczy prawdy; słuchowisko – nawet oparte na prawdziwych wydarzeniach – jest swego rodzaju kreacją literacką.

Mój dźwiękowy pamiętnik

- Cele:**
- uświadomienie dzieciom, jak ważne jest uważne słuchanie;
 - uświadomienie dzieciom, jak wiele znaczą dla człowieka dźwięki;
 - zaangażowanie dzieci w słuchanie otaczającej je przestrzeni.

- Metody:**
- dyskusja, prezentacja.

- Formy pracy:**
- praca indywidualna, praca zbiorowa.

Przebieg zajęć:

1. Na początku cyklu audioedukacyjnych spotkań osoba prowadząca prosi uczniów i uczennice o stworzenie „Pamiętnika Słuchania”: każdego dnia powinni notować dźwięk, który jest dla nich z jakiegoś powodu ważny tego dnia, a także swoje odczucia związane z tym dźwiękiem, refleksje czy spostrzeżenia dotyczące pejzażu dźwiękowego – wszystko, co wydaje się ważne.
2. Można dźwięki podzielić na miłe, niemiłe, potrzebne, niepotrzebne itp. Można ozdobić pamiętnik rysunkami do dźwięku.
3. Ostatnie zajęcia są prezentacją pamiętników.
4. Kończymy cykl ogólnymi spostrzeżeniami o uważnym słuchaniu, o tym, co dało tworzenie pamiętnika, czego uczniowie/uczennice nauczyli się podczas zajęć.

Powodzenia!



Polecajki

Reportaże, projekty dźwiękowe

Torba Reportera i Podcastera – inicjatywa dwóch doświadczonych dziennikarek: Katarzyny Błaszczuk i Hanny Bogoryi-Zakrzewskiej: torbareportera.pl

Postauthentic soundscapes – projekt Zofii Paśnik: postauthenticsoundscapes.online

Ear Never Sleeps – projekt Zofii Paśnik: earneversleeps.xyz

Content Analysis of Urban Sound – analiza pejzażu dźwiękowego miasta Gdańska: uploads.knightlab.com/storymapjs/e5677f2b09e3625b58c825fc74ff152a/caus/index.html

Otwórz uszy – reportaż Katarzyny Michalak: radio.lublin.pl/news/20-07-2017-reportaz-katarzyny-michalak-otworz-uszy

Nie słyszę... – projekt dźwiękowy Katarzyny Michalak i Magdy Świerczyńskiej-Dolot: nieslysze.pl

Reportażystki Katarzyna Michalak i Magdalena Świerczyńska-Dolot o projekcie *Nie słyszę...* – wywiad z autorkami projektu przeprowadzony w ramach 30. edycji Festiwalu Mediów Człowiek w zagrożeniu, 24 listopada 2020: www.youtube.com/watch?v=YVLXTLaFm7A

HAŁAS :W CENTRUM – projekt edukacyjny Oddziału Warszawskiego Stowarzyszenia Architektów Polskich i Wydziału Architektury Politechniki Warszawskiej: www.wcentrum.edu.pl

Audycje, wykłady

Kultura oralna – słowo związane z ciałem – rozmowa z prof. Grzegorzem Godlewskim na antenie Programu II Polskiego Radia: www.polskieradio.pl/8/2222/Artykul/988121,Kultura-oralna-%e2%80%93-slowo-zwiazane-z-cialem

HAŁAS :W EDUKACJI – nagranie sesji na temat akustyki w szkołach, zorganizowanej w ramach projektu :W CENTRUM Oddziału Warszawskiego Stowarzyszenia Architektów Polskich i Wydziału Architektury Politechniki Warszawskiej (13 lipca 2023): www.youtube.com/watch?v=Q9DTqOGwM_8

5 sposobów na lepsze słuchanie – porywający wykład Juliana Treasure'a na TED.com, na temat znaczenia świadomego słuchania: www.ted.com/talks/julian_treasure_5_ways_to_listen_better?language=pl

Słuchowiska i reportaże

O Lisku, który nie chciał dzielić się zabawkami – słuchowisko oryginalne autorstwa Michała Cieślaka: soundsitivestudio.pl/bajki/o-lisku-ktory-nie-chcial-dzielic-sie-zabawkami-bajka-sluchowisko-dla-dzieci

O słoniku Maciusiu, który bał się szkoły – słuchowisko oryginalne autorstwa Natalii Kuzalskiej: soundsitivestudio.pl/bajki/o-sloniku-maciusiu-ktory-bal-sie-szkoly-bajka-sluchowisko-dla-dzieci

Kot Munde na tropie: Ulica Tysiaca Luster, odc. 1 – słuchowisko (serial): soundsitivestudio.pl/bajki/serial-%F0%9F%98%BA-kot-munde-na-tropie-ulica-tysiaca-luster-odc-1-sluchowisko

Kot Munde na tropie (wszystkie odcinki serialu): soundsitivestudio.pl/sluchoteka/bajki-soundsitive-kids

Mijając Ewę – reportaż Katarzyny Michalak: reportaz.polskieradio.pl/artukul/341562

Nieidealna piosenka – reportaż Anny Dudzińskiej: www.youtube.com/watch?v=BLWyyShWYR4

Inwazja robotów – słuchowisko Andrzeja Bajguza: www.radio.bialystok.pl/reportaz/index/id/215467

Strony

Strona Fundacji Audionomia: audionomia.pl

EduFilharmonia – materiały edukacyjne Filharmonii Szczecińskiej: filharmonia.szczecin.pl/edu_filharmonia

Five Village Soundscapes – pejzaże dźwiękowe różnych miejscowości: www.sfu.ca/~truax/FVS/fvs.html

URBAN AUDIO DeutschlandTour (2010) – dźwięki miast: stadt-akustik.de/play-germany.html

Urban Audio. Musical transformation of urban sound: www.urban-audio.org/home.html

Radio Aporee – mapy dźwiękowe: aporee.org/maps

120 Years Of Electronic Music: 120years.net

Wydarzenia

Festiwal Spacerów Dźwiękowych w Warszawie

Hildegard Westerkamp, Transformations, 1996

Luc Ferrari, Music Promenade, 1969

Międzynarodowy Dzień Świadomości Hałasu

Programy, narzędzia, aplikacje

Audacity – bezpłatny program do edycji dźwięku: www.audacityteam.org

Białe szumy – aplikacja do miksowania relaksujących dźwięków: play.google.com/store/search?q=relaxio&c=apps&hl=pl&gl=US

Decybelomierz: Pomiar Hałasu (aplikacja): apps.apple.com/pl/app/decybelomierz-pomiar-ha%C5%82asu/id1624503658?l=pl

Miernik dźwięku (aplikacja): play.google.com/store/apps/details?id=com.splendapps.decibel&hl=pl&gl=US

Walden (gra): www.waldengame.com

Wiersze i opowiadania dla dzieci rekomendowane do wykorzystania podczas zajęć

Wiersze

Stanisław Aleksandrak, **Jesienna baśń**, „Płomyk” 1984, nr 20.

Mieczysława Buczkówna, **Słowik**, [w:] Żmihorska, C., 1968. *Kolorowy świat, wiersze i proza dla dzieci*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Czesław Janczarski, **O świerszczyku, co przypitował skrzypce**, [w:] Janczarski, Cz., 1988. *Gdzie mieszka bajeczka*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Czesław Janczarski, **Ranek w lesie**, [w:] Janczarski, Cz., 1988. *Gdzie mieszka bajeczka* Warszawa: Nasza Księgarnia.

Czesław Janczarski, **Świerszczykowe nutki**, Warszawa: Nasza Księgarnia, 1957.

Czesław Janczarski, **Świerszczykowe nutki**, [w:] Janczarski, Cz., 1988. *Gdzie mieszka bajeczka*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Czesław Janczarski, **Wieczór**, [w:] Janczarski, Cz., 1988. *Gdzie mieszka bajeczka*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Czesław Janczarski, **Wiatr**, [w:] Janczarski, Cz., 1988. *Gdzie mieszka bajeczka*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Maria Konopnicka, **Jaskółka**, [w:] Konopnicka, M., 1922. *Poezje dla dzieci do lat siedmiu, część I*. Warszawa: Wydawnictwo M. Arcta.

Joanna Kulmowa, **Wiosenny wietrzyk**, [w:] Żmihorska, C., 1968. *Kolorowy świat, wiersze i proza dla dzieci*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Joanna Kulmowa, **Wiosenny wietrzyk**, [w:] Kulmowa J., 1974. *Deszczowa Muzyka*. Łódź: RSW „Prasa - Książka - Ruch”.

Julian Tuwim, **Ptasie radio**, [w:] Tuwim, J., Tuwim, I., 2012 lub 2016. *Tuwim dzieciom. Wiersze*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Julian Tuwim, **Ptasie radio**, [w:] Tuwim, J., 2016. *Klasyka wierszy dla dzieci*. Kraków: GREG®.

Julian Tuwim, **Dwa wiatry**, [w:] Tuwim, J., Tuwim, I., 2012 lub 2016. *Tuwim dzieciom. Wiersze*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Julian Tuwim, **Dwa wiatry**, [w:] Tuwim, J., 2016. *Klasyka wierszy dla dzieci*. Kraków: GREG®.

Julian Tuwim, **Mowa ptaków**, [w:] Tuwim, J., Tuwim, I., 2012 lub 2016. *Tuwim dzieciom. Wiersze*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Julian Tuwim, **Mowa ptaków**, [w:] Tuwim, J., 2016. *Klasyka wierszy dla dzieci*. Kraków: GREG®.

Julian Tuwim, **Rzeczka**, [w:] Celina Żmihorska, C., 1968. *Kolorowy świat, wiersze i proza dla dzieci*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Julian Tuwim, **Rzeczka**, [w:] Tuwim, J., Tuwim, I., 2012 lub 2016. *Tuwim dzieciom. Wiersze*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Julian Tuwim, **Rzeczka**, [w:] Tuwim, J., 2016. *Klasyka wierszy dla dzieci*. Kraków: GREG®.

Opowiadania

Hans Christian Andersen, **Słowik**, [w:] Andersen, H. Ch., 1985. *Baśnie: t. 1*, przeł. Stefania Beylin, Jarostaw Iwaszkiewicz, Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.

Hans Christian Andersen, **Słowik**, [w:] Andersen, H. Ch., 2006. *Baśnie i opowieści: t. 1*, przeł. Bogustawa Sochańska, Poznań: Media Rodzina.

Wiera Badalska, **Dla kogo piosenka?** [w:] Żmihorska, C., 1968. *Kolorowy świat, wiersze i proza dla dzieci*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Zofia Chmurowa, **Baśń o pierwszym skowronku**, [w:] Słońska, I., 1989. *W szkole i na wakacjach — wypisy klasa I*. Warszawa: WSiP.

Jan Edward Kucharski, **Skrzypki głupiego Jasia**, [w:] Kucharski, J. E., 1980. *Moja babcia czarownica*. Warszawa: Czytelnik.

Anna Przemyska, **Polny grajek**, Łódź: Nasza Księgarnia, 1962.

Anna Przemyska, **Polny grajek**, [w:] Przemyska, A., 1986. *Zagrajmy w zielone*. Kraków — Wrocław: Wydawnictwo Literackie.

Elżbieta Sobolewska, **Kolczasty gość**, Warszawa: Nasza Księgarnia, 1965.

Ewa Szelburg-Zarembina, **Jak żabki Jasia zabawiły**, [w:] Szelburg-Zarembina, E., 1966. *Przez różową szybkę*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Ewa Szelburg-Zarembina, **Jak żabki Jasia zabawiły**, [w:] Żmihorska, C., 1968. *Kolorowy świat, wiersze i proza dla dzieci*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Bibliografia

- Cieszyńska, J., Korendo, M., 2007. *Wczesna interwencja terapeutyczna. Stymulacja rozwoju dziecka od noworodka do 6 roku życia*. Kraków: Wydawnictwo Edukacyjne.
- De Kerckhove, D., 2001. *Powłoka kultury. Odkrywanie nowej elektronicznej rzeczywistości*. Warszawa: MIKOM.
- Denon Store, 2021. *Jakie są początki nagrywania dźwięku? Cz. I*, <https://blog.salonydenon.pl/jakie-sa-poczatki-nagrywania-dzwieku-cz-i/> [dostęp: 30.11.2023]
- Dymiter, M., 2023. *Maszyny do ciszy*. Gdańsk: Wydawnictwo Części Proste.
- Dymiter, M., 2021a. *Notatki z terenu*. Gdańsk: Wydawnictwo Części Proste.
- Dymiter, M., 2021. *Przewodnik dla audiokulturalnych*. Gdańsk: Adamada.
- Dyrektorywa Parlamentu Europejskiego i Rady 2002/49/WE z dnia 25 czerwca 2002 r. odnosząca się do oceny i zarządzania poziomem hałasu w środowisku, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PL/ALL/?uri=celex:32002L0049> [dostęp: 30.11.2023].
- Gusztka, J., Jaruszewska, K., Piotrowska, M., Piotrowski Sz., 2020. *Halo! Tu dźwięk!* Kraków: Fundacja Learn How to Sound.
- Kapelański, M., (2005). *Narodziny i rozwój ekologii akustycznej pod banderą szkoły pejzażu dźwiękowego*, [w:] Muzyka, Instytut Sztuki PAN, 2005, nr 2.
- Klimczak, K., 2011. *Reportaże radiowe o krzywdzie i cierpieniu*. Łódź: Wydawnictwo Primum Verbum.
- Kofin, E., 1982. *Komunikacja audytywna*, [w:] Przekazy i Opinie, nr 2/3, ss. 5–39.
- Lech, F., 2018. *Spoglądając na nagrania terenowe*, <https://culture.pl/pl/artukul/spogladajac-na-nagrania-terenowe> [dostęp: 30.11.2023].
- Losiak, R., 2017. *Wokół idei ekologii akustycznej. Konceptje i praktyki*, [w:] Studia Etnograficzne i Antropologiczne, nr 17, ss. 115–126.
- McLuhan, M., 1975. *Wybór pism*. Warszawa: Wydawnictwa Artystyczne i Filmowe.
- Mich, W., 2014. *Prolegomena do historii komunikacji społecznej, t. 2: Badanie historii komunikacji*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Michalak, K., 2023. *Dźwięk bez fikcji. O radiowym reportażu artystycznym*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Michalak, K., 2017. *Reportaż „Otwórz uszy”*, [w:] Radio Lublin, 20.07.2017, <https://radio.lublin.pl/2017/07/20-07-2017-reportaz-katarzyny-michalak-otworz-uszy/>, [dostęp: 30.11.2023].
- Michalak, K., Świerczyńska-Dolot, M., 2020. *„Nie słyszę...”* [projekt dźwiękowy], <https://nieslysze.pl/> [dostęp: 30.11.2023]
- Misiak, T., 2019. *Głębokie słuchanie*, [w:] Lisok, M. (red.), *Głębokie słuchanie*. Katowice: Galeria Sztuki Współczesnej BWA.
- Misiak, T., 2017. *O regresach słuchania*, [w:] Olejniczak, M., Misiak T. (red.), *Sposoby słuchania*. Konin: Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa.
- Niedzielski, A., Kotowski, M., 2013. *Kiedy dziecko zaczyna słyszeć*, <https://www.mp.pl/pacjent/pediatric/prawidlowyrozwj/rozwojfizyczny/52273,kiedy-dziecko-zaczyna-slyszec> [dostęp: 30.11.2023].
- Ong, W. J., 2011. *Oralność i piśmienność. Słowo poddane technologii*. Warszawa: Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego.
- Ong, W. J., 2005. *Wtórna oralność*, [w:] Hopfinger, M. (red.), *Nowe media w komunikacji społecznej w XX wieku*. Warszawa: Oficyna Naukowa.
- Paczkowska, A., Marcinkowski, J.T., 2013. *Istota zaburzenia przetwarzania słuchowego – niedocenianego problemu zdrowotnego*, [w:] Hygeia Public Health, 48(4), ss. 396–399, <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2013/hyg-2013-4-396.pdf> [dostęp: 30.11.2023].
- Pallottinum, (2003). *Biblia Tysiąclecia Online*, <<https://biblia.deon.pl/> [dostęp: 30.11.2023]
- Polewiczki, I., Jarosz, M., [2022]. *Akustyka w szkołach. Raport z badań ankietowych*. Katowice: Uniwersytet Śląski, <https://www.ecophon.com/pl/raport340/> [dostęp: 30.11.2023].
- Pleskaczyński, J., [2010]. *Kto ma uszy do słuchania, niechaj słucha*, <https://deon.pl/czytelnia/czasopisma/kto-ma-uszy-do-sluchania-niechaj-slucha,15177> [dostęp: 30.11.2023].
- Polski Komitet Normalizacyjny, (2015). *Polska Norma PN-B-02151-4:2015-06, Akustyka budowlana. Ochrona przed hałasem w budynkach. Część 4: Wymagania dotyczące warunków pogłosowych i mowy w pomieszczeniach oraz wytyczne prowadzenia badań*.
- Polskie Radio – Dwójka, 2013. *Kultura oralna – słowo związane z ciałem*, <https://www.polskieradio.pl/8/2222/Artykul/988121,Kultura-oralna-%e2%80%93-slowo-zwiazane-z-cialem> [dostęp: 30.11.2023]
- Reportażystki Katarzyna Michalak i Magdalena Świerczyńska-Dolot o projekcie „Nie słyszę”, (2020)*. <https://www.youtube.com/watch?v=YVIXTLaFm7A&t=1324s> [dostęp: 30.11.2023].
- RMS.pl, [2023]. *Krótką historią audio – fonograf, fonograf, telegrafon i gramofon*, <https://rms.pl/baza-wiedzy/1051-krotka-historia-audio-fonograf-fonoautograf-telegrafon-i-gramofon> [dostęp: 30.11.2023].
- Schafer, R. M., 1995. *Poznaj dźwięk. 100 ćwiczeń w słuchaniu i tworzeniu dźwięków*. Poznań: Wydawnictwo Muzyczne Brevis.
- Schafer, R. M. (1977). *Tuning of the world*. New York: A. A. Knopf.
- Siegel, M. E., Donoghue, P. J., 2013. *Sztuka słuchania. Klucz do udanych relacji*. Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Storr, A., 1992. *Music And The Mind*. New York: Free Press.
- Sygiżman, K., 2022. *Nie słyszę, a może słyszę więcej. Projekt dźwiękowy Katarzyny Michalak i Magdaleny Świerczyńskiej-Dolot*, [w:] Acta Universitatis Lodzianis. Folia Litteraria Polonica, Tom 65 Nr 2, ss. 269–283 <https://czasopisma.uni.lodz.pl/polonica/article/view/12298/16107> [dostęp: 30.11.2023].
- Tańczuk, R., 2015. *„Pejzaż dźwiękowy” jako kategoria badań nad doświadczeniem miasta*, [w:] Audiosfera. Konceptje – Badania – Praktyki, nr 1/2015, ss. 10–19.
- Treasure, J., 2011. *5 sposobów na lepsze słuchanie* https://www.ted.com/talks/julian_treasure_5_ways_to_listen_better?language=pl [dostęp: 30.11.2023].
- Treasure, J., 2017. *How to be Heard. Secrets for Powerful Speaking And Listening*, Coral Gables: Mango Publishing.
- Walzer, D., Lopez, M. (red), 2021. *Audio Education, Theory, Culture, and Practice*. New York: Routledge.
- Warnke, A., 2020. *Dźwięk non-fiction* <https://culture.pl/pl/artukul/dzwiek-non-fiction> [dostęp 30.11.2023]
- Wojtanowska-Janusz B., 2014. *Wpływ muzyki i edukacji muzycznej na rozwój dzieci i młodzieży*, [w:] Zeszyty Psychologiczno-Pedagogiczne Centrum Edukacji Artystycznej, Zeszyt 2, ss. 35–46.

Przenoszę się w czasie 15 lat wstecz. Jestem studentem psychologii i kulturoznawstwa, robię specjalność nauczycielską, zakładam Sekcję Arteterapii. Trafiam na tę książkę. Czytam. Uznaję ją za pozycję obowiązkową. Ileż bowiem jest tu świetnych materiałów do wykorzystania w praktyce! Nie dostrzegam jednak pewnego aspektu tej książki, który obecnie wyłapuję niemal natychmiast. Co to za aspekt? Ujmę go metaforycznie: jest nim ratunek dla naszej cywilizacji. Aż tak? Aż tak. Teraz, w 2024 roku, nie mam już co do tego wątpliwości. Mam za to przeogromną wdzięczność dla całej ekipy, która tę książkę stworzyła. Ratunek dla cywilizacji? Przeogromna wdzięczność? Tak, naprawdę. Ale nie powiem nic więcej – po prostu życzę Ci wspaniałej lektury!

Przemek Staroń: psycholog, autor serii *Szkola bohaterek i bohaterów*, Nauczyciel Roku 2018

Marzy mi się, by edukacja dźwiękowa zagościła w szkołach na stałe. Mamy coraz więcej świadomości, organizujemy warsztaty, a teraz Fundacja Audionomia dokłada świetne narzędzie do pracy na lekcjach! Po co nam umiejętność uważnego słuchania, koncentracja na tym, co słyszymy, ale też jak słuchamy? Znajdziemy tu odpowiedzi na te fundamentalne pytania, ale przede wszystkim bardzo praktyczne, gotowe scenariusze lekcji, propozycje ćwiczeń i odnośniki do przykładów dźwiękowych. Świetnie, że jest z nami ta książka, bo dźwięk to potęga! Korzystajcie w szkołach i przedszkolach!

Agnieszka Obszańska, dziennikarka

Pierwszy w Polsce podręcznik, który w sposób tak wyczerpujący rozpatruje wykorzystanie sfery audialnej w edukacji przedszkolnej i szkolnej. W książce zawarto nie tylko bogaty zasób zagadnień teoretycznych, które posłużą nauczycielom jako solidna baza wiedzy, lecz także, co jest szczególnie warte uwagi, propozycje dostosowanych do poszczególnych grup wiekowych zajęć praktycznych, które przybliżają zjawisko dźwięku w możliwie różnorodnych przejawach – od zmysłowego odbioru dźwięku, znaczenia uważności, przez dźwięki życia codziennego, emocji, rozmaitych środowisk, po problem hałasu oraz potrzebę adaptacji akustycznej różnych przestrzeni. We współczesnym świecie zaostających się podziałów, jest to niezwykle cenna pozycja, wyculająca na przekazywanie sztuki świadomego słuchania oraz uważności, które to umiejętności domagają się u ludzi ukierunkowanego rozwoju już od wczesnego dzieciństwa.

Izabela Dłużyk, autorka nagrań przyrody, uznana przez BBC za jedną ze stu najbardziej wpływowych kobiet na świecie w roku 2023

Świetny pomysł na książkę! I jakie wykonanie! W czasach, gdy delikatność zmysłów rozjeżdża walec zanieczyszczenia hałasem i zbędnymi treściami, praca nad audiowrażliwością naszych dzieciaków to jak szlifowanie diamentu. Przeczytajcie podręcznik. Dołączcie do zespołu jubilerów.

Justyna Dźbik-Kluge, dziennikarka

