Ilustracja słuchawek nausznych rzucających cień.

|  |  |
| --- | --- |
| **Zakres dźwięku w decybelach** | **Reakcja człowieka** |
| Dźwięki do 20 dB | nie są dla nas zauważalne, nie zwracamy na nie uwagi |
| Dźwięki do 30 dB | odbieramy jako spokojne, przyjemne, relaksujące |
| Dźwięki powyżej 70 dB | powodują zmęczenie i rozdrażnienie |
| Dźwięki powyżej 90 dB | osłabiają słuch, mogą powodować ubytek słuchu |
| Dźwięki powyżej 130 dB | mogą trwale uszkodzić słuch |

Otaczający nas świat to również świat dźwięków, wśród których wyróżniamy dźwięki przyjemne oraz te, które nam przeszkadzają. Te nieprzyjemne określamy mianem hałasu. Jednostką natężenia dźwięku jest decybel [1 dB].

Hałas otacza nas wszędzie: w szkole, na ulicy, w miejscach użyteczności publicznej nawet w domu. Powoduje nasze rozdrażnienie, zmęczenie a niekiedy ból. Hałas bardzo źle wpływa na nasz organizm. Rozprasza naszą uwagę, wywołuje agresywne zachowania, powoduje pogorszenie słuchu. Np. głośne słuchanie muzyki może spowodować trwałe jego uszkodzenie.

W Polsce i na świecie od wielu lat prowadzone są badania nad negatywnym wpływem hałasu. O tym, jak zjawisko to jest szkodliwe, może świadczyć coroczna akcja prowadzona w kwietniu pod hasłem: Międzynarodowy Dzień Świadomości Zagrożenia Hałasem.

Natężenie dźwięku mierzy się w decybelach. Porównaj poziomy natężenia dźwięku w różnych sytuacjach.

Zastanów się, jak często przebywasz w hałasie i jaki to może mieć wpływ na twoje samopoczucie. Porozmawiajcie o tym na godzinach wychowawczych w swoich klasach.

**Uwaga na hałas**

|  |  |
| --- | --- |
| **Dźwięki** | **Decybele** |
| Próg bólu | 140 dB |
| Start samolotu | 130 dB |
| Sztuczne ognie | 130 dB |
| Koncert rokowy | 100 dB |
| Młot pneumatyczny | 100 dB |
| Samochód ciężarowy | 100 dB |
| Motocykl bez tłumika | 90 dB |
| Ruch uliczny | 90 dB |
| Głośna muzyka | 80 dB |
| Krzyk | 80 dB |
| Biuro | 60 dB |
| Odkurzacz | 60 dB |
| Normalna rozmowa | 50 dB |
| Czytelnia | 30 dB |
| Cicha rozmowa | 30 dB |
| Spokojna uliczka bez ruchu | 30 dB |
| Szelest liści | 10 dB |