



## Ljud och buller-uppdrag 9



Det finns många olika ljud, vissa är behagliga och andra tycker vi inte om. Det finns ljud utanför hemmet som till exempel i naturen när vattnets vågor skvalpar, bilar som låter när de kör eller när djuren gör läten, då till exempel fågelsångens ljud kan uppfattas.

Hemma eller på förskolan och fritids i inomhusmiljön finns olika ljud som kan påverka din kropp, har du någon gång tänkt på det? Fundera gärna på vilka ljud du själv kan höra i din närmiljö. Det kan finnas fläktar som låter för att få in bra luft i rummet, människor som pratar med varandra, musik som spelas eller någon som arbetar eller leker med något som kan uppfattas som ett ljud eller buller.

Ljud är mekaniska svängningar som fortplantas i luften och får luftpartiklarna att svänga fram och tillbaka. Det skapas förtätningar och förtunningar av luftmolekylerna, det uppstår små tryckvariationer i luften. Dessa sprider sig och skapar en vågrörelse som uppfattas av oss som ljud då de når örat.

Buller är ett brusljud med oregelbunden vågform, men även allt ljud som inte är önskvärt, med andra ord det ljud som vi helst vill slippa. Det är individens egen bedömning som avgör om ljudet är störande och det skiftar mellan individer och situationer. Buller är inte bara susande fläktar eller slamrande maskiner utan kan även vara musik eller pratande människor, allt är beroende på situationen. Buller ger inte bara hörselskador utan det kan även bidra till en del andra hälsoeffekter som till exempel irritation, koncentrationssvårigheter och stress som i längden kan leda till negativa fysiologiska reaktioner (kroppsliga) som huvudvärk, hjärtklappning och högt blodtryck. Vilken effekt buller har på oss beror till stor del på vad vi sysslar med under tiden då vi blir utsatta av

ljudet och i vilken sinnesstämning vi själva befinner oss i vid tillfället. Det är av stor vikt att lyssna på de utsatta människornas bedömning och upplevelse av bullret då man vill skapa en trivsamt arbetsplats och närmiljö.

### **Uppdrag 9**

Uppdrag för förskolan då man vill introducera ljudets och bullrets inverkan på oss. Gör en egen "telefon" med hjälp av två plastmuggar med ett långt snöre emellan som barnen kan testa att prata med varandra igenom för att tydliggöra ljudets svängningar. Tänk på att hålla snöret sträckt och förslut gärna händerna runt muggen för att förstärka effekten. Om man tar i tråden så bryts kommunikationen, alltså går ljudet via tråden mellan muggarna.

Gissa vilka ljud som kommer från hemmagjorda maracas. Lägg i två likadana föremål i en toalettrulle och förslut till en maracas så inte innehållet syns. Barnen får lyssna på ljuden och para ihop rätt maracas med rätt innehåll. Detta görs för att lära sig urskilja var ljudet kommer ifrån.

Spela in olika ljud och spela upp dem för barnen. Diskutera tillsammans hur man reagerar på ljuden. Exempel på ljud kan vara fågelkvitter, havets ljud, trafikljud, babyskrik och olika typer av musik som att jämföra en vaggvisa med en opera.