

Cronisti in classe 2026

QN LA NAZIONE

Web not found: e allora che si fa? ERROR 404: Mission Impossible

3 giorni, 72 ore, 4320 minuti, 259.200 secondi senza Internet: questa la sfida della 1 A!
CLASSE 1 A SCUOLA MEDIA PIENZA

Disconnettersi, questo è l'esperimento che abbiamo fatto noi ragazzi di prima media: "sopravvivere" tre giorni senza la Rete. Da sabato a lunedì compresi, ossia 72 ore senza Internet, ma anche senza Whatsapp, Netflix, Spotify, niente notifiche, niente social, niente intelligenza artificiale.

"Ma siamo matti?" Questa è stata la nostra prima reazione quando le prof ci hanno sottoposto alla prova. Un esperimento che all'inizio sembrava impossibile, invece si è rivelato un'esperienza da rifare. Dovevamo staccare la testa, le mani, le orecchie e gli occhi dal telefono; ma la sfida più grande è stata sconfiggere la tentazione. Eravamo tutti spaventati, allarmati e agitati: come avremmo fatto a guardare i compiti sul registro? Come avremmo fatto senza musica? E con gli amici? All'inizio ci siamo sentiti vuoti, annoiati, fuori dal mondo: "Era come se mi mancasse qualcosa" ha confessato Chiara. "Il tempo è diventato lentissimo, si poteva paragonare ad una tartaruga" ha detto Nizar. Una nostra compagna non ci è riuscita e questa è la sua testimonianza: "Non ce la facevo più, mi annoiavo e ho rinunciato". Per quelli che hanno continuato con il passare dei giorni le sensazioni sono un po' cambiate: ci siamo organizzati su cosa fare e come farlo. Abbiamo rispolverato il diario, suonato ai campanelli dei nostri amici e gio-



Il web ha una capacità attrattiva, di incollarti allo schermo, che è tentacolare

cato all'aperto, invece che davanti ad uno schermo. Man mano che passavano i giorni, l'esperimento si è rivelato sempre più semplice, perché ci sentivamo liberi, più attivi ed energici e meno affaticati mentalmente. La noia che provavamo era diversa: piacevole e silenziosa e ci rendeva anche più creativi. Ci siamo sentiti più allegri, spensierati, rilassati e abbiamo litigato di meno in famiglia. "Siamo riusciti ad ascoltare i nostri pensieri e a vivere le giornate in mezzo al verde senza il martellante din din din del telefono". Giada ce lo racconta così "I miei giorni senza telefono ed Internet sono stati belli per-

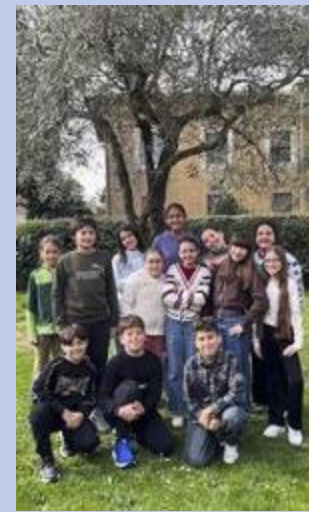
ché non ho sentito mille messaggi arrivare, il tempo è passato più lentamente, ho parlato con tante persone e guardando fuori dalla finestra ho notato particolari che prima non avevo mai visto".

Da questa sfida abbiamo capito che Internet è certamente uno strumento utile, ma bisogna fare attenzione e ogni tanto limitare o interrompere la connessione. Forse non smetteremo mai di usarlo, ma sicuramente abbiamo capito che possiamo vivere anche senza. Ogni tanto fa bene staccare la spina, alzare la testa dai dispositivi e guardare il mondo con gli occhi e non attraverso una fotocamera.

LA REDAZIONE

Ecco tutti i nomi dei protagonisti

Classe 1 A:
Binarelli Vittoria
Burattini Giada
Camastra Carlotta Ines
Chechi Chiara
Crocini Filippo
El Fatmi Malika
Gonzi Enea
Kandoussi Nizar
Kaur Manpreet
Lavoro Brando
Poggio Enrico
Provenzano Elena
Scroccaro Diletta
Docenti tutor:
Andrei Beatrice,
Bernardini Valentina
Dirigente scolastico:
Caterina Mangiaracina



La rete, un mare magnum

L'I.A.D: la nuova pandemia. Potresti essere positivo anche tu!

Come mantenere la rotta nel mare delle rete

Ti è mai capitato di svegliarti nel cuore della notte e sentire il bisogno di controllare il telefono? La prima cosa che fai al risveglio è guardare le notifiche? Hai mai detto: "Lo guardo solo cinque minuti" e poi sei rimasto incollato allo schermo per ore? Quando sei fuori casa "sogni" il momento in cui potrai finalmente ricollegarti? Preferisci guardare i social invece di uscire con gli amici? Porti sempre il telefono con te e lo controlli anche mentre stai facendo altro? Se la risposta è sì, forse ne sei dipendente; infatti dopo il Covid una nuova

pandemia sta invadendo il mondo, si chiama Internet Addiction Disorder. L'I.A.D è un disturbo che deriva da un utilizzo intensivo e ossessivo della rete e gli effetti sono simili a quelli della droga: dipendenza, assuefazione, astinenza. Dobbiamo quindi stare attenti e imparare ad usare Internet in un modo equilibrato e consapevole. Ecco alcuni nostri consigli. Se è una bella giornata, esci a fare una passeggiata e lascia il telefono a casa, così la tua mamma non ti chiamerà per il coprifuoco! Non farti stressare da mille notifiche: ogni tanto mettilo si-

lenzioso e lontano da te. Mentre sei a tavola con i tuoi cari, è meglio parlare anziché chattare. Prima di dormire leggi un libro, invece di guardare i video che tolgono il sonno. Se vuoi prendere 10 a scuola, non ti lasciar distrarre dal telefono mentre fai i compiti. Navigare su Internet è utile e offre tanti vantaggi e opportunità, ma bisogna stare attenti a non affogare nel mare della rete. Occorre imparare a navigare e a non perdere la rotta, proprio come Ulisse: curiosi si di scoprire ed esplorare, ma senza mai dimenticare la nostra Itaca, il mondo reale.



REGIONE
TOSCANA



Servizi ecologici integrati Toscana



sienambiente

