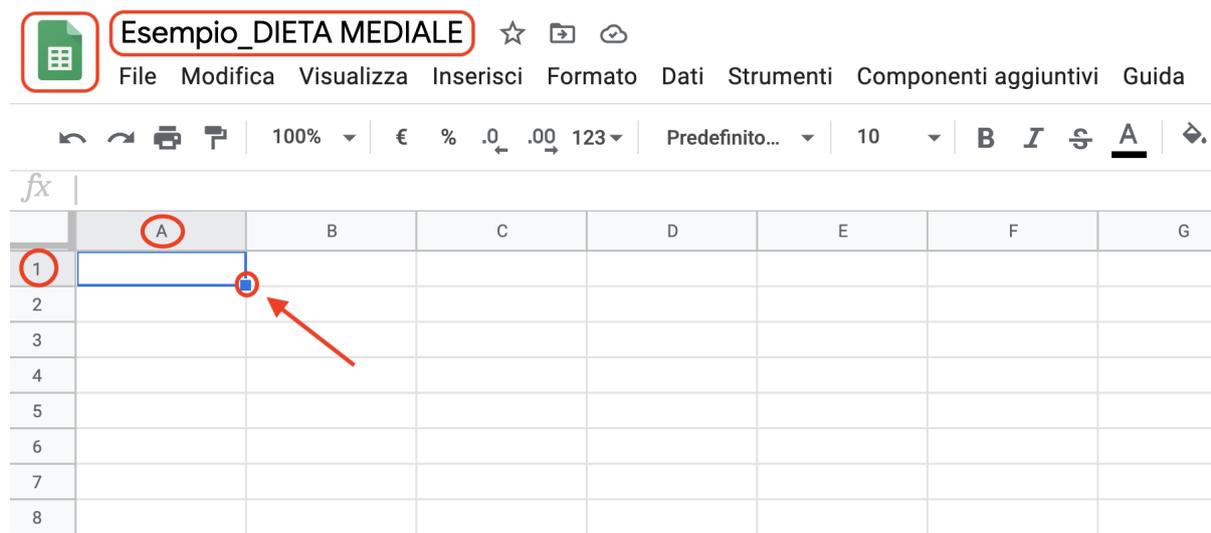


## Il calcolo della dieta mediale



Quella che vedi qui sopra è l'interfaccia di un **Foglio Google**: l'icona è quella verde in alto a sinistra, mentre è importante nominare immediatamente il file (in questo caso si è scelto "Esempio\_DIETA MEDIALE"), così da poterlo poi facilmente trovare per future modifiche. Si presenta come una griglia molto semplice composta principalmente da colonne verticali, corrispondenti alle lettere (es. "A"), e da righe orizzontali, corrispondenti ai numeri (es. "1"). Le colonne e le righe si intersecano a formare delle celle (es. "A1" quella rettangolare in blu) e dentro ogni cella è possibile scrivere parole o cifre numeriche; questi valori, cioè il contenuto della cella, possono anche essere trasferiti senza subire modifiche in altre celle sia con la tecnica classica del copia-incolla sia trascinando il quadratino in basso a destra (qui indicato dalla freccia rossa) in corrispondenza delle celle sopra/ sotto/ di lato nelle quali vogliamo inserirlo.

Riprendiamo ora il concetto di dieta mediale quale occasione per iniziare a prendere confidenza con questo tipo di file e imparare ad ottimizzarne l'utilizzo, anche per futuri scopi. Ti chiediamo come **prima attività** di aprire e compilare un Foglio Google con i seguenti campi:

- lungo la riga 1, in corrispondenza di ciascuna colonna procedendo da sinistra verso destra (a partire dalla B, lasciando la A vuota) scrivi in maiuscolo le fasce orarie "MATTINA PRIMA DI ANDARE A SCUOLA" (nella cella B1), "PRIMO POMERIGGIO 14:00 - 17:00" (in C1), "TARDO POMERIGGIO 17:00 - 20:00" (in D1), "PRIMA SERATA 20:00 - 22:00" (in E1) e "TARDA SERATA 22:00 - 24:00" (in F1);
- lungo la colonna A, invece, dalla cella A2 (lasciando la A1 sempre vuota) alla A6 scrivi in maiuscolo gli schermi "TV", "SMARTPHONE", "TABLET", "PC" e "VIDEOGIOCHI".

Ecco alcuni primi suggerimenti per la formattazione: se il testo da trascrivere è troppo lungo per le celle, puoi:

- a) allargarle tirando la freccia che si forma passando il cursore (mouse) sulle linee verticali delle colonne e orizzontali delle righe;

- b) selezionandole tutte fino a farle diventare azzurrine, cliccare su questo simbolo del “testo a capo”  e/o Ctrl + Invio di nuovo per andare a capo e ottimizzare lo spazio;
- c) evidenziare in grassetto tutto quello scritto finora, che sono i titoli della nostra tabella mediale.

A questo punto inserisci in corrispondenza delle celle ancora vuote il tuo tempo di utilizzo di ciascuno schermo nelle varie fasce orarie giornaliere (pensando al tuo uso personale formale come studio o informale come divertimento in una giornata tipo di scuola) con un valore che va da 0 a 5, dove ad esempio uno 0,5 corrisponde a 1/2 ora (30 minuti) e 1 a un'ora e così via. Dopodiché seleziona tutte queste celle e seleziona fra gli strumenti in alto il Formato → Numero → Numero, così da ottenere delle cifre decimali a due cifre che serviranno poi per calcolare il Totale e la Media di utilizzo degli schermi in un giorno.

Come ogni analisi che si rispetti, manca solo la giusta lettura dei tuoi dati e puoi farla in un doppio senso di marcia: una lettura in orizzontale per scoprire il totale del tempo che passi su ciascuno schermo e una in verticale per conoscere la media in ore con cui utilizzi tutti i media in ogni fascia giornaliera. E finalmente siamo giunti alla prima vera magia che può fare un software di calcolo, ossia le così dette **funzioni** e, nello specifico, la SOMMA (che noi chiameremo “TOTALE” nella cella G1) e la MEDIA (“MEDIA” in H1). Per applicare una funzione ad una cella basta selezionare la cella e scrivere la formula che servirà al programma per il calcolo in automatico: per ottenere il totale delle ore di TV, ad esempio, dovrai scrivere nello spazio in alto dopo  $f_x$  “=SUM(B2:G2)” esattamente così con tutti i segni indicati tra le virgolette (escluse) e senza spazi che servirà ad estendere quella specifica funzione a tutte le celle nell'intervallo tra B2 e G2; allo stesso modo ti basterà riscrivere la stessa formula nella cella sotto sostituendo solo il 2 con il 3 per il totale delle ore che passi con lo smartphone e così via per tutti gli altri schermi. Calcolerai per ultime le medie con la funzione  $f_x$  “=AVERAGE(B2:B6)” per la mattina,  $f_x$  “=AVERAGE(C2:C6)” per il primo pomeriggio e così via per tutte le altre fasce orarie. E' un po' come giocare a battaglia navale in inglese!

Se hai seguito attentamente queste indicazioni, dovresti avere ottenuto una tabella molto simile a quella che vedi qui di seguito e riguardando la tua potresti accorgerti con sorpresa che la tua autopercezione è diversa dalla realtà o che il tuo effettivo utilizzo giornaliero degli schermi denota una alternanza e autoregolazione dei media digitali più o meno buona.

### Esempio\_DIETA MEDIALE di Steve

fx		=AVERAGE(C2:C6)						
	A	B	C	D	E	F	G	H
1		<b>MATTINA PRIMA DI ANDARE A SCUOLA</b>	<b>PRIMO POMERIGGIO (14:00 - 17:00)</b>	<b>TARDO POMERIGGIO (17:00 - 20:00)</b>	<b>PRIMA SERATA (20:00 - 22:00)</b>	<b>TARDA SERATA (22:00 - 24:00)</b>	<b>TOTALE</b>	<b>MEDIA</b>
2	<b>TV</b>	0,00	0,50	1,00	1,00	1,00	3,50	0,20
3	<b>SMARTPHONE</b>	0,00	2,50	2,50	3,00	2,00	10,00	0,60
4	<b>TABLET</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,90
5	<b>PC</b>	1,00	0,00	1,00	2,00	0,50	4,50	1,20
6	<b>VIDEOGIOCHI</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,70
7								

Osserva ancora una volta lo screenshot della dieta mediale di un personaggio inventato che chiameremo Steve e prova a:

- 1) capire qual è l'unico media che usa di più e quali, invece, di meno;

- 2) scoprire l'errore di stima nella cella colorata di giallo;
- 3) intuire in quale momento della giornata Steve usa più schermi contemporaneamente.

Ci sarebbero moltissime altre potenzialità di questo software da esplorare, ma direi che abbiamo già “dato abbastanza i numeri” finora... Perciò ti lasciamo un ulteriore approfondimento da guardare quando vuoi scoprire come poter bloccare i titoli di colonne e righe così da averli sempre fissi anche quando scorri di lato o in basso sulla pagina di Fogli [https://www.youtube.com/watch?v=-fOTRAXP\\_-k&list=PL5zHZPAXZldoJsdDVWRYwaFyclmSI2sGv&index=3](https://www.youtube.com/watch?v=-fOTRAXP_-k&list=PL5zHZPAXZldoJsdDVWRYwaFyclmSI2sGv&index=3).



Centro di Ricerca sull'Educazione ai Media all'Innovazione e alla Tecnologia