



PLANINSKA
ZVEZA
SLOVENIJE

Prenovljena Mladinska priloga /številk 4/

GREMO POD OBJEM GORA



KOLOFON

Odgovorni urednik: Uroš Kuzman

Uredniški odbor: Uroš Kuzman, Manca Čujež, Tina Arh,
Blaž Lesnik, Domen Strle, Ana Suhadolnik, Zdenka Mihelič

Tehnična urednica: Vesna Lenart

Fotografija na naslovnici: Manca Čujež

Tisk: Fotolito Dolenc, d. o. o., Ljubljana

Naklada: 250 izvodov

Izdala: Mladinska komisija PZS

November 2012



Fundacija za financiranje športnih
organizacij v Republiki Sloveniji

Mladinsko priložo podpira Fundacija za financiranje športnih organizacij v RS.

UVODNIK

Ana Suhadolnik

Sredi jeseni smo že.

V mestih so ulice postale živahne. Razredi so polni učencev. Nekateri od njih so šolski prag prestopili prvič, drugi so že stari mački.

Gore bo počasi prekril sneg. Zato pa je gozd kot paleta, polna toplih barv v vseh njenih odtenkih.

Planinstvo se v tem letnem času pokaže v duhu mladih. Obiskujejo planinski krožek, se učijo vsega o planinski šoli, se udeležujejo izletov in se skupaj z mentorji pripravljajo na planinska tekmovanja. Radovedni so in vedoželjni. So raziskovalci. So zakladnica smeha in dobre volje, odkritosti in zaupanja. V naravi in skupaj z njo so lahko takšni, kot so.

Pokažimo jim lepoto narave na sproščen in zabaven način. Pokažimo jim vse tiste drobne skrivnosti, ki jih narava, gore, planinstvo in njegove dejavnosti skrivajo v sebi. Da bo morda prav vsak izmed teh otrok poiskal kotiček zase, kjer se bo imel lepo.

KAZALO

Z roko v roki peš v vrtec ali šolo	2
O vremenu malo drugače	4
Velika igra nabiralci cekinov	6
Kje pa nas gojzar žuli	8
Vključevanje športnega plezanja v program MO	11
Poučevanje plezanja skoraj gluhe osebe	13
Vključevanje oseb s posebnimi potrebami v planinsko dejavnost	14
Planinski tabori Savinjskega MDO	16
Delitev v homogene skupine (diferenciacija)	18
Priporočila za mentorje planinskih skupin in mladinske voditelje	19
Akcija Lepi čevaljc MO PD Velenje	20
Programi za mlade v Slovenskem planinskem muzeju	22
Novosti v programih Ciciban planinec in Mladi planinec	24

Z ROKO V ROKI IN PEŠ V VRTEC ALI ŠOLO

Avtor: Borut Peršolja

Prvi tedni šole so za nami. Po odmevnejših medijskih opozorilih in napotkih za varnejšo vsakodnevno pot v šolo in domov na začetku šolskega leta, se skrb z družbene ravni spet v celoti vrne v naročje posameznika. Govorimo o običajnem vsakodnevem tveganju, ki ga – tudi v gorništvu, moramo poznati in prevzeti sami. Lani smo v tem času opozorili na dejavnike pravilne nošnje nahrbtnika oziroma naritnika, letos pa vas bomo spomnili, kakšen pomen ima držanje za roko in vodenje otrok na ta način. Znanje, pridobljeno in utrjeno v gorah, lahko torej s pridom izkoristimo tudi v dolini.

Stik z roko ali koža na kožo, kot znajo temu reči otroci, je eden od temeljev zaupanja in zagotavljanja osebne varnosti. To je vez, ki ob varnosti hkrati gradi odnos med otrokom in staršem, saj je tovrstna komunikacija razumljivo pred besedno. Kaj vse se da povedati z dotikom ali s stiskom roke!

Splošno pravilo je, da mora biti hitrost gibanja vedno prilagojena vodenemu – otroku. K držanju za roko nas pripeljejo različne situacije, na planinskih poteh gre največkrat za oporo, za pomoč pri premagovanju

strmine in ovir na poti, pa tudi za vzpodbudo ob utrujenosti. Otroka primemo za roko zlasti, kadar ocenimo, da je velika verjetnost padca ali zdrsa po strmem pobočju na zunanji strani poti. Če otroka držimo za roko, naj bo vedno ob nas ali pol koraka pred nami na notranji strani poti.

Kadar otroka vodimo na ta način, ga praktično ves čas držimo, vendar ne premočno, da ga ne vlečemo. Naša roka mora biti čim bolj sproščena in spuščena čim bolj nizko. Otrok mora sam nositi svojo težo telesa, prav tako sam vzpostavlja ravnotežje, roka pa pomeni predvsem telesni stik. Z držanjem za roko se lahko v primeru kakršnekoli potrebe in težav hitro ter ustrezno odzovemo. Ker med potjo radi govorimo – to je tudi kazalec, da je tempo hoje ustrezen – je lahko dogovorjeni rahel stisk roke znak, da obmolknemo. To nam pride prav, kadar opazimo kakšno žival, ali kadar potrebujemo otrokovo pozornost.

Vodenje z roko je tradicionalna starševska veščina, ki ne zahteva dodatne opreme. Seveda pa ne pride v poštev na zelo zahtevnih poteh, torej tam, kjer hoja preide v plezanje in kjer je treba poskrbeti za dodatno varovanje ter ustrezno osebno tehnično opremo. Roka je pogosto prvi oprijem, ki z vsemi različicami podprijemov ter nadprijemov, nudi odlično osnovo za kasnejše "pravo" plezanje. Na lahkih poteh, torej na tistih, kjer za napredovanje ne potrebujemo rok, bodisi na odprtih pašnih površinah ali na položnejših gozdnatih območjih, pa pustimo otroka, da hodi sam. Pridobivanje gibalnih sposobnosti, lovljenje ravnotežja, spoznavanje različnih podlag in hrpa-vosti površja, so veščine, ki nam omogočajo večjo kakovost življenja.

Levo: Držanje za roko – medgeneracijski projekt.
Foto: Borut Peršolja



Desno: Vrtčevsko obdobje ne mine brez rokovanja.
Foto: Borut Peršolja





Vodenje z roko – na vseh koncih sveta.
Foto: Mateja Peršolja

In kaj ima to skupnega z naslovom tega prispevka? Življenje v dolini je seveda precej drugačno od tistega v gorah. Urejen prometni sistem s cestami, signalizacijo ter prometnimi znaki je čisto nekaj drugega kot gozdna pot. Zaradi gostega prometa pa je tudi tveganje na vsakodnevni poti v vrtec ali v šolo in nazaj (da ne omenjamo tudi vseh drugih popoldanskih dejavnosti in opravil, ki nam osmišljajo vsakdanjik) veliko. Zato moramo odrasli poskrbeti za varnost najmlajših. Eden ključnih dejavnikov je preprečevanje naglice – za jutranje priprave in odhod si vzemimo dovolj časa. In če se le da, se od doma odpravimo peš. Ti mirni skupni trenutki držanja za roko, so marsikdaj zlata vredni.

Velikokrat bomo začutili veselje, radoživost in pozitivno energijo, ki bodo napolnili tudi nas. Začutili pa bomo tudi stiske, težave in strahove, ki polnijo otroške glave. Stisk roke pred semaforjem ali prehodom za pešce bo zadoščal, da v otroku vzbudimo pozornost za okolico okrog sebe. Pogled na levo in na desno ni nič drugega kot razgled, ki ga lahko užijemo z vrha gore. Je prosto? Je varno?

Od tod, do zaljubljenega koraka in držanja za roke v dvoje, pa je samo nekaj let razlike. Pa srečno, v gorah in v dolini!



Naša naveza.
Foto: Jernej Južna

O VREMENU MALO DRUGAČE

Primeri delavnic za učenje osnov vremenoslovja

Avtorica: Vanja Blažica

Vreme je za planince, pa tudi druge obiskovalce narave, zelo pomemben dejavnik. Zanima nas že zaradi doživetja izleta: ali bomo na vrhu imeli razgled, ali bo vidljivost tako dobra, da bomo videli vse do morja, ali bomo imeli srečo in opazili mavrico ali glorijo? Hkrati nam vreme predstavlja največjo objektivno nevarnost v gorah: ob močnem vetru smo lahko vsi premraženi, ob padavinah moramo hoditi po spolzkih tleh, ob nevihtah nam grozi udar strele. Zato je pomembno, da se planinci že od majhnih nog naučimo ob načrtovanju izleta upoštevati vremensko napoved in med hojo spremljati dogajanje na nebu.

Numerična vremenska napoved, rezultati katere so predstavljeni v medijih, predstavlja najboljšo informacijo, ki jo lahko dobimo o stanju vremena v prihajajočih dneh. Bolj kratkoročna kot je, bolj je kakovostna. Če lahko pri napovedi za naslednji dan govorimo o delu dneva ali celo uri, v kateri nas bo recimo prešla vremenska fronta, lahko pri enotedenski napovedi govorimo le še o dnevu, ko nas bo ta predvidoma dosegla. Zato moramo pred odhodom na izlet vedno preveriti najnovejšo napoved. Kje jo najdemo, ni tako pomembno, važno pa je, da preverimo tudi napoved za gorski svet, saj je tam vreme precej specifično. V Sloveniji tako napoved pripravlja državna meteorološka služba na Agenciji za okolje.

Pri učenju osnov je zato najpomembneje izpostaviti pomen vremenske napovedi in si skupaj ogledati, kje vse jo lahko najdemo in kako si jo razlagamo. Potrebna pa je tudi razlaga vremenskih pojavov, ki so v njej omenjeni: kaj je to ciklon, kaj se zgodi ob prehodu fronte, kakšno je vreme v hribih ob temperaturni inverziji, kakšne so osnovne lastnosti nevihtnih oblakov.

Med pripravljanjem vsebine te teme vam v pomoč priporočam knjigo *Vreme in podnebje v gorah* Tomaža Vrhovca, Damijane Kastelec in Zdravka Petkovška. Poleg podrobnejših opisov posebnosti našega gorskega vremena, nastajanja vremenske napovedi in poudarkov pri spremljanju rasti nevihtnih oblakov v njej najdete tudi deset nasvetov Tomaža Vrhovca za obiskovalce gora, v katerih so na kratko zajeti vsi osnovni napotki za varnejšo pot v gore.

Da si bodo mladi planinci stvari lažje zapomnili in da jim bo to znanje v pomoč, ko bodo postali samostojni obiskovalci gora, pa predlagam naslednje delavnice.

Delavnice lahko vključimo tudi med druge dejavnosti, recimo kot nalogo na kontrolni točki pri orientacijskem tekmovanju. A naj poučevanje vremenoslovja ne zajema le predavanj in delavnic. Tudi na izletu skupaj opazujte vreme, saj se bodo mladi planinci najlažje učili z dobrim zgledom.

Katero napoved bi uporabili

Zberemo čim več vremenskih napovedi iz različnih virov. Če imamo dostop do interneta, uporabimo tudi spletne strani, lahko pa si tudi vnaprej natisnemo napovedi s spleta. Nekatere so lahko zelo splošne, nekatere so lahko stare nekaj dni, vse pa naj bodo veljavne za isti dan. Med njimi mora gotovo biti tudi primer najbolj sveže napovedi in napovedi za gorski svet. Udeleženci naj si jih preberejo, jih primerjajo in se odločijo, katere bi upoštevali.

Namen: pokazati, da je najboljša najnovejša napoved; da ima napoved posebej za gorski svet v sebi več pomembnih informacij.

Je to dober nasvet?

Na listke napišemo nasvete glede vremena in obiska gora. Udeleženci izžrebajo svojega in se odločijo, ali bi temu nasvetu zaupali ali ne.

Rana ura je zlata ura: plohe in nevihte so večinoma popoldne. (pravilno)

Hladna fronta počasi kvari vreme in padavine ob njenem prihodu so blage in dolgotrajne. (napačno)

Če kopasti oblak hitro narašča v višino in je razbrazdan in ima obliko stolpa oz. cvetače, bo ploha ali nevihta. (pravilno)

Če so vremenske razmere ob začetku slabe, bodo z višino običajno vse slabše: bolj mrzlo bo, bolj vetrovno, več bo snega. (pravilno)

Ob temperaturni inverziji je v dolinah megla, v hribih pa dežuje. (napačno)

Bolje je imeti suh anorak kot mokro glavo. (pravilno)

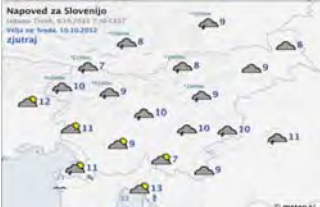
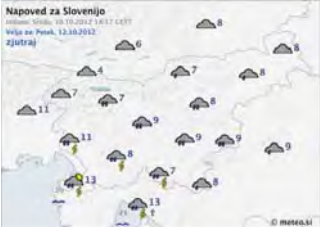
Če ni temperaturne inverzije, temperatura zraka med vzponom pada. (pravilno)

Napoved za tri dni vnaprej je ravno tako dobra kot za en dan vnaprej. (napačno)

Namen: ponoviti poglobljena navodila za planince in značilne lastnosti vremena v gorah.

Ali bi šli, kam bi šli

Pri istem viru nekaj časa zbiramo napovedi, tako da imamo v zbirki napovedi z različnimi vremenskimi situacijami. Udeležencem jih razdelimo in jim zastavimo dve vprašanji: Ali bi pri taki napovedi šli na točno določen vrh (Stol, Peco, Snežnik ...)? Če ne bi šli na izbrani vrh, ali bi šli kam drugam v hribe? Nekaj takih primerov najdete v razpredelnici.

Splošna napoved: Jutri bo oblačno, v večjem delu Slovenije bodo občasne, krajevne padavine, deloma plohe. Na Primorskem bo večinoma suho, tam bo lahko tudi malo sonca. Najvišje dnevne temperature bodo od 10 do 14, na Primorskem do okoli 19 °C.	Napoved za gorski svet: Jutri bo večinoma oblačno, tudi megleno, občasno se bodo pojavljale manjše padavine. Pihal bo šibak do zmernen, v visokogorju tudi krepkejši veter zahodnih smeri. Temperatura na 1500 m bo okoli 6, na 2500 m pa okoli 1 °C.	
Vprašanje: Načrtovali ste vzpon na Krvavec. Ali bi ga izvedli? Ali bi v takem vremenu šli na Vremščico? Pravičen odgovor: Na Krvavec ne bi šli, ker bo tam najverjetneje vetrovno in deževno. Lahko bi šli kam na Primorsko, recimo na Snežnik ali Vremščico, vendar bi morali biti pripravljeni na vetrovno vreme.		
Splošna napoved: Jutri bo zmerno do pretežno oblačno, zjutraj bo ponekod po nižinah megla ali nizka oblačnost. Neko-liko več sonca bo na Primorskem, kjer bo zjutraj in dopoldne pihala šibka burja. Najnižje jutranje temperature bodo od 5 do 10, na Primorskem do 13, najvišje dnevne od 12 do 16, na Goriškem in ob morju do 21 °C.	Napoved za gorski svet: Jutri Napoved za gorski svet: Jutri bo pretežno oblačno, občasno tudi megleno. Padavin večinoma ne bo, le ponekod bo možna kakšna malenkost. Pihal bo šibak jugovzhodnik, v visokogorju pa zahodnik. Temperatura na 1500 m bo okoli 5, na 2500 m pa okoli 1 °C.	
Vprašanje: Načrtovali ste izlet do Mariborske koče na Pohorju. Ali bi ga izvedli? Bi raje spremenili cilj izleta? Pravičen odgovor: Šli bi na načrtovani izlet, upoštevali pa bi, da bo zjutraj najverjetneje megla in nizke temperature, zato bi s seboj vzeli topla oblačila.		
Splošna napoved: Jutri bo pretežno oblačno z občasnimi padavinami. Najnižje jutranje temperature bodo od 4 do 9, na Primorskem okoli 12, najvišje dnevne od 12 do 16, na Goriškem in ob morju danes do 21, jutri okoli 19 °C.	Napoved za gorski svet: Jutri bo oblačno in megleno. Ponekod bo rosilo ali rahlo deževalo. Pihal bo šibak zahodni do jugovzhodni veter, v sredogorju pa šibak južni do jugovzhodni veter. Temperatura na 1500 m bo od 6 do 10, na 2500 m okoli 2 °C.	
Vprašanje: Želeli ste se vzpeti na polhograjsko Grmado. Ali boste izlet izvedli? Kam bi šli na izlet glede na to vremensko napoved? Pravičen odgovor: Na polhograjsko Grmado ne bi šli, počakali bi na lepši dan. Ker je narava lepa tudi v dežju, lahko gremo na sprehod po nezahtevnem terenu, kjer ni možnosti za zdrs, opremljeni z nepremočljivo obleko in obutvijo, vreme pa ni primerno za noben zahtevnejši izlet.		

Namen: naučiti se presoditi, ali je glede na napoved obisk izbranega hriba smiseln; presoditi, ali je vremenska situacija primernejša za izbiro drugega cilja; presoditi, kdaj ostati doma in počakati na jasno vreme.

NABIRALCI CEKINOV

Pripravil: Uroš Kuzman

Planinski izleti in srečanja so odlična priložnost za razvoj družabnosti, o kateri v reviji redno pišemo. Ker je začetek šolskega leta čas, ko se s poletnih ležalnikov še ne zaženemo na najstrmejša pobočja in dolgotrajne poti, predstavljamo veliko igro, ki lahko zabavno dopolni katerega od uvodnih planinskih druženj. Za razliko od manjših so pravila velikih iger kompleksnejša, igre same pa zahtevajo več pripomočkov in dobro predpripravo animatorjev. Vendar je njihov učinek večji, saj gre za igralno doživetje, ki se mladim močno vtisne v spomin. V tej številki vas zato nagovarjamo, da jih preizkusite.

SPLOŠNI PODATKI O IGRI

Velikost ekip: 6–9 članov, največ 5 ekip

Čas trajanja: približno 1,5 ure

Primerna starost: 7 let in več (lahko tudi mlajši, če je skupina starostno homogena)

Potrebni pripomočki: zaboj z vsaj 50 cekini (npr. zamaški); vrvi oz. barva za označitev igrišča; primeren prostor za tržnico in cenik; majice ali trakovi za označevanje tekmovalcev; likovni material – po en risalni list, svinčnik, škarje, lonček z vodo, čopič, lepilo in komplet tempera barvic na ekipo, 20 manjših kosov vate in koščkov vrvce, 10 listov kolaž papirja, razrezanega na četrte

NAVODILA ZA EKIPE

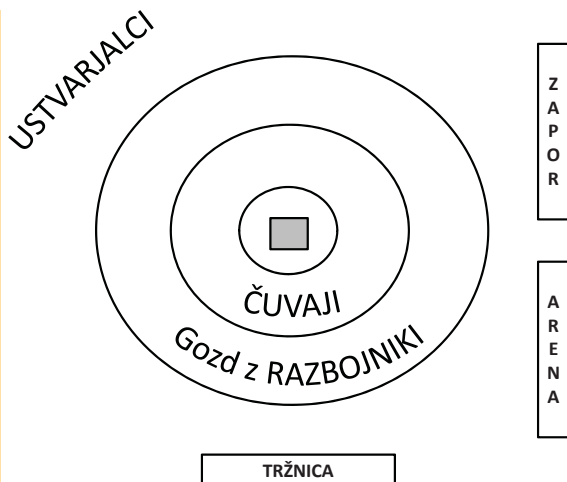
Člani ekipe si razdelijo tri vloge: največ trije igralci so NABIRALCI CEKINOV, največ trije igralci so RAZ-

BOJNIKI, preostali igralci so USTVARJALCI. Igralce označimo tako, da je takoj razvidno, kateri so nabiralci in kateri razbojniki. Igra poteka v več časovnih intervalih (okoli 15 minut), med katerimi je približno 5 minut odmora, ko si lahko člani ekipe te vloge tudi zamenjajo.

Igrišče je sestavljeno iz treh krogov s skupnim središčem. V najmanjšem je zaboj s cekini, ki ga v srednjem pasu stražijo ČUVAJI, člani vodstva igre. Zunanji pas predstavlja gozd, kjer so razporejeni razbojniki. Nabiralci se poskušajo prebiti do zaboja v središču. Če nabiralca na tej poti ulovi čuvaj (se ga dotakne), mora v ZAPOR ob robu igrišča. Tam mora opraviti kratko nalogo, po kateri se lahko vrne v igro. Ko se prebije do zaboja, iz njega vzame EN cekin, ki ga poskuša dostaviti svojim ustvarjalcem. Na poti nazaj ga čuvaji ne ovirajo več, vendar pa nanj v gozdu prežijo razbojniki nasprotnih ekip. Če ga ujame razbojnik, gresta oba v ARENO na dvoboj. Tam za cekin odigrata partijo igre kamen, škarje, papir ali zanj žrebata. Zmagovalec odnese cekin svoji ekipi ustvarjalcev.

Ustvarjalci ob robu igrišča zbirajo cekine, ki jih osvojijo nabiralci in razbojniki. Z njimi na tržnici kupijo pripomočke za ustvarjanje. Izdelati morajo sliko mladega planinca po naslednjih navodilih. S svinčnikom na risalnem listu pripravijo skico. Lik mladega planinca izdelajo kot lepljenko kolaž papirja. Lase in nahrbtnik izdelajo iz vrvce in vate. Ozadje ustvarijo s tempera barvicami.

Levo: Priprava igralnega prostora za nabiralce cekinov.



Desno: Igra prinaša užitke vsem. Tako tistim, ki radi tekajo, kot tistim, ki radi ustvarjajo.

Foto: Manca Čujež



Predstavljamo veliko igro, ki jo lahko uporabite v sklopu planinskih dejavnosti.

NAVODILA ZA ANIMATORJE

Za izvedbo igre potrebujemo med 5 in 10 oseb, ki si razdelijo naslednje vloge:

GLAVNI SODNIK: Vodi igro. Odreja odmore in med njimi poskrbi, da so vloge ustrezno razdeljene in da so igralci pravilno označeni. Med igro je pozoren, da

Če nam primanjkuje animatorjev, lahko nekatere vloge združimo, npr. vodjo zapora in vodjo arene oziroma vodjo tržnice in glavnega sodnika. Ali pa k čuvajem dodamo člane ekip. Cilj igre je, da vsem uspe narediti izdelek. Če pri ustvarjalcih vlada pomanjkanje cekinov in nas čas že priganja, lahko čuvaji neko-



Levo: Ekipa skupaj ustvari izdelek.

Desno: Kamen, škarje, papir ... Le čigav bo cekin?

Foto: Manca Čujež

se iz zaboja jemlje po en cekin in da nabiralci odhajajo v zapor. Pri večjem številu ekip naj ima vsaj enega pomočnika.

ČUVAJI: Njih število je enako številu ekip. V srednjem pasu lovijo nabiralce cekinov.

VODJA ZAPORA: Nabiralcem, ki pristanejo v zaporu, odreja kratka fizična ali šaljiva opravila, ki si jih izmišljuje sproti (npr. 10 počepov, vrtenje v krogu, petje pesmi, oponašanje živali).

VODJA ARENE: Nadzoruje, da se igra kamen, škarje, papir med razbojnikom in nabiralcem odvije po pravilih oz. izvaja žreb s kovancem ali kocko.

VODJA TRŽNICE: Določi cene posameznih izdelkov (npr. risalni list 12, svinčnik 7, kolaž papir 5, lonček z vodo 10, čopič 6, ena tempera 5, košček vate 4, košček vrvice 4 in lepilo 7 cekinov) in vodi prodajo. Ekipam ustvarjalcev po potrebi dodatno razlaga navodila in prenaša cekine iz blagajne nazaj v zaboj na sredini igrišča. Če je ekip več, je primerno, da ima pomočnika.

liko popustijo pri nadzoru zaboja ali pa na tržnici ponudimo posebno akcijo oz. znižanje cen. Prednost igre je, da se v njej najde mesto tako za tekače, ki jih žene nabiranje, kot ustvarjalce, ki športnih iger ne marajo preveč, končni izdelki pa ostanejo kot spomin na prijetno doživetje.

KJE PA NAS GOJZAR ŽULI?

Pripravila: Manca Čujež

Letošnje tekmovanje Mladina in gore (MIG) je že v polnem teku, zato bodo napotki iz prve roke še kako dobrodošli. Svoje izkušnje s pripravami na MIG so z nami delili mentorji lani treh najboljše uvrščenih ekip: Zlatka Bukovec in Zvonka Cencelj – Planšarji (OŠ Vransko-Tabor, PD Vransko), Nace Breitenberger – Bergmandlci (OŠ Idrija, PD Idrija) in Irena Kumer – Nepredvidljivi (OŠ Braslovče, PD Dobrovlje Braslovče). Vsi po vrsti poudarjajo, da je praktično planinsko znanje nepogrešljivo med pripravami na tekmovanje, ki je hkrati odlična popotnica za varnejše gibanje v gorah.

Kakšni so vaši motivi za sodelovanje na tekmovanju Mladina in gore, glede na to, da ste že stari znanci tega tekmovanja?

Zlatka in Zvonka: Tekmovanje MIG je pokazatelj našega dela z mladimi planinci. Informacije, znanja in veščine, ki jih naši učenci pridobivajo vse šolsko leto na pohodih, planinskih taborih in planinskih orientacijskih tekmovanjih, lahko preverijo na tekmovanju. MIG ni samo preverjanje, je tudi druženje mladih planincev, spoznavanje sovrstnikov in navsezovane prijateljskih vezi pa je dodatna zanimivost za naše učence. Menim, da jim moramo nuditi možnost uresničitve teh pričakovanj. Tudi mentorji na teh tekmovanjih in srečanjih dobimo potrditev, da delamo prav in dobro za planinski naraščaj.

Nace: Povezujemo teorijo s prakso. Zakaj ne bi praktičnega znanja, ki ga naši mladi planinci pridobi-

jo že v mali planinski šoli, pa na predavanjih v »pravi« planinski šoli, na pohodih in izletih, na zimovanjih, na poletnih planinskih taborih, nadgradili še z nekoliko bolj teoretičnimi vsebinami? Teorija navadno ni ravno privlačna – še posebej ne pri mlajših. Je pa v njih kar dovolj tekmovalnega duha, ki ga kaže v pravi meri in smeri izkoristiti. Zdrava tekmovalnost ni nikoli odveč. Tudi mentorji se srečujemo, izmenjamo izkušnje in dobimo nove ideje, pa tudi potrditev za opravljeno delo. Znanje, ki ga mladi s pripravami na to tekmovanje pridobijo, pa ima seveda kratkoročen cilj: osvojiti čim boljše mesto na tekmovanju. A pomembnejši je tisti za poznejša obdobja: pridobiti VEDENJE IN ZNANJE ZA VARNO GIBANJE V NARAVI, ki jim bo še kako prav prišlo v samostojnem življenju.

Irena: Naše sodelovanje na tekmovanju Mladina in gore sega v leto 1996, ko je na OŠ Trzin potekalo šesto državno tekmovanje. Takrat o tekmovanju nismo vedeli prav veliko ali nič, zato nas je predvsem zanimalo, kako poteka. Zato smo se odločili, da učenci planinskega krožka, ki jih je to še posebej zanimalo, malo raziščejo vso stvar. Nekoliko smo se tudi pripravljali, a ne pretirano. To so bili učenci, ki so radi hodili na pohode, imeli pa smo tudi že orientacijska tekmovanja. Pa smo se naložili kar v osebni avtomobil mentorice, med potjo prebirali Planinsko šolo in popolnoma neobremenjeno odšli pisat teste. Ne boste verjeli, v finalni del smo zakorakali kot prvouvrščeni, in ko smo si malo opomogli od presenečenja, sodelovali v finalu in zasedli še vedno odlično šesto mesto. Tako smo dobili veselje in uvideli, da se je treba tudi pri planinskem krožku kaj naučiti. Iz leta v leto smo bolj



Braslovški planinski podmladek z mentorico med pripravami na lansko tekmovanje MIG.
Foto: arhiv PD Dobrovlje Braslovče



Preverjeni recept za uspeh na tekmovanju Mladina in gore je povezovanje teorije in prakse.
Foto: Katarina Bončina

Rubrika je namenjena iskanju konkretnih odgovorov na vprašanja, s katerimi se pri svojem delu srečujejo mladinski voditelji in mladinski delavci. Bralci ste lepo vabljeni k odgovarjanju in zastavljanju vprašanj.

spoznavali, da je to tekmovanje odlična popotnica za poglobljeno znanje o planinstvu za vse tiste učence, ki si tega želijo in jim je v veselje. Nekateri spet komaj čakajo, da se srečajo s prijatelji, s katerimi so bili na planinskem taboru, ali da spoznajo nove.

Na tekmovanju MIG se vedno znova pokaže pomen planinskega znanja v praksi, da ga tekmovalci znajo pokazati tudi v teoriji. Koliko so vaši tekmovalci vpleteni v planinstvo? Na osnovi česa izoblikujete ekipo štirih?

Zlatka: Na OŠ Vransko že več kot dvajset let vodim planinski krožek. Potepanja po naših bližnjih in tudi bolj oddaljenih vrhovih je za planince vedno nekaj novega in zanimivega. Pohode poskušamo vedno izpeljati tako, da so tudi zabavni in zanimivi. Hkrati povemo tudi kaj poučnega in zanimivega. Učenci, ki več let sodelujejo v planinskem krožku, so potencialni kandidati za izbor v ekipo. Učence vprašam, če so pripravljeni sodelovati na tekmovanju MIG. Običajno jih zanima, kako in kje tekmovanje poteka. Ko dobijo odgovore na vsa vprašanja, privolijo brez večjih prigovarjanj.

Nace: Seveda so naši tekmovalci člani Mladinskega odseka PD Idrija. Običajno so to tisti, ki so udeleženci tudi na drugih akcijah v našem programu – ni pa nujno. Predstavimo jim tekmovanje, sicer pa jim prepustimo, da sami sodelujejo pri sestavi ekipe, navorijo drug drugega. Že v začetku se dogovorimo, da ne bo najpomembnejši uspeh na tekmovanju, ampak tisto, kar bo ostalo vsakemu posamezniku.

Irena: Ko prevzamem učence v šestem razredu, jih poskušam poleg pohodov navdušiti še za orientacijo

in tekmovanje MIG, pa seveda nagrado na koncu leta – planinski tabor. Navadno učenci nadaljujejo s planinskim krožkom tudi v šestem razredu, s podružnic se jih veliko vključi na novo, ker je tudi njim to nekaj novega. Komaj čakajo na orientacijska tekmovanja, pri MIG-u pa vedo, da bo treba narediti še kaj več. Predlagam, da se za tekmovanje odločijo tisti, ki v hribe zahajajo že od prej ali so bili na planinskem taboru in imajo že določene izkušnje v planinskem krožku. Tistim, ki se s planinstvom srečajo prvič, svetujem, da še kakšno leto počakajo. Ekipa, ki je tekmovala prejšnje leto, komaj čaka tekmovanja v novem šolskem letu in velikokrat se zgodi, da kar sami predlagajo in pripeljejo novega člana. Če je kandidatov več in bi vsi radi tekmovali, pa se na dogovorjeni dan zberejo po pouku in navadno imajo kratek preizkus znanja. Najuspešnejši se tako priključi tekmovalni ekipi.

Kako pri vas potekajo priprave na tekmovanje, kdaj se jih lotite in koliko časa jim namenite?

Čemu dajete še poseben poudarek?

Zlatka in Zvonka: Mesec pred tekmovanjem si učenci razdelijo teme iz knjige Planinska šola. Pri uri športne vzgoje in na hodnikih jih včasih povprašava, če so že pogledali gradivo. Dva tedna pred tekmovanjem sedemo skupaj in predelamo teme. V vseh letih tekmovanj se je nabralo tudi nekaj strnjenih izpisov gradiva, ki nam je v pomoč pri učenju. V knjigi Planinska šola je precej balasta, ki učence s svojo širino in podrobnim opisom odvrne od učenja. Pogledamo stare teste s tekmovanja MIG in še kaj dodamo. To je to.

Nace: Ko so ekipe sestavljene in se prijavimo na tekmovanje, se začnejo priprave. Nič ne gre kar mimogrede, gradiva je precej in potrebno je resno in redno delo. Sproti se dogovarjamo za srečanja, na katerih predelujemo dogovorjene teme (teoretično in praktično).

Irena: Priprave na tekmovanje se začnejo oktobra. Takrat je za nami že vsaj en pohod in orientacijsko tekmovanje. Učencem, ki so v ekipi za MIG, predlagam, da se obojega udeležijo, ker je to že priprava na tekmovanje. Ti učenci se udeležijo tudi popoldanske priprave na orientacijo, kjer potekajo delavnice: vozli, delo z zemljevidom in kompasom, spoznavanje planinskega cvetja in živali, oprema, prva pomoč ... K sodelovanju povabim v šolo tudi mladinske voditelje in vodnike, ki prevzamejo eno od delavnic. Posebnega poudarka ne dajemo nobeni izmed tem, vsi se



Tekmovanje MIG je odlična popotnica za poglobljeno znanje o planinstvu.

Foto: arhiv PD Dobrovlje Braslovče

KJE PA NAS GOJZAR ŽULI?

udeležijo vseh delavnic. Navadno oktobra izvedemo še kratko orientacijsko tekmovanje s poudarkom na branju zemljevida in takrat ponovimo še vozle.

Kakšnih metod se poslužujete pri študiranju tekmovalnega gradiva? Si gradivo razdelite ali se vsi tekmovalci učijo vse? Imate na zalogi kakšno inovativno metodo za osvajanje planinskega znanja?

Nace: Gradivo predelujemo po metodi sodelovalnega učenja – torej je vsak član ekipe odgovoren za nekaj »svojih« področij, ki si jih ob mentorjevi pomoči enakomerno porazdelimo. Seveda naj bi bilo ob koncu priprav pri vseh tekmovalcih osnovno znanje osvojeno. Znanje je seveda osvojeno, če je podkrepljeno s praktičnimi primeri in izkušnjami (izleti ...).

Irena: Dodatno gradivo predelamo skupaj, nato si ga razdelimo. Prav tako si razdelimo tudi teme iz učbenika Planinska šola. Po pouku imajo učenci vsak dan možnost, da se učijo v knjižnici skupaj ali vsak zase. Kadar jih je več, organiziram delo tako, da vsak pregleda gradivo drugega in pripravi zanj nekaj vprašanj. Tako se seznani tudi s temami sotekmovalcev, ne samo strogo s svojo določeno temo. Učenci so iz različnih razredov, zato se je za skupno srečanje vseh po pouku kar težko uskladiti.

Na tekmovanju je za dobro uvrstitev treba pogledati tudi prek meja obveznega gradiva. Kaj še vključujete v priprave, da je pregled planinskega znanja čim širši?

Nace: Poskušamo spremljati aktualno planinsko dogajanje, planinsko literaturo, na pogovor povabimo alpinista, orientacista ali pa še koga – odvisno od možnosti, ki se nam sproti ponudijo. Pogosto so težave z iskanjem primerne termina za priprave in skupna srečanja, ker so učenci poleg rednega šolskega dela obremenjeni še s številnimi drugimi dejavnostmi, so vozači, pa še kakšna ovira se pojavi.

Irena: Tekmovalci se za priprave na tekmovanje navadno dobivajo v knjižnici, kjer je dovolj tudi preostalega dodatnega gradiva, vezanega na teme iz Planinske šole. Še vedno so nam v pomoč stara Planinska šola in določene vsebine iz učbenika Mentor planinske skupine ter druga planinska literatura, s katero razpolaga šolska knjižnica. Pregledamo tudi neknjižno gradivo, kot so Planinski vestnik, planinski koledarji, razne zgibanke, ki jih izdajo komisije pri PZS ... Na planinsko urico v popoldanskem času navadno povabimo planinskega vodnika ali gorskega reševalca, da nam predstavi določeno temo: prvo pomoč, nevarnosti v gorah, osebno in tehnično opremo, vremenoslovje ...



Idrijski tekmovalci so znanje nabirali tudi v Triglavskem narodnem parku.

Foto: Katarina Bončina



Planšarji v Vranskega, zmagovalci 23. državnega tekmovanja Mladina in gore.

Foto: Zlatka Bukovec

VKLJUČEVANJE ŠPORTNEGA PLEZANJA V PROGRAM MLADINSKIH ODSEKOV

Avtor: Tomo Česen

Tomo Česen je inštruktor športnega plezanja, alpinistični inštruktor in gorski vodnik, trenutno strokovni sodelavec Komisije za športno plezanje PZS. Tako teoretično kot praktično vpet v to rekreativno in tekmovalno dejavnost je po naši oceni prava oseba za predstavitev začetnih korakov mladinskih odsekov planinskih društev v svet športnega plezanja.

Športno plezanje kot nedeljska rekreacija, dopolnitev dejavnostim v gorah ali družinska dejavnost

Izvor dejavnosti, ki ji danes pravimo športno plezanje, je tesno povezan s pojavom prostega sloga v alpinizmu – plezanja, pri katerem so tehnični pripomočki namenjeni izključno varovanju. Ta se je prvič pojavil v začetku šestdesetih let v ZDA. Plezalci so poleg izbire smeri našli še en izziv, preplezati jo le s pomočjo naravnih razčlemb. Sledil je izreden razvoj, ki je težišče dejavnosti prestaval v Evropo in prinesel nepričakovane razsežnosti. Sprva je bila to dejavnost, ki se je omejila na krajše in dobro zavarovane smeri v naravnih plezališčih, pozneje se je razvilo tudi plezanje po umetnih stenah, ki je ta šport predstavilo širšim množicam in ga pred nekaj več kot dvajsetimi leti preobrazilo v tekmovalno panogo. Vse to je dejavnosti dalo dodatno pozornost, ki je prej ni bila deležna.

Športna javnost in mediji so plezanje sprejeli in ga danes postavljajo ob bok drugim športom. Morda ni priljubljeno kot nogomet, košarka ali smučanje,

vseeno pa je čudovit šport, ki na eni strani omogoča rezultatsko potrditev ter na drugi doživljanje skalnih previsov in intenzivnega življenja v naravi. Goreti z vsem srcem za nekaj je privilegij, občutka obvladovanja lastnega telesa in gibanja po skoraj nevidnih razčlembah pa se ne da opisati. Preprosto ga je treba doživeti. Zato športno plezanje živi in diha tudi zunaj soja žarometov, kjer se pred očmi javnosti delijo kolajne – kot nedeljska rekreacija ali dopolnitev dejavnostim v gorah, vse bolj pa postaja tudi družinska dejavnost. Vedno več je šol in telovadnic z umetnimi stenami, vedno več je dobro opremljenih plezališč. In prav plezanje v naravnih stenah mu daje tisto svobodo in čar, ki ga večina preostalih tekmovalnih športov nikoli ni in ne bo imela.

S plezanjem pridobljene gibalne lastnosti in sposobnosti otrok, ki omogočajo varnejše obiskovanje gor

Danes le še stežka najdemo povezavo med dejavnostjo sodobnega športnega plezanja in hojo v hribe. Pa vendar rojstva plezanja brez gora in njihovih strmih sten ne bi bilo. Zato ne preseneča, da ima tudi organizacijska oblika svoje korenine v planinski organizaciji. Leta 1988 je bila oblikovana podkomisija v okviru Komisije za alpinizem, po šestih letih uspešnega delovanja pa je stopila na samostojno pot kot Komisija za športno plezanje. Ponekod po Sloveniji dejavnost še danes poteka skupaj z alpinizmom, čedalje več pa je športnoplezalnih odsekov in plezalnih klubov, za katere je športno plezanje prvenstvena dejavnost.



Plezanje v naravnih stenah daje športnemu plezanju tisto svobodo in čar, ki ga večina preostalih tekmovalnih športov nikoli ni in ne bo imela.

Foto: www.podsteno.si



Pri učenju plezanja velja k sodelovanju povabiti usposobljene strokovne sodelavce.

Foto: www.podsteno.si

Dejavnost naštetih dobro poznam, tega pa žal ne morem trditi za mladinske odseke. A menim, da bi morali težnjo po pogostejšem in tesnejšem sodelovanju iskati prav pri njih. Ne nazadnje je njih namen in poslanstvo zagotavljanje celotnega spektra planinskega izobraževanja in širše športne vzgoje mladih. In v takšno vzgojo brez dvoma sodi tudi športno plezanje, saj se poleg omenjene zgodovinske povezave v njem skrivajo tudi zelo koristni učinki na gibalne lastnosti in sposobnosti otrok, ki jim omogočajo varnejše obiskovanje gora – izboljšanje koordinacije, povečanje gibljivosti ter povečanje moči rok in ramenskega obroča. Te je sicer mogoče pridobiti tudi na drugačne, klasične načine in v telovadnicah, vendar sem prepričan, da so ti v primerjavi z naravnimi plezališči manj privlačni in planinstvu manj blizu.

Kako se lotiti tovrstnega usposabljanja?

Vseskozi ponavljamo, da je športno plezanje v primerjavi z alpinizmom varnejše. Vendar pozor, brez ustreznega znanja in neprestane previdnosti ne gre. Komisija za športno plezanje že vrsto let usposablja inštruktorje, brez katerih (ali pa alpinističnih inštruktorjev) se te dejavnosti ne lotevajte. Varovanje je na prvi pogled videti zelo preprosto, a v resnici zahteva veliko prakse in znanja.

Sledi oprema, ki mora ustrezati varnostnim standardom. Pravilniku o vzgoji in izobraževanju na področju športnega plezanja predpisuje, da je čelada obvezna za vse otroke do 14. leta. Poleg tega potrebujemo tudi primerne pasove. Preostalo varovalno opremo bodo priskrbeli inštruktorji. Za tiste, ki se nameravajo s plezanjem ukvarjati pogosteje, so priporočljivi tudi plezalni copati oz. plezalniki, ki omogočajo natančnejše stopanje po plezalni površini. Pravilno delo nog je namreč osnova, ki ji predvsem na začetku posvečamo veliko pozornosti. Tudi sicer je proces

učenja plezalne tehnike zelo razvit. To naj bo dodaten motiv, zakaj k sodelovanju povabiti usposobljene strokovne sodelavce.

Dodajmo še nekaj nasvetov, kje se lotiti usposabljanja. V Sloveniji žal ni prav dosti plezališč, ki bi bila primerna za uvodne korake. Imamo pa zato celo množico umetnih sten (visokih, kjer se pleza z vrvjo, in tistih nizkih, balvanskih sten, na katerih se ne varuje). Vseeno tudi te niso vse primerne. Nekoliko širši problem je, da jih je premalo za pravilen in postopen plezalski razvoj. Navadno so prezahtevne in preveč previsne, da bi se začetniki na njih lahko temeljito naučili pravilne tehnike. Zanje so namreč, ne glede na morebitno fizično moč, najprimernejše položne stene, saj zahtevajo pravilno razporeditev teže, natančno stopanje in obvladovanje položaja, ki jim omogoča napredovanje. Brez teh znanj je nadaljnji razvoj otežen in na določeni stopnji celo omejen.

Primarno je veselje do gibanja v naravi

Morda še o literaturi, ki jo je vredno vzeti v roke, ko se usposabljanja lotevamo v okviru odsekov, kjer plezanje ni primarna dejavnost. Omenil bi knjigi *Plezanje kot igra* Lorina Mosche in *Prvi koraki v svet vertikale* Vilija Gučka. V njih lahko najdemo koristne nasvete vsi, tako strokovnjaki kot tudi tisti, ki se s plezanjem srečujejo le postransko.

In nazadnje še moj nasvet vsem, ki se ukvarjajo z gorniško vzgojo mladih v takšni ali drugačni obliki. Ponudite mladim celoten spekter možnih dejavnosti, naučite jih veselja do gibanja v naravi, spoštovanja do nje, privzgojite jim odgovornost do sebe in drugih ter jim pokažite zdrav odnos do vsega, kar lahko počnemo v hribih ali pod njimi. Kaj točno jim prinaša več veselja in notranjega zadovoljstva, pa bodo znali presoditi sami.

Levo: Plezalna oprema mora ustrezati varnostnim standardom.
Foto: www.podsteno.si



Desno: Koristni učinki športnega plezanja so izboljšanje koordinacije, povečanje gibljivosti ter povečanje moči rok in ramenskega obroča.
Foto: www.podsteno.si



POUČEVANJE PLEZANJA SKORAJ GLUHE OSEBE

Pripravila: Manca Čujež

Plezanje v tišini je dragocena izkušnja, ki je povezala inštruktorico plezanja Polono Jurčinec Česen iz Alpskega gorniškega kluba in njeno varovanko Urško, ki je po nespodbudnih začetkih v plezanju našla priložnost, da kljub gluhoti tudi sama okusi slast vertikalnih izzivov. S prilagojenim pristopom k poučevanju plezanja je hitro napredovala, naredila izpit za pripravnika športnega plezanja in pozneje še za športnega plezalca. O vzajemnem učenju sta spregovorili obe – Polona (levo) in Urška (desno).

Urško sem spoznala prek Aljaža Anderleta, ki mi je povedal, da je skoraj popolnoma gluha in da sta poskusila z večraztežajnimi smermi, vendar sta ugotovila, da je tukaj njena gluhoti prevelika ovira. Predlagal je, naj jo prevzamem s tečajem športnega plezanja.

V Alpskem gorniškem klubu se je pridružila rekreativni skupini, v kateri so varovanci že plezali samostojno, poleg tega pa sva imeli še individualne ure. Nisem si popolnoma predstavljala, kaj me čaka, koliko me bo razumela, kako bo potekala najina komunikacija. Na koncu se je odlično vklopila v skupino in skupina se je tudi nekoliko prilagodila njej. Govorili so razločno in počasneje, da je lahko brala z ustnic.

Začeli sva z osnovami vrhne tehnike, vse je velikokrat poskusila na tleh oziroma v bližini tal, tako da sem jo lažje popravljala in ji svetovala. Naredila je mnogo več ponovitev kot slišči tečajniki, saj ji v realni situaciji od daleč ne bi mogla veliko pomagati, kot lahko preostalim. Zato sem morala biti prepričana, da stvar razume in jo obvlada.

Glede plezalne tehnike sem imela več težav, saj navadno popravljam napake sproti med plezanjem, kar je bilo pri njej največkrat nemogoče. Tako sem jo ali pustila, da spleza do konca, in ji potem razlagala, kaj in kako, ali pa se je morala ustaviti in sem ji razložila, pa je potem poskusila še enkrat.

Urška je naredila izpit za pripravnika športnega plezanja in pozneje še za športnega plezalca. Poleg tega se je pozimi v spremstvu gorskega vodnika Aleša Česna povzpela tudi na Triglav, kar jo je tako navdušilo, da je odločena o novih podvigih.

Pri njej na koncu ni bila največja ovira gluhoti, temveč strah, tega pa že zelo uspešno premaguje. Urška zdaj pleza že povsem samostojno, seveda z ljudmi, ki jih pozna.

Menim, da se z malo potrpežljivosti in prilagodljivosti da doseči veliko več, kot je videti na prvi pogled.

Že kot otrok sem bila navdušena športnica, še posebej gore in hribi so me privlačili, in že takrat sem spoznala plezanje. Vključila sem se v planinsko društvo, kjer smo z mladinskim odsekom ogromno hodili v visoke gore in tudi nižje hribovje. Mislila sem si, da je plezanje zame prenevarno in da zaradi gluhoti in ovir s komunikacijo za to nimam možnosti. Sanjala sem, da bi res plezala. Na pohodih sem se vedno mimo grede dotikala majčkenih skal, se jih oprijemala in jih poskušala preplezati.

Nekje po 20. letu sem se odločila včlaniti v alpinistični klub, da bi se naučila plezati, a sem zaradi gluhoti naletela na negativne besede, češ da je plezanje pretežko zame. Dolgo sem razmišljala, zakaj takšen odziv – ali sem nesposobna ali učitelj plezanja nima izkušenj z gluho osebo. Vedela sem, da lahko plezam v tišini, da razen komunikacije ni ovire. Želela sem ugotoviti, kaj je vzrok, da ne morem plezati. Odločila sem se vztrajati, dokler ne dobim odgovora. Med študijem športa sem z inštruktorjem Aljažem Anderletom kljub gluhoti preplezala nekaj skalnih smeri. Takrat sem se odločila, da nadaljujem in da sem sposobna plezati.

Tako me v Kranju že nekaj let poučuje Polona Jurčinec Česen. Seveda me je skrbelo, kako bom komunicirala z njo. Najbrž je bila tudi ona presenečena in se je spraševala, ali obstaja možnost, da plezam z gluhoti. Verjamem, da jo je bilo strah. Na začetku je bilo težko zaradi komunikacije, ker ne poznam njene izgovarjave in značilnih zvokov, da bi jo razumela. Postopoma sem se naučila poslušati in gledati njeno mimiko ustnic in je šlo.

Plezanje je odličen šport, s katerim pridobim moč v telesu, dela vse telo, bolj je gibljivo, pozitivno, strah je premagan. Doživljam neverjetne občutke. Ugotovila sem, da je plezanje primerno tudi za gluhe otroke in odrasle. Seveda je treba poučevati drugače in komunicirati z znakovnim jezikom, a to področje bo treba v prihodnje bolj raziskati. Preizkusila sem tudi slepo plezanje, pri katerem sem imela manj strahu in občutek je bil zelo zanimiv.

VKLJUČEVANJE OSEB S POSEBNIMI POTREBAMI V PLANINSKO DEJAVNOST

Avtorica: Tina Arh

Gore so odprti prostor. Dostopne so vsem, ne glede na raso, družbeni položaj, telesne ali duševne sposobnosti. Številni, katerih vsakdan ni enak našemu, jih znajo ceniti še bolj. Da je v planinstvu zavedanje o pomenu dela z osebami, ki imajo posebne potrebe, prisotno že nekaj časa, kažeta nedavna vključitev te teme v programa Mladi planinec in Ciciban planinec ter v program osnovnega usposabljanja prostovoljnih vodnikov Planinske zveze Slovenije. Planinska društva že več let sodelujejo pri pripravi taborov za osebe s posebnimi potrebami ali jih vključujejo v svoje programe osnovnošolskih taborjenj. Kljub temu gre začutiti, da je zaradi pomanjkanja znanja, informacij, izkušenj ali zgolj priložnosti marsikje še vedno prisoten strah, ki od tovrstne odgovornosti odvrača. V tokratni številki zato predstavljamo pozitivno izkušnjo članov planinskega društva Zagorje, ki so letos v program svojega planinskega tabora že drugič vključili brata z lažjo motnjo v duševnem razvoju.

Pri delu z otroki z motnjo v razvoju najpomembnejše praktične izkušnje

Člana planinskega društva, stara 13 in 15 let, v Zagorju obiskujeta šolo, namenjeno osebami s posebnimi potrebami. Pred taborom sta se že nekajkrat udeležila planinskih izletov mladinskega odseka, vseeno pa je lanskoletna ideja o njuni vključitvi v planinski tabor predvsem zaradi njegove dolžine v nas, članih vodstva, vzbudila precej mešane občutke. Bili smo kar malce zaskrbljeni. Kako bomo delali z njima? Kaj, če bo kaj narobe? Kaj, če ...?

Skrb za mlade z motnjami v duševnem razvoju ne more biti neprijetnost, ki bi jo člani vodstva prelagaali drug na drugega. Zelo je pomembno, da je na taboru oseba, ki jo otrok pozna, ji zaupa in ima vsaj nekaj znanja, kako delati z njim. Poleg tega mu mora biti pripravljena posvetiti velik del svojega časa. Levji delež naloge je tako prevzel planinski vodnik Tine Kralj. Z bratoma se je srečal že pred taborjenjem, se z njima spoznal in poskrbel, da sta imela vso potrebno opremo. O svoji izkušnji je Tine povedal: »Teoretično znanje pri delu z otroki z motnjo v razvoju niti približno ni tako pomembno kot praktične izkušnje, ki jih pridobiš s časom. Na taboru je bilo včasih težko, saj sta fanta potrebovala veliko pozornosti, da nista preprosto ušla, kadar jima kaj ni bilo pogodu. Običajnih delavnic se navadno nista mogla udeležiti ali pa sta za to potrebovala veliko spodbude. Vseeno smo člani vodstva opazili, da se je na letošnjem taboru – zanju drugem – vse to že neverjetno izboljšalo. Bila sta mirnejša, bolj družabna in pripravljena sodelovati. Tudi težave z delom v skupinah sta v veliki meri premagala. Kljub temu je pomembno, da se ohrani določeno distanco in razumno mero strogosti. Pomembno je, da vodstvo stoji za svojimi odločitvami in se spoštuje navodila, saj te lahko sicer takšno delo povsem psihično izčrpa.« Vseeno je s svojo angažiranostjo Tine pripravljen nadaljevati in se bo, skupaj še z dvema vodnikoma, udeležil izpopolnjevanja za delo z osebami s posebnimi potrebami.



Udeležba bratov z lažjo motnjo v duševnem razvoju na planinskem taboru je bila pozitivna izkušnja PD Zagorje, ki jo je vredno posnemati.

Foto: Manca Čujež

Medsebojna šola večje potrpežljivosti in skrbnosti

Brata izhajata iz socialno ogrožene družine, v kateri imajo tudi njuni starši lažjo motnjo v duševnem razvoju. Planinsko društvo jima zato ob pomoči sponzorskih sredstev omogoča brezplačno udeležbo na taboru. Tabor je zaradi drugačnih vsakodnevnih razmer zanj posebnost doživetje in močna čustvena izkušnja, v marsikaterem pogledu mnogo močnejša kot pri drugih otrocih. V tednu dni se zelo navežeta na taborno življenje in vse, ki se do njiju obnašajo tako prijazno in spoštljivo. Konec taborjenja in slovo zato zanj predstavljata svojevrstni šok, ki ga težko prebolita. Tudi zato smo se po taboru vodniki še nekajkrat srečali z njima, zelo zagnano pa sta začela obiskovati planinske izlete in se celo udeležila planinske šole. Tudi Tine kljub vsej energiji, ki jo je moral vložiti v delo z njima, poudarja, da ob koncu tabora vse poplaja občutek, da si naredil nekaj dobrega. »Nekaj posebnega je v zavedanju, da si dvema otrokoma vsaj malo polepšal življenje, ki prav gotovo ni brez težav in skrbi. In ko vidiš, da tvoj trud ni zaman, da se prav zares uči in sta vsakič bolj pripravljena sodelovati in pomagati, ti to pomeni še toliko več.«

Skupaj z njima smo se učili tudi vsi drugi, ki smo poskušali v tednu dni Tinetu čim bolj stati ob strani. Vsekakor smo se naučili večje potrpežljivosti in skrbnosti, izkušnja pa nas je še bolj povezala in nas spodbudila k tesnejšemu sodelovanju. Pozitivno so nas presenetili tudi odzivi preostalih udeležencev. Teden je minil skoraj povsem brez težav s škodoželjnostjo ali diskriminacijo, ki sta zaradi otroškega temperamenta sicer zelo pogosti. Tako je tudi njih sobivanje z bratoma naučilo odlik, ki bi brez njiju izostale – strpnosti in sprejemanja drugačnosti.

Zase lahko rečem, da sem po dveh letih prijateljevanja z njima spoznala, da pravzaprav nista tako drugačna od preostalih otrok in da je treba zanj le najti pravi pristop. Zaradi težjih razmer doma in tudi sicer tabore cenita bolj od drugih udeležencev, in ko vidiš, koliko jima pomeni drobna pozornost, je vse drugo poplačano. In ko slišiš enega od njiju s pomočjo pesmarice ob glasnem petju ostalih mrmrati besedilo pesmi, ki je sploh ne pozna ...



Sobivanje z bratoma je preostale udeležence tabora naučilo strpnosti in sprejemanja drugačnosti.

Foto: Manca Čujež

PLANINSKI TABORI SAVINJSKEGA MDO

Avtor: Matej Planko

Obisk planinskega tabora mladim, ki redno sodelujejo pri planinskem krožku, pomeni vrhunec njihovega celoletnega udejstvovanja. Odmaknjeni od vsakdanjega in virtualnega sveta se tu srečajo s starimi prijatelji, navežejo nove stike, se družijo, obiskujejo bližnje vrhove ter najdejo zadovoljstvo v dejavnostih, ki jih zanje pripravi vodstvo. Za mladinske odseke, ki se lotevajo organizacije tovrstnih oblik večdnednega bivanja v gorskem svetu, je to navadno eden osrednjih, če ne kar osrednji letni projekt. Pri tem posegajo po različnih metodah in oblikah. Nekateri se nastanijo v planinskih kočah, drugi prisegajo na taborjenje v šotorih, spet tretji organizirajo pohodne tabore. Zaradi velikega obsega prostovoljnega dela in – pri taborjenju na prostem – potrebnega inventarja, se pri organizaciji pogosto tudi med seboj povežejo.

Tabori Savinjskega MDO od leta 1983

V Sloveniji najdemo kar nekaj primerov uspešnih sodelovanj na tem področju. Vsaj po množičnosti izstopa skupna organizacija planinskih taborov na Sav-

injskem. Skoraj tridesetletna tradicija – prvi skupni tabor je bil organiziran leta 1983 v Logarski dolini – je bila prekinjena le leta 1991, ko so zaradi osamosvojitvene vojne društva po večini organizirala krajše pohodne tabore. V tem času so bili šotori postavljeni že na večini tradicionalnih tabornih lokacij: od Logarske doline, Jezerskega, Kamniške Bistrice in Završnice do nekaterih lokacij na Koroškem in Primorskem, preteklo poletje pa je Podvolovljek v devetih izmenah gostil več kot 500 taborečih. Po večini gre za člane planinskih društev, ki prihajajo iz Savinjskega meddruštvenega odbora, nekaj pa jih je tudi bolj oddaljenih.

Skozi dolgoletno izvajanje je skupina društev, ki sodeluje pri organizaciji, v skupno last pridobila praktično vso potrebno opremo (vključno s kopalnico in kuhinjo), ki danes omogoča nemoteno izvedbo programa. Tako je društvom omogočeno organiziranje taborjenja tudi brez lastnega inventarja. Ustaljena je praksa, da ob začetku poletja velike šotore in preostale taborne prostore pripravi (in ob koncu pospravi) delovna ekipa, v katero vsaka izmena prispeva tri prostovoljce. To izdatno zmanjša potreben angažma za postavitev tabora in tudi stroške prevoza opreme. Zaradi dvomesečne uporabe je cena najema tako prostora kot kemičnih stranišč nižja. Prispevek posamezne izmene v skupni fond nekaj zadnjih let znaša 650 evrov, kar omogoča pokritje skupnih stroškov in delno posodobitev opreme. Menjava izmen poteka ob sobotah. Avtobus na lokacijo taborjenja pripelje novo skupino, domov pa odpelje izmeno, ki program končuje. Tako je vozilo vedno istega prevoznika v obe smeri polno, kar ceno prevoza na lokacijo zniža za skoraj polovico. Dodatni količinski popusti so zaradi velikega števila izmen mogoči tudi pri nabavi hrane in pri lokalnih podjetjih. Poleg gospodarskih prednosti društva uspešno sodelujejo tudi pri načrtovanju programa in prenašanju koristnih in aktualnih informacij. Že več let je ena izmed izmen namenjena tudi mladinskemu programu za srednješolce in študente sodelujočih društev.

Društva SMDO so skozi dolgoletno izvajanje taborov v skupno last pridobila praktično vso potrebno opremo, ki omogoča nemoteno izvedbo tabora.

Foto: Manca Čujež



Način organizacije tabora	Strošek na udeleženca
Tabori v kočah	155 €
Samostojno organiziran tabor	130 €
Skupaj organiziran tabor	103 €

Povprečni strošek na udeleženca (podatek je iz poročil na razpisu MK PZS iz leta 2011, v vsaki kategoriji so bili izbrani trije naključni tabori).

Brez skupne organizacije nekaterim ne bi uspelo

Velikost organizacijskega telesa seveda prinaša tudi nekatere omejitve. V prvi vrsti je treba vsako leto znova najti taborni prostor, katerega najem je mogoč za vse poletje in ki bo primeren za tako veliko število taborečih. Kadar je predlogov več, se o njih glasuje. Tudi pri izbiri termina izmene nimajo povsem svobodnih rok, saj je treba doseči dogovor s preostalimi društvi.

Vseeno lahko iz lastnih izkušenj in izkušenj društev, s katerimi sodelujemo, povem, da prednjačijo prednosti, ki jih prinaša povezovanje. Za mnoge bi bila organizacija samostojnega projekta prevelik zalogaj. Poleg tega skupni tabori pomenijo izmenjavo idej in dobrih praks ter nemalokrat vodijo v skupne projekte tudi med letom (savinjski okoliš je na primer na področju planinske orientacije med najbolj dejavnimi v Sloveniji). Naj zato sklenem z mislijo, da vsekakor spodbujam planinska društva, da se pri organizaciji večjih projektov (ne samo taborov) povežejo. Za začetek ni potrebno, da je to tako velik in obsežen kompleks, kot je družina savinjskih taborov, lahko je že sodelovanje z enim ali dvema bližnjima društvoma. Prav zdaj, v jesenskem času, je dovolj zgodaj, da se o vsem dogovorimo pravočasno. S številom vpletenih namreč narašča dolgotrajnost potrebnih usklajevanj, ki pa se na koncu obrestujejo. Kakor koli naj bodo navedeni podatki le priporočilo. Najpomembneje je, da tabor organizirate ter se z njega vračate zadovoljni – tako udeleženci kot vodstvo.

Društveno povezovanje na planinskih taborih prinaša vrsto prednosti.
Foto: Manca Čujež



Tabori mladih planincev Savinjskega MDO imajo že skoraj tridesetletno tradicijo.
Foto: Manca Čujež



DELITEV V HOMOGENE SKUPINE (DIFERENCIACIJA)

Avtor: Franjo Krpač

Otroci se v znanju, sposobnostih, lastnostih in družbenem položaju med seboj razlikujejo, kar opazimo skoraj pri vseh šolskih in obšolskih dejavnostih. Zaradi večplastne pedagoške in športne strukture je to še posebej razvidno v planinstvu. Ob običajnih razlikah v morfologiji, funkcionalnih in motoričnih sposobnostih na dan privrejo tudi razlike v motivaciji, gorniškem znanju, veščinah, opremljenosti in odnosu. Nekoliko manj je to razvidno v okviru planinskega krožka, kjer je skupina navadno vsaj nekoliko selekcionirana in ima v njej veliko otrok za sabo večletno planinsko udejstvovanje. Pravo nasprotje tega so športni dnevi ali druge oblike množičnih pohodov, kjer srečamo izrazito heterogene skupine, ki se jim moramo prilagoditi.

Za gornišstvo radi rečemo, da v njem ni tekmovalnosti, a se ta skriva v otrocih samih. Le redkim je vseeno, ali hodijo na koncu ali na začetku kolone ter kdaj in kje dosežejo skupni cilj. Nekateri otroci dobesedno silijo v ospredje, saj s tem zadovoljujejo svoji potrebi po uveljavljanju in dominaciji, spet drugi imajo vseskozi težave loviti priključek. Obojim je skupno, da zaradi prilagajanja drugim postajajo bolj utrujeni in manj dojemljivi. Še posebej se to izrazi, kadar se približujemo cilju, koči ali vrhu. Nezadovoljstvo pogosto odzvanja v neprimernem vedenju, v katerem šibkejši postanejo zelo izpostavljeni. Pedagoški proces se tako pogosto zoži le na reševanje konfliktov, zniža se prag doživljanja, ogrožena pa je tudi varnost. Vodja velike skupine porabi ogromno energije, poleg gorniškega znanja pa so potrebni tudi močna

volja, potrpljenje in dobra osebna telesna priprava. Predvsem zadnja pogosto povzroča težave. Nekateri učitelji se planinskega športnega dne bojijo in izogibajo, kar petina šol pa ne izvede predpisanih dveh športnih dni s to vsebino.

Načelo prilagajanja najšibkejšim udeležencem velja za eno najpomembnejših osnov gorniške vzgoje. Vendar pa upoštevanje tega načela v velikih skupinah povzroča težave. Še zlasti v začetnih obdobjih, ko učence učimo in jih navajamo na to obliko solidarnosti. Na drugi strani je – poleg odnosa do narave in gorniškega usposabljanja – eden izmed pglavitnih ciljev gorniške vzgoje tudi krepitev otrokovega odnosa do hoje. Počasen tempo in pogosti postanki so za sposobnejše udeležence neprijetni in utrujajoči ter jih odbijajo od tovrstne dejavnosti. Isti učinek imata za šibkejše prehitra hoja in preobsežno zastavljena načrtovana pot.

Vsekakor se z opisanimi težavami lažje spoprijemamo v manjših enotah. Proces delitve velike skupine na manjše in bolj homogene podskupine imenujemo diferenciacija. Trenutno velja za enega izmed največjih izzivov na področju izboljšanje pedagoških praks, izvajajo pa ga le v dvajsetih odstotkih šolskih programov, saj navadno predstavlja velik organizacijski in didaktični zalogaj. Kadar se ga lotevamo, moramo poleg telesne pripravljenosti udeležencev upoštevati tudi druge karakteristike. Nekateri učenci želijo in/ali so sposobni več vedeti, drugi več hoditi, tretji bi se radi bolj zabavali. Z oblikovanjem homogenih skupin pri izbiri ciljev in poti so izleti prijetnejši in pedagoško polnejši. Zato diferenciacijo priporočamo vsem, ki v programih izvajate množične dejavnosti, pa naj gre za planinsko društvo ali osnovno šolo.

Tovrstni pristop brez dvoma zahteva več dela in višjo stopnjo usposobljenosti. Potrebna sta kakovostna predpriprava ter aktivnejše in samostojnejše delo pedagogov in voditeljev. Vendar pa je njegova učinkovitost takoj opazna. Nezanemarljiva je tudi potreba po dodatnem spremstvu, ki ga je zaradi normativov financiranja ali drugih pomanjkljivosti okolja zelo težko dobiti. Na tem mestu velja omeniti, da lahko izdatno prispeva sodelovanje usposobljenih prostovoljnih kadrov planinske organizacije, v neformalni ali formalni obliki. Primerov dobrih praks je v Sloveniji kar nekaj. Zato naj bo vsem vam, pedagogom in vodnikom, ki delate z mladimi, diferenciacija izziv, ki se ga je v prihodnosti vredno lotiti.

Čeprav zahteva več dela in višjo stopnjo usposobljenosti, naj bo diferenciacija izziv mentorjem in vodnikom, ki delate z mladimi.

Foto: Manca Čujež



PRIPOROČILA ZA MENTORJE PLANINSKIH SKUPIN IN MLADINSKE VODITELJE

Komisija za usposabljanje in preventivo PZS je na podlagi Pravilnika o mentorjih planinskih skupin (sprejel UO PZS 24. 11. 2000), Programa usposabljanja za mentorje planinskih skupin (sprejel KUP PZS 27. 5. 2009), Pravilnika KUP PZS (sprejel UO PZS 1. 12. 2006) in Programa neformalnega izobraževanja mladih za naziv mladinski voditelj (sprejel UO MK PZS 4. 6. 2009) podala strokovno obrazložitev glede opravljanja dejavnosti vodenja s strani mentorjev planinskih skupin in mladinskih voditeljev pri programih, katerih organizator ali soorganizator je društvo, včlanjeno v PZS.*

Mentorjem planinskih skupin

Strokovni delavec v športu na področju planinstva z nazivom mentor planinske skupine lahko v okviru planinske skupine, ki deluje pod okriljem mladinskega odseka, planinskega društva ali zavoda samostojno izvaja različne oblike planinske dejavnosti (sprehodi, izleti, pohodi, tabori ...). Planinske dejavnosti morajo biti pred izvedbo potrjene s strani ustreznega organa organizacije, pod okriljem katere deluje planinska skupina, praviloma morajo biti te dejavnosti uvrščene v celoletni program dela. Mentor PS načrtuje in izvaja samo tiste oblike planinske dejavnosti, ki ustrezajo njegovi usposobljenosti (formalni in neformalni) in ki so v celoti prilagojene sposobnostim članov planinske skupine.

Mentor PS lahko različne oblike planinskih dejavnosti izvaja na območjih, ki jih dobro pozna, kar pomeni, da so to praviloma območja v okolici njegovega kraja bivanja ali dela. Hkrati pa te oblike planinskih dejavnosti ne zahtevajo obvladovanja dodatnih tehničnih ali orientacijskih znanj. Pri izvajanju izletov in pohodov v naravi to pomeni, da lahko mentor PS samostojno vodi po lahkih označenih poteh, ki jih osebno dobro pozna (večkrat samostojno prehojena pot v različnih letnih časih) in ki se praviloma nahajajo v okolici njegovega kraja bivanja ali dela. Pri izvajanju posameznih oblik planinske dejavnosti v okviru planinske skupine se mora mentor PS ravnati tudi po normativih, ki jih je za vodenje sprejela PZS. Komisija za usposabljanje in preventivo PZS priporoča mentorjem PS, da v izvajanje izletov in pohodov planinske skupine vključijo registrirane vodnike PZS ustreznih usposobljenosti. Hkrati priporoča tudi, da mentorji PS aktivnosti nad gozdno mejo izvajajo skupaj z vodnikom PZS, medtem ko morajo ustrezno usposobljeni vodniki PZS obvezno sodelovati pri vseh oblikah planinske dejavnosti planinske skupine, če izvajanje takšne dejavnosti zahteva obvladovanje dodatnih tehničnih in orientacijskih znanj.

Mladinskim voditeljem

Mladinski voditelj ni strokovni delavec v športu. V okviru programa planinske skupine, ki deluje pod okriljem mladinskega odseka, planinskega društva ali zavoda, lahko samostojno oz. pod nadzorom polnoletne osebe, kadar gre za mladoletnika, izvaja srečanja, ki ne zahtevajo dodatnega strokovnega znanja (predavanja, delavnice, izvedba družabnih in športnih iger). Dejavnosti morajo biti pred izvedbo potrjene s strani ustreznega organa organizacije, pod okriljem katere deluje planinska skupina, praviloma pa morajo biti te dejavnosti uvrščene v celoletni program dela. Mladinski voditelj načrtuje in izvaja samo tiste oblike dejavnosti, ki ustrezajo njegovi neformalni usposobljenosti in ki so v celoti prilagojene sposobnostim članov planinske skupine.

Mladinski voditelj lahko aktivno sodeluje in, kadar gre za polnoletno osebo, vodi organizacijski del vseh oblik planinske dejavnosti (sprehodi, izleti, pohodi, tabori ...), vendar le, kadar je za vsako posamezno vsebino poleg organizacijskega zagotovljenja tudi ustrezno strokovno vodenje. Brez dodatno pridobljenih strokovnih nazivov lahko mladinski voditelj opravlja vlogo pomočnika vodnika Planinske zveze Slovenije na izletih po lahkih poteh (kategorija A). Pri izvajanju se morata z vodnikom PZS ravnati po normativih, ki jih je za vodenje sprejela PZS.

Komisija za usposabljanje in preventivo PZS priporoča mladinskim voditeljem, da kadre ustrezne strokovne usposobljenosti vključijo tudi v izvajanje vsebin, ki so posredno povezane s planinstvom (športno plezanje, orientacija, vožnja s kolesom, kopanje, vožnja s plovili ...). V okviru neformalnega izobraževanja za mladinske voditelje je pod nadzorom inštruktorja planinske vzgoje mogoče opravljati sprejemni izpit za vodnika PZS. Veljavnost sprejemnega izpita, opravljenega na ta način, je tri leta. Komisija priporoča mladinskim voditeljem, ki želijo na podlagi dosedanjih izkušenj samostojno opravljati celotno planinsko vzgojo svojih varovancev, da se udeležijo usposabljanja za vodnike PZS ali, če so študenti pedagoških smeri, usposabljanja za mentorje planinskih skupin.

*Izvajanje ali sodelovanje pri izvajanju planinskega programa vrtca ali šole iz rednega programa dela (šolski športni dnevi, naravoslovni dnevi ...), pri katerem mladinski odsek ali planinsko društvo ni soorganizator, se izvaja v skladu z normativi in standardi pristojnega ministrstva.

AKCIJA LEPI ČEVELJC MO PD VELENJE

Avtor: Uroš Kuzman

Velenje je z nekaj več kot 30 tisoč prebivalci med največjimi slovenskimi mesti. Njegov planinski živelj (z izjemo zaselkov Škale in Vinska Gora) je od leta 1949 združen v istoimensko planinsko društvo z okoli 800 člani. V mestu deluje šest osnovnih šol ter center za vzgojo, izobraževanje in usposabljanje za učence s prilagojenimi programi. Predstavljamo projekt, s katerim društvo pomaga pri izvajanju planinskih vsebin na omenjenih ustanovah.

Zametki akcije Lepi Čeveljc – ime je dobila po eni izmed najbolj prepoznavnih zavarovanih rastlin v Sloveniji – segajo v pomlad leta 2005. Tedaj sta bila na pobudo planinskega društva izvedena dva planinska izleta, na katera so povabili učence vseh osnovnih šol. Kljub odsotnosti dolgoročne vizije in spontanosti

prevzeli prostovoljni vodniki PD Velenje. Danes v projektu sodelujejo skupine vseh osnovnošolskih ustanov v mestu, zaradi množičnosti (okoli 200 učencev in njihovih staršev letno) pa se izvaja v dveh ločenih terminih. Udeleženci letno obišejo šest bližnjih gorskih ciljev.

Nekoliko podrobneje si oglejmo organizacijsko ozadje projekta. Vsako leto v začetku septembra je sestanek ožjega vodstva projekta in šolskih pedagogov, na katerem se dogovori o datumih in ciljnih izletov. Ti praviloma ne potekajo septembra, ko je v Šaleški dolini v ospredju Pikin festival, in v prazničnem decembru. Junij je namenjen nadomeščanju morebitnih odpadlih terminov. Zgodnji sestanek omogoča vključitev v program obšolskih dejavnosti ustanov za tekoče šolsko leto. Predvideni izleti se nato razdelijo med vodnike PD Velenje, hkrati steče tudi rezervacija avtobusnih prevozov pri istem ponudniku (naročnik in plačnik računov je planinsko društvo, ki stroške pokrije s prijavninami udeležencev in včasih tudi sredstvi lastnega proračuna). Pedagogi dva tedna pred izletom prejmejo razpis izleta. Njihova naloga je zbrati in posredovati informacijo o številu prijavljenih, poskrbeti za plačilo prijavnine in skupino spremljati na izletu. Za ustrezno dodatno spremstvo in vodenje izleta poskrbijo vodniki in vodstvo programa.

Zdaj že večletna tradicija projekta je lep prikaz sodelovanja med formalno in neformalno sfero, s čimer so se planinskemu društvu ponudile priložnosti, ki docela odtehtajo sicer neenakovreden položaj prostovoljcev in zaposlenih. V prvi vrsti gre za stik z otroki in njihovimi starši ter možnost promocije preostalih programov mladinskega odseka (tabori, zimovanja, orientacija, program Mladi planinec). Poudariti velja, da se je dolgoročno obrestovala odprtost – članstvo za sodelovanje v programu ni obvezno, imajo pa člani določene ugodnosti; ob začetku šolskega leta se otrokom ponudi polovična cena članarine za obdobje do novega koledarskega leta. Otroci in starši, ki so izlete obiskovali več let, so sčasoma postali redni člani. Dvignila se je tudi strokovna raven šolskih sodelavcev. Po nekajletnem sodelovanju so nekateri med njimi neprisiljeno sprejeli odločitev o dodatnem mentorskem usposabljanju, utečen projekt pa je privabil tudi šole in pedagoge, ki teh dejavnosti in izkušenj še niso imeli (vodje programa so ob koncu šolskega leta redno lobirali pri ravnateljih šol, ki jih



Udeleženci akcije pri Andrejevem domu na Slemenu.

Foto: arhiv MO PD Velenje

osamljenega projekta sta oba izleta naletela na pozitiven odziv, predvsem s strani pedagogov. Med njimi je bilo kar nekaj takih, ki so planinsko dejavnost izvajali šele kratek čas in so se zaradi negotovosti, povezane z vodenjem skupin, finančno bilanco izletov in odsotnostjo strokovnih nazivov, čutili precej izpostavljeni. Strokovna in organizacijska podpora planinskega društva je bila tako dobrodošla razbremenitev in pomoč. Že prihodnje leto je v sodelovanju s štirimi osnovnimi šolami nastal program sedmih skupnih izletov, katerih vodenje in organizacijo so

v projektu ni bilo). Nekateri izmed njih so se pozneje vključili tudi v druge društvene dejavnosti. Oblika je tako vsaj delno nadomestila sicer najbolj zaželeno prakso, da bi imeli na šoli pedagoga, ki je hkrati vodnik, aktiven v lokalnem društvu.

Kljub temu velja pred sklepom osvetliti tudi nekaj šibkih točk. Prva in najizrazitejša je množičnost, ki zelo omejuje izbiro ciljev in dejavnosti. Posledično se programa udeležujejo predvsem učenci prve in deloma druge triade. V nekem obdobju se je iskalo rešitve z gorskimi cilji, na katere bi vodile poti različnih zahtevnosti, a se ta pristop ni prijel. Sistematičnega nadaljevanja, ki bi uspešno delal s starejšimi osnovnošolci in pozneje tudi srednješolci, tako (še) ni. Prav tako zaradi razpršenosti ni eno-

prevoza večkrat in izdatneje v istem letu moralo pri-
makniti tudi planinsko društvo. Res, ni se bilo lahko
sprijazniti z dejstvom, da je bil prostovoljni angažma
strošek organizaciji sami. Pa vendar, eno temeljnih
poslanstev planinskega društva je usposabljanje mla-
dih, tudi nečlanov. Ni nemogoče delovati brez naslan-
janja na šole, a je na drugi strani, upoštevajoč, kako
ta pristop poenostavi marsikatero težavo in prihrani
energijo, odtehtan tudi lastni vložek. Zagotovo časi,
ki prihajajo, ne bodo rožnati, za šole še manj kot za
društva. Našo roko bodo tako morda potrebovali bolj
kot kadar koli. Veseli smo lahko, da smo tudi v času
izobilja kot temeljno vrednoto ohranili prostovoljst-
vo. Tako se nam razmeram navkljub za planinstvo ni
treba bati.



Levo: Krajši izleti potekajo tudi pozimi.
Desno: Izkaznica, v kateri udeleženci zbirajo žige.
Foto: arhiv MO PD Velenje

Velika planina	Resevna
Uršlja gora	Mozirska koča
Šaleška planinska pot	Celjska koča

Ime: _____

Primek: _____

Letnik rojstva: _____

Šola: _____

vitega programskega pristopa, ki bi poleg izvedbe izleta pomagal izboljševati tudi pripravo na izlet in podoživljanje izleta. Kakovost dela je odvisna predvsem od pedagogov, ki za to izbirajo različne metode in jih izvajajo različno intenzivno. Vseeno Lepi čevljec ne glede na kadrovske menjave ostaja, kar kaže, da bi s postopnim uvajanjem novosti vse to lahko bili njegovi razvojni potenciali.

Sklenimo s finančno dilemo, ki je že večkrat zama-
jala temelje projekta, predvsem kadar je za stroške

PROGRAMI ZA MLADE V SLOVENSKEM PLANINSKEM MUZEJU

Avtorica: Natalija Štular

Sedmi avgust 2010 je v planinsko zgodovino zapisan kot dan, ko je ob 120-letnici postavitve Aljaževega stolpa na vrhu Triglava svoja vrata odprl Slovenski planinski muzej v Mojstrani. V tokratni številki smo k sodelovanju povabili kustosinjo in pedagoginjo Natalijo Štular, ki predstavlja muzejske programe za mlade, ki so jih razvili v dveh letih delovanja.

Stalna razstava muzeja je zasnovana kot pripoved. Obiskovalci ji sledijo z lastnim vzponom na goro in med potjo skozi bogato predmetno, fotografsko, arhivsko in filmsko zbirko spoznavajo mejnike slovenske planinske in alpinistične zgodovine. Pot je dodatno popestrjena z računalniškimi animacijami, ki so označene s Knafelčevimi markacijami, in doživljajskimi nalogami, skozi katere gorniki utrjujejo znanje, priporočljivo za obiskovanje gora. Na vrhu so nagradi s pogledom in po stari slovenski navadi z vriskom veselja. Kot je v planinstvu običaj, si za spomin prislужijo tudi nekaj žigov.

Pripravljamo tudi različne tematske učne ure, primerne za kulturne in družboslovne dni.

- Otroke v pravljčni svet gora popelje učna ura **Gorska pravljica**. V njej odkrivajo zaklade v gori Bogatin, iščejo muzejskega škrate, spoznajo gamsa in triglavsko rožo ter v lutkovni igrici prisluhnejo pravljici o Zlatorogu.

- V učni uri **Predmet pripoveduje** jih obišče muzejski lik »Planinko.« Z njimi se pogovarja o muzeju in bontonu ter jih nauči planinske pesmi. S pomočjo posebne vreče predstavi staro in novo planinsko opremo, jih popelje prek triglavskega grebena, nato pa otroci v delavnici letnemu času primerno oblečejo mladega planinca »Jakca«.

- Rdeč obroček, belo oko, po skalah nas pripelje na goro! Kdo skrbi za planinske poti, od kod ime Knafelčeva markacija, kaj je možic in še marsikaj poučimo otroke v učni uri **Oznake na planinski poti**. Znanje nato preverijo v kvizu med izdelovanjem spominka ali kašipota.

Levo: Skuhali smo joto, da bi jo še angelci jedli.



Desno: Me in naši klobuki smo najlepši.

Foto: arhiv Slovenskega planinskega muzeja

Vsebina razstave še posebej oživi med pedagoškimi programi za različne starostne skupine. Ti na zabaven način in z različnimi učnimi metodami vodijo otroke, učence in dijake, da staro znanje povezujejo z novim in ob koncu pokažejo svojo ustvarjalnost v delavnicah. Klasičen vodeni ogled, ki se začne z ogledom filma o naravnih in kulturnih danostih slovenskega vzpetega sveta, smo obogatili z delovnim zvezkom in učnimi listi. Ti poleg aktivnega razmišljanja in spoznavanja zbirke spodbujajo tudi timsko delo.



- Učna ura **Aljažev stolp** otrokom pripoveduje zgodbo o prvopristopnikih na Triglav, o nemško-slovenskem boju za prevlado v naših gorah, o Jakobu Aljažu ter pomenu stolpa za slovensko narodno zavest. Ob koncu stolp tudi izdelajo.

- **Arhitekturne delavnice** se začnejo s projekcijami, ki razlagajo namembnost in obliko bivakov nekoč in danes ter zakonitosti pri oblikovanju gorskih naselij. V vlogi arhitekta se nato preizkusijo tudi udeleženci. Ob delavnici se sprehodimo tudi skozi razvoj alpinizma.

- **Muzej – prostor ustvarjalnega navdiha** je skupinska delavnica, ki poleg vodenega ogleda muzeja vključuje improvizirane delavnice, v katerih dijaki igrajo predstave gorskih pravljic, sestavljajo pesmice, rišejo stripe, oblikujejo muzejsko maskoto ...

Za športno popestritev obiska muzeja je na voljo **Naravoslovna učna pot Triglavске Bistrice** v dolino Vrata, ki jo lahko opravimo ob spremstvu nadzornikov Triglavskega narodnega parka. Konča se pod znamenito Severno triglavsko steno, je

nezahtevna, njena dolžina pa znaša okoli deset kilometrov. Skupaj z obiskom slapu Peričnik pot traja tri ure, seveda pa jo lahko tudi skrajšamo in se podamo le do omenjenega slapu.

Za dogajanje skrbimo tudi ob posebnih dnevih in v času šolskih počitnic s **počitniškimi dejavnostmi za otroke** in njihove starše. Letos smo izpeljali sedem triurnih programov, ki jih je obiskalo okoli sto udeležencev. Programi so prepletali planinske, zgodovinske, etnološke, športne in družabne vsebine. Udeleženci so se lahko preizkusili v kuhanju enolončnice, obiskali so jih junaki Triglavskih pravljic, ob nadzoru članov Alpinističnega odseka Mojstrana pa je na bližnji skali pod Grančičem potekalo plezanje. Gorski reševalci so predstavili svoje delo, opremo in enega od svojih usposobljenih psov, sodelavci iz Triglavskega narodnega parka pa so za nas odprli tudi Pocarjevo hišo v Radovni. Poleg vseh omenjenih dejavnosti so vseskozi potekale tudi ustvarjalne delavnice. Sobotna druženja smo sklenili z zabavnimi igrami in srečelovom. Podoben program načrtujemo tudi za poletje 2013.



Levo: Planinske poti so označene z markacijo in kašipotom.
Desno: Pravljica o Zlatorogu za najmlajše.



Foto: arhiv Slovenskega planinskega muzeja

NOVOSTI V PROGRAMIH MLADI PLANINEC IN CICIBAN PLANINEC

Obveščamo vas, da so od sredine poletja v pisarni Mladinske komisije PZS (Dvorakova 9, Ljubljana) v manjših količinah na voljo brezplačni plakati programov Mladi planinec in Ciciban planinec. Plakati so dovolj veliki (velikost B1), da vam lahko služijo kot ozadje oglasne deske v vrtcu ali šoli, na katerega lahko lepите prijavnice, vabila in obvestila. Nanje lahko tudi napišete svoje sporočilo, ki bo mlade privabilo v naše vrste.

Hkrati se počasi končuje prenova programa Mladi planinec. Tako so na voljo tudi nova priznanja. Bronasti, srebrni in zlati znak vsebujejo logotip programa Mladi planinec, narejeni pa so kot medalje premera 35 milimetrov s kovinsko zanko. Ob prejemu bronastega znaka bo prejemnik dobil tudi vponko z matico, ki jo bo lahko obesil na vidno mesto (na primer na svoj nahrbtnik), nanjo pa pripel tudi osvojeni znak. Na koncu bo vponka vsebovala zbirko vseh treh znakov, kar bo med drugim pomenilo, da je lastnik opravil vsaj 24 različnih izletov, pohodov in tur v vseh letnih časih ter tako uspešno sklenil svoj program uvajanja v planinstvo. Prav tako so iz tiska nove diplome za oba programa. Priznanja so oblikovali člani EE grupe v sestavi Damjan Ilić, Ivian Kan Mujezinović in Mina Žabnikar, izvedbo pa sta vodila Vesna Lenart in Matej Ogorevc.

Za dodatne informacije o programih in priznanjih se lahko obrnete na strokovno sodelavko Mladinske komisije PZS (Veronika Susman Šegatin, 01/434 56 89) ali obiščete spletno stran **mk.pzs.si/mpcp**.





www.pzs.si

DROBEN PRISPEVEK, MARKANTEN VTIS

Pošljite SMS na 1919
s ključno besedo POT

in prispevajte 1€
za obnovo poti.

Kaj lahko postoriš v 1 dnevu?
Se povzpneš na vrh.
Odkriješ novo smer.
Obnoviš staro prijateljstvo.
Zaželiš srečno pot.

**Pošljite SMS s ključno besedo »POT«
na 1919 in prispevajte 1€ za obnovo planinskih poti.**

PLANINSKA ZVEZA SLOVENIJE skupaj z 276 društvi skrbi, da lahko vsako leto okoli 1,4 milijona obiskovalcev slovenskih gora na 9 TISOČ KILOMETRIH MARKIRANIH PLANINSKIH POTI nemoteno uživa naravne lepote in gorski mir ter se z razglednih vrhov vrača z novimi močmi in vtisi.

V letu 2012 bomo z vašo pomočjo obnovili planinske poti s Kredarice na Triglav, s Šije na Vogel, s Kokrškega sedla na Kalški greben, Hanzovo pot na Prisojnik ter druge razgledne poti in vsem planincem omogočili nešteto vrhunskih vtisov.



**PLANINSKA
ZVEZA
SLOVENIJE**
ALPINE
ASSOCIATION²⁵
OF SLOVENIA

* SMS donacija lahko prispeva uporabi storitev Mobilni, SI, mobilni in Tušmobil, pri čemer se telekomunikacijska podjetja odobredajo vsem prihodkom iz naslova donatorskih SMS-sporočil. Pogoji in navodila za sodelovanje pri storitvi SMS donacija so objavljeni na spletni strani www.pzs.si.

POŠLJITE SMS* NA 1919 S KLJUČNO BESEDO »POT« IN Z VAŠIM DROBNIM PRISPEVKOM SOUSTVARJAJTE MARKANTNE VTISE!



KOLEDARJI 2013

PLANINSKA ZVEZA SLOVENIJE ALPINE ASSOCIATION OF SLOVENIA

Dvorakova 9
SI-1000 Ljubljana
p. p. 214
www.pzs.si

Naročila sprejemamo
po e-pošti:
koledar@pzs.si
in brezplačni tel. številki:
080 18 93
(24 ur/dan, vse dni v letu).

POZDRAV Z GORA 2013 GREETINGS FROM THE MOUNTAINS 2013

V koledarju Pozdrav z gora 2013 so izbrane fotografije, ki so bile objavljene v Planinskem vestniku. Planinski vestnik je v več kot stoletnem izhajanju ogledalo dela planinske organizacije, gorniške kulture in odraz doživljanja gora Slovencev, pri katerem so sodelovali najvidnejši kulturni delavci, oblikovalci, pisatelji in fotografi. Fotografije na koledarju predstavljajo del gorske narave v različnih letnih časih, ki vas bodo spremljale skozi leto 2013. Koledarski del je opremljen trimesečno z luninimi menami. 13-listni koledar je tiskan na kvalitetnem papirju in vezan s špiralo v sredini. Format zaprtega koledarja: 40 cm x 30 cm, odprt format koledarja: 40 cm x 60 cm. Možnost dotiska na pasici, višine 5 cm.

Cena z DDV: **4,50 €**.



UTRINKI SLOVENSKEGA PLANINSTVA SHOOTING STARS OF SLOVENIAN MOUNTAINEERING

Koledar ob 120-letnici organiziranega planinstva v Sloveniji smo pripravili v sodelovanju s Slovenskim planinskim muzejem in z izbranimi fotografijami, poslanimi na natečaj PZS. Preplet sedanosti s preteklostjo ter zgodovinski pregled z arhivskimi fotografijami in opisi dogajanja skozi 120 let planinske organizacije daje vpogled v množičnost in pomembnost planinske dejavnosti v slovenskem prostoru. Besedilo je v slovenskem in angleškem jeziku. Koledar je oblikovan v retro slogu, koledarski del je opremljen trimesečno z luninimi menami. 13-listni koledar je tiskan na kvalitetnem papirju in vezan z zlato špiralo. Format koledarja: 33 cm x 48 cm. Možnost dotiska na pasici, višine 5 cm.

Cena z DDV: **3,90 €**.

