

Útravaló

Amikor már nem kell azon aggódnom, hogy kerül-e valami a kosárba (lesz-e mivel megtölteni), kezdek törni a fejem, hogy mi legyen a vezérfonal, ami mentén az írásokat érdemes elrendezni.



Most ez a cím adódott: itt a tavasz, előttünk a nyár, ma ugyan sűrűn esik, de holnap már lehet hogy hét ágra süt a nap, felszáradnak az utak, lehet indulni. Tervezni, kipróbálni, szemlélődni, vizsgálni, jegyzetelni, következtetni – de mindenekelőtt: csodálkozni és gyönyörködni!

A májusi szám tartalma ehhez nyújt segítséget:

1. **Erdőpedagógia** a Hétszínvirág óvodában – Oláhné Jantner Ilona
2. **Komposztáló természet; Hangyatanösvény** – Halácsy Ágnes, Saly Erika, Victor András
3. **Víz, vizes élőhely és víz lábnyom 1. rész** – Darvas Kata
4. **Indulj el egy úton...** - Gyalog Mária
5. **Hátizsákba való:** Házi sajt – Oláhné Jantner Ilona; Barackos golyó – Reitli Cecília

Jó utat kívánok minden kedves olvasónak!

Gyalog Éva

Erdőpedagógia a Hétszínvirág Óvodában ¹

Jantnerné Oláh Ilona **

Paksi Benedek Elek Óvoda Hétszínvirág Tagóvodája

Paks Tolnai út 10.

*„Tudod-e, hogy a kezdet a legfontosabb, általában is,
De különösen a fiatal és zsege lényeknél?
Hiszen leginkább ilyenkor lehet őket formálni,
S ilyenkor vésődik beléjük az a forma,
Amilyet bennük kialakítani akarunk.”*

(Platon)

¹ A tanulmány az erdőpedagógia szakirányú továbbképzésen készült szakdolgozat összefoglalója

** jantnerneoili@gmail.com

Bevezetés, a téma aktualitása

1980 óta vagyok óvodapedagógus. A pályám során folyamatosan kerestem az utat, azt az utat, amin a legsikeresebb lehetek. 1993-ban találkoztam és lettem tagja a Zöld Szív Ifjúsági Természetvédő Mozgalomnak. Szakmai megújulásom következő állomása az volt, amikor elvégeztem az óvóképző főiskola harmadik évét, majd ezt követően fejlesztőpedagógiából szakvizsgáztam.

2006-ban részt vettem a NYME Erdőmérnöki Karának „Környezetünk az erdő” elnevezésű, Pakson szervezett akkreditált képzésén. Az ott tanultak, az ott átélt élmények meghatározóak voltak, és még inkább felkeltették az érdeklődésem a környezeti nevelés iránt. Ezért a következő évben részt vettem Gyűrűfűn a MKNE Joseph Cornell (amerikai környezeti nevelő) vezette tréningen.

Ezek után a szakmai élmények után a természeti nevelés, a környezeti nevelés lett az, ami meghatározó lett számomra. Az egész pedagógiai munkámat ez határozza meg.

Elhivatottságot érzek, hogy munkámmal segítsen, elősegítsem azt, hogy a következő nemzedék találjon vissza a természethez. Érezze benne otthon magát, és nélkülözhetetlen legyen számára.

A dolgozatom témájának aktualitását, tapasztalataimra alapozom, miszerint az óvodáskorú gyermekek egyre nagyobb távolságban vannak már hároméves korukra a természettől. Nem benne élnek, hanem mellette. Mindentől védik őket a szülők, ami természetközeli, ami természetes. Pedig az ember léte a természethez való viszonyától, kapcsolatától függ leginkább. Oly mértékben eltávolodtunk a természettől, hogy már nem részesei vagyunk, hanem külső szemlélői. Már a kicsi gyermeket is annyira óvják, féltik a természettől, hogy **a kor, a természetpedagógia és az erdőpedagógia kihívása az, hogy amíg nem késő, segítsük a gyermekeket abban, hogy megtanuljanak eligazodni, ha természeti környezetbe kerülnek, pl. az erdőbe.**

Tapasztalják meg, hogy attól nem kell félni. Ott nem csak ártalmas dolgok vannak, (allergiát okozó növények, állatok stb.) hanem egy olyan csodálatos közeg, ökoszisztéma, ami az ember lételeme több szempontból is. Az erdő, a természet az ember természetes lételeme.

Az erdőpedagógia célja, hogy érzékeltsük a gyermekekkel, milyen érzés természeti környezetben létezni. Testünknek, lelkünknek egyaránt létszükséglete ez a közeg.

Vissza kell fordulnunk a természethez úgy, hogy megértsük, megtanuljuk, megismerjük azt. S ebből adódik majd, és itt gyökerezik az érzelmi kötődés és a természetvédelem, s nem utolsó sorban az egészségvédelem, ami a harmonikus személyiség alakulásához vezet.

Mindennek színtere az óvoda külső és belső környezete, a óvoda szűkebb és tágabb környezete, valamint az erdei óvoda.

Az óvodai nevelés általános feladatai

Az óvodai nevelés feladata az óvodáskorú gyermek testi és lelki szükségleteinek kielégítése. Ezen belül:

- az egészséges életmód alakítása,
- az érzelmi és erkölcsi nevelés és a szocializáció biztosítása,
- az anyanyelvi-, értelmi fejlesztés és nevelés megvalósítása.

Az óvodai élet tevékenységformái

Játék, vers, mese, ének, zene, énekes játék, tánc, rajzolás, festés, mintázás, kézi munka, mozgás, *a külső világ tevékeny megismerése*, munka jellegű tevékenységek, a tevékenységekben megvalósuló tanulás.

Ezúttal a külső világ tevékeny megismerése című részt emelem ki, ahogy az ONAP (Óvodai nevelés országos alapprogramja) fogalmazza meg.

- „1. A gyermek aktivitása és érdeklődése során tapasztalatokat szerez a szűkebb és tágabb természeti-emberi-tárgyi környezet formai, mennyiségi, téri viszonyairól. A valóság felfedezése során pozitív érzelmi viszonya alakul a természethez, az emberi alkotásokhoz, tanulja azok védelmét, az értékek megőrzését.
2. A gyermek miközben felfedezi környezetét, olyan tapasztalatok birtokába jut, amelyek a környezetben való, életkorának megfelelő biztos eligazodáshoz, tájékozódáshoz szükségesek. Megismeri a szülőföld, az ott élő emberek, a hazai táj, a helyi hagyományok és néphagyományok, szokások, a családi és a tárgyi kultúra értékeit, megtanulja ezek szeretetét, védelmét is.
3. A környezet megismerése során matematikai tartalmú tapasztalatoknak, ismereteknek is birtokába jut a gyermek és azokat a tevékenységeiben alkalmazza. Felismeri a mennyiségi, alak, nagyságbeli és téri viszonyokat: alakul ítélőképessége, fejlődik tér-, sík- és mennyiségszemlélete.
4. Az óvodapedagógus feladata, hogy tegye lehetővé a gyermek számára a környezet tevékeny megismerését.
Biztosítson elegendő alkalmat, időt, helyet, eszközöket a spontán és szervezett tapasztalat- és ismeretszerzésre, a környezetkultúrára és a biztonságos életvitel szokásainak alakítására. Segítse elő a gyermek önálló véleményalkotását, döntési képességeinek fejlődését, a kortárs kapcsolatokban és a környezet alakításában.” (Magyar Közlöny 2012. 171. szám)

Környezeti nevelés Freinet szellemiségével a paksi Benedek Elek Óvoda Hétszínvirág Tagóvodájában.

Dolgozatomban a Paksi Benedek Elek Óvoda Hétszínvirág Tagóvodájának erdőpedagógiához köthető pedagógiai gyakorlatát szeretném bemutatni, ezért itt idézem a pedagógiai program szorosan ideilleszkedő részét.

„Óvodánkban 1992 óta a környezeti nevelési program kidolgozásán munkálkodunk. Ezért hisszük, a környezeti nevelés nem csak ismeretrendszer átadását jelenti, hanem a környezettudatos magatartási is hivatott fejleszteni. E magatartás ismereteket, bizonyosfajta gondolkodást és látásmódot, továbbá rendkívül fontos környezeti attitűdöket követel meg.

A környezeti nevelésben a legjobb pedagógiai eljárásnak tartjuk, hogy a gyermekek kirándulásokon és terepfoglalkozásokon kísérletekkel, megfigyelésekkel, egyszerű mérésekkel vizsgálgassák a természetet az óvónő vagy a felnőtt segítségével. Ezt követi a tapasztalatok összegzése.

Itt találtunk kapcsolatot Freinet gondolkodása és a mi pedagógiai munkánk között. Sokszínűség, sokoldalúság, érzékenység, fogékonyság Freinet pedagógiájának kulcsszavai, kiegészítve azzal, hogy mindez olyan szabad önkifejezést erősítő tevékenységekben valósul meg, amelyek az éppen adott, ténylegesen létező környezet megismeréséből és annak alakításából fakadnak. Freinet gondolkodásának két eleme:

- közel lenni a természethez,
- benne élni, aktívan részt venni környezetünk és a magunk életének alakításában.

Freinet jelmondata: „AZ ÉLET ÁLTAL ÉLETRE NEVELNI”

Távlati elképzelések, tervek – az erdőpedagógia módszerinek beépítése a nevelőmunkába

Az erdőpedagógia elméleti koncepciója a „harmóniaelmélet”.

Ennek a személyiségfejlesztő programnak az alapelve, hogy az egyén harmonikus fejlődését segítse, formálja, alakítsa. Tegye ezt az egyén testi és lelki egészség, a viselkedés- és a környezetkultúra alakulása területén.

A „harmóniaelmélet” célja a környezettudatos magatartás és a környezettudatos életvitel kialakítása.

A megvalósulás alapvető módszere a projektmódszer. Van eredménye, produktuma. Az erdőpedagógiának három fő modulja van, amelyet Kováts Németh Mária (2010) alapján az 1. táblázatban foglalok össze.

1. táblázat: Az erdőpedagógia moduljai

Erdő és természet	Környezet és egészség	Helyi identitás és viselkedéskultúra
Erdei ökoszisztémák	Életmód	Elődeink – tanösvény
Erdőgazdálkodás	Falusi porta	Világörökség
Erdészettörténet és vadgazdálkodás	Önismeret	Nemzeti park
Tanösvények	Táplálkozás	Kultúrtörténeti értékek
Hulladékkezelés és komposztálás	Természetpatika	Jeles napok – zöld napok
	Mozgás	
	Tánc	

Forrás: Kováts-Németh M. (2010)

Az erdőpedagógia három fő moduljából a 2. táblázatban (az 1. táblázat analógiájára) összefoglalom a jelenleg óvodánkban megvalósuló modul-elemeket.

2. táblázat: *A Hétszínvirág Óvodában megvalósuló erdőpedagógia modul-elemek*

Erdő és természet	Környezet és egészség	Helyi identitás és viselkedéskultúra
Erdői ökoszisztémák Ismerkedés az erdővel, erdei óvoda	Életmód Az egészséges életmód alakítása egyik nagy, kiemelt feladata az óvodai nevelésnek már az alap program szerint is.	elődeink- tanösvény
	Falusi porta	Világörökség
	Önismeret Ki vagyok én? Én kép alakítása	Nemzeti park Kapcsolatunk van a Duna-Dráva Nemzeti Park Igazgatósággal, pl.: Madarász ovi alkalmával
Tanösvények Az óvoda udvarán került kialakításra	Táplálkozás , zöldség és gyümölcsnapok,	Kultúrtörténeti értékek Ezekkel a várost járva ismerkedünk.
Hulladékkezelés és komposztálás Szelektálunk, komposztálunk, sok- sok éve már	Természetpatika Ismerkedés a gyógynövényekkel, saját gyógynövénykertünk van.	Jeles napok – zöld napok Az óvodai környezeti nevelés jelentős eseményei.
	Mozgás minden nap	
	Tánc – néptánc	

Így épül be, és láthatóan beépül az erdőpedagógia és annak elvei, elemei, módszerei a mindennapi pedagógiai munkámba.

Az erdőpedagógia elmélete azonban ilyen formában és ilyen tudatosan a jövőben fog még hangsúlyosabban érvényre jutni az óvodai élet szervezésében.

Mint a Hétszínvirág Óvoda vezetője, mint a KOKOSZ egyik oktatóközpontjának vezetője, mint környezeti nevelési szaktanácsadó azon leszek és fogok munkálkodni a jövőben, hogy a most megszerzett tudást átadjam a kollégáimnak és azoknak az érdeklődőknek, akik hozzánk ellátogatnak.

Elhivatottságot és kötelezettséget érzek az iránt, hogy az itt tanultakat ne csak kamatoztassam, hanem át is adjam mindenkinek, aki érdeklődik az erdőpedagógia gyakorlati alkalmazásának lehetőségei iránt az óvodapedagógiai gyakorlatban.

Záró gondolatok

*"A természet hatalmas, az ember parányi.
Ezért aztán az ember léte attól függ,
milyen kapcsolatot tud teremteni a természettel,
mennyire érti meg..."*

Szent-Györgyi Albert

A Hétszínvirág Óvoda helyiségei (csoportszobák természetsarkokkal, természetbúvár szoba, sószoza), a fenntarthatóság pedagógiáját szolgáló, tanösvénnyé is alakított udvara, melyek a környezeti nevelésünk elsődleges színterei lettek, az egyedi pedagógiai programunk, melynek címe: Környezeti nevelés Freinet szellemiségével, a több évtizedes hagyományokra épülő környezeti nevelési gyakorlatunk, és az a pedagógiai közösség, nevelői közösség, amelyik mindezt megalkotta, létrehozta, a szülők és a fenntartónk segítségével, méltán büszke az eredményeire.

Így találtam meg a kapcsolódási pontokat az eddigi pedagógiai munkánk és az erdőpedagógia között. Környezeti nevelésünk hosszú évekre nyúlik vissza, az erdőpedagógia újabb távlatokat nyitott meg számomra, ami megújította, frissítette, bővítette, rendszerezte az ismereteimet, gazdagította a lehetőségeim tárházát. Erőt és lendületet ad, hogy hogyan folytassam tovább pedagógiai, környezeti nevelő munkám, és tovább keressem az erdőpedagógia módszereinek, alkalmazásának lehetőségeit óvodai környezetben.

Elhivatottságot, elkötelezettséget érzek, hogy az utánunk következő óvodapedagógus generációnak is átadjam tudásom, hasson rájuk lelkesedésem.

Felhasznált irodalom

KOVÁTS-NÉMETH M. (2010): Az erdőpedagógiától a környezetpedagógiáig. Comenius Oktató és Kiadó Kft., Pécs.



Halácsy Ágnes – Saly Erika – Victor András:

Komposztáló természet

Életkor: 5–16

Helyszín: Erdő vagy park

Létszám: 6–30

Időtartam: 60'

Kulcsszavak: komposztálás, lebomlás, körforgás, baktérium, gomba, tápanyag

A tevékenység lépései:

1. A komposztálás fogalmának, folyamatának átbeszélése
2. A komposztálás folyamatát befolyásoló élő és élettelen tényezők
3. A gyerekeket osszuk 4-6 fős csoportra
4. Faágakból kerítsenek le egymás mellett négy négyszöget
5. A négyszögekből távolítsák el:
 - a. az elsőből semmit,
 - b. a másodikból az egész, még nem lebomlott leveleket, aljnövényzetet
 - c. a harmadikból az egész, még nem lebomlott és felismerhető leveleket,

aljnövényzetet

d. a negyedikben a felső ásványi talajrétegeig mindent.

6. Vizsgálják meg és mutassák be az egyes rétegek főbb jellemzőit

Eszköz- és anyagszükséglet:

- nagyító
- botok
- kis ásó/lapát

Módszertani javaslatok:

- Lehetőleg ne védett területen végezzük a gyakorlatot.
- Állítsuk vissza a lehetőségekhez képest az eredeti állapotot.

Lehetséges kiegészítő tevékenységek:

- Körforgás/lebontás
- Helyi fenntarthatóság

Fejleszthető kompetenciaterületek:

- Szociális (bizalomerősítés, érzékenyítés...)
- Anyanyelvi (kommunikáció...)
- Természettudományos (érezékszervi megfigyelés, fajismeret...)
- Matematikai (mérés, számolás, becslés, összehasonlítás...)

Hangya-tanösvény

Életkor: 5–16

Helyszín: Erdő

Létszám: 10–20

Időtartam: 30'

Kulcsszavak: figyelem, látásmód, beleézés, fantázia

A tevékenység lépései:

1. Izgalmas erdőrészlet keresése.
2. A játék ismertetése.
3. Kiscsoportok (3-4 fő) alakítása.
4. A kiscsoportok az erdőben érdekes részletet keresnek – 1 m-es szakaszt! –, ami bemutatásra érdemes. Kijelölik az 1 m-es madzaggal a „hangya-tanösvényt”.
5. Kiválasztanak valakit, aki bemutatja majd a tanösvény látnivalóit a „turistáknak” (a többi résztvevőnek). Az idegenvezető nagy beleéléssel, lelkesen hívja fel a figyelmet minden apró részletre!
6. Visszamegy mindenki a kiindulópontra, ahonnan együtt elindulnak majd a tanösvényekhez.
7. A „hangya-tanösvények” bemutatása. Kérdések.
8. Értékelés. Milyen más minden „más szemmel” nézve!

Eszköz- és anyagszükséglet:

1 m-es madzag/kiscsoport

Módszertani javaslatok:

A nagyobbakkal egyénileg, ill. párosan is lehet játszani, ha a csoport létszáma nem túl magas.

Csoportalakításra javaslat: különböző erdőben található természetes tárgyakat (pl. terméseket, faleveleket) teszünk a résztvevők kezébe, miután behunyták a szemüket. Azok, akik azonos tárgyat kaptak, kerülnek egy csoportba.

A tanösvény bemutatását lelkes „idegenvezetőként”, nagy beleéléssel jó játszani. A kisebbeknek érdemes mintát mutatnunk arra, mit is kérünk.

Lehetséges változatok:

„Minitúra” (J. Cornell játéka nyomán.): rövid felfedezést tesznek a résztvevők, egyénileg, a földön hasalva. Így figyelik meg az élővilág apró csodáit, kezükben nagyító. Kapnak egy 15-20 cm-es madzagot, amit oda helyeznek, ahol a legtöbb érdekességet találtak. Végül bemutatják a legizgalmasabb felfedezésüket. A szemük nem lehet kb. 30 cm-nél magasabban (3 kisarasznyira) a talaj felszínétől!

A játékvezető erős illattal beken egy madzagot, több méter hosszan, amit ezt követően szabálytalanul elhelyez a fűben. A játékosok feladata, hogy bekötött szemmel, térden szagolgatva jussanak a madzag végére.

Lehetséges kiegészítő tevékenységek:

„Hangyaszemmel”. Megnézni mindent egy adott területen (1-2 négyzetméter) belül, mintha hangyák lennének. Ehhez le kell feküdni az avarba, mert leginkább kúszva tudnak jól nézelődni. Egy nagyító jól jöhet. Utána el kell mondani, mit láttak, tapasztaltak, mit éreztek.

Fejleszthető kompetenciaterületek:

Szociális kompetencia (beleérző képesség, megfigyelés, együttműködés)

Anyanyelvi (kommunikáció, szövegalkotás)

Természettudományos (tájékozódás)



Darvas Kata

EURÓPAI ISKOLÁK A TISZTA VÍZÉRT

Tanári kézikönyv és útmutató az iskolai gyakorlati munkához

Az MKNE vállalta a koordinátori szerepet a „WATER CONNECTS”, azaz a „Víz Összeköt” projektben, amely a már hagyományos „BMW Tiszta Víz Verseny” nemzetközi projekt témáit viszi tovább. A projekt célja a különböző vízi ökoszisztémák tanulmányozása, kutatása és keresése a lehetőségeknek az állapotuk fenntartására és javítására. (Részletek itt találhatóak: a <http://www.cleanwaterregatta.com> weboldalon az ECO-SCHOOLS fül alatt)

A tanári segédanyag ehhez a projekthez készült.

VÍZ, VIZES ÉLŐHELY és VÍZ LÁBNYOM

Kék bolygónk és annak minden ökológiai rendszere függ a víztől; földünk felületének több mint 70%-a víz. De ez a sok víz nem csak a tengerekben, folyókban és tavakban található! A különböző vizes élőhelyek sokféleségét sorolja a Ramsari Egyezmény nevű nemzetközi jogi dokumentum a vizes élőhelyekről. Az általunk is megfigyelhető és vizsgálható édesvízi vizes élőhelyek nagy változatosságának áttekintését adjuk nagy vonalakban az alábbi rövid összefoglalóban:

- **Szárazföldi vizes élőhelyek:** folyók, patakok, vizesések, források, folyó torkolatok, összefolyások, időszakos folyók, lápok, elöntött erdők és alacsonyfekvésű területek, folyami dűnék és szigetek, állandó vagy időszaki tavak és mocsarak, időnként elöntött rétek, termálforrások, felszín alatti karsztvizek, stb.
- **Ember alkotta vizes élőhelyek:** pocsolyák, tócsák, víztározók, ivóvíztárolók, rizsföldek, duzzasztott vizek, agyag- vagy kavicsbányák tavai, stb.
- **(Tengeri vagy partvidéki vizes élőhelyek – ezek most nincsenek középpontban)**

A vizes élőhelyek biológiai sokféleségét sokféle negatív emberi hatás éri. Első ránézésre az emberek nagy része ezeket a területeket értéktelennek tekinti: régebbi hasznosításaik során többféle “talajjavítási” módszerrel alakították, a mocsarak és lápokot kiszáritották, a vizes élőhelyekből ipari és építési területeket csináltak, utakkal, autópályákkal tették tönkre, a folyókat csatornába terelték, elszennyezték, stb. A vizes élőhelyek száma földünkön folyamatosan csökken. Hogy ez a változás milyen hatással van a globális klímára és az emberiségre, még nem ismert. De a helyi változások megfigyelése és az édesvizek megőrzésére megoldások keresése projektek része lehet.

Javasolt tevékenységek:

- Tekintsétek át a közeletekben lévő vizes élőhelyeket, vagy válasszatok egy helyi vizes élőhelyet és elemezzétek ki jellemzőit. Fedezzétek fel eredetét, történetét, az emberi beavatkozásokat, élővilágát (flórát és faunát), stb.
- Értékeljétek a választott vizes élőhely állapotát – használjátok az útmutatóban ismertetett módszereket, vagy sajátotokat, a térképi, kémiai, fizikai vagy biológiai elemzéshez.

- Javasoljatok a vizes élőhelyek megőrzésére vagy visszaállítására ötleteket, legyetek aktívak ezek bevezetésében, például keressétek meg a helyi önkormányzatokat, hivatalokat.

A Víz Lábnym az édesvíz felhasználásának egy jelzőszáma. Segít abban, hogy kiderítsük, mennyi vizet fogyasztunk saját életünkben és háztartásunkban, környezetünkben vagy vállalkozásunkban, az élelmiszer-feldolgozásban vagy az iparban, és sok más területen. A Víz Lábnym nagyon jelentősen eltérhet a mezőgazdasági szezonoktól, az eső mennyiségétől, a termékek előállítás, gyártási módszereitől (és azok vízfelhasználásától) függően. Fedezzétek fel ezeket a különbségeket és gondolkozzatok el azok okain.

Javasolt tevékenységek:

- Elemezzétek ki saját Víz Lábnymotokat, és hasonlítsátok össze a többiekével.
- Elemezzétek ki az iskolai büfében kapható ennivalókat és javasoljatok fejlesztési lehetőségeket.
- Képzeltet el, víz-barát mezőgazdaságot és ipart, fedezzétek fel, van-e ilyen. Legyetek kritikusak!
- Hasonlítsátok össze a használt víz mennyiségét azzal, hogy mennyi víz van a természetben.



Alpesi lápos tó



Alpesi folyó szurdok



Kiszáradt folyóágy



Időszakos tó



Kő szökőkút



Keréknyomban kialakult időszakos ökológiai rendszer

A FOLYÓ ÁLLAPOTÁNAK ELEMZÉSE

Egy folyó vagy patak természeti állapotának vizsgálatakor válasszatok olyan időpontot, amikor a víz nyugodt – kerüljétek az árvízi vagy vihar utáni időszakokat. A folyónak egy legalább 100 méteres szakaszát figyeljétek meg. Minden egyes, a kérdésekre adott válasz pontokat ér. A végén adjátok össze, és vessétek össze a kérdőív értékelésében található leírással.

Vízmélység

- A víz mélysége gyorsan változik. (1 pont)
- A víz mélysége változik, de a folyó hosszabb szakaszain változatlan. (2 pont)
- A víz mélysége nem változik a folyó legnagyobb részén. (4 pont)

A víz sodrásának sebessége

- A sebesség gyorsan változik. (1 pont)
- A sebesség változik, de a folyó hosszabb szakaszain változatlan. (2 pont)
- A víz sebessége nem változik. (4 pont)

A folyóágy szélessége

- A szélesség gyorsan változik. (1 pont)
- A szélesség változik, de a folyó hosszabb szakaszain változatlan. (2 pont)
- A folyóágy szélessége nem változik. (4 pont)

A folyó kanyargása (előbb határozzátok meg, hogy hegységi vagy síksági folyóról van-e szó)

HEGYSÉGI FOLYÓ

- A folyó kanyarog, de nincsenek hirtelen, éles kanyarok. (1 pont)
- A folyó egyenesen folyik, ritkán vannak kanyarok. (2 pont)
- A folyó csatornában folyik és egyenesen fut le. (4 pont)

SÍKSÁGI FOLYÓ

- A folyó lassan kanyarog, néha vannak éles, hirtelen kanyarok. (1 pont)
- A folyó kanyarog, nincsenek éles kanyarok. (2 pont)
- A folyó egyenesen folyik, ritkán vannak kanyarok. (3 pont)
- A folyó csatornában folyik és egyenesen fut le. (4 pont)

Dűnék és szigetek

- A folyón vannak dűnék és szigetek növényzettel. (1 pont)
- A folyón vannak dűnék és ritkán szigetek. (2 pont)
- A folyón nincsenek sem dűnék sem szigetek (4 pont)

Akadályok a folyón

- A folyó szabadon folyik – nincsenek gátak, védőgátak. (1 pont)
- Fa vagy kő akadályok vannak a folyómederben. (2 pont)
- Sok 10 cm-nél magasabb akadály van a folyóágyban. (3 pont)
- Sok 10 cm-nél magasabb akadály van a folyóágyban. A folyóágy kikövezett vagy betonozott. (4 pont)

A folyó mellékfolyói

- A becsatlakozó mellékfolyó szabadon keveredik a folyóval. (1 pont)
- Az összefolyások természetesek, de kissé alakítottak. (2 pont)
- Az összefolyások módosítottak. (3 pont)
- Az összefolyások el vannak zárva, vagy csöveken keresztül vannak vezetve. (4 pont)

A folyópart

- A part egyes szakaszai meredek, máshol laposak. A folyópart nincs kövekkel, betonnal vagy fával megerősítve. (1 pont)
- A part egyes szakaszai meredek, máshol laposak. A folyópart részben fával van megerősítve. (2 pont)
- A meredek part a jellemző, fával vagy kővel megerősítve. (3 pont)
- A folyópart mindenütt meredek, és fával vagy betonnal van megerősítve. (4 pont)

Növények a folyóparton és a folyó környezetében

- A folyó partját szélesen bokrok és fák nagy változatossága fedi. A folyóhoz közel lápok, nádasok és vizes mezők találhatóak. (1 pont)
- A folyó keskeny partját bokrok és fák fedik. A folyóhoz közel elvétve mocsarak, nádasok és vizes mezők találhatóak. (2 pont)
- A folyó partját ritkán fedik bokrok és fák. Ösvények és mezőgazdasági tevékenységek közel vannak a vízparthoz. (3 pont)
- A folyóhoz közel nincsenek bokrok és fák. Az ösvények és mezőgazdasági területek a folyó partjáig érnek. (4 pont)

Holt fa

- A folyóágyban kidőlt fák és bokrok láthatók. A folyópartot uszadékfa borítja. (1 pont)
- Van uszadékfa a folyóban, de kidőlt fák és bokrok nincsenek. (2 pont)
- Nincs holt fa a folyóban. (4 pont)

Összes pontszám:

Értékelés - a folyó állapota

10 - 15 pont: Ez egy természetes állapotú folyó.

A folyó szabadon és teljesen természetesen folyik. Nagyon megfelelő élőhely növények és állatok számára és természetes módon változatos az élővilág. Örömet okoz felfedezni, elemezni.

16 - 24 pont: Ez egy majdnem természetes állapotú folyó.

A folyót a múltban némileg változtatták, de mégis megtartotta természetes jellegét. Jó élőhelyként szolgál növények és állatok számára. A folyó él, felfedezése egészséges és érdekes tevékenység lehet.

25 - 33 pont: A folyó nem néz ki túl jól.

A folyót jelentősen megváltoztatták. Benne az élet sok növény és állat számára akadályokba ütközik, vagy nem is lehetséges. A folyó csöndes és nyugodt.

34 - 40 pont: A folyó nagyon rossz állapotban van.

A folyó nagyon rossz állapotban van. A sodrása, a folyóágy és a part erősen módosított. Növények és állatok csak nagy nehézséggel tudnak benne élni. A sodrás nyugodt. A folyó felfedezése, a játszás mellette nem lehetséges, mert nem lehet a vízhez hozzáférni.



(További fejezeteket a szeptemberi számban olvashattok. – A szerk.)



Gyalog Mária

Indulj el egy úton... - avagy kéktúra másként

Biztos nagyon sokan vagyunk, akiknek fülébe cseng ez a szignál, hallják Sinkó László kellemes orgánumát, emlékeznek Rockenbauer Pálra, a guruló kerékre.

Mi is vágyakozva néztük az adásokat, csodáltuk a szép helyeket. Akkor még úgy gondoltuk, hát igen, ők megtehetik, idejük (pénzük) mint a tenger...

Közben sokfelé túráztunk párosan, barátokkal, mígnem egy karácsonyra barátnőm túrafüzetekkel lepett meg. Ezután megvettük az OKT térképeket is. az INDÍTtatás tehát megvolt. (Milyen találó szó!)

Nem sokat tanakodtunk, mivel férjem nagyszülői házát akkor újították fel, ott kezdtünk. Ez egy picike, gyönyörű falu Borsodban: Uppony. Nem messze a háztól a kék jel. Mivel március 15. közelgett, nekivágtunk a háromnapos ünnepnek. Meleg, tavaszi időt fogtunk ki, élvezetes volt. Mályinka és Putnok távolsága csak 20 km, de persze rokonlátogatást is beiktattunk, bejártuk a falut, temetőt.

Megvolt hát az első 3 pecsét! Így kezdődött 2007-ben.

Nem szabtuk határidőt a teljesítésre, hiszen évente csak 3-4 alkalommal jön össze a csapat. Nagyrészt a többnapos ünnepeken, ősszel és tavasszal. A létszám is változatos, kettőtől hétig.

Sokan, sokszor írtak már erről a túráról – nehéz újat mondani. Csak biztatni tudok mindenkit: vágjon bele!

Hogy mit jelent a címbeli másként?

Mivel a fenti időpontokban mindig sok a kiránduló, jó előre lefoglalom a szállást. E-mail, telefon nagy segítség. Általában 2 800 – 3 500 Ft az ár éjszakánként/fő, mert a konyha alapvető nálunk. Nagyon jólesik a közös vacsora, reggeli kávézás. Hogy milyen finom tud lenni egy zacskós leves a fárasztó napi túra (ázás-fázás) után! Ajánlom kipróbálásra. Persze a szállásról meg kell tervezni a távokat, oda- és visszautakat. Ha lehetséges, tömegközlekedéssel oldjuk meg, ha nincs megfelelő járat, autókkal.

Egy kis logisztika! Egyik kocsni marad, a másikkal elmegyünk a végcélig, otthagyjuk, majd gyalog vissza. Aztán elhozzuk az autót. Kicsit bonyolultnak tűnik, de bevált.

Mennyi élményben volt részünk ezek alatt az évek alatt! Bejártuk a Dunántúlt, pici falvakat és szép városokat, erdőt, mezőt, hegyet, völgyet. Áztunk is, tikkadoztunk is a melegtől, csúszkáltunk hóban-sárban. Előre kinéztük a nevezetességeket: templomokat, fürdőket, várakat. A sárvári, hévízi fürdőben jólesett ellazulni, a káptalan-tóti piacon kincsekre vadászni. (Többen naplót vezetünk az élményekről.)

Végül egy kis sztori – emlegetjük ám!

Ötvösről Sümegre indultunk. Útközben Kisvásárhelyen terveztük a pihenőt. Mivel nekem nemrég volt lábtörésem, az ottani kocsmában szándékoztam bevárni a többieket, hogy majd kocsival értem jönnek. Szemerklő esőben kiderült: NINCS A FALUBAN KOCSMA! (Igaz, csak 55 lakosa van.) Mit volt mit tenni, tovább bandukoltam. Hatalmas felhőszakadás kapott el minket. Zuhogó esőben caplattunk a műúton, míg Sümeg előtt pár kilométerrel felvett egy busz bennünket. Hát vannak ilyen „elcsalt” kilométerek is...

Miközben ezeket írogattam, ajándékot kaptam: A kék című könyvet. Egy fiatal egyetemista lány, Tóth Viktória írta szakdolgozatként. „Túranapló kezdő kalandoroknak”. Érdekes, olvasmányos, inkább a hagyományos hátizsák+sátor módszer.

Lehet tehát választani! Sok szép élményt szerez, aki *elindul az úton*.



A házisajt receptje azoknak, akik kóstolták a közgyűlésen - és azoknak, akik nem Jantnerné Oláh Ilonától

Hozzávalók:

1 l tej
50 dkg túró
6 dkg vaj
1 egész tojás
1 kávéskanál só
1 kávéskanál szódabikarbóna

Ízésítésként bors, zöld fűszerek, kakukkfű, kömény, fokhagyma stb. - kedved szerint.

Elkészítés:

1 l aludt vagy forró tejet és a fél kg túró, - melyet előtte krumplyomón áttörtél - főzz össze 5 percig.

Nyomkodás nélkül szűrd le róla a savót, majd lábasba téve a 6 dkg vajjal, egész tojással, szódabikarbónával, óvatosan kevergetve főzd 15 percig.

Amikor elvállik a lábas oldalától, vedd le a tűzről és rakd tetszőleges formába.

2 óra múlva reszelhető is lesz.

Remélem neked is sikerül!

Üdvözlettel: Ili

*És itt egy levél **Reitli Ceciliától**, akinek receptje szintén ismerős ízeket idéz:*

Kedves Éva!

Dietetikus barátnőm bátorítására készítettem és vittem az **aszalt sárgabarackos golyókat** a közgyűlésre.

Először finomra aprítunk 100g mandulát, majd hozzákeverjük aprítógéppel a 100g aszalt sárgabarackot, amit előzőleg egy óráig vízben áztattunk. Hozzáadjuk még két mandarin és fél citrom levét. Kevés mézzel édesítjük, ízlés szerint. Kb. négy evőkanál amaranttal tesszük gyúrhatóvá a masszát. Ez a disznóparéj puffasztott magja, ami sok kalciumot, magnéziumot és vasat tartalmaz.

A formázott golyókat tetszés szerint bármibe lehet forgatni, amarantba is!

Jó étvágyat hozzá!

Cili



Ahogy újra végigfutottam a sorokon, örömmel láttam, hogy szinte maguktól épültek egymásra a gondolataitok, hasznos ötleteitek! Az elméleti alapvetéstől a gyakorlatig, a kis óvodásoktól a 80+-os korosztályig bárki talál köztük kedvére valót. (A legkisebbek számára persze nekünk kell kiválogatnunk a kedvükre valót:)))

*Köszönöm a szerzők munkáját, várom további írásaitokat!
Szép nyarat, jó pihenést kívánok Mindnyájatoknak!*

Gyalog Éva, Bag (gyalog.eva@gmail.com)