

KATEDRA

XXX. ÉVFOLYAM, 8. SZÁM

SZLOVÁKIAI MAGYAR PEDAGÓGUSOK ÉS SZÜLŐK LAPJA

2023. ÁPRILIS

A HÓNAP TÉMÁJA: UTAZÁS

- HAJABÁCS ZSUZSA: „VILÁGOT LÁTNÍ ÉS ÚJ EMBEREKET MEGISMERNI.”
HAJABÁCS ANDREA ÚTMUTATÓJA
AZ ERASMUS+ PROJEKTEK VILÁGÁBA
- GERGELY VIKTÓRIA: EGYETEMISTAKÉNT
A NAGYVILÁGBAN. MENNI VAGY MARADNI?
EZ ITT NEM KÉRDÉS
- ELEK JÓZSEF: MERRE VAN A „CSEHEK MOHÁCSA?”
RENDHAGYÓ TÖRTÉNELEMÓRA FEHÉRHEGYEN
- PETRES CSIZMADIA GABRIELLA – SÜTŐ CSABA
ANDRÁS: VÁROSNÉZŐ IRODALMI VETÉLKEDŐ
- KRALINA HOBOTH KATALIN:
EGY CSALÁD – TÖBB NYELV
- SÓNFELD MÁTYÁS: A ZENEBATYU
ÉLMÉNYPROGRAM AZ ÓVODÁBAN ÉS
AZ 1-2. OSZTÁLYBAN (1. RÉSZ)
- VÁSÁRHELYI ZSÓKA: AZ EVOLÚCIJÓ JÁTÉKI –
BESZÁMOLÓ, ÖTLETADÓ ÉS AJÁNLÓ

TARTALOMJEGYZÉK

- 2 SEBŐ VERONIKA – LÉPES ANDRÁS:
AZ ÖRÖK VÁROS – AZ ÖRÖK KEDVENC
- 3 HRBÁCSÉK NOSZÉK MAGDALÉNA:
AZ ÚT ÉS A CÉL
- 4 HAJABÁCS ZSUZSA:
„VILÁGOT LÁTNI ÉS ÚJ EMBEREKET
MEGISMERNI”
HAJABÁCS ANDREA ÚTMUTATÓJA
AZ ERASMUS+ PROJEKTEK VILÁGÁBA
- 7 GERGELY VIKTÓRIA:
EGYETEMISTAKÉNT A NAGYVILÁGBAN.
MENNİ VAGY MARADNI?
EZ ITT NEM KÉRDÉS
- 9 ELEK JÓZSEF:
MERRE VAN A „CSEHEK MOHÁCSA?”
RENDHAGYÓ TÖRTÉNELEMŐRA
FEHÉRHEGYEN
- 11 PETRES CSIZMADIA GABRIELLA –
SÜTŐ CSABA ANDRÁS:
VÁROSNEZŐ IRODALMI VETÉLKEDŐ
- 14 TÓTH ATTILA – JURÍK TÜNDE:
MENTSÜK, AMI MENTHETŐ!
KÖRNYEZET TUDATOSSÁGRA
NEVELÉS A FIATALOK KÖRÉBEN
- 16 VÁSÁRHÉLYI ZSÓKA:
AZ EVOLÚCIÓ JÁTÉKI –
BESZÁMOLÓ, ÖTLETADÓ ÉS AJÁNLÓ
- 18 KRALLINA HOBOTH KATALIN:
EGY CSALÁD – TÖBB NYELV
- 20 SÖNFELD MÁTYÁS:
A ZENEBATYU ÉLMÉNYPROGRAM
AZ ÓVODÁBAN ÉS AZ 1-2. OSZTÁLYBAN
(1. RÉSZ)
- 23 ÁGH BARBARA – SLÁVIK ÉVA:
MESÉS-SPORTOS TÁJÉKOZÓDÁS
ÓVODÁSOK SZÁMÁRA
A SZABADIDŐKÖZPONTBAN
- 25 BALOGH KINGA:
TESTEDZÉS MENTSTRUÁCIÓ ALATT
- 26 CSICSAY ALAJOS:
ELÉRKEZTÜNK A MÁHOZ
- 29 ALBERT SÁNDOR:
A PATINÁS KASSAI IPARISKOLÁRA
EMLÉKEZVE
- 32 TÓTH TIBOR:
HATODSZORI MADARI GYŐZELEM A
VÁMBÉRY ÁRMIN FÖLDRAJZVERSENYEN
- 33 MÉSZÁROS TÍMEA – NAGY CSILLA:
KÖZÖSSÉG ÉS MŰVÉSZET A SELYE JÁNOS
EGYETEM TANÁRKÉPZŐ KARÁN
- 36 STIRBER LAJOS:
MŰSORBŐRZE
- 37 ISKOLAHÍR

HRBÁCSÉK NOSZÉK MAGDALÉNA

AZ ÚT ÉS A CÉL

A légy zümmögését is hallani az osztályteremben. Tudáspróbát írnak a diákok, én meg kicsit elkalandozok a gondolataimban.

Az jut eszembe, hogy a régvolt Athénben a gyermekvezető rabszolga, a pedagógosz, kézen fogta a gyermeket, hogy elkísérje az iskolába, majd haza is vezette, figyelte, felügyelte a tanulását. A felkészülés útját. Nagy kihívás, szép feladat és hatalmas felelősség a miénk, mert az úton, amelyen vezetjük a gyermeket, bármi megtörténhet, ami a csillagokig repíti, de földre is dőngölheti, persze nem kell mindig végletekben gondolkodni.

Ide kívánczik egy rövid intermezzo:

– Jó úton jár a gyerek? – kérdezte egy alkalommal (nagyon régen) az egyik szülő. Mivel a kérdés eleve szerteágazó, a válasz is az lehetne, de csak ennyit mondtam:

– Igen, jó úton.

Tovább kutakodom az emlékeimben.

Egy pillanatra a diák szerepébe bújok. A fizikatanárom jut eszembe, aki vég nélkül szajkózza az $s = v \cdot t$ képletét. Magyaráz, vezet a felfedező utunkon, hogy képesek legyünk befogadni a tudást.

– Hogyan jutunk el A pontból a B pontba? A tudatlanságból a tanulás kalandtúráján át a célig? Botladozunk vagy kézen fognak és vezetnek minket? Helyetünk is lépdelnek, vagy csak mellettünk jönnek és figyelik lépéseinket, netán kísérnek, terelgetnek, segítenek minket az úton? – vetem fel a kérdést magamban. Ha akarjuk, véget nem érő, csodás utazás lehet a tanulás, kicsi a pontokból kicsi b pontokba jutunk, legyőzve az út akadályait, míg a nagy célokhoz érünk, hogy újabbakat tűzzenek ki számunkra vagy magunknak. Újabb és újabb kihívásokat kergetünk. Ha eltévedünk, ha tudatosan letérünk a jó útról, drámaian is romolhat a helyzet, s van mit teperni, hogy visszataláljunk a szűk útra, sőt néha a pályafordulást sem kerüljük el!

Miközben ezek a gondolatok, emlékek cikáznak a fejemben, ülök a katedra mögött. Az osztályban csend honol, a diákok bőszen írnak... A számonkérés ideje van, a „mit tanultál meg az úton” pillanata. Kíváncsian várom, hogy olvashassam a dolgozatokat, s megtudjam, jó úton halad(t)-e a gyermek, sikeresen beért-e az egyik kis célba, s haladhatunk-e tovább. A tapasztalat mondatja velem, a tanításban nincs egyértelmű képlet. Út van, cél van, az idő adott vagy szükség esetén meghosszabbított, a sebesség pedig helyzet- és gyermekfüggően változó.

Szerepcsere nélkül, magyartanárként folytatom a kis tünődéseim. Összeszedem a „dolit”, újra startvonalra állunk. Én és a rám bízottak. Felütöm a tankönyvet, s mesélni kezdem a királyfi történetét, aki legyőzi a sárkányt, majd egy későbbi A pontban olvasunk Odüsszeusz megpróbáltatásairól, egy újabb pontban Vörösmarty hármast útját boncolgatjuk, s szépen, lassan az út toposzának hatalmas irodalmi kínálatát tálalom az évek során.

Nézem a gyermeket, kérdéseimmel megpróbálom felszínre csalni a válaszokat, amivel ráérek az elmozdulásra, a belső utazásra. Igyekszem figyelemmel kísérni a fejlődési ívet, amivel az irodalom hatni tud. Ez is a dolgom.

Tudatában vagyok annak, hogy kinek-kinek a maga szakterületén más és más tartalommal telítődik meg a tanórája, de van közös tényezőnk: az út és a cél.

Csak legyen elég időnk, erőnk, hitünk és hátszelünk vezetni a gyermeket az úton.

Ez tényleg egy csodás kihívás, ez tényleg egy nagy utazás!

Mi naponta elmondhatjuk: kalandra fel!

HAJABÁCS ZSUZSA

„VILÁGOT LÁTNÍ ÉS ÚJ EMBEREKET MEGISMERNI”

HAJABÁCS ANDREA ÚTMUTATÓJA AZ ERASMUS+ PROJEKTEK VILÁGÁBA

Hajabács Andrea 2001-ben kezdte pedagógiai pályáját a komáromi Kereskedelmi és Szolgáltatóipari Szakközépiskolában, szaktantárgyak tanáraként. Akkor még nem is sejtette, hogy húsz év múlva az oktatási stílusa teljesen máshogy fog kinézni. Jelenleg több, sikeres Erasmus+ projektet tudhat maga után, és mivel ő Komárom nem hivatalos projekt-királynője, keresve sem találhattunk volna jobb interjúalanyt a pályázatírás titkainak bemutatására.

■ Hogyan és mikor kerültél bele az Erasmus+ projektek világába?

■ 2011-ben, amikor egy kolléganőm volt felelős a projektekért. Ő kért meg az együttműködésre. Akkor azt gondoltam, hogy ez egy egyszeri alkalom lesz. De azóta egyre jobban elmélyedtem a projektekben.



| Hajabács Andrea

■ Mik az Erasmus+ projektek előnyei a középiskolás diákok számára?

■ Mindenképpen az, hogy világot láthatnak, új embereket ismerhetnek meg. Valaki számára lehet, hogy ez az első és egyetlen alkalom, amikor egy távolabbi országba eljuthat. Szélesíti a diákok látókörét, nyitottabbá válnak a világ felé, nem félnek megtapasztalni új dolgokat. És nagyon sokat megtudnak önmagukról is egy-egy utazás során.

■ Milyenek voltak a legelső projektjeid, amikben csak segítettél?

■ Török, román, bolgár és portugál középiskolákkal dolgoztunk együtt, és azt hasonlítottuk össze, hogy hogyan is zajlik a szakképzés, szakmai gyakorlat az egyes iskolákon. Ezek közül két helyen voltam, Törökországban és Portugáliában, aztán természetesen segédkeztem, amikor mi láttuk vendégül a projekttalálkozót. Utána a már említett kolléganő munkahelyet váltott, és egy másik kolléganő vette át az Erasmus-projekteket. Vele egy kooperatív-interaktív tanulásról szóló programon dolgozunk, román és olasz iskolákkal. Közben ez a kolléganő felfedezte azt a lehetőséget is, hogy az Erasmus keretein belül a tanárok is részt vehetnek iskolázásokon, és ennek köszönhetően Londonban voltunk két hetes továbbképzésen, amely a CLIL módszerrel szolgált.

■ Tehát a diákokon kívül a tanárok is hasznosíthatják a projekteket. Milyen lehetőségek vannak erre?

■ A tanárok saját szakmai fejlődésük céljából is pályázhatnak, ki is mehetnek külföldre, különböző témájú és hosszúságú továbbképzésre. A pályázatban meg kell indokolni, hogy miért is szeretne a pedagógus részt venni a továbbképzésen, milyen területen szeretné magát fejleszteni. A támogatás fedezi az útiköltséget, tandíjat, valamint az ottléttel járó összes kiadást. Az iskolázáson tanultakat természetesen be kell iktatni a tanításba.

■ Milyenek voltak az első projektjeid, amiket már te írtál?

■ Szerencsémre jó tanítóim voltak, főleg Katikától tanultam nagyon sokat. Ő igazán profi a projektírásban. Miután iskolát váltott, én bonyolítottam le a már futó projekteket, de a pályázatok megírása javarészt az ő érdeme, egészen 2018-ig. Az első teljesen önálló pályázatomban egy akkreditációs pályázat, amelynek köszönhetően 2021 és 2027 között rendszeresen biztosíthatunk külföldi szakmai gyakorlatot diákjainknak, a pedagógusaink részt vehetnek külföldi képzéseken és külföldi versenyekre is nevezhetünk a diákjainkkal. Az akkreditációnak köszönhetően az egész pénztámogatási igénylés sokkal egyszerűbb.

■ Mik a projektírás kihívásai?

■ A sok bla-bla-bla. Mikor az embernek az az érzése, hogy már tizenötödször kérdezik meg ugyanazt és mindenre 5 000 karakteres választ várnak. De végül is az ember megérti, mert nem kevés pénzt akarnak ránk költeni, ezért az a legkevesebb, hogy megkérdezik, miért is van nekünk szükségünk erre. Bár nekem személy szerint a jelmondatom: „röviden, tömören, velősen”, ezért számomra a bő mondatok megfogalmazása jelenti a legnagyobb kihívást.

■ Mindez nagyon megterhelőnek tűnik egy ember számára, és, ugye, miután a kollégáid elmentek, egyedül maradtál a projektek koordinálására. A lebonyolítás során azonban biztosan akad segítség, igaz?

■ Nem szeretnék nagyképi lenni, de a munka 90%-át én csinálom, már ami a pályázat lebonyolítását, a szállás biztosítását, a repülőjegyek beszerzését, a diákok kiválasztását és felkészítését, az egész projekt megszervezését illeti. De vannak segítőim, akik főleg a nyelvi felkészítéssel foglalkoznak és a szervezési munkákba is besegítenek. A felügyeleten is osztozunk.

■ Hány projektben vettél már részt?

■ Folytatnám akkor Londonnal, ahol a továbbképzésen voltunk 2015-ben, és az ottani ügynökség felajánlotta, hogy diákokat is vihetnénk szakmai gyakorlatra. A kolléganőm nem is habozott, és ennek köszönhetően 2016-ban és 2017-ben két hetet tölthetnek diákjaink londoni cégeknél mint irodai asszisztensek. Ebben a projektben mint felügyelőtanár vettem részt.

Miután Nagy-Britannia kilépett az Európai Unióból, más angol anyanyelvű országot kerestünk. Így jött az ötlet, hogy próbáljunk meg Máltán munkahelyeket találni a diákjaink számára. Ennek a pályázatnak a megírásánál a kolléganőm még nagy szerepet játszott, de utána átadta nekem a stafétát. Kétszer egy hónapot töltöttem Máltán a diákjainkkal, akik között volt cukrász, szakács és kereskedelmi akadémia szakos is.

Időközben egy ismerős szállított meg minket, aki évek óta Franciaországban él és tanít, hogy volna-e kedvünk együttműködni. Természetesen volt. Hasonló beállítottságú szakközépiskolában dolgozik, mint a miénk, ezért első körben a cukrász-szakács diákjaink tölthettek Le Mans-ban három hetet, és viszonzásként mi is vendégül láttunk öt francia diákot, akik komáromi éttermekben és pékségekben végezték a három hetes szakmai gyakorlatukat. Ezt követte a már szintén említett Dublin, amit a londoni ügynökségen keresztül intéztünk. Tehát a legfontosabb a kapcsolatok építése, mert sose tudni, hogy milyen ajtók nyílnak még előttünk.

■ Ez mind szép és jó, de sok tanárt pont a rengeteg papírmunka riaszt el. Milyen lehetőségek vannak, ha valaki nem akar saját projektet írni?

■ Nagyon megerőltető és hatalmas felelősség, ha valaki bevállalja, hogy ő lesz a projektkoordinátor, ami, ugye, azzal jár, hogy ő írja meg az egész pályázatot, partnereket keres és lebonyolítja az egész folyamatot. Ehhez nemcsak kellő tapasztalat, hanem elszántság, idő, ép idegrendszer és türelem kell.

Valamivel egyszerűbb, ha valaki csatlakozik egy projekthez, tehát nem ő a fő koordinátor. Ilyenkor a partneriskola szerepét tölti be, mint ahogy mi is a litván főszervezésű projektnél, amiről még mesélni fogok a későbbiekben. Ilyen projekteket a legegyszerűbb valamilyen szociális hálón vagy az e-Twinning oldalon találni. Az óvodáktól kezdve a szabadidőközpontokon keresztül a középiskolák minden típusa megtalálhatja a neki szimpatikus projektet, megszólítja az illetőt és már kezdetét is veszi egy csodálatos együttműködés.

Partnerként csatlakozni egy projekthez sokkal kevesebb papírmunkával jár, elég leírni, miben tud hozzájárulni az adott projekthez, egy vázlatot készíteni az általa szervezett projekttalálkozóról, és utána csak aktívan részt kell venni a projekt lebonyolításában. Maga a pályázat megírása és benyújtása a főszervező dolga.

■ Eddig a múltból és a kezdetekről beszéltünk, most térjünk át egy kicsit a jelenre. Most milyen projekteken dolgozol?

■ Jelenleg kétfajta projekt fut az iskolákon. Az egyiket keresztül szakmai gyakorlatot biztosítunk, ennek köszönhetően öt cukrász-szakács diákunk három hetet töltött Franciaországban, ahol éttermekben és pékségekben tanulták meg a francia konyha titkait. Novemberben pedig tíz kereskedelmi akadémia szakos diák töltött háromhetes szakmai gyakorlatot az ír fővárosban, Dublinban.

A másik projekt öt középiskola együttműködésével zajlik, melynek fő koordinátora egy litván gimnázium. A projekt célja a pénzügyi tudatosság fejlesztése. Ez a projekt egyhetes kölcsönös látogatásokra épül, tehát ellátogatunk a partneriskolákba 1-1 hétre, ahol különböző feladatokat oldunk meg, héttagú diákcsapatokkal. A partneriskolák Romániában, Portugáliában, Görögországban és Litvániában vannak.

■ Ezek mind több napos, akár több hetes projektek. Hogyan oldjátok meg a szállást a diákoknak?

■ A szállás mindig helyzettől függ, ennyi év alatt már sok mindennel találkozunk. Londonban és Dublinban az ügynökség családoknál biztosított szállást. Ennek is megvoltak az előnyei és hátrányai, érdekes tapasztalat volt számukra a helyi otthoni konyha megízlelése, nem mindenhol esznek pirítóst ketchuppal reggelire.

A felügyelőtanárok saját maguknak biztosítanak szállást, általában valamilyen közismert szálláskereső program segítségével. Máltán viszont az ügynökség egy egész lakótömböt biztosított nekünk, ahol háromszobás apartmanokban volt az egész csapat elszállásolva, aminek nagyon jó közösségépítő hatása volt. Bár a mosogatás mindig okot adott a vitára. Franciaországban sikerült egy kisebb családi házat bérelni, itt szintén egy fedél alatt volt az egész csapat. Ami az egyhetes projekttalálkozókat illeti, ott mindig szállodában vagyunk elszállásolva, amit a projekttalálkozó szervezője biztosít. Általában egy helyen vagyunk az összes résztvevővel, így nagyon intenzíven tudunk dolgozni és ismerkedni.

■ Visszaemlékezve a középiskolás éveimre és az osztálytársaimra, elég vadak voltunk, épp akkor kezdtük felfedezni magunkat és a körülöttünk levő világot. Ha ehhez még hozzáteszem a külföldi, ismeretlen környezetet is, el sem merem képzelni, mi járhat némely diák fejében. Hogyan oldjátok meg a felügyeletüket?

■ A probléma elkerülése már a diákok kiválasztásánál kezdődik, próbálunk megbízható csapatot összeállítani, megelőzve a lehetséges magaviseleti gondokat. Külföldi utakra minimum két felügyelő javasolt, mivel idegen környezetben mindig érik az embert meglepetések. A diákok számára is új a helyzet, ezért előfordul, hogy az utazásban tapasztaltabbak is megtorpannak, eltévednek, hazavágynak, megbetegednek. Hogy minden résztvevő számára megfelelő felügyeletet tudjunk biztosítani, elengedhetetlen, hogy minimum ketten legyünk. Mivel ezeknek a projekteknek a közös nyelve az angol, nem árt, ha a felügyelőtanárok legalább alapszinten tudnak angolul.

■ Az évek alatt rengeteg projektben részt vettél és rengeteg helyen jártál már. Melyek voltak a legemlékezetesebb projektek számodra, valamint a diákok számára?

■ A szakmai gyakorlatot biztosító projektek, mivel több hetesek, sokkal maradandóbb élményeket nyújtanak, mind a résztvevő diákoknak, mind a felügyelő tanároknak. A diákok fantasztikus szakmai tapasztalatra tesznek szert, megismerkednek egy új kultúrával, szokásokkal, és többnyire rájönnek, hogy milyen jó hely is ez a Komárom.

Nem tagadom, a felügyelőtanárnak amellest, hogy hatalmas felelőssége van és minden egyes alkalommal a nap 24 órájában azon izgul, hogy minden rendben legyen, senkinek semmi baja ne legyen és tövig rága a körmét, hogy mindenki elégedett legyen és minden rendben menjen, jut egy kis ideje körülnézni is.

Mikor több hétre megyünk a diákokkal, kötelezően együtt töltjük a hétvégét és elrángatjuk őket múzeumokba, kirándulásokra, ismeretterjesztő sétákra, ahol a diákok már izgatottan várják, hogy elővegyem a kis útikönyvet és elkiáltsam magam: group fotó!

■ Mik a kedvenc helyeid, ahova a projekteknek hála ellátogathattál?

■ Lisszabont imádtam, és nagyon remélem, hogy sikerül majd úgy alakítanom az elkövetkezendő projekteket, hogy oda még vissza tudjak menni – diákokkal együtt, természetesen. Második helyen London áll, és mindig kellemes meglepetést okoz Románia.

■ Ért-e valamiféle kultúrsokk az utazások során?

■ Na hát ez a ketchupös pirítós. A legnagyobb kultúrsokk talán az, hogy az országok többsége mennyire büszke a saját népére és országára, habozás nélkül bármikor eléneklik a himnuszukat, bárhol és bármikor képesek spontán néptánc-órát tartani, és büszkén mutatják be az életmódjukat.

A londoni, dublini és a máltai közlekedést bizony pár napig szokni kellett. Nemcsak az, hogy az út másik oldalán közlekednek, de hogyan. A busz valóban emeletes, de le kell stoppolni, és még akkor se biztos, hogy megáll. Az online térkép nagyon nagy segítség, de a buszmenetrend nem éppen aktuális. Előfordulhat tehát, hogy 10 perc helyett akár 1 órát is kell várni. Dublinben rengeteg busz jár, mégis A pontból B pontba eljutni másfél óra. Nem árt, ha az ember erősen kapaszkodik és görcsösen fogja a csövet minden egyes kanyarban és fékezéskor. Különböző előfordulhat, hogy közelebről megnézi az üveglakot.

Az étel szintén okozott már meglepetéseket, az ember nem a kocsmában várja a legjobb ebédet, de Londonban és Dublinban ha az ember jót akar enni, bizony, kocsmába kell mennie.

Érdekes különbség a melegebb és hidegebb éghajlatú országok között, hogy a déliek sokkal lazábbak, nem stresszelnek, nagyon sokat mosolyognak, és lazább a munkamoráljuk is.

■ Rengeteg stressz, gyönyörű helyek, kegyetlen mennyiségű papírmunka, új élmények. A nyilvánvaló okokat kivéve miért éri meg a tanároknak projektetni?

■ Mint tanárnak fontos, hogy valami pluszt adjak a diákjaimnak. Valamivel emlékezetesebbé tegyem a négyéves kínzást az iskolapadban, valami olyat adjak útravalónak, ami csak pár hétig tart, de mégis meghatározóan befolyásolja az életüket. Én mint aktív résztvevője ezeknek a projekteknek nagyon sok olyan helyre eljutottam, ahova másképp nem biztos, hogy elmentem volna. Ilyen például Casarano, Olaszország csizmasarkának a csücskében, vagy Románia, ami nem egy lukratív helynek számít.

Nagyon értékes része a projektnek a szakmai tapasztalatcsere, mert, ugye, folyton más tanárokkal találkozunk, beszélgetünk, összehasonlítunk, kölcsönösen kipanaszkodjuk magunkat, és ránk is igaz, hogy vannak a mi iskolarendszerünknek is pozitívumai, a másik oldalon pedig vannak olyan területek, amikben még fejlődhetnénk egy picit.

■ A rengeteg projekt között elveszhetnek az igazán fontos dolgok. Mik a legnagyobb sikerélményeid?

■ Amikor Katika kolléganőm munkahelyet váltott és rám maradt az egész projekt, akkor tele voltam kétellyel, hogy vajon mi fog ebből az egészből kisülni. Hogy az egész ne legyen olyan egyszerű, közbeszólt a pandémia is és az eltérő hozzáállású projektpartnerek. Míg a lengyel nagyon tapasztalt és megbízható volt, csak a feladatra fókuszált (semmi szabadidős foglalkozást nem szervezett be az ottani projekttalálkozóra), az olasz okozott pár őszhajszálát – viszont nagyon vendégszerető volt. A görög világot akart látni.

Végül ez a változatos csapat egy fantasztikus alkotott, az egész projekt arról szólt, hogy összehasonlítsuk, hogyan lehet vállalkozást létrehozni az egyes országokban, milyenek a fizetések, az adó és biztosítási illetékek, hogyan lehet vállalkozói bankszámlát nyitni, hogyan kell reklámfilmeket forgatni, cégimázst építeni, stb. Azzal, hogy közbeszólt a Covid, nem tudtuk vendégül látni a partneriskolákat, ezért az öt-napos programot teljesen online kellett lebonyolítani. Az online oktatás akkor még nagyon gyerekcipőben járt, és az nagyon durva volt.

Ezzel a projekttel 2022-ben elnyertem az „Európska značka pre jazyky” (European Language Label) címet. A szakmai zsűrinek pont az tetszett, hogy itt nem a hétköznapi angolt használtuk, hanem a biznisz angolt.

■ Végül, de nem utolsósorban: megéri a sok munka, ami a projektírással jár?

■ Mindenképpen. Az ember morog, de örül. Szerintem a projektírók mind egy kicsit mazochisták, nagyon támogató családtagokkal.

■ Nagyon szépen köszönöm az interjút és sok sikert, valamint kitartó idegrendszert kívánok az elkövetkezendő projektekhez.



GERGELY VIKTÓRIA

EGYETEMISTAKÉNT A NAGYVILÁGBAN

MENNI VAGY MARADNI? EZ ITT NEM KÉRDÉS

Valljuk be, sokan eljátszottunk a gondolattal, hogy milyen lenne rövidebb vagy hosszabb időt külföldön tölteni. A külföldi élet kipróbálására remek lehetőségként szolgálnak az egyetemek által kínált ösztöndíjprogramok. Ezeknek köszönhetően az egyetemisták pár hónapot külföldön tanulhatnak vagy akár dolgozhatnak is. Mégis sokan félnek belevágni és elindulni a nagyvilágba. A másoktól hallott sok pozitív tapasztalat ellenére folyamatosan kérdések tömkelege sorakozik az esetleges jelentkező fejében: „vállaljam a kiutazást, mit csináljak, hova, mikor és kivel menjek? Egyedül nekivágni a nagyvilágnak? Mi van, ha nem lesz jó?” Az ilyen és hasonló, sokszor ki nem mondott kérdések özöne miatt maradnak inkább itthon a diákok.

Elöljáróban annyit mondanék minden egyetemi hallgatónak, hogy vágjon bele! Megéri! Senki ne hagyja ki ezt a lehetőséget! A program a külföldi tartózkodáson, nyelvhasználaton, nemzetközi kapcsolatépítésen és számos más pozitívumon kívül egy életre szóló élményt nyújt. Jelen ajánló az egyetemek által kínált külföldi ösztöndíjprogramok előnyeit és lehetőségeit mutatja be.

MIÉRT ÉRDEMES KÜLFÖLDÖN TANULNI VAGY SZAKMAI GYAKORLATOT VÉGEZNI?

Magabiztos nyelvhasználat

A 21. század egyik legfontosabb kulcskompetenciája az idegennyelv-tudás. Kétségtelen, hogy a nyelvtanulás a célnyelvi környezetben a leghatékonyabb. A külföldi tartózkodás során az egyén folyamatosan az idegennyelvi környezet hatása alatt van, idegennyelven beszél, elsajátítja egy másik nyelv dinamikáját, mindennapi használatát, és fejleszti az idegennyelvi kommunikációs kompetenciáját.

Önismeret és önbizalom

A jelentkező már a jelentkezés pillanatában kilép a komfortzónájából. A külföldön töltött hónapok alatt rengeteg új inger éri az egyént. Kizökken a megszokott életéből, új tapasztalatokat szerez, eddig meg nem szokott helyzetekben kell egyedül helyt állnia. Az ismeretlen helyzetekben való helytállás segíti a függetlenedést, az önbizalom növelését és önmagunk felfedezését is.



| Kép: <https://ied.eu/blog/the-erasmus-plus-programme/>

Külföldön szerzett tapasztalat – a munkaerőpiaci esélyek növelése

Legyen az külföldi tanulás vagy szakmai gyakorlat, mind a kettő jól mutat az önéletrajzban, és pozitívan befolyásolja később a munkaerőpiacon való elhelyezkedést. A munkáltatók szívesen alkalmaznak olyan fiatalokat, akik nemzetközi ösztöndíjprogramokban, nemzetközi szakmai gyakorlaton vettek részt.

Utazás és kultúraismeret

A külföldi országokban a legtöbb ember turistaként tölt el pár napot, meglátogatja a legismertebb látványosságokat, és már jön is haza. Ez azonban nem hasonlítható össze a több hónapos ottléttel. Az ösztöndíjprogramok által nem turisták leszünk az adott országban, hanem ténylegesen belelátunk az ottani emberek hétköznapijaiba. Ez segít megismerni az emberek mentalitását, sokféleségét. Fejlődik az interkulturális kommunikációs készségünk is. A külföldön töltött hónapok remek lehetőséget nyújtanak a kapcsolatháló növelésében is.

MILYEN LEHETŐSÉGEKET KÍNÁLNAK AZ ÖSZTÖNDÍJPROGRAMOK?

Manapság már rengeteg ösztöndíjprogramot ismerünk, melyek különböző időtartamú mobilitásokat kínálnak különféle országokba. A legismertebb az *Erasmus+ ösztöndíjprogram*. Az Erasmus+ egy széles körű uniós program, ami az európai oktatás, képzés, ifjúságügy és sport támogatására irányul. Az aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkező egyetemi hallgatóknak lehetőségük van maximum 12 hónapos tanulmányi célú mobilitásra vagy szakmai gyakorlat elvégzésére a tanulmányi képzés minden ciklusában. A tanulmányi mobilitás során a hallgató egy partnerintézményben végzi a tanulmányait egy vagy két szemeszteren keresztül. A szakmai gyakorlat során nem feltétel, hogy partnerintézménybe menjen a hallgató, hanem bármely Erasmus+ célországban működő vállalkozást választhat. A jelentkezés folyamata intézményenként eltérő lehet, ezért célszerű felkeresni az egyetem weboldalát és az intézményi Erasmus-koordinátort, aki bővebb információkkal tud szolgálni.

Az Erasmus+ programon kívül magyar viszonylatban mindenképp említést igényel a *Makovecz Hallgatói Ösztöndíjprogram*, a magyar nyelvű képzést folytató külhoni és magyarországi felsőoktatási intézmények közötti együttműködési programja. A Makovecz program alap-, mester- és doktori képzésben résztvevő aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkező magyar egyetemistáknak szól. A program során a hallgatók részt vehetnek egy teljes szemeszteres részképzésen vagy egy részképzős tanulmányúton egy magyarországi vagy Kárpát-medencei felsőoktatási intézményben. A jelentkezés folyamata és a választható intézmények szintén egyetemenként változhatnak, ezért jelentkezés előtt ajánlott felkeresni a kari Makovecz-koordinátort.

A hallgatói ösztöndíjprogramokat tekintve jól ismert még a SAIA (Slovenská akademická informačná agentúra – Szlovák Akadémiai Információs Ügynökség), amely szintén széleskörű ösztöndíjprogramokat kínál. Részletes információk a programokról, jelentkezési folyamatokról megtalálhatóak a SAIA weboldalán.

Ajánlásunkban az egyetemistáknak szóló legismertebb ösztöndíjprogramok és annak előnyei kerültek bemutatásra. Összegzésként a címben szereplő kérdésre – Menni vagy maradni? – a válasz egyértelmű! Az ösztöndíjprogramok kihagyhatatlan lehetőséggel szolgálnak az egyetemistáknak, akik így felejthetetlen élményekkel és tapasztalatokkal gazdagodhatnak. Mindenkit csak buzdítani tudok, hogy ragadja meg a lehetőséget és vágjon bele!



Fotó: <https://www.freepik.com>

ELEK JÓZSEF

MERRE VAN A „CSEHEK MOHÁCSA?”

RENDAHAGYÓ TÖRTÉNELEMÓRA FEHÉRHEGYEN

Azt tartjuk a mohácsi csatáról, hogy a magyar történelem menetében egyfajta törést okozott: így vagy úgy, új korszak kezdődött nemzeti múltunkban. Hasonló „törést” a csehek is fel tudnak mutatni – az 1620-as fehérhegyi csata mind politikai, mind kulturális téren változást hozott szomszédaink életében. Ami még közös a két csatában, hogy a mohácsi csataterén és a Prága melletti Fehérhegyen egyaránt harcoltak csehek és magyarok – a vesztes oldalon.

Személyes szerencsémnek tartom, hogy évek óta rendszeresen járok Prágába, ahol helyi magyar gyerekekkel foglalkozom. A közös, játékos történelemóra után arra is van időm, hogy egy-egy kitippelt helyet felkeressek, így került sor a fehérhegyi csataterre is. Egy hideg, havas délután villamosra ültem, és a Malostranské náместí-ről kizötyögtem egy nem éppen harctérre emlékeztető végállomáshoz, ám kitartó gyalogtúrával megtaláltam a csendes domboldalon a hőlepte emléktáblát. Bevallom, nagy hatással volt rám a hely, a téli csend, a dombon túli új lakótelepek diszkrétan elkerülték a hajdani csatateret. A következő években ilyen-olyan módon egyre több információt sikerült összegyűjtenem a csatáról, annak körülményeiről, és azon kaptam magam, hogy néha megszállottként kerestem fel az ehhez kapcsolódó helyszíneket is.

Így bukkantam rá a minden ősszel megrendezésre kerülő fehérhegyi csatára is. A 17. századi kosztümökbe bújt hagyományőrök újra és újra eljátszzák a csatát, miközben az érdeklődők megtöltik az ideiglenes lelátókat és élvezhetik a csatát lépésről lépésre magyarázó narrátor szövegét. Korhű forrásokból, beszámolókból tudjuk meg, hogyan látták a csata résztvevői, túlélői az eseményt. Bevallom, annyira nagy hatással volt rám az első alkalom, hogy nem tudtam megállni és élménybeszámolót tartottam diákjaimnak a Prága melletti csata rekonstrukciójáról.

Rájöttem, hiba volt. A lelkesedés olyan ragályos volt, hogy a diákok egy része szinte azonnal képes lett volna Prágába utazni, hogy személyesen is átéljék a puskaaporos levegő ízét, a fegyverek, ágyúk dörrenéseit és közelről lássák a kosztümös-fegyveres szereplőket. Még tettem egy óvatos próbálkozást, hogy lebeszéljem őket az útról, de miután a szülők is áldásukat adták a prágai háborús látogatásra, megszerveztük a különleges kirándulást.

Az ideiglenesen megalakult „Időutazók Klubja” – ahogy neveztem magunkat – nyolc diákból és a tanári kíséretből állt. Prágai programunk szigorúan időhöz kötött volt, hiszen az első puskalövések pontosan szombat délután 15 órakor dördültek el, addig megnéztük a csata előzményeként ismert defenesztráció helyszínét. Ehhez viszont kisebb gyalogtúrát kellett tartanunk a prágai vár falához. A vár egyik eleme, a Lajos-szárny a későbbi cseh és magyar királyról, II. Lajosról kapta a nevét. Lám, az épületrész is magán viseli a régi cseh-magyar kapcsolatok nyomát.

A defenesztráció a cseh történelem egyik érdekes eseménye. Bármelyik defenesztrációt, hiszen nem egy volt belőle, viccesen cseh sportnak is nevezhetnénk, hiszen minden esetben a méltatlankodó csehek ellenfeleiket egyszerűen kihajították az ablakon. Ott, a Lajos-szárny alatt állva megpróbáltuk kiszámolni, mennyi ideje maradt a három érintett személynek, hogy lepörgesse magában élete filmjét, és abban állapodtunk meg, hogy a nagyjából 20 méter magasságból zuhanó Habsburg-párti hivatalnoknak 2-3 másodperc jutott erre.

Az 1618-as defenesztráció abból az elégedetlenségből született, hogy a cseh főurak sértve érezték magukat, hogy a Habsburg-kormányzat semmibe vette a korábban elfogadott egyezményeket, és politikai, vallási követelésekkel rontottak be a Lajos-szárnyban lévő királyi hivatalba. Ám a keresett személyeket nem találták, akik pedig ott voltak, vitába keveredtek a betolakodókkal. Nem tudjuk, elkerülhető volt-e a konfrontáció, de néhány perccel később már a vár alatti földkupacon találták magukat.

Rögtönzött kupaktanácsunk megvitatta az esetet: ilyen magasból lesni és túlélni felér egy csodával. Szerencsére, kis csapatunk történelemversenyeken edződött diákokból



| A kivégzés helye az Óváros téren (a szerző fotója)

állt, akik különféleképpen szőtték tovább a történetet. Mi lett a három, hirtelen felindulásból megröptetett hivatalnokkal? Egy biztos, a rebellió és a csoda csak felerősítette azt a hangot, hogy a cseh rendek nemsokára a Habsburgoktól is megakarnak szabadulni. A nem is olyan régen bemutatott *Buh s námi* című cseh történelmi film azt az időszakot mutatja be, ami a defenesztrációval kezdődött és a fehérhegyi csatán át a megtorlásig tartott. A film kimondatlanul is kritikusan ítélte meg a cseh trónra meghívott Pfalzi Frigyeszt is, akit a készítőik nem tartottak alkalmasnak a pozícióra. Hogy nélküle zajlott le a Prága melletti ütközet, csak súlyosbítja a kritikát.

A vártól visszasétálva a Malostránské náměstí-re megvártuk villamosunkat, hogy azzal megkerüljük a várdombot, felkapaszkodjunk a Nyári palota, a Letohrádek mellett és kijussunk a Fehérhegyre. A csata újrájátszására nem szigorúan az eredeti helyszínen kerül sor, de már messziről hallani a hangzavart és gyorsan észrevehetők a résztvevők által felvert nagysátrak, építmények és a lovak számára elkerített parcellák. A belépőjegy mellé másik élmény is jut a látogatónak: feleslegesnek vélt pénzt elköltheti a csatátér melletti vásáron, ahol bőrművesek és fegyverkészítők is árulják portékáikat. Kicsit aggódva figyeltem, diákjaim mennyire fontosnak találták, hogy támogassák e mesterek művelőit, de visszafelé menet a Károly hídon szép látványt nyújtottunk és tiszteletet parancsoltunk újonnan szerzett fémes csillogású felszerelésünkkel.

Prágában az időjárás nem minden esetben barátságos. A csata kezdetét jelző puskalövésekkel együtt az ég is leszakadt. Végül a makacs égi áldás is feladta és teret adott a hagyományörzőknek. Idén is, ahogy eddig bármikor, a cseh rendek vereségével végződött a látványos esemény. A fegyveres alakzatok összehangolt mozgása, a látványos lovasrohamok izelítőt adtak a 17. század csatáinak hangulatából. Bevállalós diákjaink a néha mostoha időjárás ellenére is élvezték a csata újrájátszását. Arról nem is beszélve, hogy a vásáron a hóhér és segédje külön figyelmet szentelt társaságunknak, akciós lefejezést kínálva nekünk. Korunk fiataljai nem ijedtek meg (sőt!) az ajánlattól, többen is kipróbálták, milyen lehet a hóhér pallosának a szelét érezni a nyakukon.

Nyugodtan mondhatom, a szombat délutánunkban nem volt semmi fejetlenség. Mindenki karcolás nélkül élte túl a hóhér bemutatóját. Szükség is volt erre, mert így mindenki a saját lábán jutott el a villamosmegállóhoz. Utolsó tervezett célunk az Óváros tér volt, ahol a csata győztese látványos kivégzéseket rendeztek. A huszonhét áldozat személye összekapcsolódott a prágai defenesztrációval vagy a fehérhegyi ütközetrel. Amíg a turisták többségét az amúgy is impozáns Orloj látványa köti le, annak másik oldalánál huszonhét keresztet és a kivégzés időpontját rakták ki kis térkövekből az építők. A kivégzések emelvénye állt az említett helyen, és a Habsburgok gondoskodtak arról, hogy az esemény ne is merüljön feledésbe.

Ez a céljuk sikeres volt, hiszen Európa a megvert, megalázott csehek oldalára állt. Ekkor még senki sem sejtette, hogy az egyik legpusztítóbb háború indult el a prágai defenesztrációval. A történelemben harmincéves háborúként ismert esemény fő frontjai német és cseh területeken zajlottak, de mi, magyarok is érintettek voltunk a „mellékfrontokon”. A csehekkel szimpatizáló Bethlen Gábor erdélyi fejedelem csapatai és a Magyar Királyság hadereje a Felvidéken kerültek egymással szembe.

Aki ismeri Prágát, tudja, hogy rengeteg látnivalóval várja a látogatókat. Két nap nem is lenne elég annak töredékére sem, ezért terveztük a „szigorúan tematikus exkurziókat” szeptemberi hónapban, hogy érdeklődésünk középpontjában a harmincéves háború előzményeivel, a defenesztrációval, a fehérhegyi csatával és az Óváros téri kivégzésekkel megismerkedjünk. Diákjaink visszajelzéseiből bátran állíthatom, nem bánták meg, hogy feláldozták egy hétvégjüket a rendhagyó történelemóra kedvéért.



| A csoport (a szerző fotója)

PETRES CSIZMADIA GABRIELLA – SÜTŐ CSABA ANDRÁS

VÁROSNÉZŐ IRODALMI VETÉLKEDŐ

A napjainkban egyre népszerűbb irodalom- és olvasásnépszerűsítő programok bőséges ötlettárat kínálnak arra, hogyan tehetjük színesebbé, rendhagyóbbá az irodalmi foglalkozásokat. A jól ismert olvasóköri körök, mesedélutánok (-éjszakák), író-olvasó találkozók mellett sok iskolában rendszeresen megszervezik a „*Dobj el mindent és olvas!*” programot (ilyenkor a tanítási nap bármely szakaszában megszólal egy speciális jelzőcsengő, és akkor mindenki egy szabadon választott könyvet/folyóiratot olvas a csengő következő felhangzásáig), „*A nagy könyv*” programot (az osztály vagy az iskola megszavazza a kedvenc könyvét úgy, hogy közös nevezőre kell jutniuk, meg kell győzniük egymást), a *könyvpárbajt* (egy tanár és egy tanulói csoport ugyanazt a művet olvassa el, majd egy kvíz formáján belül megküzd egymással), „*A vers legyen veled!*” projektet (egy kedvenc verssor köré képeslapot készítünk) (bővebben: Pásztor Csörgői – Pompor, 2017, 53–72). Írásunkban mi is egy rendhagyó irodalmi projektet mutatunk be, azonban ezúttal elhagyjuk az iskola épületét, és egy kilenc állomásból álló, minden megállóan egy-egy versrészletet feldolgozó, egy konkrét városi térhez kötődő vetélkedőre hívjuk az érdeklődőket.

A irodalmi vetélkedő Villányi László *Győri idők* (Villányi, 2013) című kötetére épül, a 90 perces foglalkozást középiskolás diákoknak ajánljuk.¹ A struktúra kölcsönzésével a projekt más városokhoz, akár egy településen belül több műhöz is köthető.

A VÁROSI SÉTA ÚTVONALTERVE

Győr városa: Püspökvár – Aranyhajó – Vasútállomás – Baross híd – Bartók Béla út – Széchenyi tér – Zichy palota – Strand

A VÁROSNÉZŐ IRODALMI VETÉLKEDŐHÖZ VÁLASZTOTT MŰVEK

Villányi László *Győri idők* című kötetéből:

- Püspökvár [Lányszavak Apor Vilmoshoz]
- Aranyhajó [A polgár esti meditációja]
- Vasútállomás [Alagút]
- Baross híd [Győriek ha találkoznak]
- Bartók Béla út [A Bartók Béla út elején]
- Széchenyi tér [Széchenyi tér]
- Zichy palota [Liszt Ferenc u. 20] [Esküvői öltöny]
- Strand [Kecske-híd]

A VÁROSI SÉTA MENETÉNEK ISMERTETÉSE

A diákok két csoportra osztódnak. A két csoport egymással versenyezve, feladatok megoldása mentén egy kilenc állomásból álló városi sétára indul. A versenyfeladatok és a helyszínek Villányi László „*Győri idők*” című kötetéhez kapcsolódnak. A kötetre szükség lesz a feladatok megoldása során, ezért legalább egy példányt vigyen magával mindkét csoport. A csapatok minden feladatot egy *borítékban* kapnak meg, és az ott olvasott instrukciók mentén jutnak el a következő helyszínre. Az új helyszínre érkezés mindig *versfelolvasással* kezdődik, ezt követően pedig az adott helyszínről mobiltelefon segítségével *szelfit* kell készítenie a csoportnak. Amint elhangzott a helyszínhez kötődő vers, a versenyzők megkapják a következő feladatot tartalmazó borítékot. A versenyzők gondosan őrizték meg a borítékokat és a megoldásokat, mert a végállomáson ezek bemutatása bizonyítja a városnézés abszolválását. A diákok számára közzétett instrukciókat dőlt betűkkel közöljük. A feladatok megoldásai zölddel szerepelnek.

1. állomás – Játék a címekkel

Mindkét csoport kap egy borítékot, melyben egy-egy keresztretjvényt találnak. A rejtvény megfejtése adja majd meg a séta első helyszínét. Amelyik csoport hamarabb elkészül, az indul előbb útnak. A borítékon egy „E” betű szerepel.

Az instrukciók alapján keressék ki a Győri idők műcímeiből a megfelelő fogalmakat, majd a szürkével kiemelt függőleges oszlopból olvassák össze az 1. helyszín nevét. Írják ki a kötetből azt a műcímet, amelyik erről a helyszínről szól!

Vízszintes feladatok:

1. Az egyik műcímbe szereplő mitológiai alak
2. A cím jelentése – egy rövid levél, küldemény

¹ Az írás az EFOP-3.4.3-16-2016-00016 azonosítószerű projekt „A Kárpát-medencei oktatási tér kialakítása” alprojektjén belül született meg.

3. Világhírű zeneszerzőnk vezetékeve
4. A cím jelentése – vásári helyszín
5. A fiatalabb testvér beceneve
6. Keresztút
7. Egy felekezet neve
8. Az egyik címben szereplő férfigeresztnév
9. Az egyik verscímbe található folyónév

A kétjegyű mássalhangzók KÜLÖN keretbe kerülnek. A számmal ellátott keretbe ne írjanak!

1.	A	P	H	R	O	D	I	T	É		
	2.	Ü	Z	E	N	E	T				
3.	L	I	S	Z	T						
	4.	P	I	A	C						
	5.	Ö	C	S	I						
	6.	K	Á	L	V	Á	R	I	A		
7.	E	V	A	N	G	É	L	I	K	U	S
8.	J	Á	N	O	S						
	9.	R	Á	B	A						

Megoldás:

A helyszínhez fűződő verscím:

2. állomás – Püspökvár [Lányszavak Apor Vilmoshoz]

A diákok felolvassák a Püspökvár előtt a „Lányszavak Apor Vilmoshoz” című verset, szelfit készítenek, ezt követően megkapják a 2. borítékot, amelyen egy „H” betű található. A borítékban egy puzzle darabjai szerepelnek, amelyből egy aranyhajót tudnak kirakni. A puzzle hátoldalán betűk találhatók. A betűket helyes sorrendbe rakva ki tudják olvasni az aranyhajó helyszínéhez fűződő megfelelő műcímet: A polgár esti meditációja.

3. állomás – Aranyhajó [A polgár esti meditációja]

Az Aranyhajóhoz érve felolvassák „A polgár esti meditációja” című verset, szelfit készítenek, megkapják a 3. borítékot (rajta: CS).

A felolvasott versből az instrukciók alapján írják ki a következő betűket:

Az 5. sor 1. szavának 2. betűje = G

A címben található utolsó betű = A

A 4. sor 3. szavának 1. betűje = Ü

Az 1. sor 9. szavának 4. betűje = L

A 11. sor 6. szavának 5. betűje = T

A 3. sor 3. szavának 1. betűje = A

A megoldásként kapott betűkből rakják ki az egyik műcímet.

A megfelelő műcím:

Menjenek arra a helyszínre, ahová ez a műcím vezet!

4. állomás – vasútállomás [Alagút]

A vasútállomásra érve felolvassák az „Alagút” című verset, szelfit készítenek, megkapják a 4. borítékot (rajta: Í). A borítékban öt fotó található Győr valamelyik helyszínéről, köztük szerepel a Baross hídról készült fotó is. Írják a képek alá, milyen helyszíneket látunk a fotókon! Melyik kép szerepel a kötetben is? *Jegyezzék a kép alá a fotóhoz tartozó vers címét!*

5. állomás – Baross híd [Baross-híd]

A Baross hídra érve felolvassák a „Baross-híd” című verset, szelfit készítenek, megkapják az 5. borítékot (rajta: K).

Foglalják össze a vers jelentését, lényegét egy (legalább 5 szóból álló) mondatba úgy, hogy alliterációt használnak! Az alliterációhoz szabadon választhatnak betűt.

.....

Menjenek arra az útra, amely egy nevében alliterációt tartalmazó zeneszerzőről van elnevezve!

6. állomás – Bartók Béla út [A Bartók Béla út elején]

A Bartók Béla útra érve felolvassák a „A Bartók Béla út elején” című verset, szelfit készítenek, megkapják a 6. borítékot (rajta: K). A borítékban a „Széchenyi tér” c. vers torzított változatát találják: minden 3. sort ugyanis az eredeti verssor szavainak szinonimái helyettesítik. A hallgatók feladata kikeresni a kötetből a verset, és visszaállítani az eredeti formájába. A vers címe elvezet a következő helyszínre.

7. állomás – Széchenyi tér [Széchenyi tér]

A Széchenyi térre érve felolvassák a „Széchenyi tér” című verset, szelfit készítenek, megkapják a 7. borítékot (rajta: D). A borítékban titkos írással szerepel a következő helyszín megnevezése (Zichy palota).

!	?	:	-	@	+	%	☺	♥	*	✱	✱✱	°	✱✱	✱✱
A	B	C	D	E	H	I	K	L	O	P	R	T	Y	Z

✱✱	%	:	+	✱✱	✱✱	!	♥	*	°	!
Z	I	C	H	Y	P	A	L	O	T	A

8. állomás – Zichy palota (Liszt Ferenc u. 20) [Esküvői öltöny]

A Zichy palotához érve felolvassák az „Esküvői öltöny” című verset, megkapják a 8. borítékot (rajta: E).

Rakják sorba a nyolc borítékon található betűket, és ezekből megkapják az utolsó helyszínhez kötődő verscímet.

9. állomás – Strand [Kecske-híd]

A strandra érve felolvassák a „Kecske-híd” című verset. Utolsó feladatként a megfelelő sorrendben fel kell sorolniuk a látogatott helyszíneket, be kell mutatniuk a helyszínekről készített fotókat, valamint az összes megoldást át kell adniuk a verseny szervezőinek.

A szakcikk bírálati folyamaton ment keresztül.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Pásztor Csörgei Andrea – Pompör Zoltán (2017): Az olvasóvá nevelés hazai és nemzetközi jó gyakorlatai. In: Hansági Ágnes et col.: *Mesebeszéd*. FİSZ, Budapest, 53 – 72.
- Villányi László (2013): *Győri idők*. Magyar Kultúra, Győr.



| Zichy-palota

TÓTH ATTILA – JURÍK TÜNDE

MENTSÜK, AMI MENTHETŐ!¹

KÖRNYEZETTUDATOSSÁGRA NEVELÉS A FIATALOK KÖRÉBEN

A pandémia rányomta a bélyegét az amúgy is pesszimista közhangulatra. A kilátástalanság érzését fokozza az ökokrízissel kapcsolatos folyamatos vészharangozás. Egyénileg ugyanis hiába tartunk be bizonyos környezetvédelmi szabályokat, sajnos a csoportos felelősség tudata nem alakult ki köztünk. Írásunkban azt mutatjuk be, mi a fiatalok véleménye a Föld élıhetőségéről.

A FELMÉRÉSRE ADOTT VÁLASZOK

Vizsgálatunkat négy különbözı osztályban végeztük el, 14–17 éves fiatalok körében. A válasz egyértelmű volt: mindannyian megállapították, hogy a bolygónk veszélyben van. Egyesek szerint nincs esély a túlélésre sem, ezért megkérdeztük, ők hogyan mentenék meg a Földünket. Érdekes és izgalmas válaszokat kaptunk: szigorúbb szabályokat kellene bevetni, hogy megtartsuk a jó földet és az ivóvizet. Meg kellene állítani az éghajlatváltozást, kevesebbet szennyezni, újra kell hasznosítani, helyes műanyaglikvidálást alkalmazni. Van, aki szupermenként, van, aki elnökként tudna valamit csinálni, de akadnak olyanok is, akik a populációt csökkentenék, s akad, aki kiiktatná az embert mint gonosztevőt...

A fiatalok rámutattak, hogy nagyon fontos a jó levegő és az ivóvíz, ezért egy további felmérésben megkérdeztük őket, hogy ha ezek fogyóban vannak, vajon meddig lesz még vízünk és levegőnk. A vízzel kapcsolatban válaszadók tudták, hogy a nagyvárosok lakosai a nagyfolyók vizét isszák, ezért ezeket választották: addig, amíg lesz Duna, vagy: 120-130 évig. Akadt olyan is, aki csak 10, más 1 000 évet saccolt. A tiszta levegő (oxigén) mennyiségét 100-200 évre becsülték, de volt olyan, aki szerint örökké tart, más az embertől tett függővé, vagy egyszerűen ezt írta: amíg el nem fogy. Egy válaszadó a fosszilis égetések mennyiségétől tette függővé a kérdést, egy másik azt írta, amíg tisztulni tud, illetve amíg lesznek fák.

Az üvegházhatást sokan nem jól értelmezik, illetve keverik a fogalmakat, mert a válaszadás ilyenfajta: melegeedés, egyensúlyzavar, ózonréteg megbomlása, sugárzásáteresztés, napsugárcsapda, saját hő, gázok okozta felmelegedés, vízpárolgás, CO₂-termelés (nem CO₂ – helytelenül), alacsonyrétegek légköri hatásai, autók és repülők kibocsátásából eredő probléma, klímaváltozás, illetve a mennyiségből kifolyólag az emberiség bűnének tartják.

Sokan a fizikát hibáztatják a környezeti problémák kialakulása miatt, hiszen ha nem lett volna ipari forradalom, nem lenne ilyen gondunk. Ezért megkérdeztük, vajon jóvá tudja-e tenni a fizika mint természettudomány ezt a hibáját. Egyesek szerint a természethez való viszonyban lenne szükség új felfedezésekre, mások az üzemanyagváltástól várnak jobb eredményeket. A megújuló erőforrásokban is bíznak, illetve másféle hozzáállást kéne gyakorolnia a fizikának és magának az embernek is. Valaki már most visszafordíthatatlannak tartja az eseményeket, más a gravitációs kísérletektől vár csodát. A pesszimistábbak beletörődve hajtogatják, hogy ezen már nem tudunk változtatni sem.

Az újszerű felfedezésekkel kapcsolatban ilyen elvárások születtek: egészségügyi felfedezéseket várnak, amik kinövesztik a végtagjainkat, pótolják az öregedő szerveket. Ellenanyagot a vírusokra, baktériumokra és allergiákra, gyógymódot a rákra és más gyógyíthatatlan betegségekre. Olyan baktériumokat szeretnének felfedeztetni, amelyek felfalják a szemetet. Olyan gépet, amelyik tökéletesen megsemmisíti a műanyagot, illetve ivóvizet tud gyártani. Tisztítóberendezéseket szeretnének levegőre és vízre, sok-sok fát kiültetni. Valaki a H₂ (?) kitermeléstől vár csodát, más úgy gondolja, hogy semmire sincs szükség. Néhányan kémiai kutatásokat is sürgetnek, illetve időgépet kellene felfedezni, vagy teleportáltatni kéne magunkat (esetleg más, élıhetőbb bolygóra).

Az időgéppel kapcsolatban sokan hiszik, hogy már létezik, vagy most kísérletezik ki, más szerint csak elméletileg létezhet, logikailag nem, hiszen ha visszakerülnénk a múltba vagy eljutnánk a jövőbe, akkor befolyásolhatnánk a jelent. Többen egy kondenzátoros (Flux) áramot termelő órának képzelik ezt a csodaszerkentyűt. Ha már ebben bíznak, akkor megkérdeztük őket a végtelenről is, van-e örök élet. A válasz: van, elméletileg folyamatban, a jövőben lesz, más testben, lehetséges..., illetve nincs: csak egy életünk van, egy medúza élhet örökké, az ember lelke él, a Föld pusztulása miatt nincs végtelen élet, mások szerint csak egy bolygónak van örök élete. Született egy különös vélemény is: Isten eldönti majd.

Mivel a második és harmadik osztályban a középiskolában választható tantárgy lehet a fizikán belül néhány fejezet a metafizikából, kvantumfizikából és relativitáselméletből, megkérdeztük a véleményüket a teleportálásról. Egyesek szerint szerencse, hogy nincs, mások szívesen kipróbálnák. Felvetettük a testen kívüliség problémáját, amit kevesen oldottak még. Többen asszociáltak az álom, vágyálmom, vágy fogalmaira. Meglepődve tapasztaltuk, hogy többen ismerik az alvásparalízis fogalmát, néhányukat rémálmok gyötrik, mások szerint a fáradtsággal függ össze az álmodás. Vannak, akik zuhannak, és akadnak, akik meditálnak, és már jelentős részüknek volt halálközeli élménye is (baleset átélője, vízbefúlás szemtanúja).

¹ A tanulmány az Innovatív oktatási anyagok az egészségügyi és környezeti neveléshez, az alapiskola 3. és 4. osztálya számára (011UKF-4/2022, Inovatívne vzdelávacie materiály s dőrazom na výchovu zdraviu a environmentálnu výchovu žiakov 3. a 4. ročníka ZŠ) KEGA-projekt keretén belül íródott.

A legnagyobb veszélyt azonban a megkérdoztetek nem a környezetszennyezésben vagy a kábítószerfüggőségben látják, hanem a háború kiterjedésében (atomháborúban), melyeket nagyhatalmi döntésektől, a fegyverdömpingtől, világbirtoklási törekvésektől tesznek függővé. Természetesen hiába fogunk nekik papolni a környezetvédelemről, ha egy bomba megsemmisíthet mindent.

ÖSSZEGZÉS

A szépre, jóra, erkölcsösre való nevelést alapvetően nem az iskolából, hanem otthonról hozzuk. Nyilván ide beletartozik az environmentális nevelés is, ami természetes kell, hogy legyen. Az élet védelmében tett tiltások – ne tépd le a növény levelét, ne szakítsd ki tövestül, ne dobd el a papírt – természetes részét képezik a nevelésünknek. Az óvodában aztán csoportosan is megerősítjük, miért fontos a környezet, majd az alapiskola alsó szintjeitől megkezdődik a szisztematikusan felépített környezetvédelmi tudatosság kialakítása. Felhívjuk a figyelmet a hulladéktárolók veszélyeire, a füstgázok és a kipufogók okozta gondokra, illetve a vegyszerek túlzott fogyasztására, az erózióra. Nem elég azonban csak az elméletet tudni, hanem alkalmazni is kell mindezt a gyakorlatban: meg kell tapasztaltatni, milyen fontos a környezet védelme, milyen veszélyeket rejt a szennyezés és milyen lehet az okos hulladékgazdálkodás.

Ahogy a felmérésünk is rámutatott, a fiatalok rendelkeznek egyéni felelősségérzettel, de sajnos nem tudnak mit kezdeni a csoportos felelősséggel. Hívjuk fel a figyelmet arra, hogy mit tehet egy tizenéves: nem szennyezi a természetet kidobott hulladékkal, törődik a környezetével, segíti az állatok fejlődését, megfelelően megtanulja osztályozni a hulladékot (tudatos szeparáció). Járjuk be a környezetünket, ismerjük meg az erdőit, mezőit. Készítsünk projekteket, gyűjtsünk ötleteket, szervezzünk helyi mozgalmat a tisztább levegőért (pl. legyen autómentes nap), vízért. Kidolgozhatunk egyfajta tízparancsolatot is a gyermekeknek:

1. Ne önts ki veszélyes folyadékot!
2. Ne égesd ki a növényzetet!
3. Ne tépd és irtsd ki a növényeket!
4. Ne bántsд az állatokat!
5. Ökológiai szempontból helyes csomagolóanyagot használj!
6. Szeparálj!
7. Alkalmazkodj a természetvédelemhez, kapcsolódj a tavaszi takarításokhoz a lakhelyeden!
8. Ültess fát, törődj a zöldövezettel!
9. Értellemmel és érzékenyen bánj a természettel!
10. Hasznosíts újra, amit csak tudsz!



| Fotó: <https://www.freepik.com>

VÁSÁRHELYI ZSÓKA ANNA

AZ EVOLÚCIJÓ JÁTÉK!

BESZÁMOLÓ, ÖTLETADÓ ÉS AJÁNLÓ

Ez a beszámoló az elmúlt 10 évről szól: próbálkozásainkról, hogy az evolúciós gondolkodást elősegítsük, a darwini evolúcióelméletbe vetett bizalmat erősítsük és az evolúció iskolai oktatását támogassuk. A beszámolóhoz kapcsolódóan összegyűjtöttem pár ötletet, ezeket a szövegben jelzem, és a végén egy különálló, de lábjegyzetként is használható részben ki is fejttem.

EVOLUTION IS FUN!

Az egész úgy kezdődött, hogy a Kutatók Éjszakájára 2012-ben meghirdettünk egy evolúciós témájú programot (1. ötlet, ld. lent). Legnagyobb meglepetésünkre sokan eljöttek: családok, iskolások, egyetemisták, felnőttek. Azóta minden évben nekifutottunk, hogy minél több érdeklődőt vonzzunk az Evolúció Éjszakájára, és – ami még fontosabb – ne engedjük őket úgy távozni, hogy nem visznek magukkal új tudást vagy élményt. Szerveztünk játékokat, előadásokat és kerekasztal-beszélgetéseket, és úgy éreztük, mindegyik műfajjal különböző csoportokat sikerült megszólítanunk.

Kitérő: Önnek mi jut eszébe arról a szóról, hogy JÁTÉK? Gondolja ki, és jól jegyezze meg!

2019-ben aztán úgy döntöttünk, hogy újabb szintre emeljük a játékaink terjesztését, és megpályáztunk egy kisebb összeget a European Society for Evolutionary Biology (Európai Evolúcióbiológiai Társaság, vagy rövidítve ESEB) minden évben meghirdetett pályázatán. Az ESEB Outreach Initiative Fund pályázat elsődleges célja, hogy az evolúcióval kapcsolatos tudást a világ minden táján és a társadalom minden szintjén növelje, támogassa (2. ötlet). Éppen ezért mi is arra koncentráltunk, hogy valamilyen módon a játékainkat el tudjuk juttatni olyanokhoz, elsősorban olyan biológusokhoz, akiknek nem áll módjában, vagy egyszerűen nem jut eszébe a budapesti Kutatók Éjszakáján részt venni. A pályázaton el is nyertük a teljes pályázott összeget, és ezzel kezdetét vette az evolúció oktatását támogató küldetésünk következő nagy fejezete, az *Evolution is Fun!*, vagy magyarul *Az Evolúció Játék!* projekt megvalósítása.

Elsőként elkezdtük szisztematikusan összeszedni, érthetően leírni a játékainkat. Olyan új játékokat is kitaláltunk, amiket kifejezetten iskolai, oktatási helyzetben lehet játszani (3. ötlet). Logót terveztünk, honlapot fejlesztettünk, hosszan vitakoztunk azon, hogy a játékokat mi alapján rendszerezzük. Ennek a hosszú folyamatnak a végén megszületett a honlapunk, ahol az összes használatra kész játékunkat közzétettük magyar és angol nyelven: www.evolutionisfun.hu (4. ötlet). A játékokból szemezgetve összeállítottunk egy kisméretű kiadványt is, ami elektronikusan letölthető a honlapról, illetve amit nyomtatva terjesztettünk is. A pályázatunk harmadik pilléréként ingyenes workshopokat szervezünk, ahol eljátsszuk, kielemezzük és így egyben meg is tanítjuk a játékainkat. A workshopok célközönségeként a biológusokat és a biológia tanárszakos hallgatókat határoztuk meg, a kapukat nyitva hagyva további érdeklődők számára is.

Kitérő: Önnek mi volt a kedvenc gyerekkori játéka? Gondolja ki, és jól jegyezze meg!

A körülmények azonban közbeszóltak, a 2020 áprilisára kiírt workshopot a lezárások miatt augusztus végére toltuk, és szabadtéren, a járványügyi előírásoknak megfelelően tartottuk meg. Mivel ezen az őszön többnyire online zajlott az oktatás, azonnal elkezdtük azon törni a fejünket, hogyan lehetne a játékainkat a távolléti oktatásban is hasznosítható segédeszközzé alakítani (5. ötlet). Egy-két gyümölcsöző ötletelés után meg is hirdettünk két rövid online workshopot. Ezeknek a programjába nemcsak a játékaink online formáit vettük be, hanem olyan internetes eszközökkel is megismertettük a résztvevőket, amelyeknek használata esetleg maguktól nem jutott volna eszükbe (pl. gyors online szavazás lebonyolítása, <https://www.gather.town/> felület bemutatása). A műfaj teljesen új volt mindannyiunk számára, legalább annyit tanultunk, mint amennyit tanítottunk. Az online workshopokat követően már nem maradt időnk, a projektünk a pandémia miatti hosszabbítással együtt is a végéhez közeledett. Legnagyobb örömeinkre azonban a ESEB kapcsolattartója, ahelyett, hogy számlaszámot küldött volna, ahova visszautalhatjuk a maradék pályázati pénzt, kedvesen megkért minket, hogy folytassuk a munkánkat és költsük jó célra az elnyert összeget. Így tehát rendeztünk még egy bónusz élő workshopot 2022 tavaszán, voltaképpen az első olyat, amelyet eredetileg terveztünk.

Kitérő: Gondoljon egy tananyagra (iskolai éveinek bármelyikéből), amit nagy nehézségek árán tudott csak elsajátítani! Gondolja ki, és jól jegyezze meg!

Mindeközben volt még pár „külső szereplésünk” is, több középiskolában jártunk játékos órákat vagy többórás játékokat tartani. Legutóbb például egy olyan eseményen vettünk részt, ahol 4-5 iskola biológia iránt érdeklődő tanulói gyűltek ösz-

sze: sok fáradt gimnazista péntek délután. Az elején mindenki kapott egy cetlit, amire fel kellett írnia a magasságát és egy szót. Na, ez vajon mire volt jó? Elültetett egy kérdést a pénteki gimnazisták fejében, azonnal bekapcsolta őket a játékba. Ezek az alkalmak nagyon különlegesek: attól a pillanattól, amikor a vendéglőadó játszani kezd, egészen megváltozik a hangulat. Biztosan nem hangzik el annyi új információ, mint egy frontális előadáson, de mivel az ilyen alkalmak a tanulást egészen más élménnyé változtatják, mi nagy meggyőződéssel valljuk, hogy ezekre is szükség van. És akkor jöjjenek az ötletek!

ÖTLETEK

Első ötlet: Aki teheti, látogasson el a Kutatók Éjszakájára szórakozni és ötleteket gyűjteni! A Kutatók Éjszakája egy minden év szeptember utolsó péntekjén megrendezésre kerülő program, ahol kutatóhelyek – kutatóintézetek, egyetemek, K&F cégek, stb. – állnak elő mindenféle izgalmas programmal. Mivel a résztvevő intézmények skálája egészen pompázatos, a programok között is bárki megtalálhatja a neki valót. 2020 óta ráadásul sok online programot hirdetnek, tehát a távolság most már nem akadály.

Második ötlet: Akit érdekel, hogy milyen helyi projektekre lehet forrást szerezni egy európai szervezettől, bátran nézzen körbe a nyertes pályázatok között a <https://eseb.org/prizes-funding/outreach-fund/> webcímen. Sőt, pályázni sem bonyolult! Tapasztalatból mondhatom, hogy a pályázatot kiíró szervezet semmiben nem nehezítette meg az adminisztrációt sem, amikor módosítást kértünk, elfogadták, és végig a jó cél érdekében együttműködő partnerként kezelték minket.

Harmadik ötlet: Egyrészt, ha valamit kipróbáltunk és jól működik, azt érdemes leírni. Részletesen. Sőt, ha csak egy kósz, kidolgozatlan ötletünk van, azt is írjuk le! Nem ritkán a saját ötleteinkből is meríthetünk újabb ötleteket, és ez remek érzés! Másrészt, nyugodtan nekiállhat bárki játékok fejlesztésének. Ki lehet indulni már létező játékból, és átalakítani olyanná, ami a céljainknak, oktatási témáknak megfelel, vagy lehet egy témát választani, aminek jót tenne a könnyedség, és arra kitalálni valami egyszerű játékot. Mindkét fajta játékra lehet példákat találni a honlapunkon.

Negyedik ötlet: Honlapunk evolúciós és ökológiai témájú játékokat kínál. A játékokat klasszikus biológiaórákon is fel lehet használni, de természetesen akárhol máshol, gyerekekkel és felnőttekkel is játszhatók. Van köztük vicces, van gondolkodtató, van rövid és van hosszú, van kötött és van olyan is, ami teljesen testre szabható.

Ötödik ötlet (online oktatás): *Nem ess pánikba!* Bizonyára nem csak én érzem úgy, hogy online minden személytelenebb, egyhangúbb, unalmasabb, bizonyára nem csak én vagyok hajlamos e-maileket vagy híreket olvasni, míg másra kellene figyelni... Szerencsére az oktatási helyzetekben sokféle eszközünk lehet, hogy ezen változtassunk. Attól, hogy valaki a kamera előtt ül, még megkérhetjük, hogy vegyen a kezébe papírt. Írja le a kérdésre a választ. Rajzoljon valamit. Menjen körbe a szobában és hozzon oda egy tárgyat, ami ilyen vagy olyan. Becsüljön meg, majd mérjen meg valamit. Milliós apró trükkkel élhetünk, hogy a lankadó figyelmet online is felrázzuk.

Hatodik ötlet, utolsó kitérő és egyben első feladvány: Ha van kedve, fogjon egy papírt, írja le rá a 3 dolgot, amit meg kellett jegyezni: 1) Mi jutott eszébe a JÁTÉK szóról? 2) Melyik volt a kedvenc gyerekkori játéka? 3) És mi az, amit nagyon nehezen tanult meg? Ha megvan, indulhat az agyalás! Hogyan lehetne egy olyan játékot játszani, ami az Ön kedvenc gyerekkori játékból indul ki, a nehezen megtanulható témára koncentrálni, és megadja azt, ami a játékban fontos (vagy elkerüli azt, ami a játékban esetleg rossz)? Ha ez elsőre bonyolultan hangzik, mondok egy példát. (Megjegyzem, az első dolgot írom, ami eszembe jut, most épp én is játszom!) Versengés, bújócska, szerves kémia. Például: rajzoljuk fel pár alapvető szerves vegyületet, és képzeljük el, hogy ezek térbeli alakzatok. Bízunk rá egy csapat gyerekekre, hogy a kezükbe adott bábukat (pl. babszemeket) bújassák el a leghatékonyabban a részecskék körül. Melyik molekula a legjobb bújócskázóterep? A túl kicsi és a túl hosszú se jó. Alkothatunk speciális szabályokat is: Szabad-e bemászni a szén (C betű) belsejébe, a hidrogén lábai közé? Tekintsük-e a kettőskötéseket magas falnak, vagy éppen átjárható részeknek? Legyen az oxigén az ipiapacs helyszíne? És így tovább. Ezzel a módszerrel máris kézzelfogható karaktert adtunk a molekuláknak.

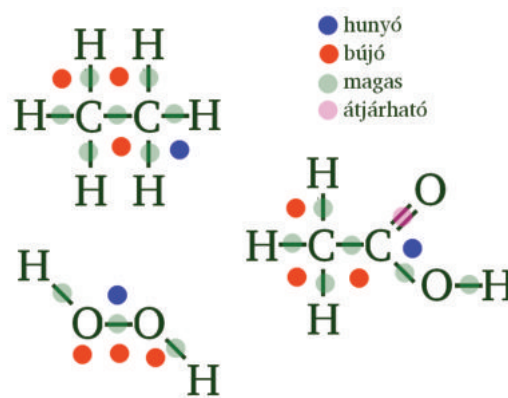
Ezzel a feladvánnyal pedig a beszámoló végére is értem. Remélem, akad, akinek meghoztam a kedvét egy kis szerves-bújócskához, de legalábbis az élménnyel való oktatáshoz.



Állatok kupacban



Állatok rendszerezve



Bújócska

KRALINA HOBOTH KATALIN

EGY CSALÁD – TÖBB NYELV

Kisebbségi környezetben, nyelvtanilag vegyes házasságok, illetve külföldi letelepedés esetén egy gyermek több nyelvvvel, kultúrával kerül(het) korán kapcsolatba. A többnyelvű gyermekek nyelvi szocializációja többféle módon valósulhat meg, a nyelvtanilag vegyes családok különböző nyelvhasználati stratégiákat alkalmazhatnak, eltérő modelleket követhetnek a mindennapi kommunikációjuk során.

Egy-egyén különböző módon (családi környezetben, institutionális keretek között), illetve életkorban válhat kétnyelvűvé. Korai kétnyelvűség során a második nyelv elsajátítása még pubertáskor előtt történik (Erdei, 2010, 24). A kétnyelvű gyermekek az egyes nyelveket elsajátíthatják párhuzamosan, ez esetben szimultán kétnyelvűségről beszélünk. Szekvenciális kétnyelvűség esetén a második nyelv elsajátítása később, de még gyermekkorban valósul meg (Erdei, 2010, 24). A korai kétnyelvűségnek tehát több típusát különböztetjük meg. A kétnyelvű első nyelv elsajátítása során a gyermek születésétől, de legkésőbb egy hónapos korától kezdve mindkét nyelvvvel kapcsolatban van. Kétnyelvű második nyelvsajátításról akkor beszélünk, amikor a gyermek egy hónapos és egy éves kora között kerül kapcsolatba a második nyelvvvel. Korai második nyelvsajátítás esetén egy éves és három éves kor között kezdi elsajátítani a gyermek a második nyelvet (Navracsics, 2010, 14).

A kétnyelvűséggel kapcsolatban sokat vizsgált kérdés, hogy a kétnyelvű beszélők hogyan sajátítják el a nyelveket, hogyan tárolja a mentális lexikon a két- vagy több nyelvet, milyen módon aktiválódnak az egyes szavak a kommunikáció során, miben különbözik az egy nyelvű és két nyelvű beszélők nyelvhasználatát (Navracsics, 2010, 13). Vizsgálatok tárgyát képezi továbbá a két nyelvű agyi reprezentációja: jelentkeznek-e különbségek a beszéd észlelése, feldolgozása, valamint a beszédprodukciónak a folyamán, valamint a jobb, illetve bal agyfélteke működésében az egy- és két nyelvű beszélők között (l. Navracsics, 2010, 21–24). Az eddigi kutatási eredmények arra engednek következtetni, hogy különbségek figyelhetők meg az egy- és két nyelvű beszélők jobb, illetve bal agyfélteke aktivitásában. A vizsgálati eredmények alapján a két nyelvűeknek nagyobb szimmetria figyelhető meg a két félteke között, azonban a második nyelv elsajátításának módja (természetes vs. institutionális környezet), valamint az életkor (korai vs. kései két nyelvűség) is befolyásolja a jobb vagy bal agyfélteke aktivitását (l. Navracsics, 2010, 22–23).

A kutatók véleménye megoszlik arról, hogy a két nyelvű beszélők mentális lexikona az egyes nyelveket azonos helyen, vagy külön-külön tárolja. A kutatók egy része úgy véli, hogy a két nyelvűek a két nyelvet külön-külön tárolják, azonban a neurofiziológiai kutatási eredmények az agy ugyanazon részén megvalósuló tárolást igazolták (Navracsics, 2010, 24). Grosjean szerint a két nyelv „mint egy integrált egész működik a két nyelvű egyénben, és a működés során a két nyelvű attól függően, hogy milyen nyelvi módban van, választja ki az aktív nyelvet, és vagy deaktiválja vagy nem a másikat” (Navracsics, 2010, 24). A két- vagy több nyelvűek a kommunikáció során nem tudják teljesen kikapcsolni a második, harmadik nyelvüket. Az adott fogalom megnevezése azon a nyelven aktiválódik, amelyen a beszélő épp kommunikál, de a megnevezés a második nyelven is aktiválódhat. A szemantikai tartalom előhívása attól is függ, mennyire kiegyensúlyozott a két nyelv ismerete, használata (vö. Navracsics, 2014, 112).

Navracsics Judit a két nyelvű gyermekek nyelvhasználatát, a második nyelv elsajátításának folyamatát vizsgálva arra a megállapításra jutott, hogy azok a gyermekek, akiknél a második nyelv elsajátítása az elsővel nem párhuzamosan, hanem később történik, a második nyelv elsajátítása során is ugyanazokon a folyamatokon, fázisokon (preverbalis periódus, gőgcsélés, holofrázis, kétszavas megnyilatkozások, egyszerűsítő formák a morfológiai szinten) mentek keresztül, mint az első nyelv elsajátítása során, azzal a különbséggel, hogy a második nyelvnél az egyes fázisok rövidebb ideig tartottak (Navracsics, 2010, 44–49).

A korai két nyelvűségi vizsgálatok érdekes részét képezi a több nyelvű családok nyelvhasználati, nyelv választási stratégiáinak megfigyelése. A nyelvtanilag heterogén családok különféle nyelvhasználati stratégiákat követhetnek, a gyermek(ek) nyelvi szocializációja különböző módon történhet. A két nyelvű nyelvi szocializáció során alkalmazható az egy személy-egy nyelv, valamint a szituációhoz kötött modell. A legáltalánosabb az egy személy-egy nyelv modell, amelyenél a szülők eltérő nyelven kommunikálnak a gyermekkel, általában mindenki a saját anyanyelvén. A szituációhoz kötött nyelvhasználati modellnél a nyelvek nem személyhez, hanem helyszínhez, szituációhoz kötődnek. A szülők tehát bizonyos helyszíneken (pl. játszótéren) vagy szituációkban (pl. étkezés vagy játék közben) kommunikálnak más nyelven a gyermekkel (Navracsics, 2010, 34).

Jelen dolgozatomban több nyelvű családok nyelvhasználati szokásait, stratégiáit, a nyelvi szocializáció módjait vizsgálja kérdőíves módszerrel. A több nyelvű családok nyelvhasználati stratégiáival kapcsolatban érdekes eredményeket mutat többek között annak megfigyelése, hogy a szülők minden beszédhelyzetben ugyanazon nyelven kommunikálnak-e a gyermekkel, mikor beszélnek a másik nyelven, melyik a család közös kommunikációs nyelve, hogyan alakul a nyelv választás az adott nyelvet nem értő személy jelenlétében.

A felmérés öt adatközlő család nyelvhasználati stratégiáit vizsgálta, melyek közül négy család Szlovákiában, egy pedig külföldön él. A Szlovákiában élő családok közül háromban az egyik szülő szlovák, a másik szülő magyar anyanyelvű. Két család magyardomináns, egy család szlovákdomináns környezetben él. A negyedik szlovákiai család esetében pedig az egyik szülő magyar, a másik angol anyanyelvű, szlovákdomináns környezetben élnek. A külföldön élő két nyelvű gyermekek szülei magyar anyanyelvűek, a második nyelvüket intézményes keretek között, az óvodában sajátították el.

A felmérésben részt vevő családok nyelvhasználati szokásainak összehasonlítása alapján elmondható, hogy a több nyelvű gyermekek nyelvi fejlődése nagyon individuális, még a testvérek között, ugyanazon nyelvhasználati stratégia alkalmazása során is megfigyelhetők különbségek.

Az 1. család magyar többségű környezetben él, az édesanya szlovák, az édesapa magyar anyanyelvű. Az édesanya kizárólag szlovákul, az édesapa többnyire magyarul kommunikál a gyermekkel születése óta. A család közös kommunikációs nyelve a szlovák, a gyermekkel való kommunikáció során az egy személy-egy nyelv modellt alkalmazzák. Szlovákul az apa szlovák kör-

nyezetben beszél a gyermekkel, a megszokott kommunikációs nyelvtől történő eltérést azonban a gyermek rugalmasan kezeli, a két nyelvet kezdettől elkülöníti. A gyermek magyar tannyelvű óvodába jár, s a szülők véleménye alapján a magyar a gyermek dominánsabb nyelve. Az általános iskola választásánál az elérhetőség és az oktatás minősége a fő szempontok.

A 2., magyardomináns környezetben élő családban az édesanya magyar, az édesapa szlovák anyanyelvű, szintén az egy személy–egy nyelv modell alkalmazták a gyermek születésétől kezdve. A család közös kommunikációs nyelve többnyire a szlovák, azonban a beszédtemától függően az édesanya alkalmanként az édesapa jelenlétében is magyarul beszél a gyermekkel (amikor az édesapa nem kapcsolódik be a beszélgetésbe). A szülők a nyelvhasználati stratégiát előre megbeszélték, s ha az édesanya ettől eltér, például a gyermek számára szokatlan beszédhelyzetben szlovákul szól a gyermekhez, azt a gyermek „szóvá teszi”. A gyermek kiegyensúlyozott kétnyelvű, szlovák tannyelvű oktatási intézményben tanul. A szülők államnyelven végezték tanulmányait, s ez alapján döntöttek a szlovák nyelvű képzés mellett. A gyermekkel mindkét szülő a saját anyanyelvén beszélt a gyermek születésétől kezdve. A gyermek kb. két és fél éves koráig majdnem minden fogalmat csak magyarul nevezett meg, de szlovákul is mindent megértett.

A 3. magyar-szlovák kétnyelvű család szlovák környezetben él, az édesanya szlovák, az édesapa magyar anyanyelvű. A gyermek szlovák tannyelvű óvodába jár, s a domináns nyelve is a szlovák. A gyermek kb. 2–3 hónapos volt, mikortól az édesapa következetesen magyarul kezdett beszélni a gyermekkel. A szokásos nyelvhasználati módtól magyarul nem értő ismerősök, rokonok társaságában térnek el. Ilyenkor az apa szlovákul beszél a gyermekkel, s a gyermek is szlovákul kommunikál. A szülők megfigyelése alapján gyermek egyéves kora körül kezdte tudatosítani, hogy két nyelven kommunikálnak vele, kezdetben szlovákul nevezte meg a fogalmakat.

A 4., magyar-angol kétnyelvű család szlovákdomináns környezetben él. Az édesanya magyarul, az édesapa angolul kommunikál a gyermekekkel, a család közös nyelve az angol. Mindkét szülő jelenlétében az anya a beszédtemától függően beszél a gyermekekkel magyarul vagy angolul. Az egyszerűbb dolgokat magyarul beszél meg, mivel ezt az apa is megérti, be tud kapcsolódni a beszélgetésbe. A szülők egymással többnyire angolul kommunikálnak, néha azonban mindenkori a saját anyanyelvén. Ez a gyakorlatban úgy valósul meg, hogy az anya magyarul mond valamit az apának, ő pedig angolul válaszol. A gyermekek magyar tannyelvű óvodába, illetve iskolába járnak, harmadik nyelvként tanulják intézményes keretek között a szlovákot mint idegen nyelvet. A megszokott nyelvhasználati stratégiától olyan személy(ek) társaságában térnek el, aki sem magyarul, sem angolul nem beszél(nek). Ilyenkor szlovákul kommunikálnak, s gyermekek próbálnak szlovák nyelvtudásukhoz mérten bekapcsolódni a beszélgetésbe. Az édesanya véleménye alapján a gyermekek magyar nyelvhasználatát követi jobban a standardot. A gyermekek egymással legtöbbször magyarul beszélnek, de angolul is szoktak egymással kommunikálni pl. játék közben. Mindkét gyermek nyelvi szocializációja születésüktől fogva két nyelven valósult meg, ugyanazt a nyelvhasználati stratégiát alkalmazták a szülők, viszont különbségek figyelhetők meg a két gyermek beszédfejlődésében. Az idősebb gyermek kb. két éves korában kezdett mondatokban beszélni, a kisebb gyermek sokkal azonban korábban. A kisebb gyermek kezdetben néha keverte a két nyelvet, az idősebbnél a két nyelv kezdettől fogva elkülönült. A beszédfejlődés kezdetén mindkét szülő jelenlétében azon a nyelven nevezték meg az egyes tárgyakat, fogalmakat, amelyiken először megtanulták.

Az 5. család külföldön, német környezetben él. A szülők magyar anyanyelvűek, a gyermekekkel főként magyarul beszélnek. A szülők olyankor beszélnek németül a gyermekekkel, amikor magyarul nem tudó személyek is vannak a társaságban, bár előfordul, hogy ilyen esetben is magyarul kommunikálnak. A gyermekek óvodában kezdtek németül tanulni, az idősebb gyermek 11, a kisebb 4 hónapos korában. Jelenleg a német a domináns nyelvük. Az idősebb gyermek kezdettől fogva elkülönítette a két nyelvet, a kisebbik gyermeknél kisebb korban előfordult a két nyelv keverése. A gyermekek egymással magyarul és németül is beszélnek.

Amint a fenti jellemzésből is látható, a többnyelvű gyermekek nyelvi fejlődése individuális, még egy családon belül is eltérő lehet. A többnyelvű családok többnyire előre megbeszélik a nyelvhasználati stratégiát, s igyekeznek következetesen alkalmazni az egy személy–egy nyelv modellt, amelytől főként olyan személy(ek) jelenlétében térnek el, akik az adott nyelvet nem beszélik. A gyermekek többnyire különösebb nehézségek nélkül alkalmazkodnak ezen szituációkhoz. A domináns nyelv tekintetében meghatározó a környezet, illetve az oktatási intézmény nyelve. Többgyermekes bilingvális család(ok) nyelvhasználati stratégiáit vizsgálva több érdekesség is megfigyelhető. Ugyanazon nyelvhasználati modellek, stratégiák alkalmazása esetén is jelentkezhetnek különbségek pl. abban, hogy hány éves koruktól kezdenek el beszélni a gyermekek, párhuzamosan beszélnek-e mindkét nyelven, vagy valamelyik nyelvet később kezdik használni, mikortól különítik el a két nyelvet. A kétnyelvű gyermekek korai nyelvhasználatával kapcsolatban felmerülhet a két nyelv keverése. Ez esetben szükséges elkülöníteni, amikor 1) a gyermek a kétnyelvű szülővel való kommunikáció során „keveri” a két nyelvet, ill. 2) az agynyelvű beszédpartnerrel kommunikálva mond a beszédpartner által nem beszélt nyelvben kifejezéseket. Az első esetben a gyermek valószínűleg tudatában van, hogy a kétnyelvű szülő a másik nyelven elhangzott kifejezést is meg fogja érteni, s a kódváltás nem fog kommunikációs zavart okozni. Szorosabb értelemben vett nyelvkeverésről a második esetben beszélhetünk, tehát ha a gyermek nem különíti el, hogy az adott kifejezés melyik nyelvhez tartozik.

Jelen dolgozat többnyelvű családok nyelvhasználati szokásait jellemzi. A bilingvizmus, a többnyelvű gyermekek nyelvi fejlődése, mentális lexikona a nyelvészet olyan területe, amely számos további érdekes kérdést vet fel, s további kutatásokat igényel.

A tanulmány bírálati folyamaton ment keresztül.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Erdei Ildikó (2010): *Többnyelvű környezetben élő gyerekek nyelvi szocializációja*. Url: https://doktori.bibl.u-szeged.hu/id/eprint/763/1/erdei_phdertekezes_vegleges.pdf (Letöltés ideje: 2023. január 20.)
- Navracsics Judit (2010): *Egyéni kétnyelvűség*. Doktori értekezés. Url: http://real-d.mtak.hu/720/7/dc_802_13_doktori_mu.pdf (Letöltés ideje: 2023. január 22.)
- Navracsics Judit (2014): *A kétnyelvű mentális lexikon működése (Kísérletes nyelvészeti közelítés)*. Doktori értekezés. Url: http://real-d.mtak.hu/720/1/dc_802_13_tezisek.pdf (Letöltés ideje: 2023. január 23.)

A ZENEBATYU ÉLMÉNYPROGRAM AZ ÓVODÁBAN ÉS AZ 1-2. OSZTÁLYBAN (1. RÉSZ)

BEVEZETÉS

A kisgyermekoktatásban és nevelésében kiemelt szerepe van a zenének, mely nem csupán pedagógiai szempontból fontos (a bal agyféltekét a ritmus, a jobbát a dallam fejleszti), de éppúgy hat a gyerekek kommunikációs, szociális, empátiás készségeire is – gondoljunk csak az összehangolódásra, a harmonikus kapcsolatokra, a zene közösségteremtő erejére. A következő cikk a Zenebatyu Élményprogramot hivatott bemutatni, amely rendhagyó eszközökkel hozza közel a hangszerek világát a gyerekekhez, még hozzá – többek közt – az ökohangszer-készítés művészetén keresztül. Buzdítom az éppen ezt olvasót, hogy bátran vesse bele magát a hangszerkészítés rejtelmeibe akár gyermekével, akár az óvodában, iskolában.

MAGAMRÓL

Zene és élmény. E kettő közös metszete vonzott a zenei általános iskolába, mely mellett 10 évig tanultam klasszikus gitárt, majd gitárzenekarban és együttesekben is zenéltem, az ÖKO-Játék kft. tagjaként pedig – a cég alapítójával karöltve – több mint 10 éve bábos mesékkel járjuk az országot, melyek dalait magam írtam és adom elő. Gyógypedagógus és zeneterapeuta végzettséggel 14 évig tanítottam ének-zenét és tartottam zeneterápiás foglalkozásokat egy budapesti EGYMI-ben, 9 évig zenéltem gyerekórákban (számukra készítettem a vászon-zenebatyumat, a program névadóját), 5 évig voltam a Bátor Tábor zeneszakértője, 3 évig a Magyar Zeneterápiás Egyesület elnöke, 4 évig pedig zeneterápiás oktató az ELTE BGGYK-n. A felsoroltak közül életem minden egyes állomásaért rendkívül hálás vagyok, mert így vagy úgy mindegyik alakította kicsit a 2011-ben megalapított Zenebatyu Élményprogram arcvonalát.

A PROGRAMRÓL

Eleinte csupán az úgynevezett ökohangszereimet mutattam meg az osztályoknak, ahol tanítottam, majd más óvodákban, iskolákban is elkezdtek érdeklődni – nem minden nap lát az ember mankóból fuvolát, kesztyűből skót dudát, lampionból tangóharmonikát. Miután újra és újra kérdezték, van-e még valami a tarsolyomban, leültem, és átgondoltam, mit tudok még nyújtani. Már akkor számos hangszerrel rendelkeztem, így kidolgoztam egy 10 alkalmas programot. A célom az volt, hogy az újrahasznosított hangszerek mellett az eredeti hangszer is szerepet kaphasson, mindezt úgy, hogy az elméleti háttér is megjelenjen emészthető formában.

Minden elméleti részt tapasztalaton, gyakorlatban bemutatott helyzeteken keresztül tanulunk meg (szívószálhangszer, ökohangszer-bemutató, csináld magad, zenekísérlés), melyeket dinamikus gyakorlatok szakítanak meg a figyelem fenntartása, vagy éppen a felgyülemlett energiák levezetése érdekében (mozgással egybekötött hangszervers, energiser, nyílik a zenebatyu, zárul a zenebatyu). Emellett lehetőség nyílik a közös zenés élményre, a zenés interakcióra, az önmegvalósításra. Az egyetlen kivétel a „Csináld magad” programpont, mely az otthoni vagy egy későbbi alkalommal való hangszerkészítésre tesz javaslatot. A Zenebatyu fő üzenete – az élmény, a zene szeretete és a hangszerismeret játékos, élményszerű bővítése mellett – a környezettudatosság, az újrahasznosítás, újrafelhasználás hirdetése. Már egy alkalom után látható, ahogy a gyerekek máshogy néznek az eddig értéktelennek, kidobandónak tűnő flakonra, tojástartóra vagy épp joghurtos pohárra. Érdekes a szülőket is bevonni a szemléletformálásba, és buzdítani őket alkalomról alkalomra a „Csináld magad” hangszerek alapanyagainak gyűjtésére. Az egyik óvodában, ahol hetente megfordul a batyu, egy kihelyezett láda várja a gyűjtendő anyagokat, így a program túlnőhet az intézmény falain.

ÁLLANDÓ ELEMEEK

Nem beszélhetünk hosszútávú hatásokról, ha nem folyamatban gondolkodunk. Ebben a cikkben a programsorozat egyik alkalmát mutatom most be, de minden program az *előző esemény felidézésével és átismétlésével* kezdődik. Emellett az utolsó előtti pont, a hangszerosztás fontos eleme a *hosszútávú memória megtornáztatása* is, így elsőként felhívom a figyelmet arra, hogy mindenki jegyezze meg azt a hangszert, amit kivett a batyuból, mert a dalok közt lesz majd cserebere, a végén viszont *vissza* kell cserélni az eredeti hangszeredet, és visszatenni oda, ahol találták. Egy másik fontos szabály (a konfliktusok elkerülése végett), hogy sosem *kötelező* a hangszercsere, csak ajánlott, közös megegyezéssel. Végül a búcsúdál előtt az *aznapi aktuális program* elemeit, összefüggéseit, tanulságait is átismétljük.

PROGRAMPONTOK

Szívószálhangszer

Elámultam, mikor tudomást szereztem a szívószálduda létezéséről 2010-ben, egy zeneterápiás képzésen. Prof. Buzási Miklós mutatta meg a két egyszerű lépést: 1. Lelaposítjuk a szívószálat, 2. Levágjuk a két sarkát. Ha ezután a szánkba vesszük a szívószál ceruzahegyre hasonlító végét és erősen megfújuk, megszólal! Fontos hangsúlyoznom, hogy gyógypedagógusként ezen meghatározó élmény előtt is gyártottam már hangszereket diákjaimmal, ám ezek általában ritmus-hangszerek voltak, dobok, csörgők, shakerek. Az, hogy egy olyan egyszerű tárgy, mint a szívószál, zenei hangot adjon,

alapjaiban változtatta meg a hangszerekhez való hozzáállásomat, és ezt a hangszerkészítési szenvedélyt azóta is próbálom átadni a környezetemnek, ahogy a kedves olvasónak is. A szívószál még a Zenebatyu logójában is megjelenik. Azóta nincs alkalom szívószálhangszer nélkül – a kicsiknek elég, ha nagyokat nevetnek a hangján, de a nagyobbaknak már érdemes elmondani, hogy a duda fújás közben rezeg, azaz nagyon gyorsan mozog, ez adja a hangját. (A szívószálduda elkészítési módja megtalálható a www.zenebatyu.hu honlap videó fül alatt.)

Autentikus hangszer

Minden alkalom egy úgynevezett autentikus hangszer köré épül, melyekről – ha nem állnak rendelkezésre – képet és videót is mutathatunk a gyerekeknek. Meséljünk a hangszer nevééről, eredetéről, különleges tulajdonságairól (a Wikipedia a barátunk). Jelen esetben az ukulele neve ismerősen cseng, hawaii gitárnak is nevezik, annak ellenére, hogy gitárnak éppen aprócska lenne (erre a mondatra a hangszerversnél még visszatérünk). Neve nyersfordításban ugróbolhát jelent, a gitártól főként méretében és húrjainak számában tér el. Amennyiben rendelkezünk gitárral, össze is hasonlíthatjuk, végigszámlálhatjuk a húrok vagy a hangolókulcsok számát. Itt érdemes kitérni a hangolókulcs szerepére: ha megfeszítjük a húr, az vékonyodni kezd, tehát „kisebb” lesz, gyorsabban fog mozogni, azaz rezegni, így magasabb hangot ad. Így hangolják a húros hangszereket, hogy szép, tiszta, egymással egybecsengő hangon szóljanak. A teste pedig nem véletlenül üreges, így jobban fel tudja hangosítani a húrok rezgését, mint egy tömör test.

Hangszervers

Ideális esetben egy hangszer nevét (pl. gitár) rögtön megjegyzik a gyerekek. Az ukulele már nehezebben előhívható elnevezés. A hangszer nevének és tulajdonságainak bevésséhez nagy segítség egy négysoros mondóka, melyet mozgással kísérve könnyedén megtaníthatunk: *Négy húrja van* (itt 4-et mutatunk), *és üreges teste* (üregt mutatunk), *gitárnak éppen* (gitározunk a kezünkkel) *aprócska lenne* (a gitár nagyságából kezdve közelítjük a kezeinket egy ukulele méretéig), *hullámos* (hullámot mutatunk), *mégsem puputeve* (mutatóujjunkt jobbra-balra ingatjuk), *Ez a hangszer az UKULELE!* (tapso-lunk). A versikét soronként többször ismételve, majd egyben is elmondhatjuk, utoljára pedig úgy, hogy az utolsó szót, a hangszer nevét mi felnőttek már nem mondjuk, csak a gyerekeket buzdítjuk arra, hogy hangosan kimondják helyettünk is. Közismert ugyanis, ha a gyerekek olvasás, hallás, látás, felmondás és cselekvés útján *egyszerre* tanulnak meg valamit, ily módon marad meg az információ a legnagyobb eséllyel.

Energiser

Nincs olyan 15 percnél hosszabb foglalkozás, melyet mozgás nélkül kibírnának a kicsik. Az úgynevezett „energiser” egy céges kifejezés, melyet hosszú meetingek során alkalmaznak, pár perces test- és hangmegmozgató gyakorlat, felfrissülés céljából. Jelen példánkban medvevadászatra indulunk, melyhez három dologra van szükség: 1. A törökülésben ülő gyerekek minket utánozva egyenletesen üssék a ritmust a combjukon. 2. Visszhangozzák a szavakat, melyeket mondunk. 3. Utánozzák a változatos mozdulatokat. Combütés közben mondjuk: *Menjünk medvét vadászni* (ezentúl ütemre minden mondatot visszahangozzanak a gyerekek: *Menjünk medvét vadászni*). Nini. Ollálá. Mit látok? Hiszen ez egy folyó! Ússzunk át rajta! (úszásmozdulatok, szintén ütemre). Átértünk. *Menjünk tovább!* (itt újra indul a combütés és a szöveg, egy újabb helyszínt bemutatva) *Menjünk medvét vadászni!* Nini. Ollálá. Mit látok? Hiszen ez egy... híd! Keljünk át rajta (mellkast döngtetünk)! Nádás! Keljünk át rajta (képzeletbeli nádszálakat lökünk félre)! Mocsár! Keljünk át rajta (cuppogunk és a kezünkkel lépkedünk a mocsárban)! Hegy! Másszunk fel rajta (ülve hegyet mászunk)! Barlang! *Menjünk be!* (itt megáll az ütemes lépkedés, de folytatódik a mondatonkénti visszhang). Jaj! Sötét van! Mi ez? Szörös a füle. Hosszú a foga. Mély a gyomra. Bűdös a lába. Hiszen ez a medve! FUTÁS! (itt gyorsan ütjük a combunkat, és visszafelé „végigszaladunk” az eddigi állomásokon). Le a hegyről! Át a mocsáron! Át a nádason! Át a hídon! Át a folyón! Megmenekültünk (letöröljük az izzadságot a homlokunkról). A levezetett energia után újra a figyelemé a terep.

Ökohangszer-bemutató

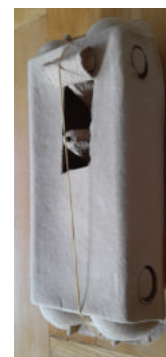
Dudát már készítettünk szívószálból, miért ne lennénk képesek ukulelét is létrehozni valamilyen hétköznapi tárgyból? Mindössze két dologra van szükségünk: 1. Húr, ami rezeg, 2. Üreges test. Ha van egy flakonunk (PET palackunk) és egy kis horgászdamilunk, elkészíthetjük a saját FLAKOLELÉNKET. Meleg tüvel lyukasszuk ki a flakon a legalját és a kupakját. Vágjunk az oldalára egy 3-4 centiméter átmérőjű kört. Fűzzük át a flakont a horgászdamilal, mintha egy óriási, lapos gyöngyöt fűznénk: először az alsó lyukon, majd a palack száján keresztül a kupakon, majd csavarjuk rá a kupakot teljesen a flakonra. Kössünk csomót először alul, majd a kupak tetején úgy, hogy lehetőleg feszes legyen a damil – ez többszöri csomózást is igényelhet. Ha a flakon oldalán található lyukba benyúlva megpengetjük a damil, megszólal a saját flakolelénk! Készítsünk két flakolelét, egy vékony és egy vastag damilból, erre később szükség lesz.



Csináld magad

Ezt a programpontot otthonra vagy későbbi foglalkozásra szántam, hogy azután is legyen még egy izgalmas alkotnivaló, miután az alkalom véget ért. Éppen ezért mindig olyan hangszer elkészítését javaslom, amit gyakorlatilag elronthatatlan. Érdemes otthon vagy az óvodában, iskolában egy nagy hangszergyűjtő dobozt ajándékozni a gyerekeknek, melybe a saját

készítésű hangszereit gyűjtheti. A flakolele elkészítése igen időigényes, és olyan készségek is szükségesek hozzá, mint a csomókötés vagy a damil lyukon átfűzése. Így a közös bütyköléshez sokkal egyszerűbb tárgyakkal érdemes próbálkozni: tojástartóval és egy befűtött gumival. A tojástartókat előzetesen begyűjtjük, mindegyikre vágunk egy kis nyílást, ami egyrészt üregessé teszi a testet, másrészt az így keletkezett „ajtót” feltekerve elemeljük a befűtött gumit a tojástartó testétől, így szabadon rezeghet. A hangszer így pillanatok alatt elkészül, ha pedig pengetés közben lefogjuk a húrt, észrevehetjük, hogy magasabban szól. Hogy miért? A húr lefogásával is „kisebb” lesz a húr azon része, amit pengetünk, és azt már korábban megvitattuk, hogy minél kisebb a húr (most épp nem vékonyabb, hanem rövidebb), annál magasabban szól. A nagyobbaknak a több húros verziót is ajánlom. Ezután a hangszer teste szabadon dekorálható, és bármely ünnepkörhöz is kapcsolható, de természetesen – tojástartó mivoltából fakadóan – a húsvéti időszakban a legaktuálisabb.



Zenekísérlet

Nincs Zenebatyu kísérletezés nélkül. Azt a törvényszerűséget már átbeszéltük, hogyha megrövidítjük a húr rezgő részét, magasabb hangot ad, és azt is átbeszéltük korábban, hogy ugyanez történik, ha megcsavarjuk a hangolókulcsot az ukulelén. Ugyanezt most bemutatathatjuk a flakolelén is, a kupakot megcsavarva a húr megfeszül, vékonyodik, magasabb lesz a hangja. A szemfülesebb gyerekek viszont észrevehetik azt is, hogy az egyik flakon más hangon szól, mint a másik, akkor is, ha mindkét flakon kupakja ki van tekerve. Mi lehet a különbség? Ha megvizsgáljuk, rájövünk, hogy az eleve vékonyabb horgászdamil magasabb hangot ad, és ha a feszítéssel tovább vékonyítjuk, akkor ad még magasabb hangot, míg a vastagabb húr mélyebb hangon szól. Ha ezután megvizsgáljuk az eredeti ukulelét – vagy egy képet, videót róla –, észrevehetjük, hogy bizony ott sem ugyanolyan vastagságúak a húrok!

Nyílik a Zenebatyu

Készítettem egy kedves barátommal a 2010-es években egy batyut, ami színes, praktikus összecipázható, és amelyben rengeteg hangszer elfér. Ezzel a batyuvál jártam a kórtermeket a gyerekkórházakban, amely egy pillanat alatt bevonta a zenélésbe a beteg gyerekeket. A Zenebatyu program ezen pontján – mintegy megkoronázva az alkalmat – szoktam elővenni a hangszereket, és gitáros kísérettel, a térben körbe járva zenélünk, táncolunk. Amennyiben van az óvodában, iskolában hangszer, érdemes ekkor kiosztani, és ha esetleg nincsen gitár, hangszórón hallható zenére vagy énekszóra közösen mozogni és táncolni. Ugyanitt hasznos, ha a gyerekek egészen eddig egy nagy szivacson vagy szőnyegen ültek, mert elhagyva azt remek viszonyítási pontot ad a körbejáráshoz. Olyan közismert dalokra rázhatják a hangszereiket, mint „Aki nem lép egyszerre” vagy „Sétálunk, sétálunk”, melyeket egy hangszercserélős dallal szoktam összekötni: „Fogd a hangszert, gyere-gyere, indulhat a cserebere”. Mondókaként is mondható, de aki tud szolmizálni, az alábbi dallamra énekelheti (a ritmusa a szöveg prozódíájához hasonul): DRMDRMFF SFMRMRDD. Miután kimozogtuk, kitáncoltuk magunkat, és túl vagyunk a visszacsereberélős állandó programon, átismételjük a program elejétől hallottakat, esetleg válaszolunk az azóta felmerült kérdésekre.



Zárul a Zenebatyu

Idáig nyolc zenés élménnyel gazdagodtak a gyerekek, nem meglepő tehát, hogy zenével zárul az alkalom. Bármilyen saját vagy közismert énekkel elbúcsúzhatunk a gyerekektől, én a Bátor Táborban tanult „Szasztok” dalt alkalmazom erre. „Hát szasztok, hát szasztok, hát helló-helló-helló-helló szasztok. x2” „Jó volt együtt, jó volt együtt, hát helló-helló-helló-helló szasztok. x2” A dal a „ramszamszam” vagy „parampampam” című sokak által ismert energiser/tábortúzi ének dallamára szól. Ezalatt felhívom a gyerekek figyelmét, hogy lehet combot ütni, tapsolni vagy integetni, aki pedig nagyon profi, mindhármat csinálhatja egymás után. Ennek csak annyi a jelentősége, hogy minden gyerek a maga módján búcsúzhat el, van, aki teljes extázisban egyszerre három dolgot csinálva, míg mások csupán mosolyogva és integetve.

ÖSSZEGZÉS

Élmény nélkül nincs tanulás. A zene pedig önmagában is csodálatos élményt nyújt. Ha a zenei hangok, a hangszerek és a közös zenélés világát nem csupán egy teljesítmény elérése érdekében használjuk, hanem felhasználjuk a rácsodálkozás, a kíváncsiság, az alkotás, a lelkesedés és az önmegvalósítás erejét, igazán közel hozhatjuk a zenét a gyerekekhez és felnőttekhez egyaránt. A Zenebatyu Élményprogram mind a 9 eleme ezt a célt tűzte ki magának, és ezidáig ötven kidolgozott programmal büszkélkedhet. Az összefoglaló képen látható, hogy nem csupán a hangokkal, de a szavakkal is szeretek játszani. Így Kodály Zoltán üzenetével zárnám soraimat, melyek minden bekezdés első, vastag betűi közt rejtőztek el.

MESÉS-SPORTOS TÁJÉKOZÓDÁS ÓVODÁSOK SZÁMÁRA A SZABADIDŐKÖZPONTBAN

Az óvodai mozgásfejlesztés kiemelkedően fontos különösen az iskola előtt álló gyermekek számára. A komáromi szabadidőközpont rendszeresen tart mozgásfejlesztő és sportfoglalkozásokat óvodások, illetve egyéb életkori csoportok számára. A szabadidő a társadalmi kötöttségeken és fiziológiai szükségleteken kívül fennmaradt időmennyiség, mely tulajdonképpen üres és csupán egy lehetőség, hogy rekreációs célokra is felhasználjuk (Kovács, 2004). A szabadidőközpont küldetése, hogy lehetőséget adjon a gyermekek számára arra, hogy szabadidejüket hasznosan eltöltsék, jól szórakozzanak, valamint játékos módszerek alkalmazásával fejlődjenek a képességeik. 2022 szeptemberétől teljesen új arculattal, koncepcióval kezdett el működni a szabadidőközpont, így egyre ismertebbé és népszerűbbé vált. A sport és képzőművészet mellett kiemelkedő helyen szerepelnek a legkisebbek számára tartott magyar és szlovák nyelvű foglalkozások.

A szabadidőközpont sport részlege 2023 januárjában egy projektet alkotott, melynek neve a „Tájékoztató akadálypálya óvodások számára” volt. Ezen projekt célja a pozitív motiváció az óvodáink (a szlovákiai Komárom) felé, ezzel is bizonyosságot nyerve afelől, hogy gyermekeink egészsége, magatartása, szociális viselkedése, motoros képességeik egy bizonyos idő után (esetünkben 6 hónap–1 év) pozitív irányba halad. A projekt keretén belül egy korábban megalkotott játékunkat, a tájékoztató akadálypályát próbálhatták ki az óvodáskorú gyermekek. A tájékoztató akadálypálya alkalmazása során fejlesztjük a motoros képességeket mint a kondicionális és koordinációs képességeket. A kondicionális képességek közül a gyorsaság, a koordinációs képességek közül a térbeli tájékozódás és a reakciógyorsaság fejlődik. A tájékoztató akadálypálya egy tornatermi mátrix pálya, mely kifejezetten óvodások számára lett kialakítva. A pálya kialakítása során 4x4-es alakzatban elhelyezünk 26 dobozt, melyek mesefigurákkal vannak ellátva. A pályák ezek között a pontok között haladnak, melyek vonallal vannak összekötve a térképen. A gyermekek kapnak egy térképet, mely alapján teljesíteniük kell a pályát/pályákat. Első alkalommal bemelegítő térkép alapján teljesítik az akadálypályát. Ezután a gyermekeknek a térkép alapján kell felkeresniük a megadott ellenőrzőpontokat, vagyis a mesefigurák képeket. A kiskártyán meg kell jelölniük, hogy az előre megadott pontokat érintették. Miután az összes térképen feltüntetett mesefigurát megtalálták, célba érnek. A gyermekek akár többféle pályát is teljesíthetnek. Percenként indulnak egymás után a pályákon. A játék célja, hogy hibátlanul teljesítsék az akadálypályát (Ágh, 2018).

Az első gyermekkorban a mozgásfejlődésre a már megtanult mozgások tökéletesedése és az első mozgáskombinációk megjelenése a jellemző. A fejlődés három irányban nyilvánul meg: a teljesítmény javulásában, a mozgásvégrehajtás minőségében, az ismert mozgások pontosságában. A motorium struktúráját a még az egy faktorba integrálódott képességegyüttes jellemzi. A kondicionális képességek közül fejlődik a mozgás- és mozdulatgyorsaság és az állóképesség. A koordinációs képességek közül mozgásvezérlés és -szabályozás, ezen belül az egyensúlyozás fejlődése kifejezett. Fontos szerepe van a rendszeres mozgásfejlesztésnek ebben a korban, mivel a motoros képességek színvonala csak ebben az esetben fog gyors fejlődést mutatni. Ebben az időszakban nagy a gyermekek mozgásigénye, mely kitartással és célratöréssel párosul. A mozgásfejlődés szempontjából nem egységes az első gyermekkor, mivel a három-négy évesekre a kisgyermekmozgás a jellemző, ezzel szemben az öt-hat éveseknél már nagyobb változások következnek be (Farmosi, 2021). A kondicionális és koordinációs képességek fejlesztésének szenzitív időszaka az óvodáskor. A kondicionális képességek közül az aerob állóképesség, míg a koordinációs képességek közül az idő-, tér-, test- és részkoordináció fejlődik. Az óvodáskorú gyermekek fejlettsége 90%-os, ebből a csont- és izomrendszer fejlettsége 30%-os (Metzing, 2010).

A projektbe négy óvoda kapcsolódott be, összesen 204 gyermekkel. A négy óvodából kettő rendszeresen részt vesz mozgásfejlesztő foglalkozásainkon. A másik két óvodában most tartottunk először foglalkozást. A foglalkozásokat mindig egy babzsákos bemelegítővel kezdtük, majd a gyermekek megismerkedtek az aktuális mesefigurákkal, melyek mind a négy óvodában azonosak voltak. Ezt követően kaptak a gyermekek a kezükbe egy bemelegítő térképet, majd kiosztottuk két csoportban az egyes térképeket és kiskártyákat. Végül a rajtidejüknek megfelelően indultak a gyermekek teljesíteni a pályákat. A gyermekek idejét mérve végeztünk egy összehasonlító elemzést a négy óvoda között. A rendszeres mozgásfejlesztésben résztvevő óvodák elnevezése F1, illetve F2 óvodák. A másik két óvodát mint kontrollcsoportot jelenítettük meg, így K1 és K2 óvoda nevet kapták. A felmérés során nem tettünk különbséget a fiúk és a lányok között, mivel ebben a korban még nincs kimagasló különbség a nemek között. A foglalkozások során a gyermekek összesen három pályát teljesítettek. Az első a korábban említett bemelegítő pálya volt, melynek célja a mesefigurák megismerése. A második és a harmadik pálya teljesítése időre zajlott. Elmondható, hogy a gyermekek a harmadik pálya teljesítésénél már sokkal jobb időeredményeket produkáltak. Az 1. ábrán látható a nagycsoportosok időeredményeinek összesített eredménye.

A diagramon látható, hogy az F1 óvoda kimagaslóan jól teljesített. A F1-es óvoda csoportjairól elmondható, hogy 1,5 éve rendszeresen vesznek részt általunk mozgásfejlesztő foglalkozásokon, mely a heti testnevelés foglalkozást váltja ki. Heti egy alkalommal járnak hozzánk a szabadidőközpontba októbertől májusig. Továbbá mi szervezzük számukra szeptemberben és júniusban is az úszótanfolyamot. Így elmondhatjuk, hogy 10 hónapon keresztül rendszeresen találkoznak velünk valamilyen mozgásos tevékenységen, ezért komplex módon tudjuk az egyes képességeiket és készségeiket fejleszteni. A F1 óvoda gyermekeinek összesen 54%-a teljesített 3 perc alatt, ami nagyon jó eredménynek mondható. Az óvodás korosztály tekintetében a 3 percig bezáró teljesítésig mondhatjuk, hogy ideális idő alatt futották le az akadálypályát. Kiemelnénk a K1 óvodát, mely az első teljesítés ellenére a K2 óvodához képest sokkal jobb eredményt ért el. A K1 óvoda 23%-a 3 perc alatt teljesített, ezzel szemben a K2 óvodának csupán 6%-a. A F2 óvoda 35%-a közepes időeredményt ért el. A K2 óvoda csoportjai 1 éve vesznek részt rend-

szeres mozgásfejlesztésben októbertől-májusig heti egy alkalommal, a heti egy testnevelés foglalkozást kiváltva ezzel. A K2 óvoda 72%-a 4 perc feletti időeredményeket ért el és ennél a csoportnál figyelhető meg a legrosszabb eredmény, 22%-uk teljesített 6 perc felett. Összességében elmondható, hogy a F1-es óvoda érte el a legjobb eredményt, őket követte a F2 óvoda, amely ugyancsak a rendszeres fejlesztésnek köszönhető. A K1-es óvodánál azért születhettek jó eredmények, mert az óvopedagógusok rendszeresen megtartják a reggeli mozgásos percekét és a heti egy testnevelés foglalkozást.

Megfigyeltük, hogy a gyermekek egy idő után már nem figyelték a térképet, csak a kis kártyán szereplő ábrák alapján keresték a pontokat, ezért a F1-es óvodánk második tesztelésén a kis kártyán szereplő képeket lecseréltük számokra. Így rákényszerítettük a gyermekeket, hogy csak a térképet használva tájékozódjanak.

A második ábrán az összes eredmény látható, így szerepel rajta a F1-es óvoda második teljesítése, mely már az esetükben számokkal ellátott kis kártyákkal történt, valamint a K1-es óvoda kiscsoportja is. Az ábrán jól látható, hogy F1 óvoda gyermekeinek nem jelentett problémát a térkép alapján történő tájékozódás, mivel 61%-uk 3 perc alatt teljesített, ami kimagasló eredménynek számít. A K1 óvoda kiscsoportosainál elmondható, hogy nem minden esetben teljesítették önállóan a pályákat, illetve a második időmérés során már térkép nélkül a kis kártyán szereplő figurák egymás utáni sorrendje alapján tájékozódtak, ezzel könnyítettük számukra a játék végrehajtását, hiszen a kiscsoportos óvodások megfigyelő képessége, térbeli tájékozódása és reakcióképessége gyakorlat megoldásokra még nem teljesen érett. Elmondhatjuk, hogy több mint 60%-uk 3 perc feletti időeredményt produkált, csupán 22%-uk teljesített 2-3 perc között, ami a korosztályukhoz viszonyítva nem számít rossz eredménynek. Összességében megállapíthatjuk, hogy a korosztályoknak megfelelő eredmények születtek a gyermekek körében, viszont a rendszeres fejlesztés hatása szemmel látható az akadálypálya teljesítése során.

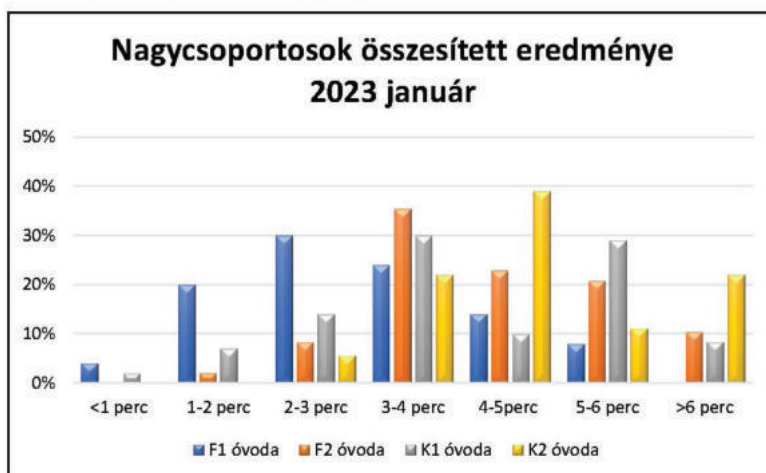
A gyermekek nagyon élvezték a tájékozódási akadálypályát. Szerették volna újra és újra teljesíteni a feladatokat. Megállapítottuk, hogy a gyermekek másodszorra minden esetben jobb időeredményt produkáltak, mivel már jobban ismerték magát a játékot és a mesefigurákat.

A tájékozódási akadálypálya hozadéka, hogy az óvodáskorú gyermekek térbeli tájékozódása és motoros képességeik játékosan, számukra érdekes módon fejlődik. Elsajátítják a tájékozódási futás és a térképolvasás alapjait. Az itt szerzett képességeket a mindennapi életükben is alkalmazni tudják, mert ily módon el tudnak tájékozódni a saját lakó környezetükben. Összefoglalva elmondhatjuk, hogy a rendszeres mozgásfejlesztés és sportolás során a gyermekek mozgása rendezettebb lesz, fejlődik az állóképességük, a mozgáskoordinációjuk, egyensúlyérzékük és számos más képességük. Minden pedagógust és szülőt is arra biztatunk, hogy vigye bele a mozgást a mindennapokba, akár egy-egy foglalkozás vagy tanóra elejére, hiszen amit megalapozunk mozgás terén gyermekkorban, az a későbbiekben hasznos szokássá válhat a mindennapjaikban, mert mindig a felnőtt generáció felelőssége, hogy mit ad át, milyen módszerekkel, hogy attól valóban fejlődjen, és fejlettebb legyen a felnövekvő nemzedék.

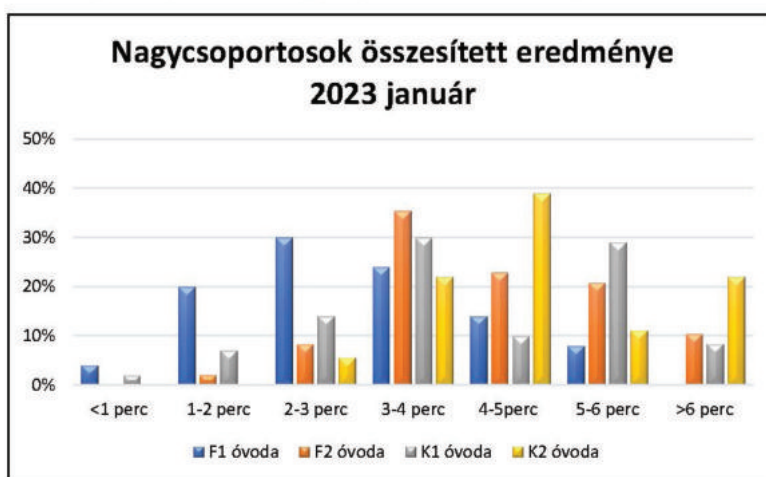
„Az emberi mozgások, mozgásformák és az értelmes mozgásos cselekvések változásának, illetve fejlődésének egyik legfontosabb időszaka a gyermekkor” (Stöckert, 1995).

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Agh Barbara (2018): *Térbeli tájékozódás fejlesztése óvodáskorú gyermekeknél a tájékozódási futópálya segítségével*, Komárno.
- Farmosi István (2021): *Mozgásfejlődés*. Negyedik, bővített kiadás. Budapest, Flaccus Kiadó, ISBN 978-615-5278-20-4.
- Kovács Tamás (2004): *A rekreáció elmélete és módszertana*. Budapest, Fitness akadémia.
- Metzing Miklós (2010): *Gimnasztika. Jegyzet az OKJ-s Sportszakember képzés számára*. Budapest, Önkormányzati Minisztérium Sport Szakállamtitkárság.
- Stöckert Károly (1995): *Játépszichológia*. Budapest, Eötvös J. Kiadó.



1. ábra: A nagycsoportosok összesített időeredménye százalékban megmutatva (saját szerkesztés)



2. ábra: Összesített eredmények százalékban feltüntetve (saját szerkesztés)

TESTEDZÉS MENSTRUÁCIÓ ALATT? CSAK NYUGODTANI!

Még mindig erősen él a köztudatban az a hozzáállás, miszerint a nőknek ciklusuk legnehezebb néhány napjában lemondásokkal kell szembesülniük. A lányok erre az 5-7 napra szögre akasztják edzőruhájukat, futócipőjüket. Aggódnak, hogy ártanak maguknak azzal, ha ebben az – egyébként is megterhelt – időszakban még nagyobb terhet rónak testükre egy kiadósabb edzéssel. Napjainkban még mindig sok nő érez hasonlóképp, pedig (ha csak vérzésük nem súrolja a szélsőséges határokat) e mögött nincsen semmilyen valós ok. Először is fontos, hogy tudatosítsuk: a testmozgás fizikai és mentális előnyei nem szűnnek meg csak azért, mert menstruálunk. Ha úgy érezzük, jól esne lemenni a terembe, nyugodtan tegyük meg! Sőt, a mozgás számos pozitív hatását is érzékelni fogjuk. Természetesen tény, hogy szervezetünk ebben az időszakban picit fáradtabb lehet, de ez se vegye el kedvünk. A testedzés intenzitásából egy kicsit visszavéve ugyanazzal a jóleső érzéssel távozhathatunk. A kulcs a megérzés és a saját testünkre való odafigyelés, hiszen szervezetünk minden helyzetben pontosan tudja, mire van szüksége. Ne féljünk hallgatni rá!

A másik érv, amit a menstruáció alatti testedzésekkel szemben felhoznak, a szivárgás vagy kellemetlen helyzetek elkerülése. Teljesen érthető, hogy egy osztályközösségben vagy egy nagyobb csoportban végzett sporttevékenység során ez a kérdés felmerül. Itt is azonban inkább a megoldás keresésére biztatnánk mindenkit. Ma már a tisztaságügyi eszközök olyan széles tárházával ismerkedhetünk meg, mely mindenki számára kínál alternatívát. Ilyen például az intim kehely, menstruációs fehérnemű, menstruációs szivacs, és még sorolhatnám.

A menstruációnak azonban van előnye is az edzésre vonatkozóan. Az ösztrogén és a progeszteron ingadozása megváltoztatja a vesék és a vér folyadékkegyensúlyát, mondta Stacy T. Sims, fiziológus és táplálkozástudós.¹ „Amikor megjön a menstruációd, a hormonszinted a legalacsonyabb szinten van. Nagyobb intenzitást, jobb fájdalomtűrő képességet és gyorsabb felépülést eredményez” – mondta Sims.

LÁSSUK TEHÁT AZ 5 ÉRVET, AMIÉRT ÉRDEMES MENSTRUÁCIÓ ALATT IS MOZOGNUNK!

1. Csökkenő tünetek

Ha fáradtságot és hangulatingadozást tapasztalsz a menstruációd előtt és a ciklusod első napjaiban, érdemes rendszeres aerob edzést (lassabb tempójú kerékpározást, sétát, úszást, jógát – vagyis olyan tevékenységet, amelyek közben még lihegés, megakadás nélkül tudsz beszélni) beiktatnod. Hamar érezni fogod a ciklusod lefolyásában tapasztalt pozitív változásokat.

2. Helló, boldogsághormon!

Mivel az edzés megnövekedett természetes endorfinszinttel ajándékoz meg minket, a kedélyállapotunk javulni fog. Az endorfin továbbá köztudottan természetes fájdalomcsillapító: megszabadít a kellemetlen közérzettől, könnyedebb, kellemesebb állapotba kerülünk általa.

3. Eljött az erőfejlesztés időszaka!

Egy 2016-os tanulmány is igazolja (Wikström-Frisén, 2016), hogy a menstruációs ciklus első két hete (a ciklus az első menstruációs nappal indul) a női hormonok alacsony szintje miatt lehetővé teszi, hogy nagyobb erőnövekedést tapasztaljunk.

4. Felpezsdül a hangulatunk

A testmozgás javítja a keringést, így az ilyenkor végzett gyakorlatok nem csak a hangulatunkat javíthatják, de segíthetik a test tisztulását is, így érezhetően jótékony hatással vannak a vérzésből adódó görcsök, fejfájás és hátfájalom kialakulására.

5. Viszlát, szégyenérzet!

Bár sokaknak ez ma már elképzelhetetlen, még mindig élnek közöttünk lányok, nők, asszonyok, akik számára titkolnivaló, szégyenérzetet keltő dolog a menstruáció. Fontos tudatosítanunk, hogy ez egy természetes folyamat, akárcsak az alvás, étkezés vagy szülés, így egyáltalán semmilyen okunk nincs arra, hogy pironkodva beszéljünk róla, természetesen nőies ségünket, finomságunkat megtartva.

FELHASZNÁLT IRODALOM

■ WIKSTRÖM-FRISÉN, LISBETH (2016): *Training and hormones in physically active women: with and without oral contraceptive use*. Umeå, Umeå universitet, url: <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:955835/FULLTEXT01.pdf> (Letöltés ideje: 2022. január 4.)

¹ STACY T. SIMS, MSC. PHD. egy nemzetközi testmozgás-fiziológus és táplálkozástudós, akinek célja, hogy forradalmasítsa a nők táplálkozását és teljesítményét menstruáció alatt.

ELÉRKEZTÜNK A MÁHOZ

Eddigi írásaimban sokat foglalkoztam az élet kialakulásával, fejlődésével és szétágazásával, azaz a törzsfajlódással. Leírtam, hogy mit tudtak róla az ókori népek, kiváltképpen az ógörögök, és a középkorban kik által vált az élővilág kutatása tudománnyá, illetve biológiává. Aztán ezen belül pár száz év leforgása alatt milyen kitartó türelemmel és fáradtságos munkával jutottak el a tudósok a szabad szemmel nem észlelhető mikrovilág felismeréséig. Végül pedig rájöttek, hogy léteznek olyan természet alkotta vegyi anyagok, melyeknek milliónyi atomot tartalmazó molekulái a DNS-ek, melyek immár négymilliárd év óta szüntelenül lemásolják önmagukat, miközben a közük furakodott más összetételű molekulákkal olyan bonyolult szerves rendszereket (géneket) hoztak létre, melyeknek az irányításával felépült az egész, szüntelenül burjánzó, pusztuló és újjáéledő, azaz továbbszerveződő élővilág. Bármilyen nehéz felfogni és elfogadni, mi, emberek is e folyamatnak a „teremtényei” vagyunk. Szinte hihetetlen, hogy csak azt vesszük észre, amit az érzékszerveink jeleznek a pszichikumunknak. A világra, amelyben élünk, amelynek alkotó elemei vagyunk, mindmáig úgy tekintünk, mint valami rajtunk kívül létező idegen közegre. Még az embertársainkra is.

Ha végigkémleljük a múltunkat, csupa ellentmondásokba ütközünk. Vannak, akik úgy vélik – a fajelméletek híveit kivéve –, mi, emberek, a fajtársainkkal egy nagy közösséget képezünk. Ám ha jobban szemügyre vesszük az emberi közösségeket – életünk folyamán többre is belesodródunk –, könnyen rájövünk, hogy e fogalom mára egy kissé problematikusává vált. El is hangzik néha, hogy valamikor a közösségek nem ilyenek voltak. Hát milyenek? Általában az rá a válasz, hogy mások. A mikor kérdésre viszont még homályosabb a felelet, pedig a valóság nagyon egyszerű. Az ősidőkben. Akkor, amikor az emberek egymásrautaltsága létkérdés volt. Időnként, átmenetileg előfordul ez ma is, de ezek a közösségek igen rövid életűek. Össztársadalmi vonatkozásban pedig csak olyan kísérletek, amelyek legtöbbször diktatúrába torkollnak. Hogy a diktatúrák, amelyeket a félelem sző át, általában miként érnek véget, azt aligha kell elmagyarázni. Maradjunk annyiban, hogy az emberiség ma, ritka kivételtől eltekintve, tömegtársadalmakban él. Persze ezeknek is megvan a maguk sajátos összetartó erejük, de hogy közösségeknek lehessen nevezni őket, az bizony nem állja meg a helyét. A tömegtársadalmak az embereket individuumokká tették, olyan egyénekké, amikor mindenki mindenkinek a kiszolgáltatottjává válik. Gondoljunk arra, amikor hivatali vagy orvosi előszobában sorunkra várva, vagy hosszú sorban álló, türelmesnek látszó emberek között, netán egymást lökdöső türelmetlen tömegbe keveredve, nem az-e a legfőbb vágyunk, hogy mielőbb szabadulhassunk meg tőlük? Annak ellenére, hogy társas lények vagyunk, mégis ha úgy érezzük, a körülöttünk lévők nagyon a terhünkre vannak, nem kívánjuk-e valamennyit a fészkes fenébe? Ugyanakkor azok is, akiktől függünk, holott ők a munkájukat végzik, nem azt óhajtják-e, hogy az ügyfeleik (pácienseik) végre fogyjanak már el? Ez nem azt jelenti, hogy az emberek között ne működne alapvető érzelmi kapcsolatok, csak a tömegtársadalmak az érvényesülésüket nagyon leszűkítik. Pedig azokhoz vagyunk hasonlóak, vagy éppen közülük valók, akik egyedenként (ez esetben az emberek is azok) a leggyámoltalanabbak. Azonban meggyőződésünk, hogy miénk a legszerencsésebb faj a világon, akivel kivételt tett a filogenezis, más elmélet szerint a gondviselés. Lehetővé téve számunkra, hogy néhány száz év leforgása alatt olyan eszközökre tegyünk szert, amelyek a természetes érzékelésünket mérhetetlenül meghaladják. Miáltal a képességeink is oly mértékben kibontakozhattak, hogy vele önmagunkat is ámulatba ejtjük. Azzá az egyetlen fajjá lettünk, amelyik számára a megismerésnek már nincsenek leküzdhetetlen akadályai, de még határai sem. Hogy ez *nemes önbizalom*-e vagy csupán önhittség? Maradjon költői kérdés. És mi is maradjunk a megkezdett témánknál.

Tehát eljutottunk oda, hogy egy-egy meghatározott földi eseményből kiindulva, százmillió éveken át – bár jóval előbb létrejött már az élet a Földön, de milliárd évekig alig változott valamit – egészen napjainkig nyomom tudjuk követni az útját. Különböző tudományágak által feltárt tények bizonyítják, hogy az életformatípusok párhuzamosan változtak a földkéreg s a bolygónkat körülvevő víz- és levegőréteg változásaival. Illetve, hogy a négy burok: a *geo*-, a *hidro*-, a *bio*- és az *atmoszféra* (a sorrend nem felcserélhető) változásai kölcsönösen hatnak egymásra. Ráadásul, ha valamelyiket súlyos sérülés éri, kölcsönösen törekszenek annak kompenzálására. Tehát nem alaptalanul tekintette Lovelock a Földet élő bolygónak.

Régóta tudjuk, hogy a Nap körül nyolc nagyobb bolygó és sok kisebb égitest, holdak, kisbolygók (aszteroidák), valamint milliónyi „apró” törmelék kering. A bolygókat összetételük szerint két csoportba szokás sorolni. Van a négy gázhalmozállapotú, Jupiter-típusú óriásbolygó és a négy, a Naphoz legközelebbi, ráadásul a legkisebb Föld-típusú kőzetbolygó. Közülük a Naptól mért távolságuk szerinti sorrendben harmadik a mi Földünk. A csillagászok véleménye szerint épp ez a távolsága tette alkalmassá különleges pozíciójának a betöltését. Elsősorban azt, hogy a felszínén vastag vízréteg csapódjon le, évmilliárdokon át ne párologjon el, majd később, pár milliárd év múlva a vízből lehűlt kőzetlemez emelkedjék ki, ami idővel hatalmas darabokra tört szét. Ám közben az őstengerek mélyén kialakultak a kezdetleges, élőnek tekinthető szervezetek, melyekben „csakhamar” olyan molekulák képződtek, amelyek képessé váltak önmaguk pontos és bizony pontatlan lemásolására (is). Tehát már a tengerekben megkezdődött az élő szervezetek közti differenciálódás. Mint már említettem, milliárd éveknek kellett eltelniük ahhoz, hogy az élőlények a víz felszínén, illetve a szárazföldön is meg tudjanak élni. Hogy ez lehetővé váljék, nekik maguknak kellett létrehozniuk a Föld levegőburkát. Vagyis olyan gázkeveréket, melynek összetételében kulcsfontosságú szerepet kapott az oxigén és a szén-dioxid aránya. És ez az arány nem mindig volt olyan, amilyen ma. Mindezt azért tartom fontosnak megjegyezni, mert egyre nagyobb szerepet kap a közbeszédben a gyors klímaváltozás, pontosabban a Föld éghajlatának a globális megváltozása – nemcsak a felmelegedése –, amiért a tudósok

többsége a modern társadalmakat kárhóztatja. Valószínűleg igazuk van. De arra már kevés a remény, hogy az emberiség most már valaha is képes lesz a klímaváltozásokat jó irányba terelni. Már csak azért sem, mert úgy tűnik, az egész populációnk mára egyfajta spektrumzavarba került. Hasonló állapotba, mint amilyen egyének esetében az autizmus. Korántsem valamilyen betegségbe, hanem egyfajta létállapotba sodródtunk bele. Ez azonban még a 18. század közepén, az első ipari forradalom kirobbanásával kezdődött el, és az azt követő továbbiakkal jutottunk el a mához. Valószínűleg a kétszáz év alatt kialakult okozóit, a globális kockázati tényezőket, melyeknek egyikét sem lehet már teljesen kiiktatni. Ha ezt megpróbálnánk, a fejlett társadalmakban még az enyhébb csökkentések is társadalmi egyensúlyvesztéshez, néprétegek életminőségi romlásához és hatalmas néptömegek elégedetlenségéhez, végül súlyos zavargásokhoz vezetnének. Ennek veszélyére a 20. század folyamán már több durva figyelmeztetés is megtörtént. Tragikus következményeiket hadd ne soroljam fel. Viszont a „szóbeli” figyelmeztetéseket okvetlenül tudomásul kellene vennünk. Aki erre elsőként elszánta magát, *Thomas Malthus* (1766–1834) angol közgazdász volt, azáltal, hogy az emberiség túlszaporodásának a veszélyére hívta fel a figyelmet. Pedig amikor ezt megtette, 1800 körül, becslések szerint a Földön nem élt több, mint egy milliárd ember. Kétszáz év alatt ez az óriási szám meghatszorozódott, a következő húsz év alatt pedig 1 milliárd 800 millióval emelkedett.

Az újabb figyelmeztetést *Edward T. Hall* (1914–2009) amerikai antropológus tette meg az 1960-as évek közepén (egy évtized múltán mi is olvashattuk magyarul). Malthus olyan javaslatokkal is előállt, hogy miként lehetne a népszaporulatnak gátat vetni, amiért jogos támadások érték. Ám nem igaz, hogy elképzelései teljesen tudománytalanok lettek volna, hiszen a történelem azóta többször is bebizonyította, hogy – ha nem is Malthus számtani sorozata szerint – igenis jól működnek, csak végtelenül immorálisak, ráadásul a szenvedésen kívül más eredményt nem hoznak, ezért az emberiségnek a leghatékonyabb eszközeivel kell ellenük védekezni. *Hall*nak konkrétan nem az emberiség számának elképesztően gyors növekedése volt a témája, hanem egy fölöttébb érdekes téma, a proxémika. Ha magyarra akarnánk lefordítani, e szó helyett térközt kellene mondanunk, ami alatt sok minden mást érthetnénk, csak azt nem, amit *Hall* értett – az élőlények, pontosabban az *emberek térhasználati szokásait*. De azt is mondhatnánk, az emberek térigényét. Azonban ez nem olyan egyszerű téma, hogy csak úgy, tudomásul véve, eloldalogjunk mellőle. Főképpen most, amikor Európa nemzetállamainak legfőbb gondja lett, hogy mit kezdjenek az Ázsiában és Afrikában felkerekedett néptömegekkel, akik, mint az elhíresült lemmingek, szándékozzák előzőnleni Európát és Észak-Amerikát.

Nem minden ok nélkül vagyunk hajlamosak párhuzamot vonni az állatvilág egyes fajai és az emberi faj között. Biológiai szempontból minden okunk megvan rá, azonban az ember már régen elkülönült a legközelebbi biológiai rokonaitól is. *Hall* egyik mondata így hangzik: „Igaz, hogy az ember önmagát háziasította, de ez a háziasítás csak részleges sikerrel járt.” De vajon miért? A választ nem ő adja meg, hanem *Ian McHarg* skót tájépítésztől idézi: „... egyetlen faj sem maradhat fenn, ha nem szerves tagja egy ökológiai közösségnek. Minden egyednek igazodnia kell mind a közösség többi egyedéhez, mind pedig a környezethez, mert csak így maradhat fenn. Ez a követelmény az emberre is igaz.”

Évezredekken keresztül az ember a maga kisebb-nagyobb közösségeit, meghatározott sztereotípiák alkalmazásával, közös akciókkal hozta létre. Végül elérkeztünk a globalizált világba, amelyben semmi sem úgy működik, ahogyan még fél évszázaddal ezelőtt funkcionált, amikor az ember nemcsak valamilyen termékeket (épületeket, gépeket) hozott létre,



Fotó: <https://www.freepik.com>

valószínűleg konstruált, hanem emberi viszonyrendszereket is. Ráadásul meg tudta ezt tenni más élőlényekkel is. Például egyes növény- és állatfajok háziiasításával és nemesítésével (lásd mesterséges szelekció).

A falusi emberek, akik pár évtizeddel ezelőtt még növény- és állattenyésztéssel foglalkoztak, elődeiktől megtanulták, hogy egyes növényfajtákat téregényüknek megfelelően, milyen egyed- és sortávolságra lehet egymástól vetni vagy ültetni. Például a búzát, árpát, rozst, zabot meglehetősen sűrűre, a kukoricát és répát pedig már egyelni kellett. Régen ezt kézi szerszámokkal végezték, ma már gépek végzik el, mindjárt a vetéskor. Azt is számon tartották, hogy melyik termesztett növénynek mekkora a víz- és fényigénye, mit lehet dombra és mit kell lapos, nedves helyre vetni, ültetni. Melyik növény kedveli a kötött és melyik a laza, könnyebben szellőző talajokat. Régebben a gazdák pihentették a termőföldek egy részét, vagyis ugaroltak. Ma a mezőgazdászok nem hagyják kimerülni a termőréteget, ezért különböző eredetű szerves és szervetlen anyagokkal (*iparilag előállított műtrágyákkal*) tápanyagpótlást végeznek. Talajművelő, s ha kell, öntöző berendezések alkalmazásával, azaz mesterségesen gondoskodnak a talajszerkezet stabilitásáról. Azonban a rohamos sivatagosodás ellen nem tudnak mit tenni. De vannak még egyéb gondok is, mégpedig igencsak súlyosak, mint például a tenger- és a levegőáramlatok előre nem jelezhető irányváltásai. A tengerek és a belvizek táplálékforrásainak a kimerülése. És így tovább.

A háziállatokat, ha egyedenként tartották is őket, tavasztól őszi csapatokban: csordákban, nyájakban, falkákban stb. legeltették. Az egyre inkább belterjessé vált gazdálkodással az állatok tartásmódját (istállózását) mára maradéktalanul átalakították. A hús-, a tej- és a tojástermelés ma már szinte teljes egészében nagyipari eljárásokkal történik. Bátran ki mondhatjuk, a haszonelvű állattartás nem veszi (eleve nem veheti) figyelembe az állatok természetes igényeit. De sajnos, a mindenevő emberi nem annyira elszaporodott, hogy az élelmezése másképpen már nem megoldható. Az állatok gyors felnevelése soha nem látott takarmánytermelési, gyógyszeripari igényeket generál. Az egyedek zsúfoltsága különféle fertőző mikroorganizmusok terjedésének a táptalaja. Mindez az általuk kiváltott betegségek, illetve járványok megelőzésére, gyógyítására alkalmas patikaszeres feltalálására és tömeggyártására ösztönzi a farmakológusokat. Ma már különváltak az emberek és állatok számára előállított szintetikus készítmények, amelyek csak kis-, de vannak, amelyek nagymértékben eltérnek egymástól. Bonyolítja a dolgot, hogy az állatoknak növekedési (gyors izom-, azaz fehérjeképződést serkentő) hormonok adagolása is megengedett. Csakhogy ez is egy hátulütő. E hormonok a táplálékkal bekerülnek az emberek szervezetébe, és ott is tovább hatnak, miként a növény- és talajvédő vagy a talaj minőségét javító szerek. Az emberiségnek olyan zárt ketrecbe sikerült magát bezárnia, amiből többé már sohasem lesz képes kiszabadulnia.

Az utóbbi pár évben ébredtünk rá, hogy milyen veszélyekkel teli korszakba kerültünk. Nemcsak azért, hogy felfigyelünk arra, hogy egyre több baktériumfaj válik az antibiotikumokra rezisztenssé, hanem arra is, hogy mind az állatvilágban, mind az emberek között újabbnál újabb vírusok váltanak ki különböző jellegű és méretű epidémiákat, sőt pandémiákat is. Tetézi a bajt, hogy a gyógyszeriparba egyre nagyobb teret hódít a biznisz (magyarul, a mind nagyobb anyagi haszonra való törekvés). A hírközlő eszközök percnként ontják a reklámokat, amelyek különféle táplálékkiegészítőket, recept nélkül kapható (biztosítók által nem fizetett) gyógyszereket, gyógyszernek nem minősülő, gyógyhatású készítmények, immunerősítőket és egyebeket kínálnak. A hirdetések túlságosan meggyőzőek és fölöttébb kitartóak, az emberek nagy része pedig hiszékeny, de ugyanakkor szkeptikus is. Nem minden ok nélkül. Mert minden, az orvosok által előírt (szintetikus) gyógyszerhez is a gyártók több oldalas használati utasítást csatolnak, melyben figyelmeztetik a használatokat, illetve a fogyasztókat (hiszen fogyasztói társadalomban élünk) a készítmény mellékhatásaira. Hogy az emberek sokasága nem hitt, azaz ma sem hisz a hirtelen feltűnt, rohamosan terjedő koronavírus(ok) pusztító megnyilvánulásában, pláne az ellenük való védekezésben (a megelőző védőoltásokban), minden bizonnyal ezekre az elbizonytalanító dolgokra vezethető vissza.



ALBERT SÁNDOR

A PATINÁS KASSAI IPARISKOLÁRA EMLÉKEZVE

A történet még a monarchia idején, 1870-ben indult. Eötvös József vallás- és közoktatási miniszter megbízásából Szakkay József reáliskolai tanár nyugat-európai körútra indul, hogy a felsőbb ipari szakoktatást és annak bevezetési lehetőségeit tanulmányozza. Hazatérése után kidolgozta a Kassán felállítandó felsőbb ipartanoda tervét.

A hároméves Gépészeti Felsőbb Ipartanoda megnyitását 1872. augusztus 20-án engedélyezte a minisztérium, és 1872. október 9-én – az alapító magántanintézeteként – 19 diákkal indult hódító útjára a történelmi Magyarország első „ipariskolája”. Ma ezt az intézményt tartjuk a kassai IPARI anyaintézményének.

Az első évtizedekben nagyon sok problémával kellett megküzdenie az iskolának. Az iskola egy „fészerben” kezdte meg működését, melynek felszerelése sem volt. A műhelyoktatás a közeli gyárban folyt. Trianon után pedig kérdésessé vált a magyar nyelvű oktatás folytatása is, de 1920 januárjában megjött az engedély a magyar tagozat megnyitására.

A bécsi döntést követően (1938) Kassa visszakerült Magyarországhoz, és az iskola oktatási nyelve is magyar lett.

A második világháború után, 1945. április 4-én indult újra a képzés, de már csak szlovák nyelven. A Kassai Kormányprogram értelmében ugyanis felszámolták az összes magyar iskolát. A magyar tanítók zöme elvesztette állampolgárságát, ezáltal hontalanná vált. Egy részüket szlovák nyelvterületre helyezték át, másokat eltiltottak a tanítástól. Többségük viszont Magyarországra távozott – önként, vagy kitoloncolták őket. A szlovákiai magyarság jogfosztottsága miatt a szlovák-magyar ellentét veszélyes méreteket öltött, ezért a Művelődési Megbízotti Hivatal 1950-ben kénytelen volt engedélyezni az önálló magyar nyelvű képzést az alapiskolák után a középiskolákban is.

Ötéves kényszerszünetet után, 1950-ben indulhatott újra a magyar nyelvű képzés az ipariskolában is. A magyar osztályt a J. V. Sztálinról elnevezett szlovák tanítási nyelvű Felsőipariskola (Vyššia Priemyselná Škola – Felsőipariskola J. V. Stalina) fogadta be.

1952-ben a szlovák ipariskolából kivált magyar osztályok önálló intézményt hoztak létre. Az iskola otthonaként az egykori tanonciskola Imaház (ma Gresák) utcai épületét jelölték meg.



Az ipariskola épülete a Gresák utca 1. szám alatt az 50-es években

Az újrainduláskor, az említett megtorló intézkedések miatt a magyar iskolák tanító- és tanárhiánnyal küzdöttek. Kivételt talán csak a kassai magyar ipari jelentett, mert oktatói a szlovák tanítási nyelvű ipariskola tanáraiként átvészelték az említett időszakot és retorziókat. Az újakezdés után azonnal „visszaigazoltak” a magyar ipariba. Ez óriási előnyt jelentett a többi hasonló magyar tanítási nyelvű szakközépiskolákkal szemben, és ezt az előnyt évtizedekig meg is tartotta az iskola.

Az ipariskolát „olvasztótégelyként” is szokták emlegetni. A kilencvenes évekig ugyanis országos beiskolázással dolgozott. Jöttek a diákok a Bodroghöztől a Csallókőzig – mindenhonnan. Ezt a színes diáksereget, különböző mentalitású,

más-más nyelvjárást beszélő fiatalokat kellett befogadni, beolvasztani és egy csapattá kovácsolni, aminek eredményeként maguk is befogadóvá, nyitottá és szolidárisná váltak egymás iránt. Az együttlét és a közösen megélt élmények valódi közösségé formálták őket, és ez alapozta meg az iparistákra ma is jellemző és irigyletű összetartó erőt.

Az évtizedek folyamán kialakult hagyományok és ünnepek pedig élni tanítottak.

Arra nevelték az iparistákat, hogy megtartsák magyar identitásukat és tudatosítsák, hogy felelősséggel tartoznak mind egymás, mind a felvidéki magyarság iránt. Az idősebb diákok jelenléte lehetővé tette, hogy az iskola egy belső öngazgatási rendszer szerint működjön. Az alsóbb évfolyamok tanulóit az idősebbek mentorként segítették a tanulásban, eligazították őket az iparista hierarchiában, de a hanyag és fegyelmezetlen diákokat kérdőre is vonták. Iparistának lenni abban az időben óriási élmény volt, hiszen az ismereteken kívül tartást és magyarságtudatot adott tanulóinak az iskola. Nem légből kapott az a megállapítás sem, hogy az ipari abban az időben több volt, mint egy iskola.

MI JELLEMEZTE A MAGYAR IPARIT AZ 1950-ES ÚJRAKEZDÉS UTÁN? MITŐL VOLT EZ AZ ISKOLA A „MAGYAR IPARI”?

- A történelmi Magyarország első ipariskolájaként komoly tiszteletnek és elismerésnek örvendett.
- Az 1950-es újraindulás után is a felvidéki magyar szakképzés zászlóshajójaként tekintettek az iskolára. Ezt a rangot becsületes munkával és oktató-nevelő munkájának eredményességével, végzőseinek kiváló szakmai tudásával és a magyarság iránti elkötelezettségével vívta ki.
- Az ipariskola gyűjtő- és ernyőintézményként működött. Az egész ország területéről (a Csallóközből, Mátyusföldről, Gömörből, az Ung-vidékről, Bodrogból stb.) befogadta a tanulni vágyó magyar fiatalokat.
- A tanulók az ország különböző vidékeiről érkezve eltérő szokásokat hoztak magukkal és különböző nyelvjárással beszéltek, de együtt laktak, együtt tanultak, együtt szórakoztak stb., ami negymértékben segítette a másság elfogadását, az egymás iránti szolidaritást, az összetartozás érzését. A négy esztendő alatt összeforrott „iparista családdá” váltak, és ezt a későbbi évek folyamán is megőrizték, ápolták.
- Az iskola kiváltságos helyzete nemcsak abból származik, hogy diákjai Szlovákia csaknem minden településén ott vannak/voltak, de abból is, hogy érettségi után sokan szétszóródtak a világban, és viselkedésükkel, szakmaiságukkal, iparista mivoltukkal öregbítik az alma mater jó hírét.
- A kassai iparisták mintegy szigetként álltak a többségi nemzet szorításában. Ez is kiválthatta az egymásra utaltság érzését, a kapcsolatok és az összefogás szükségességét.
- Nemzeti iskolaként egyfajta védőburkot is biztosított a többség nyelvét szerényebben bíró fiatalok számára, másrészt fenntartotta a belső kohéziót.
- Az ipariskolában tanulni rangot jelentett, ezért a jelentkezők igényes felvételi vizsgákon vettek részt.
- A második világháború utáni újakezdés negyedik évében (az 1953/54-es tanévben) már 405 tanulója volt az ipariskolának. A tanulói létszám a későbbi esztendőik folyamán is fokozatosan gyarapodott és volt időszak, amikor elérte a bűvös ezres számot. A „magyar ipari” névre hallgató iskola létszáma az ezredforduló előtt sohasem csökkent 460 fő alá.
- Az iskola komoly bizalmi tőkével rendelkezett (a brünni és prágai egyetemre többen vizsga nélkül nyertek felvételt, a kassai Vasműbe évente több mint félszáz diákot vettek fel látatlanban stb.).
- Az intenzív és jó színvonalú műhelyoktatásnak is köszönhetően az iparistákat mindig szívesen alkalmazták a munkaadók.
- Az iskola iránti bizalom jeleként fogható fel az is, hogy az évek folyamán nagyon sok többnemzedékes (a nagypapa után az apa és annak fia/lánya) iparista látogatta az intézményt.
- A gyakori névváltoztatás ellenére az iskola megnevezésében mindig benne volt az „ipari” márkanév, és a tanítás nyelvére (a magyar nyelvre) való hivatkozás is. Erre büszkék is voltak a diákok és tanárok egyaránt.
- A köztudatban úgy rögződött, hogy az az „iparista”, aki a kassai magyar ipariban tanul, illetve „az ipariban érettségizett” (a komáromi, érsekújvári stb. iparisták nem tartoztak ebbe a kategóriába).
- Az újakezdés utáni évtizedekben az iparistát arról (is) lehetett felismerni, hogy rajztáblával, fejesvonalzóval és egy tekercs pauszpapírral közlekedik a városban. Az iskolában logarléccel számol, sublerral mér, tuskihúzóval, csőtollal, körzőkészlettel, sablonokkal rajzol és dolgozik.
- Az iskola tanári kara, a kollégiumokban dolgozó nevelőkkel közösen ügyeltek a diákok szellemi és erkölcsi fejlődésére. Kapcsolatot ápoltak a diákok szüleivel, ami megnyugtatóan hatott a távolban élő hozzátartozókra.
- A szülők rendszeresen eljárak az ipariskola által szervezett szülői értekezletekre és messzemenően támogatták az iskolát, pl. a harmadik emelet ráépítésekor, illetve a tornaterem megépítésekor (brigádmunkákkal is). Ez is elősegítette a tantestület és a szülők közötti bensőséges kapcsolat megteremtését.
- A Nyugat-Szlovákiából érkező diákok ritkán utaztak haza, ezért gyakori vendégek voltak a kelet-szlovákiai tanulók szüleinél. Megismerték egymás családját, a szülők főztjét és süteményeit. Ez a bensőséges kapcsolat segítette a „iparisták közösségének” formálását.
- A rengeteg közös rendezvény (sítáborok, krumplibrigádok, sportnapok, május elsejei felvonulások, hétvégi természetjárások, osztálykirándulások, teadélutánok, bálók, a brünni és lipcsei kiállítások, a hazai és külföldi üzemlátogatások, üzemgyakorlatok stb.) közös élményeket szült, aminek komoly szerepe volt az irigyletű iparista összetartozás, együttműködés, egymás segítése, szolidaritás stb. megteremtésében és érvényesítésében.
- Az iskola pozitív értelemmel bíró, konzervatív szellemmel bírt, és a szélsőséges kihágásokat bizony „megnyirbálta”.
- A bármilyen szempontból „gyengébb” diákok felzárkóztatása is az ipari erényei közé számított.

– Az ipariskolának gyakorlatilag nem voltak tankönyvei. A tanárok maguk állították össze a tananyagot tartalmazó jegyzeteket, diákjaink pedig a jegyzetek ábráinak megrajzolásában segítettek. Ez a „közös tevékenység” enyhítette a tankönyhiányból fakadó tanulási nehézségeket, és általa bensőségesebbé vált a tanár-diák kapcsolat is.

– Az oktatáson kívül az iskola, illetve a tanári kar nagy hangsúlyt fektet a nevelésre. Arra nevelték az iparistákat, hogy megtartsák magyar identitásukat és tudatosítsák, hogy felelősséggel tartoznak mind egymás, mind a felvidéki magyarság iránt. Ennek alapja a Mátéffy Tóni bácsi által megfogalmazott jelmondat volt: „Tanuljatok, mert Ti lesztek a felvidéki magyarság értelmisége!”

– A nyitottságról, a másság elfogadásáról és támogatásáról tanúskodik, hogy az iskola műszaki irányultsága ellenére nagyon sok humán- és társadalomtudományi értelmiségi (lelkész, orvos, írodalmár, színész, képzőművész, zenész, politikus, helyi előljáró stb.) került ki az ipariskolából. Többen a mezőgazdaságban töltöttek be vezető tisztségeket, hiszen vidéki származásuknál fogva a mezőgazdasági alapismereteket és a termőföld szeretetét szülői és nagyszülői örökségként hozták magukkal.

– Az irodalom iránt érdeklődő iparisták a színvonalas faliújságokon és a mindenkori diáklapokban közölhették írásaikat, verseiket. Az első diáklap 1926-ban jelent meg Kacaj néven. Ezt követte a Füstölgő rakéta, a Közlőmű és 1962 decemberétől az Acéltoll.

– Az, hogy Kassán van magyar színház, nem a városnak, hanem a magyar ipariskolának köszönhető. A Thália Színház ma is az iskola épületében tevékenykedik. Az évek folyamán az iskola és a színház között szoros kapcsolat alakult ki. Az ipariskola négy igazgatót és több olyan színművészt adott a színháznak, akik annak idején az Iparista Kis Színpadon nevelkedtek.

– Az iskolának országos hírű együttesei, csoportjai voltak (kulturbrigád, Iparista Kis Színpad, Glóbusz bábegyüttes, ének-, tánc- és színjátszó csoportok, zenekarok, sportolók stb.). Ezek az együttesek növelték az iskola ismertségét, hírnevét és a diákok toborzásában is sokat segítettek. A toborzásból a már egyetemista iparisták is kivették részüket.

– Az iparisták aktívan bekapcsolódtak Kassa város kulturális életébe: az Új Nemzedék, Szép Szó Irodalmi Színpad, Csermely kórus, Pincészinpad stb. tevékenységébe.

– Az iskola ismert és elismert tanáiról (Putankó, Rezsuha, Mátéffy, Breznický, Veres, Schulz, Kováts stb.), a tanítási órák hangulatáról, a hagyományos rendezvényekről ma is legendákat mesélnek az egykori diákok. Ezek a legendák tartják életben az iparista szellemiséget.

– A mindenkori iparisták az előírt tananyag mellett (tantárgytól függetlenül) útravalót kaptak emberségből, magyarságtudatból, mindenfajta munka (fizikai, szellemi, közösségi stb.) szeretetéből, nemegyszer ún. „tanmese” formájában. Néhány tablón idézik is Putankó tanár úr mottóját: „Seperj bár utcát, vagy építs gépeket, csak ember légy, ezt ne feledd!”

– A végzős tanulók ragaszkodtak és ma is ragaszkodnak egymáshoz, egykori tanáraikhoz és az ipariskolához. Rendszeresen részt vesznek az érettségi találkozókon, és meghívás esetén az iskola rendezvényein is.

– Az ipariskola vezetése és tantestülete is mindig szoros kapcsolatot ápolt az öregdiákokkal, ezért joggal számíthattak egymás támogatására. Az egymás iránti tisztelet és bizalom jeleként értékelhető az is, hogy az osztályok érettségi találkozóin (az osztályfőnökön kívül) általában több tanár (néha tízen is) is aktívan részt vett.

– Az ipariskola alapvető feladatának tekintette a folytonosságot, ezért tanárainak többségét az egykori iparisták közül toborozta, és az iskola vezetésében is kulcsszerepet játszottak az iskola végzős tanulóiból lett pedagógusok, beleértve az igazgatói posztot is.

– A tanárok szakmai tekintélye és gondolkodása a tanórák után (a tanításon kívül) „átállt iparista bekötésre”. Az iparista tanár ilyenkor a diáksalád tagjává vált, hiszen „csak korábban született” iparista volt ő is!

– Az igényesség állandó mércéje a Schulz György igazgató úr által megfogalmazott és minden alkalommal hangoztatott (és elvárt) szállóige lett: „lehetne egy kicsit jobb is!” Ehhez tartotta magát diák és tanár egyaránt.

– Elsősorban Putankó Emil bácsi jóvoltából, a lányokra megkülönböztetett figyelem jutott (már csak azért is, mert kevesen voltak). A fiúk lovagiasságra való nevelése a párkapcsolatokban, illetve a családalapításkor kamatozott.

– A szimbólumok az intézményhez, egy közösséghez való tartozás jelei, ezért az ipariskola mindig fontosnak tartotta, hogy legyenek egyedi szimbólumai. A gépészek a fogaskereket, az elektrotechnikusok a nyilat használták megkülönböztető jelképként – az érettségi tablókon is.

– Az egykori ipariskola tablóira jellemző a hatalmas méret (165x120 cm), amelyre a végzős tanulók fényképein kívül rákerült az iskolavezetés és a négy év alatt tanító valamennyi tanár fényképe is. A fényképek alatt a tanulók és tanárok nevei is olvashatóak.

– Az egyen-iskolaköpeny viselése is jelképként kezelhető, miközben segített a gazdagabb, ill. szegényebb családokból érkező diákok közötti különbségek „elsimításában” is.

– A tipikus iparista nóták közül elsősorban a „Káposzta, káposzta...” és a „Vékony héja, de vékony héja...” kezdetű nótákat említhetjük, amelyeket a május elsejei felvonulásokon, az érettségi találkozók alkalmából stb. ma is gyakran énekelik az öregdiákok.

– Az iskolában hagyományos diákstátuszok voltak (bundások, gatyások, urak és mérnökjelölt-akarnokok), amelyek generációkról generációkra öröklődtek és az iskolai élet szerves részévé váltak.

Az ipariskola 2022-ben emlékezett megalakulásának 150. évfordulójára. A társadalomban és gazdaságban végbemenő változások hatására az ipariskola is sokat változott az elmúlt évtizedekben, ezek a változások nagyon sok kérdést vetnek fel. Az előzőekben megfogalmazott tulajdonságok többsége ma már nem jellemzi az iskolát, és semmi sem indokolja az iskola nevének megváltoztatását. Ezt az egykori iparisták bizony nehezményezik, és értetlenül állnak a tanulói létszám drasztikus csökkenése láttán is. A leginkább mégis a folytonosság megszakítását fájlatják.

TÓTH TIBOR

HATODSZORI MADARI GYŐZELEM A VÁMBÉRY ÁRMIN FÖLDRAJZVERSENYEN

Dunaszerdahely 20. alkalommal adott otthont a Vámbéry Napok keretén belül megszervezett Vámbéry Ármin Földrajzversenynek. Az országos fordulóra március 24-én, pénteken került sor a Csallóközi Múzeum galériatermében. A döntőre a levelező fordulóknak legjobbnak bizonyult tíz csapat kapott meghívást. A szervezési feladatokat a Katedra Polgári Társulás és a Vámbéry Polgári Társulás vállalta közösen, a lebonyolítást pedig az oktatásügyi minisztérium és a Kisebbségi Kulturális Alap támogatta.

A döntő versenyfeladatai között Vámbéry Ármin életrajza, keleti utazásai és az általa érintett keleti térségek földrajza, valamint a történelmi Magyarország egyik elszakadt területe, Muravidék kaptak helyet. Teszt, vaktérkép, igaz-hamis feladatok, Vámbéry-művek címeinek összeállítása, képfelismerő és keresztretjtvény várta a versenyző csapatokat. Mind a tíz csapat erőn felül teljesített, komoly tudásról és tájékozottságról tettek tanúbizonyságot. Hat feladat sikeres megoldása után alakult ki a döntő végeredménye.

A két és fél órán át zajló megmérettetést követően egy rövid tárlatvezetésen vettek részt a versenyzők és felkészítőik a Csallóközi Múzeumban, Nagy Iván múzeumigazgató vezetésével. A Vámbéry Napok keretén belül, a verseny pihenőjében sor került Vámbéry Ármin mellszobrának koszorúzására is a Vámbéry téren, ahol a résztvevők tiszteletüket fejezhették ki a neves keletkutató emléke előtt. A koszorúzás után került sor a verseny végső kiértékelésére, a díjak és oklevelek átadására, ahol a zsűri tagjai – Fibi Sándor, Nagy Iván és Csadi László –, a verseny moderátora, Domonkos Tímea, a feladatok összeállítója, Tóth Tibor és a Katedra Polgári Társulás elnöke, Pintes Gábor is köszönetét fejezte ki a felkészítőknek és a versenyző tanulóknak.

A végeredményekből pedig kiderült: az idei tanévben immár hatodik alkalommal a madari alapiskolások vitték el a pálmát – a Madarkák csapatot Zahorcsek Mária készítette fel. A képzeletbeli dobogó 2. helyét a dunaszerdahelyi Vámbéry Ármin Alapiskola Vámbéry dervisei csapata szerezte meg, akiket Kitanovics Beáta készített fel a versenyre. A 3. helyezést a nagymgyeri Bartók Béla Alapiskola Vámbéry inasai csapata érte el, Fibi Annamária felkészítésével.

A díjazottaknak és minden résztvevőnek szívből gratulálunk!

Tóth Tibor, versenyszervező



| Az egyik legfiatalabb tagokból álló csapat és felkészítőjük



| Feladatmegoldás közben



| Zajlik a verseny



| Pillanatkép az ünnepélyes díjkiosztóról

KÖZÖSSÉG ÉS MŰVÉSZET A SELYE JÁNOS EGYETEM TANÁRKÉPZŐ KARÁN

John Dewey amerikai filozófus, oktatási szakember *Experience and Education* c. művében már 1938-ban leírta, hogy a tanóráktól vagy a megismert történelmi tényektől gyakran sokkal fontosabbak a tanulás mellett elsajátított attitűdök, kedvtelések és ellenszenvek, mert alapvetően ezek maradnak meg tartósan. Ennek jegyében a komáromi Selye János Egyetem Tanárképző Karán zajló vizuális nevelés fontos feladata, hogy verbálisan és vizuálisan egyaránt felszínre hozza a Dewey által említett kedvteléseket és ellenszenveket, miközben a közösségben való gondolkodást erősítve emeljük a hallgatókat alkotói helyzetbe. 2022 novemberében és decemberében ennek jegyében valósult meg a karon az *Egyetemi Totem* c. közösségi művészeti projekt is, amelynek keretein belül a hallgatók egy közös alkotásba bekapcsolódva ismerkedhettek meg különböző agyagmegtunkálási technikákkal, közben elkészítve a totemoszlop egy-egy elemét. A projekt célja a leg-
elemibb kerámiatechnikák elsajátításán túl a közösségépítés volt.

A KÖZÖSSÉGI MŰVÉSZET FOGALMA

A *community art*, azaz a közösségi művészet fogalmát az angolszász nyelvterületen, majd pedig Nyugat-Európa nagy részén a 60-as évektől elterjedt alkotómódszer általános megnevezéseként használják. A *közösségi művészet*, más néven *közösségi alapú művészet* a közösség környezetében, a közösség által, és érte végzett művészeti tevékenységre utal. Az ebbe a műfajba tartozó alkotások bármilyen médiumból származhatnak, és a közösséggel való interakció vagy párbeszéd jellemzi őket. A közösségi művészet lényege, hogy az adott közösség számára készülő vizuális művészeti munkák megbízott alkotója a mű tervezésébe, illetve esetenként a kivitelezésébe is bevonja az adott közösség tagjait, azok képességei és részvételi hajlandósága függvényében. Jelen esetben a művészeti munka megbízott alkotója Nagy Csilla szobrászművész volt, a közösséget pedig az egyetem Tanárképző Karának hallgatói alkották, akik gondos szakmai irányítás mellett, ám mégis nagyfokú szabadságot élvezve vehettek részt három, a közösséget reprezentáló totemoszlop elkészítési munkálataiban.

MI ÁLL A TOTEMOSZLOP KONCEPCIÓJA MÖGÖTT?

A Magyar Etimológiai Szótár szerint a *totem* szó elsődlegesen olyan állatot jelent a természeti népeknél, melyet a törzs őseinek tekintettek, s ezért kultikus tiszteletben részesült. Másrészt egy olyan tárgyat jelöl, amely egy család, törzs, nemzetség vagy klán jelképeként szolgál, utalva a származásra.

Az észak-amerikai őslakosok kézzel faragott és kézzel festett totemoszlopai nagy fákból, például vörös cédrusból faragott szobrok. A legtöbb totemoszlopon ősi népek vagy állatok arca látható, amelyek egy-egy családot vagy klánt képviselnek. Ezek leírják a család származási vonalát és a klán tagjainak jogait.

Úgy véljük, napjainkban kiemelten szükség van a közösségépítésre, olyan aktivitásokra, melyek összefűzik a kisebb és nagyobb közösségek tagjait, hogy megtanuljanak együtt gondolkodni. Az *Egyetemi Totem* c. totemoszlop-építő projekt a legjelentősebb kerámiatechnikák elsajátításán túl épp ezért a közösségépítést tűzte ki célul. Az oszlopokon 2022 novemberében – egy hónapon át – több mint 50 fő dolgozott, összesen több mint 100 órát fordítva arra, hogy megszülessen egy közös alkotás – jelen esetben három totemoszlop. Az egyetem pedagógusképzésben részt vevő közösségét is szimbolizáló totem elkészítésére saját időnket, energiáinkat használtuk fel, ez a folyamat ugyanakkor természetes és elengedhetetlen része az alkotómunkának.

Pedagógiai oldalról a projekt legizgalmasabb momentuma az volt, amikor egy-egy elemen szimultán két-három hallgató is dolgozott. Az agyag rendkívüli képlékenysége miatt bármelyik pillanatban előállhatott olyan helyzet, amelyre azonnal és együttműködve kellett reagálni, hogy az elem stabilitása megmaradjon.

A résztvevőknek ugyanakkor meg kellett tanulniuk bízni a másik alkotó „rendszerében”. Időnként hátralepni, a saját elképzeléseiket felülvizsgálni, vagy akár háttérbe szorítani. Az alkotói folyamat során a közösen készített elemekből megtanultak leszűrni egyfajta elemi konzekvenciát: ha valami működik és jól működik együtt, annak létjogosultsága van és nagy valószínűséggel időtálló, azaz megmarad. Az alkotás további külön-



| Domborművel dekorált henger elem (Nagy Csilla felvétele, 2022)

legessége, hogy az alkotóelemek szilárdsága ellenére tökéletesen nyitott: az oszlopokat alkotó kerámiagyűrűk szabadon elforgathatók, felcserélhetők, illetve további elemekkel bővíthetők, a későbbiekben lehetőséget teremtve a továbbgondolásra, vagyis befejezés helyett újabb játékra invitálva.

A résztvevők átélhették, hogy ha van közös cél, mindenki szívesebben dolgozik a saját, kisebb léptékűnek tűnő feladatán. Világossá vált számukra, hogy tulajdonképpen nincsenek „kis” vagy kevésbé jelentős feladatok. Az oszlopok motívumrendszere azt a sokszínű közösséget hivatott képviselni, melynek tagjaként külön szerepeket kaptak a közös egészben, ugyanúgy, ahogy az egyes szegmensek a kerámia domborműben.

Az első kerámiatárgyak ember- és állatfigurák voltak, a mindennapi életben pedig fokozatosan központi szerepet kaptak a különböző edények, melyekben az összegyűjtött magvakat, növényeket tárolták. Ezek az egyik legalapvetőbb technikával, az ún. felrakással készültek. A közös alkotás során a hallgatók is egy ilyen ősi megmunkálási módszerrel ismerkedtek: agyagból sodort hürkákból építették fel a henger (gyűrű) alakú elemeket. A sodráshoz deszkát és egy forgatható, kör alakú állványt használtak, amely a felrakást segítette. Az állványra kartonból készült alátét került, amely egyúttal meghatározta a falvastagságot. A hengerek viszonylagos nehézsége miatt számolni kellett azzal is, hogy egymásra építésükkor a saját súlyuk mellett a rájuk nehezedő további terheket is elbírák.

A hengerek szikkadása után következett a dekorálás, amelyhez különböző fa- és fémeszközöket használtak, míg mások domborművekkel díszítették az egyes elemeket. Az alkotás szabadsága itt érvényesült igazán, hiszen a résztvevők a saját elképzeléseik alapján gondolhatták tovább a felületet. Az első égetésre az 1000 °C-ra felfűtött kemencében került sor, miután az agyaghengerek teljesen kiszáradtak. Ez a folyamat az ún. zsengélés, melyet a tárgyak mázazása követett. Az alkotói közösség itt is a saját ötleteit követte a színhasználatban. Az elemek végül egy újabb égetéssel nyerték el végső formájukat és színüket. Jól érzékelhető, hogy ezek a munkafolyamatok rendkívül időigényesek, maga a szobor több fázis eredményeként készült el.

Hallgatóink a Művészeti nevelés kurzus keretein belül, a több héten át tartó közös alkotás alkalmával megtapasztalhatták minden egyes szakasz munkafolyamatának kihívásait, miközben számos technikai fogást sajátítottak el tapasztalati tanulás révén.



| A totem oszlopai közelről (Nagy Csilla felvétele, 2022)

MIT JELENT SZÁMUKRA A KÖZÖSSÉG?

A Magyar nyelv értelmező szótára szerint a közösség valaminek, valamely tevékenységnek együttesen kialakított, végrehajtott, közös volta. Ahhoz, hogy megérthessük a közösségben való alkotás jelentőségét a felsőoktatásban, érdemes a fogalommal kapcsolatos hallgatói nézeteket, illetve tapasztalatokat feltérképezni a totemoszlop elemeinek készítésében résztvevők körében. Arra a kérdésre, hogy mit jelent számukra a közösség, a következő válaszok születtek:

- Ahol a személyek megismerik egymást, figyelnek egymásra és meghallgatják a másik ötleteit, gondolatait.
- Egy hely, ahol segítik egymást az emberek és együtt megvitatva a dolgokat: fejlődnek.
- Ahol mindenki ugyanolyan erőfeszítéssel rak hozzá értékeket a közőshöz annak érdekében, hogy a közösség jól működjön.
- Ahol több ember együtt csinál valamit közösen, és azt még élvezik is.
- Olyan szociális színtér, amelyben a személyek kölcsönös bizalommal fordulnak egymás felé, jellemző a segítségnyújtás, és önmagunk kifejezése.

– Olyan személyek csoportja, ahova szívesen érkezem meg, szinte azonnal megtaláljuk a közös hangot, van közös érdeklődési kör, téma, élvezzük egymás társaságát, képesek vagyunk segíteni egymást.

A válaszokból jól kirajzolódik, hogy hallgatóink felfogásában a közösség egyfajta keretként jelenik meg, amelyben szerepeket töltenek be és ahol szoros társas kapcsolatokat tartanak fenn. Község azokból válik, akik képesek együtt dolgozni és együtt megalkotni valamit, amely során a munka is eredményes lesz. Egy csoport akkor válik közösséggé, ha a benne szereplő egyének érdekei találkoznak és egy közös cél felé haladva



| A totemoszlopok (Nagy Csilla felvétele, 2022)

járnak be együtt egy közös utat. Ha a közösség pozitív attitűddel viszonyul a társai és a közös érdek felé, akkor egy jól működő közösségről beszélhetünk.

Mit tanultak a totem elemeinek építésében való részvétel során?

Arra a kérdésre, hogy mit tanultak az alkotói folyamatban, a hallgatók többek között a következő válaszokat adták:

– *Fontos az egységes stabil alap. Mindig figyelni kell a részletekre, mert ha nem vagyunk ott teljes figyelmünkkel, akkor könnyedén össze is dőlhet az egész. A díszítésben lehet szabad szelleműen gondolkodni, de az alapnál nem, mert egymáshoz kell illeszkedjenek. Megtanultam, hogy az égetés során ha nincsenek jól felrakva a díszítőelemek, akkor azok letörnek.*

– *Precizitást, pontosságot, az egymásra való odafigyelést, hiszen ha nem törődtem volna a megadott irányelvekkel (forma, nagyság), nem áll össze a totem.*

– *Figyelniünk kell egymásra, hogy az egyes részek összhangban legyenek, főleg az oszlop részei, melyeknek illeszkedniük kell, mert csak így lehet belőlük egész.*

– *Ha hibázunk, nem kell lerombolni mindent, amit eddig csináltunk, hanem meg kell keresni a probléma forrását és haladni tovább.*

– *Tűrelmet, felelősséget, és annak fontosságát, hogy minél jobban igyekezzek a lehető legprecízebb munkát kiadni a kezeim közül, hogy az passzolhasson a többiek által készített darabokhoz, hogy ne hátráltassam őket. Megtanultam azt, hogy milyen nehéz egy közös művet összehozni ennyiféle különböző egyedi darabból.*

Mit gondolnak a totemoszlopok alkotói az elkészült műről?

Arra a kérdésre, hogy mit gondolnak az eredményről, a résztvevők a következő válaszokat adták:

– *Azokat az embereket szimbolizálja, akik készítették. Tetszik, hogy lehet egy iskolának ilyen toteme és ami fontos, hogy ki is állították.*

– *Minden alkalommal, mikor megpillantom a művet, eszembe jut a készítés folyamata. Mindenki mást tett hozzá, ettől lett egy egész.*

– *A totemoszlopok a csapatmunka, az együtt töltött idő, több hónap és számos egyetemi hallgató együttes, kitartó munkáját jelenítik meg.*

– *Úgy gondolom, hogy az elkészült mű összetartozást és fegyelmet sugall. Sok kéz munkáját rejtí magában az elkészült alkotás, és ez adja ennek a szépségét és tekintélyét. Ahányszor belepek az egyetem ajtaján, emlékek jutnak az eszembe a totemek láttán, büszkeséggel és örömmel tölt el, hogy egy ilyen mű üdvözli az egyetem látogatóit.*

– *A sok kicsi darab egy nagy egésszé állt össze. Az egymástól eltérő minták, szimbólumok remekül kiegészítik egymást, és igaz, hogy nem minden darab passzol tökéletesen össze, de így, hogy tudom, hogy mennyi munka volt egy-egy darabbal, még inkább kerek egésszé válik. A végeredményt látva úgy érzem, hogy minden belefektetett energiát, munkát, időt megért.*

ÖSSZEGZÉS

A totemoszlopok általában egy nép vagy kultúra történetét reprezentálják. Továbbá egy közösség alapvető értékeit és hiedelmeit is megtestesítik bizonyos állatokat ábrázoló faragványok révén, amelyek ezeket az értékeket szimbolizálják.

A közösségben, a közösségért végzett alkotás mint pedagógiai eszköz sem mai csodafegyver. Gyakorló pedagógusként pontosan érzékeljük, hogy a különböző kompetenciákhoz kapcsolódó, elengedhetetlen készségek és képességek közül néhányánál minden további nélkül leírhatnánk azt, hogy a vizuális művészeti ágak közösségben történő művelése során hatékonyan elsajátíthatóak. Az is jelentőséggel bír, hogy az egész közösség jelen van minden folyamat során, amivel fejleszthető a közös munka iránti felelősségérzet, a csapatjátékos attitűd. A leírtakból jól kivehető, hogy a totemoszlop koncepciója mögött a szociális készségek fejlesztése áll, amelyre alkotói helyzetben került sor. A totemoszlopok legfontosabb építőeleme az agyagon túl a résztvevői aktivitás volt.

A felsoroltak mellett úgy véljük, a közösségi művészet a tanulás vonatkozásában, annak elsajátításában is rendkívül sok előnnyel bír. Ahhoz, hogy az egyén képes legyen az új tudás és készség elérésére, megszerzésére, feldolgozására és asszimilálására, meg kell tanulnia kitartóan, huzamosabb időn keresztül összpontosítani. Tudnia kell időt szánni az önálló tanulásra (egyéni munka), miközben a tanulási folyamat részeként képes a másokkal végzett tevékenységre (kooperatív munka) is, és meg kell tudni osztania másokkal, amit megtanult. Képessé kell válnia reflektálni a saját és mások munkájára, szükség esetén tanácsot vagy támogatást kérni. Az alkotáshoz való pozitív attitűdre egész életünk során szükségünk van nem csupán a tanulás terén. A problémamegoldó attitűd szintén támogatja a tanulást és változásokra adott reakciókat. A tapasztalati tanulási módszerek teret biztosítanak ahhoz, hogy a hallgatók élményeket szerezzenek, az élményalapú, konkrét emlékekhez kötött ismeretek mélyebben és könnyebben előhívhatóan rögzülnek, mint a frontális oktatás során előadott prezentációk. A visszajelzésekből az is kiderült, hogy a közös cél érdekében közösségben végzett alkotótevékenység kikapcsolódási lehetőséget is jelenthet, nyitottabbá téve a résztvevőket az új ismeretek befogadására. Az elkészült totemoszlopok végül úgy működhetnek a közösség szimbólumaként, hogy minden egyes elemük magán hordozza az alkotók egyedi és nélkülözhetetlen kézjegyet.

FELHASZNÁLT IRODALOM

■ Dewey, John (1938, 1963): *Experience and Education*. Collier Books, New York, USA

MŰSORBÖRZE

FELHÍVÁS EGY JELENTŐS LEHETŐSÉGRE

„Olyan kevesen vagyunk, hogy a műveletlenség luxusát nem engedhetjük meg magunknak.”
(Kodály Zoltán)

A Csemadok keretében működő Szlovákiai Magyar Zenebarátok Társasága javaslatára – reméljük, sokak öröme – a Csemadok dunaszerdahelyi Szlovákiai Magyar Művelődési Intézete hírportálján <https://csemadok.sk/musorborze/> teret biztosít a különféle felvidéki műkedvelő zenei együtteseknek (énekkarok, népdalkörök, zenekarok, táncsoportok, ...) egy-egy bemutatásra szánt műsorának közzétételével – megtekinthetőségével – a nyilvánosság előtti bemutatkozásra. Köszönet a lehetőségért. Most már csak az érintettek van a sor, hogy éljenek a bemutatkozás s a „műsorbörze” lehetőségével, járuljanak hozzá az általuk művelt tevékenység népszerűsítéséhez.

Az együttesek, műsoraik meghívhatósága által, bővíthetik baráti kapcsolataikat, gazdagíthatják rendezvényeiket, sőt, a műsorok meghívása által bővíthet a (részben még) magyar ajkú városaink, falvaink egy-egy nagyobb ünnepségének – nemzeti ünnepeink, város-, faluévfordulók, Csemadok rendezvények és iskolai rendezvények – műsorlehetősége. Bizonyára egy-egy hazai együttes meghívásának anyagi vonzata is sokkal kedvezőbb lenne a mindenféle hakszókénál.

Az pedig, hogy a meghívott hazai együttes szívvel-lélekkel, szorgalommal betanult műsorát nemcsak helyben mutathatja be, hanem máshol is, hogy mások is kíváncsiak rá, felettébb nagy ösztökélés lesz működése további folytatásához, mi több: nagyban hozzájárulhat – amire tájainkon a legnagyobb szükség van – egymás kölcsönös megismeréséhez; lélekben való erősítéséhez.

Kedves érintettek! Ne tétovázzunk, éljünk a lehetőségekkel! Eleddig a következő együttesek éltek a kapott lehetőséggel: a komáromi GAUDIUM vegyes kar és hangszeres kamaraegyüttes (január 30.), a diószegi Dióhéj citerazenekar (február 8.), a szentpéteri Gyöngyösbokréta Néptáncsoport – ifjúsági felnőtt néptánc együttese (február 8.), a szimői Rozmaring citera és népdalkör (február 14.) és az ógyallai VeszTa Retro Duo (február 22).

„A bemutatkozó együttesek – műsorok a honlap középső BEMUTATJUK című rovatában jelennek meg és az elérhetőségük is ott lesz feltüntetve.” – olvasható a hírportálon.

Megszívlelésre néhány Kodály Zoltán „üzeneteiből”:

„A beszéd és ének nemzeti jelentősége talán már eléggé köztudottá vált: a mozdulatról csak annyit, hogy nekiünk nemzeti ügy a tánc is, mert ahogy benne a magyar karakter kifejezésre jut, az valami eredeti és sajátos, mással nem pótolható.”

„A zene nem magányosok kedvtelése, hanem lelki erőforrás, amelyet minden művelt nemzet igyekszik közkinccsá tenni.”

„Egy nemzetnél sem vagyunk alábbvalók. Ezzel még nem mondjuk, hogy különbek vagyunk. De ha ehhez nem ragaszkodunk: elveszünk.”

Stirber Lajos
a SZMZT vezetőségi tagja



| A komáromi GAUDIUM vegyeskar

A ZENE A KÖZÉPPONTBAN

BESZÁMOLÓ A SZENCZI MOLNÁR ALBERT ALAPISKOLA ERASMUS+ 2021-1-SK01-KA122-SCH-000014482 SZ. PÁLYÁZATÁRÓL

2021 szeptembere nagy változást hozott a Szenczi Molnár Albert Alapiskola életébe egy sikeres Erasmus+ pályázatának köszönhetően. Újabb lendületet és motivációt kaptak a pályázati aktivitásokban részt vevő tanárok és gyermekek egyaránt. A pályázat, amely *A zene a középpontban: a zene mint támogató eszköz bevonása a fejlesztő csoport tevékenységéhez a befogadó ország eredményeinek alkalmazása által* címet viselte, 2023 februárjáig tartott. A pályázat elsősorban a tehetséges diákok és a speciális nevelési igényű tanulók fejlesztésére irányult, a diákok készségeit a zeneoktatásban alkalmazott módszereken keresztül kívánta formálni. A pályázatban részt vett testvérvárosunk intézménye is, a mosonmagyaróvári Piarista Gimnázium, Általános Iskola és Óvoda.



Első lépésként 2021 októberében az iskola két oktatója, speciális iskolai pedagógusa és pszichológusa vett részt egy nagyon intenzív, háromnapos zenei képzésen, Kőszegen. A Kodály Intézet által szervezett továbbképzés a *Kodály-módszer a Kodály-koncepció alapján – hagyomány és megújulás* címet viselte. A tapasztalatokat és a módszereket a szakmai vezetők egytől egyig nagyon hitelesen, élményszerűen és modern technikákat alkalmazva adták át. Minden tevékenységben kiemelt helyet kapott a mozgás és az élvezhetőség.

A következő program a járványhelyzeti bizonytalanságok miatt csak a következő év októberében valósult meg, de a diákok szempontjából ez volt a legizgalmasabb. Húsz gyermekkel látogattuk meg testvériskolánkat, ahol a két nap alatt az óvári diákokkal közös zenei-fejlesztő oktatásban volt részük. Így például megtanulhatták, miként lehet az ollót ritmushangszerként használni, körjátékban szolmizálni, vagy boomwhakers-szel zenélni. Ez utóbbi „hangszert” a látogatást követően rögtön meg kellett rendelnünk, annyira megtetszett tanulóinknak. Természetesen teret kapott a felhőtlen szórakozás is: a programot bowlingozás, úszás, az Énekelj! 2 mozifilm megtekintése és várlátogatás fűszerezte.

Ugyancsak a piarista iskolában járt 2022 novemberében iskolánk fejlesztő tanár-csapata, amely ezúttal a két nap alatt óralátogatásokon vett részt. Az énekórák és a speciális fejlesztő tanórák látogatását megbeszélések, óraelemzések követték, s mindennek köszönhetően hatalmas ötletárral térhettek haza. Azt gondolom, hogy az anyaországi gyerekek sikerességének kulcsa éppen abban van, hogy a szlovákiai oktatási rendszerrel ellentétben a zene az anyaországban kitüntetett helyet kap: ötödik osztályig heti két órában tanulják a gyerekek, s a tantárgyat ugyanolyan fontosnak tekintik, mint a többi főtárgyat, azaz osztályzatot is kapnak belőle.

A pályázat „megkoronázásaként”, utolsó programpontként még két szakembert hívtunk meg iskolánkba 2023. január 30. és február 1. között. Tóth Árpád és Tóth Réka, a Kodály Intézet munkatársai rendkívül színvonalas órákat tartottak, mindenkit lenyűgöztek. A folyosón a szünetekben napokig a megtanult afrikai és egyéb dallamok hangzottak.

Tanulóink saját elmondásuk szerint minden foglalkozáson nagyszerűen érezték magukat, és már alig várják a következő Erasmus+ programot. Összegezve szeretném még egyszer kiemelni, hogy nagyszerű dolog a gyakorlatban megtapasztalni, hogy egy gyermek milyen nagy mértékben képes bevonódni egy-egy zenei tevékenységbe, s hogyan fejlődik szinte észrevétlenül a figyelme, térérzéke, tudatossága. A koncentráció, a mozgáskoordináció, az önkifejezés, a testtudat, a halláskészség, az éneklés, egy szóval az összes képesség fejlesztése jelen van ilyenkor. Az új technikákat, ötleteket és érdekes tananyagokat amellet, hogy alkalmazzuk már az oktatásban, beépítjük a tanterveinkbe is.

Tóth Katalin



SZÉP MAGYAR BESZÉDDEL A KERÜLETI ÉS AZ ORSZÁGOS DÖNTŐBE JUTOTTAK A SELYE JÁNOS GIMNÁZIUM DIÁKJAI

Bevallom, a szívemhez legközelebb álló verseny felkészülési folyamata a tanév során a ismét a legtöbb izgalmat tartogatja számomra. A magyar nyelv sokszínűségét, csodálatos hangzását a Szép magyar beszéd verseny egyes fordulói során újra és újra átérezzük, és biztos vagyok abban, hogy versenyző diákjaink és tanárkollégáim ugyanígy vannak ezzel.

A versenynek komoly hagyományai vannak, az országos döntőbe jutottak évtizedek óta Kassán találkoznak, szinte fesztiváljellegűvé nőtte ki magát az utolsó megmérettetés. S ha a Teremtő tehetséges diákokkal „szolgál” a tanárnak, a közös munka igazi örömforrás.

Úgy gondolom, ezek az érzések versenyző diákjaink lelkében is ott vannak, ezen a versenyen ugyanis csakis a „Jót s jól!” elvet vallóknak lehet sikere.

Ebben a tanévben a nyolcosztályos tagozat diákjai közül kis primos diáklányunk, Németh Hanna Viktória a járási fordulóból továbbjutva március 31-én a kerületi fordulóban versenyzett. A négyosztályos tagozat végzős diáklánya, Lénárt Dóra, valamint a harmadik évfolyam tanulója, Baranyai Gergő pedig a kerületi megmérettetésen túljutva már Kassára készül. Dóri a Nyitrai kerület legjobbjaként várja az országos döntőt, Gergő pedig a továbbjutását a negyedik helyezéssel biztosította. Az országos döntőre április végén kerül sor, addig is van mit tenni, hiszen a háromfordulós verseny minden része más jellegű felkészülést igényel. Bő hónapunk van rá, hogy megfeleljünk a fentebb említett Kazinczy-idézetnek, és továbbadjuk a verseny üzenetét: legyünk büszkék anyanyelvünkre, és kellő odafigyeléssel műveljük azt!

Mindhárom diákunknak szívből gratulálok, hasonlóan Baranyai Gergő felkészítő tanárának, Spátay Adrianának!

Gyerekek, sok sikert Kassán!



Farkas Adrianna, felkészítő tanár

A SELYE JÁNOS GIMNÁZIUM DIÁKJAINAK SIKEREI A KERÜLETI FIZIKAOLIMPIÁN

Nemrég zajlott a fizikaolimpia A kategóriájának nyitri kerületi fordulója, amelyben három gimnázium hat diákja versenyzett. A Selye János Gimnázium tanulói évtizedek óta szerepelnek sikeresen, s egyre nagyobb létszámban kapcsolódnak be a versenybe. Az érettségiző negyedikes diákok mellett nem ritkán az alsóbb évfolyamok fizika iránt elkötelezett diákjai is vállalják a többletmunkát és a megmérettetést. Szlovákia 8 megyéjében 53 diák versenyzett, s közülük 15-en lettek eredményes megoldók.

A kerületi forduló négy eredményes tanulója között két gimnazista tanulónk szerepel: Tárnok Ede (III. A) 2. helyezést, Kovács Kristóf (III. A) 3. helyezést ért el. Mindketten a verseny győztesei. Szívből gratulálunk a fiúknak. A versenybe a Selye János Gimnáziumból még bekapcsolódott Halász Sámuel, aki szintén a III. A osztály tanulója.

A tudás hatalom, s ezt nem vehetik el tőlük senki. Az országos döntőbe mindkét eredményes diákunkat behívták, amelyre majd áprilisban kerül sor.

Végezetül köszönetem fejezem ki a felkészítő tanárunknak, Hevesi Anikó tanárnőnek, aki nagymértékben hozzájárult diákjai sikeréhez.



Andruskó Imre



MAGYARTANÁROK EGYESÜLETE
1053 Budapest, Károlyi utca 16. (Petőfi Irodalmi Múzeum)
e-mail: magyartanarok@gmail.com
honlap: <https://magyartanarok.wordpress.com>
facebook: <https://www.facebook.com/magyartanarok>

PÁLYÁZAT

erdélyi, felvidéki, vajdasági, kárpátaljai, szlovéniai és horvátországi magyartanárok részére

A Magyartanárok Egyesülete irodalmi-módszertani tábort hirdet magyar szakos tanárok és egyetemisták számára. A táborban **műelemző és módszertani továbbképzés** zajlik, elsősorban kiscsoportos műhelymunka formájában. Egyrészt egy klasszikus prózáiról, **Krúdy Gyula** alkotásaira, másrészt egy kortárs szerző, **Markó Béla** műveire koncentrálnak. A szöveg-elemzésekhez tanításmódszertani kérdések megbeszélését kapcsoljuk. A programot filmelemzés, előadások, kulturális programok teszik teljessé. Egy esti beszélgetésre vendégünk lesz a táborban Markó Béla költő.

A tábor időpontja: **2023. július 3.–július 7., hétfőtől péntekig**, helyszíne Nyíregyháza (Bessenyei Hotel). A részvételi díj **78.000 forint**. A részvételi díj magában foglalja a szakmai program, a szállás és az étkezés költségeit. A személyes jelenlétű táborral párhuzamosan megszervezzük annak **online változatát** is. A hallgatók számára külön online csoportfoglalkozásokat tartunk. Időkerete 20 óra, a résztvevők a tanfolyamról igazolást kapnak. Az online tábor részvételi díja 25.000 Ft.

Egy tagtársunk szíves felajánlása révén módunk van a határon túli magyartanárok tábori részvételének támogatására. Ezért **pályázatot hirdetünk határon túli magyar szakos tanárok számára a részvételi díj részleges megtérítésére.**

Az elbírálás során a kárpátaljai kollégák támogatására különös figyelmet fordítunk.

Pályázati határidő: **2023. április 14.**

A jelentkezés e-mailben történik: magyartanarok@gmail.com

A pályázatokat 2023. május 1-ig elbíráljuk.

A pályázókat e-mailben értesítjük az eredményről, a sikeres pályázókat a további tudnivalókról.

Kérjük, a pályázatban adják meg a következő adatokat:

- a képzési forma: jelenléti tábor vagy online szeminárium
 - a jelentkező neve
 - címe, telefonszáma
 - iskolája neve, címe
 - a jelentkező e-mail címe

Pályázatukban **mindössze néhány mondatban** fogalmazzanak választ a következő kérdésekre:

- Mi jellemzi az iskoláját (település, a diákság összetétele, képzési célok, irányok)?
- Mióta és milyen iskolákban tanított mostanáig, milyen szaktárgyakat?
- A részvételi díj hány százalékának megtérítését kéri?

Szeretettel várunk minden határon túli kollégát!

SZERZŐINK

ÁGH BARBARA, a komáromi Szabadidőközpont pedagógusa, Komáromban él (agh.barbara@gmail.com); **ALBERT SÁNDOR**, a komáromi Felnőttképzési Intézet igazgatója, Kassán és Patonán él (albert.sandor43@gmail.com); **BALOGH KINGA**, a Highlight Training alapítója, Komáromban él (kinga.baloghova@gmail.com); **CSICSAY ALAJOS**, közíró, nyugalmazott pedagógus, a Katedra Társaság korábbi elnöke, Párkányban él (csicsay.alajos@gmail.com); **ELEK JÓZSEF**, történelemtanár a Selye János Gimnáziumban, a Katedra Történelemverseny szervezője, Komáromban él (elekjozsef@yahoo.com); **GERGELY VIKTÓRIA**, a Nyitrai Konstantin Filozófus Egyetem Közép-európai Tanulmányok Karának oktatója, Nyitrán él (vgergelyova@ukf.sk); **HABÁCS ZSUZSA**, a Nyitrai Konstantin Filozófus Egyetem tolmács-fordító szakos hallgatója, Komáromban él (zuzsiika7@gmail.com); **HRBÁCSK NŐSZÉK MAGDALÉNA**, a NIVAM munkatársa, Nagymácsdonon él (magdalenahrbacekn@gmail.com); **JURÍK TÚNDE**, a Nyitrai Konstantin Filozófus Egyetem Közép-európai Tanulmányok Karának docense, Érsekújváron él (tjurikova@ukf.sk); **KRALINA HOBOTH KATALIN**, a Szlovák Műszaki Egyetem oktatója, az Idegennyelvi Tanszék tanszékvezetője, Vásárhelyen él (katalin.hoboth@gmail.com); **LÉPES ANDRÁS**, adatelemző a Basta digital marketingügynökségnél, Pozsonyban él (lepes213@gmail.com); **PETRES CSIZMADIA GABRIELLA**, a Nyitrai Konstantin Filozófus Egyetem Közép-európai Tanulmányok Karának docense, a Katedra folyóirat főszerkesztője, Hidaskürtön él (gpetres@ukf.sk); **SEBŐ VERONIKA**, Ifjú Szívek Táncszínház táncosa, Pozsonyban él (sebovera123@gmail.com); **SLÁVIK ÉVA**, a komáromi Szabadidőközpont igazgatója és pedagógusa, Komáromban él (supersporter@gmail.com); **SŐNFELD MÁTYÁS**, gyógypedagógus, zeneterapeuta, a Zenebatyu Élményprogram megalapítója, Budapesten él (sonfeld.matyas@gmail.com); **SÜTŐ CSABA ANDRÁS**, a győri Széchenyi István Egyetem oktatója, Győrben él (suto.csaba@sze.hu); **TÓTH ATTILA**, a Nyitrai Konstantin Filozófus Egyetem Közép-európai Tanulmányok Karának oktatója, Kolonban él (atoth2@ukf.sk); **TÓTH TIBOR**, a komáromi Eötvös Utcai Alapiskola tanára, a Vámbéry Ármán Földrajzverseny szervezője, Komáromban él (toth@eotvos.sk); **VÁSÁRHELYI ZSÓKA ANNA**, evolúcióbíológus, Budapesten él (zsokavasarhelyi@gmail.com)

ALAPISKOLA KISÚJFALU



Kis köz(ös)ség, kis falu, kis óvoda, kis iskola, nagy akarat, erős identitás.

Az elmúlt másfél évszázadban: az iskolával együtt leégett a település (1874), felújítás történt (1911), Aradon szlovák iskola nyílt (1927), újra beindult a magyar iskola (1948), központosítás miatt megszűntették az intézményt (1977), végül szülői összefogással újraindult az iskola (1991).

Kacifántos múlt, de lelkes, tenniakaró jelen.

„Sokaknak lehet, hogy elképzelhetetlennek tűnik az összevont osztály. Én is ide jártam, és most már 12 éve vagyok az iskola pedagógusa, előtte nagy iskolákban dolgoztam. Mindenre és mindenre van idő” – mondja Tóth Vali néni, iskolánk pedagógusa.

Érdekességeink: 16 kisdíák, 3 tanterem (2 osztály, 1 informatikaterem), „asztalhoz ülő” friss tízórai, minden délelőtt 15 perces szabadjáték kinti szünettel összekötve, 3 „magántanár”, 1 hitoktató, napközi, testnevelésórán belül heti 1 alkalommal gyógytorna, 1 gyógypedagógus, az iskola mellett működő Szülői Szövetség sok aktív, lelkes tagja, szoros kapcsolat a Napsugár Óvodával, és nem utolsósorban erős támogatás az önkormányzat részéről, együttműködés az idősebb generációval, a Humanity Nappali Foglalkoztatóval.

Néhány programunk: Tök jó nap, maszkabál, nyári tábor, húsvétváró, úszótanfolyam, megemlékezések, sok-sok verseny.

„Az én falum, hiszed-e,
Épp a világ közepe.”
(Varga Erzsébet)

