

za smučarja nevarno gaz. Pri spustih me je premetavalo sem ter tja, pri prečenju smuči niso imele stika s snegom, kjer se je dalo, sem se gazi izogibal. Tudi pri nekaj vzponih je bila gaz v oviro: če je sneg gladek ali le presmučan, se dá po njem lepo vzpenjati; če pa je ves razdrapan, če so v njem globoke, posipajoče se luknje, potem je vzpon tudi za smučarja neprijeten. Še huje je, če se je treba s smučmi vzpenjati po gazi s psi na drsni površini: psi primejo na snegu in preprečujejo zdrsavanje smuči nazaj, če pa več kot pol smuči grabi le zrak v luknjah globoke gazi, potem smuči lahko zdrsnejo nazaj ali povprek in vzpon po gazi je tako naporen, da se bolj splača potegniti novo smučino meter stran.

Ko se tako mučim s smučanjem po razdrapani gazi, dokončno ugotovim, da pešci in smučarji niso za skupaj, ko obiskujejo zimske gore: turno smučanje omogoča elegantno premagovanje velikih razdalj po gorah, posebno če strmine niso velike, pri peš hoji razen v idealnih razmerah, ko je sneg trd in se da hoditi z derezami, se sneg ponavadi udara, hoja je muka in izbira se kar najkrajše poti, najbolj strme in pogosto od plazov najbolj ogrožene. Za gaženje je poleg velike fizične kondicije treba imeti še obilo psihične kondicije (trme), da se lahko po urah napora približamo na cilj. Posebno tam, kjer zaradi narave poti ne gre drugače (kolovozi po gozdov, izraziti prehodi med skalami, ozke doline), gaz in smučina ovirata druga drugo: pešci mislijo, da se jim bo po smučini manj udiralo in hodijo po njej, pa se jim ravno tako globoko udara skozi skorjo, smučarji pa se mučijo z gazjo (najsi je bila prva smučina in jo je nato uničila gaz, najsi je bila prva gaz, pa smučarji mislijo, da bo po njej šlo lažje navzgor). Še najbolj se nezdržljivost gaženja in turnega smučanja pokaže pri

sočasnem napredovanju po istem terenu: turni smučar lahko napreduje, gazeči pešec pa se neprestano udara.

## ZATRTO VESELJE DO ZIMSKIH GORA

Včasih seveda ne gre drugače kot peš: ko postane strmina za smuči prevelika, tedaj romajo smuči na nahrbtnik ali na vrvico in tudi turni smučar se prelevi v gazečega pešca. Ponavadi je to tedaj, ko je treba premagati zadnjih nekaj metrov grebena do vrha ali pa se začne stena; tedaj pač smuči ne pomagajo pri napredovanju. Toda še tedaj se mi toži po smučeh: prepričanje, da se zaradi smuči na nogah sneg ne bo prediral, je pravi balzam za dušo.

Kako torej ne hodimo v zimske gore? Če je sneg tak, da se predira pod človekovo težo (to pa je ponavadi večji del visoke zime, približno do konca marca), potem je edini pameten način gibanja po gorah s smučmi in nikakor peš. Posebno nespametno je peš hoditi na dolge ture, ki vodijo po blagih ali valovitih pobočjih, po visokogorskih planotah in dolinah, torej po svetu, ki je idealen za turno smuko. Pri tem ni bistveno, ali imamo res vrhunsko turnosmučarsko opremo; tudi improvizacije pomagajo pri zmanjševanju udiranja in lažjem napredovanju.

Če bi kdo rad navdušil koga nad zimskimi gorami, naj začetnika nikar ne pelje na dolg peš pohod iz Stare Fužine prek prečudovitih Bohinjskih planin do doline Sedmerih jezer, saj bo v novincu zaradi pretiranega napora in neprijetne hoje v kali zatrl veselje do zimskih gora. Takšna tura bo novincu sicer ostala v spominu kot naporno junaštvo, če pa bo na poti srečal hitro napredujočega turnega smučarja, mu bo ostal ob tem spomin na nesmiselni napor in jeza na neukega in trmastega, a trpežnega vodnika.

PLANINSKI ŠOLSKI IZLET MORA BITI ŠE POSEBNO DOBRO PRIPRAVLJEN

# PRILAGAJANJE NAJŠIBKEJŠEMU NA TURI

## FRANJO KRPAČ

Dejavnosti v naravi pridobivajo pomen tudi v zavesti športnih pedagogov, kar se v zadnjem času odraža tudi na številnejšem izvajanju športnih dnevoev z gorniško vsebino.

Zdajšnja gorniška vzgoja izhaja in gradi na tradicijah gorniške vzgoje. To velja tudi za zelo pomembno načelo pri vodenju v gorah, ki izhaja iz solidarnosti med gorniki — **prilaganje najšibkejšemu**. Z uresničevanjem in upoštevanjem tega načela je povezanih neverjetno veliko problemov, ki odločajo o uspehu pri gorniški in izletniški dejavnosti ter gorniški vzgoji. Pogosto se opuščanje tega načela skriva tudi v spletu objektivnih in subjektivnih nevarnosti pri nesrečah v gorah.

## RAZLIČNO SPOSOBNI POHODNIKI

Učenci, ki jih vodimo na izlete ali pohode v gore, se med seboj razlikujejo v psihosomatičnem in socialnem

statusu. V primerjavi s planinsko skupino, ki je selekcionirana, je to še izrazitejše na športnem dnevu z gorniško vsebino, ko so udeleženci vsi učenci, ki so bistveno bolj heterogeni. Poleg običajnih različnosti v antropometriji, funkcionalnih in motoričnih sposobnostih, zdravju in osebnostnih lastnostih je še posebej izražena ter upoštevanja vredna različnost v motivaciji, interesu, gorniškem znanju in veščinah, specifičnih sposobnostih za gibanje v gorah in ne nazadnje tudi v opremljenosti s planinsko opremo.

Običajno zožijo ljudje razumevanje načela prilaganja najšibkejšemu pri izletništvu in gorništvu samo na tempo hoje na izletu. Utemeljeno je to načelo treba upoštevati širše, tudi v povezavi s pomembnim načelom, da je vsaj polovica uspešnosti izleta zagotovljena z dobro pripravo pred izletom; zato upoštevamo najšibkejše v že naštetih razlikah pri načrtovanju izleta. Še posebej smo pozorni na kondicijo, opremo in znanje učencev, tako da izberemo cilje ter smeri poti vzpona in povratka, ki jih bodo zmogli tudi najšibkejši.

Na izletu upoštevanje načela prilagajanja najslabšemu udeležencu povzroča številne probleme, zaplete in konflikte. Še zlasti v začetnih obdobjih, ko učence učimo in jih navajamo na to solidarnost. Počasen tempo, prilagojen najslabšemu udeležencu, je silno neugoden, neprijeten in nadvse utrujajoč za sposobnejše, vendar ga ti zmorejo, ne bi pa zmogel šibkejši tempa, ki je zanj prezahteven.

Podobno je s počitki, ki jih moramo tudi prilagajati slabše kondicijsko pripravljenim.

Šibkejšo uvrstimo praviloma v kolono takoj za vodnikom, da lažje opazuje njihovo obnašanje, predvsem posluša njihovo dihanje, spremlja različna stanja, njihovo gibanje in na podlagi tega umirja predvsem tempo hoje, pa tudi druge elemente izleta.

### ODREKANJA SPOSOBNEJŠIH ZARADI SLABŠIH

V zimskih razmerah, na zasneženih poteh, je neupoštevanje ustreznega razmaka med stopinjami za učence nižje rasti in slabše kondicije velika obremenitev, ker so v dolgem koraku mišice v manj ugodnem položaju za učinkovito delo. Že ob sicer manjšem trenju pa se še poveča horizontalna komponenta in fazi zadnjega opiranja. S tem učenec troši še dodatno energijo za lovljenje ravnotežja, včasih pa tudi s stopanjem v svojo novo stopinjo v celem snegu.

V takšnih razmerah šibkejšo učence ne postavimo v kolono tik za vodnikom, kar je praviloma najbolje na običajnih poteh, pač pa uporabimo močnejše učence, da utrdijo gaz.

Tudi pri vzponu s smučmi velja to načelo. Pri poševno stopničastem koraku v ključih izbira vodič tako strmo pot, kot jo zmore najšibkejši v skupini (bodisi v kondicijskem ali pa še običajnejšem vidiku — zaradi slabše opreme), da mu smučī ne oddrsujejo nazaj.

Še zlasti moramo biti pozorni pri izbiri terena na mestu obrata v novo smer, kjer imajo nekateri velike probleme, če jih izvajajo v veliki strmini. Pri spustu doživljajo nekateri veliko odrekanja, ko je treba izbirati smer za najslabšega smučarja, čeprav bi sami uživali v povsem drugi smeri in hitrosti.

Za gorništvu sicer govorijo, da v njem ni tekmovalnosti, vendar pa je ta pri otrocih tudi na tem področju. Le malo je takih, ki jim je vseeno, ali so na koncu ali na začetku kolone. Nekateri imajo potrebo po uveljavljanju in tekmovanju tako močno izraženo, da vodnik porabi ogromno energije ob urejanju kolone, kajti silijo mu v ospredje kolone, s tem rušijo sistem vodenja ter mu povzročajo številne konflikte.

Pri tem so šibkejši še posebej izpostavljeni številnim pripombam in neumesnim opazkam.

### ZAKAJ SE UČITELJI BOJIMO PLANINSKEGA ŠPORTNEGA DNEVA

Ko postanejo učenci že nekoliko utrujeni in se jim zniža njihova frustracijska toleranca, izbruhnejo številni konflikti med učenci, pa tudi z vodičem.

S tem je lahko močno ogroženo dojetanje, doživljanje, opazovanje, razumevanje, utrjevanje številnih drugih

ciljev športnega dne in ogrožena njegova uspešnost v celoti.

Tako je izpolnjevanje načela prilagajanja najšibkejšim udeležencem osnova gorniške vzgoje, kajti večino smotrov je moč izpeljati šele ob upoštevanju in izvajanju tega načela.

Pri učenju tega načela potrebujejo učitelji in vodiči poleg znanja o gorništvu in o vodenih še predvsem močno voljo in veliko potrpljenja ter energije. Pogosto je ni dovolj in otroci vodiča prehitijo, mu uidejo z zavjeti, s tem pa tudi iz pedagoškega procesa.

Oblikuje se več skupin, boljši pohitijo, slabši zaostajajo, učitelj (vodič) je v precepu med skupinami, boji se, da prvi zaidejo in se izgube, isto velja za zaostale, ki brezuspešno skušajo loviti skupino.

Pri tem nastopi preutrujenost, izčrpanost, povečana je možnost padcev, zvinov, zlomov in podobnih poškodb ter nesreč. Namesto simpatije se učencem do gor-

## Pomladanske in jesenske poti

### HELENA GIACOMELLI

Vsako pomlad je enako: ko po senčnih kotanjah, globelih in grapah v stenah še ležijo zbiti ostanki snega, zamenjamo lahke športne čevlje za težje gozdarje, obrnemo hrbet zelenim gričem in usmerimo svoje korake proti sredo- in visokogorskim vrhovom.

Preveč se je vso zimo medilo hrepenenje po teh poteh, da bi nas mogla zadržati doma poletno sonce in soparica. Tudi oblaki in pršeče kaplje dežja nas ne odvrnejo od načrtovanega izleta. Samo ob nevihtah ne gremo skušat svoje sreče v gore, saj vemo, da gore počakajo. Zato tedaj izlet raje prestavimo. Še vselej se je taka odločitev dobro obrestovala.

In vsako jesen je enako: da se je iztekel čas poletnih planinskih potepanj, se zavemo šele takrat, ko v predjesenski svetlobi ugaša mavrica cvetja na gorskih tratah; ko postanejo koreninaste steze zdrsljive; ko nenadni sunki vetra zarežejo do kosti, da iz nahrbtnika potegnesh rokavice, kapo in vetrovko; ko so planinski pašniki čudno tihotni brez pozvanjanja kravjih zvoncev; ko med tednom skoraj ne srečaš več človeka in ko se sredi septembra presenečen (in premražen) znajdeš pred zaprtimi vrati planinske kočice. V dolini ti nato povedo, da sta v vsem tednu dni prišla v kočico samo pastir in pastirica. Pa še ta dva sta se odpravljala v dolino. Tak obisk pač ne pokrije stroškov za vzdrževanje kočice.

Prehitro je minilo poletje, zaskeli drobna misel. Niso bile izpolnjene vse želje, potešena vsa hrepenenja. In ko počasi sestopamo z visokih skalnatih gorā na sredogorske, že skoraj rjave travnatogole hrbe in grebene, nas spet zažeja po pomladnem vznemirjenju, navdušenju, pričakovanju. Potem pa se ozremo na prehojene poti: v jesenskih barvah žarijo vsa naša doživetja, utrjana tako na stezah visokogorja kot na sprehodih po gričevnatem svetu.

Je človek sploh lahko še bogatejši?

ništva in izletništva oblikuje odklonilen odnos. Učitelju se zdijo zaostali učenci ogroženejši in ostane z njimi, običajno mu je tudi njihov tempo hoje bližji.

Pri tem pa ga ves čas mori skrb za učence, ki so mu ušli naprej do kočice ali vrha.

To je tudi vzrok, da se gorniškega (izletniškega) športnega dne učitelji bojijo in se mu izogibajo.

Praviloma to ne velja za šole, kjer se stvari strokovno lotijo že v prvem razredu, imajo vpeljan domišljen koncept za celotno obdobje šolanja, prizadevne in usposobljene učitelje in uspešno sodelovanje zunanjih sodelavcev.

#### DIFERENCIACIJA REŠUJE IN OMILI PROBLEME

Nekatere od številnih težav, ki jih srečujemo pri tej problematiki, je možno omiliti ali odpraviti z diferenciacijo pri izbiri ciljev in poti na izletih. Homogene skupine lahko oblikujemo v okviru oddelka, razreda, več razredov ali stopnje v skladu z načrtovanimi smotri.

Diferenciacija po skupinah sicer zahteva nekoliko več dela, v nekaterih primerih tudi večje število sodelavcev, predvsem pa višjo stopnjo njihove usposobljenosti, vendar je napor izražen v doseženih ciljih pedagoškega procesa, ki skuša v večji meri upoštevati osebnosti učencev, njihove sposobnosti, značilnosti in lastnosti, interese in znanje.

Med šolanjem naj bi učenci čimprej spoznali, razumeli, sprejeli načelo prilagajanja najslabšim ter proces gorniške in izletniške vzgoje izvajali ob upoštevanju tega temeljnega izredno pomembnega načela.

\*\*\*

#### Literatura:

- Golnar, T.: Gorniška vzgoja, PZS, KVIZ, Ljubljana, 1992.  
 Kristan, S.: Planinska vzgoja, FŠ, Ljubljana, 1988.  
 Pinter, S.: Tečaj gorništa, Mladinska komisija, PZS, Ljubljana, 1992.  
 Strliih, B.: Psihološko usposabljanje, Planinski vodnik, PZS, KVIZ, Ljubljana, 1983.  
 Več avtorjev: Planinska šola, PZS, KVIZ, Ljubljana, 1983.  
 Več avtorjev: Planinski vodnik, PZS, KVIZ, Ljubljana, 1983.  
 Več avtorjev: Teže za tečaj za mladinske vodnike, Mladinska komisija, PZS, Ljubljana, 1987.

#### NESREČA, KI SE JE KONČALA ŠE KAR SREČNO

## KO GORE OBMOLKNEJO

#### UROŠ PODOVŠOVNIK

Tišino sončnega septembrskega dne visoko nad Logarsko dolino prereže bobneče grmenje padajočih skal nekje v severnem pečevju Brane. »Saj ni mogoče, saj ne more biti res!« si vbijam v glavo, ko poslušam vedno tišje odmeve ob trdna tla udarjajočega kamenja. Z mučnim občutkom se ozrem nazaj proti vrhu. Pogled dolgo boga po ogromnem ostenju gore, išče drobno rumeno pikico, pripeto na krušljivo skalo, a se nazadnje obupan ustavi na prijateljevem bledem obrazu. Njegov drhteči glas ubije še zadnjo kapljico upanja. »Ni ga več. Padel je.«

Dolgo tiho strmiva drug v drugega, kot da ne bi verjela v kruto maščevanje gore. Postane me strah, tako prekleto strah. Drhteče noge s težavo držijo pokonci telo, ki ga preplavi čuden, do tedaj še neznan občutek.

Na ves glas zavpijem proti vrhu. Kličem padlega prijatelja, a odgovorijo mi le odmevi bližnjih gora. Temna kamnita gmota nad nama molči z zakletim molkom. Ko zadnji odmev odtava tja proti zameglenim koroškim goram, se najine oči zopet ujamejo. Besede, ki jih še slišim, so: »Greva gor!«

Nato se z vso silo poženeva proti steni.

Stojim pred kratkim, temnim kaminom, petdeset metrov pred meliščem, ko veter prinese na uho slabotno, zamolklo ječanje. Glas, ki prihaja nekje od zgoraj, je prežet z bolečino in trpljenjem, a vseeno pomeni odrešilno bilko sredi razbitih kamnitih skladov. Srce si oddahne, duša se sprosti. »Pa je vendarle živ!« me

204 prešine, ko tipam za novim oprimkom v beli skali...

»Le še okrog tega roba se prekobacam, pa bom pri njem,« ponavljam sam pri sebi. Raztrgan copat že vidim, pa njegovo nogo, v kateri zija velika luknja, pa rumeno majico, ki ni nič več rumena. Je samo še raztrgana krpa, prepojena s krvjo. Sicer pa je vsepovsod videti kri. Tudi zgoraj v zajedi je opaziti rdeče madeže, ki jih je pustilo za seboj njegovo nesrečno telo. Sprva le nemo strmim v prizor pred seboj. Nič ne ukrenem, le strmim...

Opazujem Klemna. Naslonjen je na steno. Tako laže podpira prijateljeve noge, ki ne smejo omahniti čez ozko poličko. Daleč za njim slutim Peco, goro nad rojstnim krajem. Pogled potuje prek Olševe, Mrzle gore, se za trenutek ustavi na belem pramenu Rinke nad Okrešljem, nato preskoči na mogočno steno Planjave, ki je oblita z zlato rumenimi žarki. Misli odhitijo nekam proč, iščejo smisel življenja, smisel gorništa, sprašujoč, ali je vredno pokloniti življenje v zameno za nekaj prelepih trenutkov v visokogorju. Odgovora ne najdejo. Ostane skrit med molčečimi gorami.

Zvok helikopterske elise me vrže pokonci. Vedno glasnejši je. »Ni dvoma,« si mislim, »prihaja po prijatelja.« Le še nekaj trenutkov je treba počakati, da letéca prikazen pristane na zelenem sedlu. Drobne pikice, ki skočijo iz njega, se še isti trenutek zapodijo proti gori.

»Utrip je normalen,« reče zdravnik, ko zapuščam kraj nesreče. Ne oziram se nazaj. Nič ne mislim. Spuščam se proti zelenicam na sedlu. Z nestrpnostjo pričakujem mehke trave in z njimi prijaznejši svet. Na robu, kjer se pobočja strmo prevesijo proti Logarski dolini, za trenutek postojim. Lebdeča ptica se pravkar odlepi od stene. »Ponesi prijatelja v življenje,« ji zaželim, ko izginja daleč v zahajajočem soncu.