

juha, voda, sokovi). Nedovoljena »črna« prodaja pijač na Triglavu, po drugih vrhovih in na nekaterih sedlih je izvirni prispevek Slovenije k vrednotenju gora. Drugod po Alpah, v narodnih parkih pa sploh, nihče niti pomisliti ne upa, da bi »kar tako« na vrhu Mont Blanca, Velikega Kleka, Monte Rose ali na nižjih vrhovih prodajal pijačo. Davčni in tržni red, ozaveščenost davkoplačevalcev (obiskovalcev) in vrtoglave kazni v kali onemogočajo takšno iznajdljivost. Čeprav je res, da se

pri nas s to črno prodajo ukvarjajo zanesenjaki, od katerih še nihče ni obogatel, je že takšna trgovina po naših gorah spričevalo balkanskih miselnih vzorcev (kako prevarati državo in družbo). Protesti gospodarjev okoliških PP zaradi nelojalne, nekaznovane in neobdavnice konkurence ter občasne »preganjalske« akcije nadzorne službe TNP so le zapravljanje časa, če država ne more poskrbeti tudi za učinkovito tržno in davčno inšpekcijo ter zakonski pregon.

NARAVA JE NAJPRIMERNEJŠA UČILNICA ZA VZGAJANJE IN IZOBRAŽEVANJE

## GORNIŠKA TURA KOT PEDAGOŠKI PROCES

TONE GOLNAR

Organizirana gorniška tura je odlična priložnost za vodnika, da posreduje vodenim različne podatke, informacije in veščine. Prav zato lahko tako gorniško turo smatramo tudi kot pedagoški proces, ki ima določene posebnosti. Naj naštejemo le najpomembnejše izmed njih:

- posredovanje znanja poteka predvsem v naravnem okolju (na terenu) in le izjemoma v zaprtih prostorih (npr. planinskih postojankah);
- odvija se spontano, včasih nenačrtovano, nevsiljivo in nepretrgoma;
- tematsko je poučevanje večinoma vezano na okolje, v katerem poteka tura, zato je udeležence lažje pritegniti in spodbuditi k sodelovanju.

Čeprav se gorniki na turi včasih tudi samoizobražujejo, na primer, ko sami pridobivajo določeno znanje in izkušnje, gre pri vodenih turah najpogosteje za vodnikovo posredovanje informacij. V tem primeru govorimo o poučevanju, vodnik pa je v vlogi posredovalca učnih vsebin, torej učitelja.

Vsebinsko vodnik najpogosteje posreduje sproti ob vsaki zanimivosti na poti. Del vsebine lahko posredujemo, še preden se z njo srečamo na poti in tako udeležence pripravimo, da so bolj pozorni nanjo. Vsebinsko, ki se navezuje na zanimivost na poti, pa lahko posredujemo tudi kasneje, med počitkom na poti ali na cilju etape, na primer v planinski koči, še posebej, če je snov obsežnejša in če ne želimo izgubiti preveč časa.

### PRIPRAVA NA POSREDOVANJE SNOVI

Čeprav lahko poteka posredovanje vsebin povsem spontano, brez poprejšnje priprave, je veliko bolje, če se vodnik nanje pripravi že pred turo. K pripravi sodi predvsem izbira vsebin, ki jih namerava posredovati, pomemben pa je tudi način, kako bo to posredoval.

Najpomembnejše so vsebinska, organizacijska in pedagoška priprava. Pri prvi je pomembna izbira vsebin in načinov posredovanja snovi. Pri organizacijski pripravi nas zanima, kje in kdaj bomo predavali, koliko informacij bomo posredovali in drugo. Pri pedagoški pripravi pa skušamo s posebnimi postopki vplivati na prepričanje udeležencev ture.

Izbira vsebin je odvisna predvsem od poteka ture in od strukture udeležencev. Vrstni red vsebin določimo že vnaprej, vendar ga lahko po potrebi spremenimo.

Tura je lahko krajša ali daljša, zahtevna ali nezahtevna in se odvija v različnem okolju. Glede na trajanje ture moramo prilagoditi predvsem količino informacij, ki jih nameravamo posredovati udeležencem. Na krajši turi posredujemo manjše število informacij, na daljši večje. Glede na zahtevnost ture lahko na manj zahtevnih in nevarnih predelih posredujemo večje število informacij. Na zahtevnih in nevarnih predelih dajemo le kratke in nujne informacije, ki so večinoma povezane z varnim gibanjem.

Smiselno je, da je vsebina, ki jo posredujemo, vezana na okolje, v katerem se gibamo. Prav to je glavno vodilo vodniku pri izbiri vsebine. V gozdu običajno ne bomo govorili o samovarovanju na zavarovani poti, visoko nad gozdno mejo pa ne o posebnostih življenja v gozdu.

S strukturo udeležencev mislimo predvsem na starost, izkušnje in interese udeležencev. Vodnik naj se skuša prilagoditi skupini, ki jo vodi. Če je skupina enotna (homogena), ne bo imel težkega dela, če pa je raznolika (heterogena), se bo hudo namučil. V tem primeru se mora prilagoditi vsakemu posamezniku, kljub temu pa učinki včasih ne bodo enaki željenim.

Količina informacij mora biti primerno velika, bistveno pa je, da lahko tudi to po potrebi spreminjamo. Vodnik ne sme pretiravati s posredovanjem prevelikega števila vsebin in s preveliko količino podatkov, še posebno, če udeleženci ne kažejo primerne zanimanja za njegovo razlago. Smiselno bi bilo posredovati le toliko podatkov, kot si jih udeleženci ture lahko zapomnijo. Najpomembnejše vodilo vodniku je torej zanimanje udeležencev. Kakor hitro se zanimanje zmanjša, se mora vodnik vprašati, zakaj je prišlo do tega. Možnosti je več: nezanimiva snov, ki jo posreduje, nezanimiv način posredovanja in prevelika količina posredovane snovi. Kljub dobri vsebinski pripravi se mora vodnik včasih kateri od vsebin tudi odpovedati.

Posredovanje določenih vsebin na turi je proces, ki napravi turo bolj pestro, zanimivo in vredno. Pri posredovanju snovi mora vodnik upoštevati in izbrati primerne metode, oblike in načela, saj bo na ta način njegovo delo lažje in uspešnejše.

Običajno znanja, ki so ga pridobili udeleženci na turi, ne preverjamo, še manj pa vrednotimo z ocenami, saj nimamo nobenega razloga, da bi to počeli. Kot povratna informacija nam lahko služi predvsem sodelovanje udeležencev in njihovo bolj ali manj aktivno vključevanje bodisi s pripombami, dopolnitvami in tudi z vprašanji.

## POSREDOVANJE SNOVI

Pri poučevanju na turi uporabljamo različne metode, podobno kot pri rednem pouku v šoli. Najpogostejše so metoda predavanja, metoda razgovora in metoda prikazovanja. Pripovedujemo zgodbe, opisujemo razgled, opremo, dogodke, pojasnjujemo na primer razloge za varnostne ukrepe (samovarovanje na poti).

Razgovor poteka spontano, saj lahko vódeni vodnika nenehno sprašujejo, kar jih zanima. Z metodo prikazovanja najpogostejše prikazujemo različne tehnike, na primer tehniko hoje, plezanja, zaustavljanja s cepinom in podobno.

Običajno posameznih metod ne uporabljamo samostojno, temveč jih združujemo. Tako ob prikazovanju tudi opisujemo in pojasnjujemo in obratno.

Po obliki se posredovanje snovi v gorskem okolju zelo razlikuje od pouka v učilnicah. Tukaj ni klopi, zato udeleženci pogosto sprejemajo informacije stoje ali pa se po svoje posedejo okoli vodnika. Ta tudi ne zahteva od udeležencev, kako naj se razporedijo, saj bi s tem porušil spontanost. Najpogostejše lahko enačimo posredovanje snovi v gorah s frontalnim poukom, pri katerem pa je dopuščena in zaželjena tudi dobra medsebojna komunikacija med udeleženci.

Vodnik, ki posreduje določene vsebine, ne bi smel zanemariti nekaterih načel, ki mu olajšajo delo. Najpomembnejše je prav gotovo načelo varnosti, ki zahteva, da za podajanje snovi izberemo vedno dovolj varen prostor. Načelo nazornosti zahteva od vodnika, da snov podaja tako, da jo bodo vsi razumeli, torej, da bodo vsi dovolj dobro videli in slišali. Pomembno je tudi načelo postopnosti, ki zahteva od vodnika, da najprej opiše lažje in zanimivejše vsebine, kasneje pa zahtevnejše in manj zanimive.

Pri poučevanju na gorskih turah je še posebno pomembno načelo fleksibilnosti in prilagodljivosti, ki nam omogoča, da se ne držimo preveč togo vnaprej določenega koncepta, temveč teme in vsebino sproti prilagajamo glede na okolje, v katerem se gibamo, in glede na interese vódenih.

## VZGOJNI VPLIVI VODNIKA

Gorniška tura ni le dejavnost, kjer bi šlo za »čisto« izobraževanje, saj ob izobraževanju poteka tudi vzgajanje. Govorimo o enotnem vzgojnoizobraževalnem procesu. Hkrati z vzgojo poteka tudi izobraževanje in obratno, z izobraževanjem poteka tudi vzgoja.

Vzgoja v našem primeru pomeni načrtno vplivanje na voljo in zavest ljudi. Vodnik želi s svojim vplivom doseči, da bi vódeni upoštevali vse, kar so se naučili in kar velja za dobro in varno. Na primer, če predstavlja-

mo ukrepe za varno gibanje v gorah, želimo, da bi udeleženci te vsebine ne samo poznali, temveč bi jih tudi uporabili v praksi.

Pogosto, posebno pri otrocih in mladih, bodo že sama vodnikova dejanja dovolj prepričljiv zgled, da bodo vódeni sprejeli in upoštevali njegov vzgojni vpliv. Včasih bo potrebno temeljito prepričevanje in v skrajnem primeru tudi dokazovanje.

Pri vzgoji uporabljamo tudi nekatere metode, ki nam olajšajo doseganje vzgojnih ciljev. Za vodnika na terenu pridejo najpogostejše v poštev vse metode vzgajanja: prepričevanje, navajanje, spodbujanje in preprečevanje.

Najbolj učinkovito je prepričevanje, ki poteka z nenehnim dokazovanjem, primerjanjem in podobnim. Navajanje pomeni načrtno vplivanje na sprejemanje nekih novih vrednot ali dejavnosti brez dokazovanja smiselnosti takega početja. Spodbujanje običajno uporabljamo pri manj sposobnih, ki bi brez naših spodbud težko dosegli cilj. Preprečevanje uporabljamo, kadar želimo spremeniti vrednote ali vedenje posameznika ali skupine. Kot vzgojna metoda je za vodnika zelo zahtevna, saj se običajno uporablja za problematične posameznike in skupine. Zajema opozorilo, prepoved, zapoved in kazen.

Za vodnike je priporočljiva le uporaba prvega, torej opozorila, vse ostale pa lahko povečajo napetost v skupini in porušijo dobre odnose. Vodnik jih lahko uporabi le v skrajnem primeru, na primer, kadar posameznik z neprimernim obnašanjem ogroža sebe in druge.

## ČASTNI KODEKS PLANINCEV KOT IZHODIŠČE ZA VZGOJNI SMOTER

Vzgojni smoter predstavlja nekakšen dolgoročni cilj oziroma ideal, h kateremu težimo pri vzgoji. Najbližje vzgojnemu smotru slovenskih planincev je Častni kodeks slovenskih planincev. »Kodeks sloni na trajnih etičnih vrednotah, ki so se oblikovale v dolgoletnem razvoju slovenskega planinstva. Vsebuje ustaljene dobre običaje in navade, po katerih se ravna slovensko planinstvo in označujejo lik slovenskega planinca.«

Častni kodeks zajema naslednja področja: varstvo narave in okolja, humanizem in planinsko tovarištvo, odnos med planinci, obnašanje v planinskih postojankah, odnos do planinske organizacije, pravice in dolžnosti članov in drugo.

Iz kodeksa izhajajo tudi nekateri najpomembnejši konkretni vzgojni smotri, ki pa s strani Planinske zveze še niso splošno potrjeni kot vzgojni smotri vseh izobraževalcev znotraj PZS. Kljub temu so lahko dobro izhodišče vsem, ki se ukvarjajo z vzgojnoizobraževalnim delom, torej tudi vodnikom.

Gorniška vzgoja:

- omogoča organizirano in sistematično pridobivanje, poglobljanje in razširjanje osnovnih in nadaljevalnih veščin, znanj in navad, potrebnih za gorniško dejavnost;
- razvija odnos do narave, naravnih lepot in bogastev;
- razvija odnos do tovarštva, vzgaja za humane odnose med ljudmi in moralno ravnanje;

- razvija občutek za gibanje v gorskem svetu v vseh letnih časih;
- seznanja s tehničnimi pripomočki in njihovo uporabo za gorniško dejavnost;
- navaja na športni način življenja, na sistematično in redno treniranje in na športni duh;
- pripravlja za varno hojo in plezanje po gorah;
- vzgaja za vzporedne aktivnosti, ki dopolnjujejo gorniško znanje in dejavnost in z njimi utrjuje človekove vrline, širi aktivnosti in bogati prosti čas;
- pripravlja na nadaljnjo gorniško, vzgojno in športno dejavnost;
- spodbuja kulturno izražanje in uveljavljanje na različnih področjih umetnosti (fotografija, slikarstvo, pisanje beseda itd.).

## ZAKLJUČEK

Pomembno je, da se vodniki, ki vodijo večje ali manjše skupine izletnikov ali gornikov, zavedajo svoje pedagoške vloge. Večina vodenih se namreč ne bo zadovoljila le z zasledovanjem vodnika in pasivnim opazovanjem okolice. Ture brez vsebinskega dela so prazne in za večino udeležencev najpogostejše. Bogat vsebinski del je torej eden od najpomembnejših pogojev za uspešno in zanimivo turo.

Velika količina podatkov in veščin, ki jih mora vodnik obvladati, terja od njega veliko mero izkušenj in znanja,

ki ga mora nenehno obnavljati in izpopolnjevati. Možnosti za oboje je dovolj. Množica literature za gorniško vsebino omogoča vodnikom nemoteno samoučeno izobraževanje in obnavljanje veščin in znanj. Vsako leto se zvrsti vsaj en državni in več področnih izpopolnjevalnih seminarjev, kjer se lahko vodniki seznanijo tudi z različnimi novostmi. Za uspešno posredovanje pa ni dovolj le poznavanje vsebin, temveč tudi poznavanje osnov pedagogike in didaktike.

Področje, ki je bilo včasih pri vodnikih zapostavljeno, dobiva danes vse večji pomen. Vsi programi za šolanje vodnikov vključujejo namreč tudi pedagoške vsebine.

Vodenje gorniške ture je po eni strani lepo, zanimivo in plemenito, po drugi strani pa naporno in zelo odgovorno delo. Lahko ga smatramo za poslanstvo, še posebej, če upoštevamo, da z njim navajamo udeležence na varno gibanje v gorah in s tem prispevamo k zmanjšanju števila nesreč.

## Viri in literatura

- Časni kodeks slovenskih planincev, Planinska zveza Slovenije, Ljubljana 1996;
- Tone Golnar**, Gorniška vzgoja, Planinska zveza Slovenije, Ljubljana 1996;
- Ana Krajnc**, Andragoški pogovori s predavatelji, Univerzum, Ljubljana, 1978;
- Ana Krajnc, Metode izobraževanja odraslih, Dopsna delavska univerza, Ljubljana 1984;
- Silvo Kristan**, Ali v gorniški vzgoji res nimamo konkretnega vzgojnega smotra, revija Šport, let. XLVI, št. 3, Fakulteta za šport, Ljubljana 1998;
- Več avtorjev, Teze za tečaj za mladinske vodnike, PZS, Ljubljana 1996.

KADILCI SO NA GORSKIH POTEH BLIŽJE SRČNI IN MOŽGANSKI KAPI KOT NEKADILCI

# KAJENJE IN HOJA PO HRIBIH

## SILVO KRISTAN

Še pred nekaj leti je bila prenekatera kočica kot beznica zakajena s cigaretinim dimom; nekatere bolj, druge manj. Redkokje je bil pritrjen opozorilni napis, da kajenje v jedilnici ni dovoljeno. Če pa je takšen napis bolj po naključju kot po pravilu vendarle zašel na steno planinske kočice, ga oskrbniki niso spoštovali. Naj se kadi, samo da je zaslužek, to je bilo največkrat načelo oskrbnikov. Če pa se je še kdo od domačega osebja predajal omamnemu dimu, je pomenilo, da je nezdrava megla v koči dovoljena. Tedaj so prižgali še tisti, ki kaj dajo na bonton in so se nameravali vzdržati.

Na srečo so (proti)kadilske razprave zadnjih let in nato še novi protikadilski zakon naredili tudi v kočah nekaj reda, predvsem pa bolj čistega zraka. Zato pa so se pred vhodnimi vrati začeli pojavljati pepelniki in tam se zdaj zbirajo tisti, ki brez dima ne morejo zdržati. Res je, da jih je iz leta v leto manj. Največkrat se predajo sladkosti po opravljeni turi, so pa tudi takšni, ki zastavijo že navsezgodaj, pred turo. Preseneča, da so med njimi celo planinski vodniki. In to ne bledolčni A-kategorniki, pač pa celo oni bolj prekaljeni in domnevno večvedni. Kajenje v hribih je pogostejše na organiziranih izletih mlajših pohodnikov, zlasti na šolskih izletih. Več kadijo

tudi tisti, ki obiskujejo nižje postojanke in tudi brez alkohola ne zdržijo. Z nadmorsko višino se število kadilcev pred kočico zmanjšuje. Očitno tudi nekajenje postaja vedno bolj neločljiv del kulture. Da bi to še bolj postalo, ne bo odveč nekaj besed o škodljivosti kajenja pred in med telesnim naporom.

## ZARADI TOBAKA ZOŽENE KRVNE ŽILE

V cigaretinem dimu so ugotovili več kot 3000 kemijskih sestavin. Za nobeno niso ugotovili pozitivnih ali celo zdravih učinkov. Med najbolj škodljivimi so nikotin, ogljikov monoksid in katran.

**Nikotin** je močan živčni strup. Bolj je strupen kot alkohol, kokain, arzenik ali atropin, ki ga vsebuje volčja češnja. Že 4 mg vbrizganega nikotina pri človeku povzročijo nespečnost, omotico, krče, bruhanje in celo nezavest. Smrtna doza je 50 mg. V cigareti je okrog 5–10 mg nikotina, vendar se ga nekaj uniči v tlecem delu cigarete, nekaj pa ga izhlapi, tako da so v glavnem toku dima, ki ga kadilec potegne vase, še približno 3 mg. Približno 70 do 90 odstotkov te količine deluje na organizem. Nikotin je narkotik, ki vodi v zasvojenost.

**Ogljikov monoksid** sam po sebi ni strupen, vendar zaradi nekaterih svojih kemijskih lastnosti usodno po-