

# GORNIŠKI ŠPORTNI DAN

*Borut Peršolja*

## UVOD

Gorniške vsebine so že nekaj desetletij vključene v programe vrtcev in šol, vendar so z njihovim uresničevanjem povezani številni problemi. Ker so med cilji učnega načrta tudi številni, povezani z »izletništvom in pohodništvom« (Kovač in Novak, 1998), ponujena organizacijska oblika pa je športni dan, bomo predstavili nekaj napotkov, kako kakovostno izpeljati gorniški športni dan. Poudarek dajemo večletnemu programu gorniških športnih dni po posameznih razredih, načinom obveščanja otrok in staršev o namenu gorniškega športnega dneva in pripravi nanj. Pri tem želimo opozoriti na nekatere probleme pri organizaciji športnih dni s to vsebino, razčleniti vzroke za manj domišljene pristope in ponuditi poti za njihovo rešitev. H kakovosti izpeljave športnih dni z gorniško vsebino lahko odločilno pripomore tudi tesno sodelovanje s planinskimi društvi, zato posebno pozornost namenjamo izmenjavi informacij in primerom dobre prakse.

## VKLJUČENOST GORNIŠKIH VSEBIN V ŠOLSKI PROGRAM

Za izredno skupščino Planinske zveze Slovenije, ki je bila jeseni leta 1999, je bilo pripravljeno gradivo z naslovom »Vzgoja, izobraževanje in vloga mladih v planinski organizaciji«. V njem so planinske organizacije (Planinska zveza Slovenije in vanjo vključena planinska društva) analizirale tudi stanje na področju gorniškega usposabljanja, vključevanja otrok in mladostnikov v organizirane oblike gorništva ter pogoje za delo strokovnih delavcev. Po končani javni razpravi je redna skupščina Planinske zveze Slovenije maja 2000 sprejela več sklepov in stališč, med drugim tudi naslednje:

»Prepričani smo, da je treba planinske vsebine vključevati v vsebine obstoječih predmetov rednih programov vrtcev in šol ter v njih poudariti širino planinstva oziroma njegov medpredmetni značaj. Planinske vsebine je treba smiselno in smotno povezovati z vsebinami naravoslovja (fizika, biologija, matematika ...), družboslovja in humanistike (geografija, zgodovina, slovenski jezik, likovna in glasbena vzgoja). Glede trenutne zastopanosti planinstva v učnih načrtih je ocena vodstva Planinske zveze Slovenije, da je planinstvo v njih zastopano tako, kot ni bilo še nikoli doslej. K temu dodatno pripomoreta tudi športna programa Zlati sonček in Krpan. Zavedamo pa se, da do največjih težav prihaja pri izvedbi, kjer ponavadi naletimo na dva tesno povezana problema: na pomanjkanje ustrezno motiviranih in usposobljenih strokovnih delavcev v športu s področja planinstva ter na različne normative za vodenje po gorah« (Peršolja, 2000, str. 70).

Potrebe po doslednem in kakovostnem izvajanju šolske gorniške dejavnosti izhajajo iz nekaterih že desetletja dobro znanih dejstev o pomenu gorništva.

## GORNIŠTVO IN NJEGOV POMEN

Gornišтво je športna, turistična, gospodarska, raziskovalna, humanitarna in kulturna dejavnost, povezana z gorsko naravo. Gre za gibanje, sestavljeno iz hoje, plezanja in smučanja. Vendar ni samo športna dejavnost, je tudi ustvarjalnost in vir etičnih, estetskih, poučnih in duhovnih vrednot. Vsak obisk gora je nenadomestljivi prispevek k splošni izobrazbi, razgledanosti in osebni rasti posameznika. Z dejavnostjo v gorah se oblikuje tudi odgovoren odnos med delom in počitkom. Gore so odprt prostor, ne glede na socialne, narodnostne, rasne, spolne ali kakršnekoli drugačne razlike med obiskovalci. Razlike premagujemo s solidarnostjo, tovariško pomočjo, medsebojnim razumevanjem in sodelovanjem. Zato je gornišтво lahko način življenja.

Pomen gornišťva v slovenskem prostoru opredeljujejo:

- tej dejavnosti izjemno naklonjena pokrajina, saj alpski svet obsega 42 % površja Slovenije,
- delež prebivalstva, ki se z njim ukvarja – v letu 2006 je po podatkih raziskave Slovensko javno mnenje znašal 15,2 odstotka (Berčič in Sila, 2007); med letoma 2001 in 2006 se je povečal delež tistih, ki so hojo in sprehod izbrali kot najpogostejšo dejavnost, s 30,7 odstotkov na 62,7 odstotkov (Berčič in Sila, 2007),
- razvejanost planinskih organizacij (v Planinsko zvezo Slovenije je bilo leta 2007 vključenih 255 planinskih društev) in množičnost članstva (v letu 2007 je bilo v planinska društva vključenih več kot 55.600 članov),
- gorniška infrastruktura s 7.000 km planinskih poti in več kot 160 planinskimi kočami in bivaki,
- razpoložljivost, ki vključuje hojo kot osnovno človekovo gibanje, starostno neomejenost (od otroštva do starosti), raznovrstnost (od sprehodov do vrhunskega alpinizma) in
- nenazadnje cenovna sprejemljivost.

Usposabljanje za gornišťvo (kot način življenja članstva planinskih organizacij, ki vključuje hojo, plezanje in turno smučanje, prostovoljno vodništvo, alpinizem, športno plezanje, planinske poti in kočje, varstvo gorske narave, odprave v tuja gorstva, založništvo, gorsko reševanje in poklicno vodništvo) je predvsem naloga planinskih organiza-



*Hoja v gore je razgibana (avtor: Jernej Južna).*

cij. Te so del civilne družbe, kar pomeni, da jih pri njihovem delovanju vodi tudi prizadevanje za dobrobit vseh prebivalcev Slovenije. Strinjamo se z Berčičem, ki meni, da »mora šola otrokom in mladini posredovati in utrditi splošna športna znanja, ki vključujejo teoretična znanja o športu, tehnična znanja in splošna motorična znanja. Šolska športna vzgoja naj bi bila tudi proces motivacije za šport in proces socializacije, ki vključuje razvijanje družbenih vrednot, norm, etičnih načel in vzorcev vedenja« (Berčič, 2004). Tako usoda in razvoj gorništva že dolgo ni samo v rokah strokovnih društev in zveze, pač pa tudi pedagoških in drugih ustanov: Fakultete za šport Univerze v Ljubljani in Pedagoških fakultet vseh treh slovenskih univerz.

Gorništvo je prepoznano kot »del identitete slovenskega naroda« (Kristan, 1993, str. 25), pa se kljub vsemu še vedno sprašujemo, zakaj nam – recimo po zgledu učenja plavanja – na področju »izletništva in pohodništva« ni uspelo doseči že doslej dobro zastavljenih ciljev in to dejavnost kakovostno umestiti v program posamezne šole. O značilnostih gorništva v planinskih organizacijah – od tod je tudi pred pol stoletja zavestno zašlo v vrtce in šole – pa največ povedo pojmi prosti čas, motiviranost, sproščenost, igrivost, zadovoljstvo, prostovoljnost, prijateljstvo, način življenja.

Za učinkovito izvajanje šolske gorniške dejavnosti nam manjkajo:

- programi za odpravljanje gorniške »nepismenosti« učencev osnovnih šol v Sloveniji,
- programi za razvijanje kakovostne množičnosti (»Gore za vse«), katere cilj je samostojno varnejše gibanje v gorah,
- tehnična podpora informatike za spremljanje in analizo gorniškega znanja,
- obveščanje o dejavnostih na področju učenja gorništva,
- seminarji o učenju gorništva,
- območni centri učenja gorništva,
- sofinanciranje nakupa osebne in skupne gorniške opreme in
- iskanje najboljših rešitev za udejanjanje učenja gorništva v učnem načrtu za osnovno šolo.

Manjka nam tudi analiza preverjanja znanja gorništva, ki bi vsebovala:

- standard znanja gorništva za osnovnošolce,
- beleženje udeležbe in števila otrok, vključenih v preverjanje znanja gorništva,
- primerjavo znanja gorništva po občinah,
- primerjavo znanja gorništva po šolah.

Šibke točke pri vzpodbujanju učenja gorništva so:

- neurejeno sofinanciranje učenja gorništva,
- odsotnost spremljanja gorniškega razvoja otrok,
- slaba organizacija učenja gorništva,
- neurejena izposoja pripomočkov za učenje gorništva,
- odsotnost priznanja za učenje gorništva (akcija Mladi planinec ...) in
- pomanjkanje kakovostnega sistema usposabljanja učiteljev za gorniško dejavnost.

## SODELOVANJE PLANINSKEGA DRUŠTVA IN ŠOLE

Pri vodenju v gorah se torej srečujeta dva sistema, sistem Planinske zveze Slovenije (civilni) in javni (državni oziroma institucionalni) sistem. Razlika med njima je naravna in bo kljub številnim nasprotnim mnenjem tudi ostala, saj gre za obstoj in sodelovanje prostovoljne civilne družbe in poklicnih vzgojno-izobraževalnih ustanov.

V preteklem sistemu vrednot je za kakršnokoli sodelovanje zadoščala oznaka družbeno koristno, v demokratični družbi pa prepoznamo dva samostojna sistema, ki se – če najdeta stične točke – lahko dopolnjujeta ob upoštevanju načel enakopravnega in vzajemnega partnerskega sodelovanja. V nasprotnem primeru pa živita vsak svoje življenje – planinske organizacije na ravni civilne družbe, država pa v skrbi za dobrobit vseh državljanov in državljanek (Peršolja, 2005b, str. 24).

V želji, da bi premaknili voz naprej, so planinske organizacije po letu 2000 namenile posebno pozornost sodelovanju z vrtci in šolami (pomoč pri izpeljavi vsebin rednega programa vrtcev in šol: športni dnevi, šole v naravi, raziskovalni tabori, programi v okviru domov Centra šolskih in občolskih dejavnosti) s poglobljenim razmislekom o izhodiščih sodelovanja, lastnih možnostih, oblikovanju primerov dobre prakse in pričakovanih rezultatih.



**Tovarištvo v gorah je temelj sodelovanja** (avtorica: Marija Petarka)

Sodelovanje je nujno in koristno za obe strani, saj prinaša številne sinergijske učinke. Tako se Planinska zveza Slovenije dobro zaveda vloge, ki so jo imeli in jo še imajo poklicni pedagogi »pri prenosu svojih poklicnih znanj in izkušenj v delo prostovoljne organizacije. Na tem sodelovanju je bil zgrajen domala celoten sistem usposabljanja strokovnih kadrov v Planinski zvezi Slovenije« (Peršolja, 2001a, str. 14). K pripravi prvega republiškega tečaja za mladinske vodnike, ki je bil izveden leta 1957, jih je navedla ugotovitev, da je največ uspehov pri delu z mladimi prav v gorniških okoljih, v katerih so k sodelovanju pritegnili pedagoške delavce. Vsebine, ki utemeljujejo sodelovanje z vrtci in šolami, ima Planinska zveza Slovenije trenutno zastopane v programu usposabljanja mentor planinske skupine, vodnik Planinske zveze Slovenije in inštruktor planinske vzgoje (slednji so izvajalci usposabljanj za mentorja planinske skupine in vodnika Planinske zveze Slovenije).

### **Naloge mentorja planinske skupine (Peršolja, 2001 a):**

- organiziranje in vzpodbujanje celoletne gorniške dejavnosti za posamezne starostne skupine v planinskem društvu,
- **skrb za gorniško dejavnost v vrtcih, šolah in drugih zavodih s področja vzgoje in izobraževanja v sodelovanju z vodstvi zavodov,**
- pripravljanje, izvajanje in vrednotenje programa planinske skupine ter posamezne oblike gorniške dejavnosti,
- formalno ali neformalno prenašanje poklicnih pedagoških znanj na prostovoljne strokovne delavce v športu s področja gorništvu,
- skrb za stalno lastno dodatno usposabljanje, ki vključuje tudi samoizobraževanje.

### **Naloge vodnika Planinske zveze Slovenije (Peršolja in Rotovnik, 2006):**

- kakovostno vodenje skupinskih izletov, pohodov, tur, turnih smukov, lažjih plezalnih vzponov in taborov,
- organiziranje in vzpodbujanje celoletne planinske športnorekreativne dejavnosti za posamezne starostne skupine članstva,
- izvajanje planinskega usposabljanja po programu Planinske šole ter pomoč mentorjem planinskih skupin pri izvedbi starostno prilagojenega planinskega programa,
- **pomoč vrtcem in šolam pri izvedbi njihovega programa z gorniški vsebinami,**
- skrb za lastno stalno dodatno in licenčno usposabljanje, mentorstvo vodniškim novincem v okviru pripravništva,
- uveljavljanje določil Častnega kodeksa slovenskih planincev v praksi z lastnim zgledom in dejanji in
- utrjevanje stanovske pripadnosti prostovoljnemu vodništvu.

Planinska zveza Slovenije omogoča svojim usposobljenim strokovnim delavcem brezplačno zavarovanje za primer civilnopravne odškodninske odgovornosti, s čimer se je izboljšala tudi njihova pravna varnost. To ugodnost zagotavlja tudi vsem poklicnim pedagogom, ki se udeležujejo usposabljanj Planinske zveze Slovenije za doseg strokovne usposobljenosti s področja gorništvu.



Na drugi strani pa Planinska zveza Slovenije pričakuje, da bo v vrtcih in šolah odprt prostor za izvajanje prostočasnih dejavnosti, vendar se zdi, da se ta prostor vedno bolj oži. Mladinski odseki tako poročajo o številnih težavah pri umeščanju planinskih krožkov v urnik (na voljo so samo zgodnje jutranje ali poznopopoldanske ure) in pri vključevanju zunanjih sodelavcev, saj dajejo šole prednost reševanju polne zaposlenosti svojih učiteljev.

## PROBLEMATIKA IZPELJAVE KAKOVOSTNE GORNIŠKE DEJAVNOSTI V ŠOLAH

### Normativi za vodenje

Sprehodi, izleti, pohodi, ture in turni smuki so nedvomno najpomembnejši, najlepši ter najbolj motivacijski del gorništv. Med drugim vključujejo izkušnjo reševanja problemov, izkušnjo napora, izkušnjo spoznavanja (dovoljenih) meja, izkušnjo odrekanja in ponosa ter izkušnjo sožitja (Peršolja, 2004b), zato pravimo, da so izleti kar oblika in metoda pedagoškega in andragoškega procesa (Peršolja in Rotovnik, 2006, str. 27). Z vidika gorniškega usposabljanja gre za načrtovano sklenjeno učno enoto gibanja, spoznavanja oblik, procesov in pojavov v naravi ter povezovanja različnega znanja z drugih predmetnih področij v nedeljivo – in kar je najpomembneje – novo in z lastnim trudom ustvarjeno celoto (Peršolja, 2005b).

Ker so sprehodi, izleti in pohodi sestavni del rednega programa vrtcev in šol, država vsem strokovnim delavcem na področju izobraževanja (torej ne samo učiteljem športne vzgoje) priznava pravico vodenja, ki obsega tudi vodenje v gore. Tako izlete v gore vodijo neusposobljeni učitelji, saj temu ne posvečamo dovolj pozornosti. Krpač in Samida (2004) ugotavljata, da kar petina vprašanih učiteljev meni, da za vodenje niso usposobljeni, nekaj manj kot polovica pa, da so samo deloma usposobljeni. Avtorja navajata zaskrbljujoč podatek, da učitelj športne vzgoje, ki je strokovno najbolj usposobljen za vodenje gorniškega usposabljanja, kot mentor planinskega krožka deluje v izbranem vzorcu le v enem primeru. Tako šole za izvedbo gorniških vsebin ob lastnih kadrovskih možnostih potrebujejo tudi pomoč zunanjih sodelavcev – usposobljenih strokovnih delavcev v športu s področja gorništv. Šola s 700 učenci potrebuje za uspešno in varno izveden izlet ali pohod v gore okrog 50 usposobljenih učiteljev ali vodnikov Planinske zveze Slovenije.

Vrzel usposabljanja učiteljev je od leta 1996 do leta 2004 zelo uspešno zapolnjeval seminar za mentorje planinskih skupin »Srečno v gore« v okviru Zavoda Republike Slovenije za šolstvo. Izpeljanih je bilo 19 seminarjev s 543 udeleženci. Zaradi nerazumnega uničevalnega odnosa novega vodstva Planinske zveze Slovenije seminarja od leta 2004 ni več. Še vedno pa so na voljo seminarji za mentorje planinskih skupin in vodnike Planinske zveze Slovenije, kjer pa je udeležba učiteljev zelo slaba.

Za kakovostno izvedbo gorniške dejavnosti imamo pri načrtovanju števila vodnikov na voljo več – v statusnem, vsebinskem in pravnem pogledu – različnih izhodišč:

- šolske normative iz Odredbe o normativih in standardih v osnovni šoli, ki jih na izvedbeni ravni dopolnjuje stališče Katedre za gornišstvo, športno plezanje in aktivnosti v naravi Fakultete za šport Univerze v Ljubljani (Kristan, 1993, str. 79),
- priporočila iz Učnega načrta za športno vzgojo in
- normative Planinske zveze Slovenije.



**Zadovoljstvo je rezultat osebne varnosti** (avtor: Borut Peršolja).

### Normativi Planinske zveze Slovenije

Izhodišča za pripravo normativov za vodenje v planinskih organizacijah izhajajo iz:

- odnosa med vodnikom Planinske zveze Slovenije in vodenim(i), ki je odvisen od predhodnega sodelovanja, izkušenosti vodnika in vodenega ter obojestranskih pričakovanj,
- prostovoljnosti delovanja vodnika Planinske zveze Slovenije,
- težavnosti izleta/pohoda/ture (glede napora pri vzponu in spustu, dolžine in zahtevnosti planinske poti),
- potrebnega tehničnega znanja vodnika Planinske zveze Slovenije,
- prevladujočega in najtežjega načina gibanja (hoja, plezanje, turna smuka),
- sezone (letnega časa) obiskovanja gora,
- pokrajinskih sestavin (površje, ki ga lahko opišemo z nadmorsko višino, naklonom in ekspozicijo ter z njimi tesno povezane podnebne, vodne, prstne in rastne značilnosti gorske pokrajine),
- poučnih vsebin ture,
- znanja, opreme in predhodnih izkušenj vodenih in
- možnosti za ukrepanje v primeru nesreče v gorah (odzivni čas reševalcev in možnosti za samopomoč prisotnih vodnikov).

Ob doslednem upoštevanju teh izhodišč je Planinska zveza Slovenije oblikovala štiri preglednice o številu vodenih po njihovih značilnostih za posamezno kategorijo vodnikov Planinske zveze Slovenije (Bobovnik, 2006, str. 266).

**Preglednica 1: Število vodenih na enega vodnika Planinske zveze Slovenije, če je ta sam\*.**

|   | <b>Kvalifikacija (značilnosti) vodenih</b>    | <b>A</b> | <b>B</b> | <b>C</b> | <b>D</b> | <b>E</b> | <b>F</b> | <b>G</b> | <b>H</b> | <b>I</b> | <b>K</b> |
|---|-----------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 1 | Brez izkušenj, čisti začetniki                | 3        | 2        | 1        | 2        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        |
| 2 | Nekaj izkušenj (do 10-krat letno ZZ poti)     | 5        | 2        | 2        | 4        | 2        | 1        | 2        | 2        | 2        | 1        |
| 3 | Zelo izkušeni (več kot 10-krat letno ZZ poti) | 7        | 3        | 3        | 5        | 3        | 1        | 4        | 3        | 2        | 1        |

**Preglednica 2: Število vodenih na enega vodnika Planinske zveze Slovenije, če sta vsaj dva vodnika\*.**

|   | <b>Kvalifikacija (značilnosti) vodenih</b>    | <b>A</b> | <b>B</b> | <b>C</b> | <b>D</b> | <b>E</b> | <b>F</b> | <b>G</b> | <b>H</b> | <b>I</b> | <b>K</b> |
|---|-----------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 1 | Brez izkušenj, čisti začetniki                | 6        | 2        | 1        | 3        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        | 1        |
| 2 | Nekaj izkušenj (do 10-krat letno ZZ poti)     | 8        | 5        | 3        | 5        | 2        | 1        | 3        | 2        | 2        | 1        |
| 3 | Zelo izkušeni (več kot 10-krat letno ZZ poti) | 10       | 8        | 4        | 8        | 4        | 1        | 5        | 4        | 2        | 1        |

**Preglednica 3: Število znanih vodenih na enega vodnika Planinske zveze Slovenije, če je ta sam\*.**

| <b>A</b> | <b>B*</b> | <b>B+</b> | <b>C</b> | <b>D</b> | <b>E</b> | <b>F</b> | <b>G</b> | <b>H</b> | <b>I</b> | <b>K</b> |
|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 7        | 4         | 3         | 3        | 5        | 3        | 1        | 4        | 3        | 2        | 1        |

**Preglednica 4: Število znanih vodenih na enega vodnika Planinske zveze Slovenije, če sta vsaj dva vodnika\*.**

| <b>A</b> | <b>B*</b> | <b>B+</b> | <b>C</b> | <b>D</b> | <b>E</b> | <b>F</b> | <b>G</b> | <b>H</b> | <b>I</b> | <b>K</b> |
|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 14       | 8         | 4         | 4        | 8        | 4        | 1        | 5        | 4        | 2        | 1        |

\* Opombe k preglednicam 1 do 4:

A, B, C, D, E, F, G, H, I in K so kategorije vodenja, ki so določene in opisane v 13. členu Pravilnika vodnikov PZS.

B\* = zahtevne kopne poti,

B+ = zelo zahtevne kopne poti,

ZZ poti = zelo zahtevne poti.



V preglednicah napisano število pomeni največje priporočeno število vodenih. Vodnik se lahko glede na trajanje ture, usposobljenost vodenih in druge razmere z organizatorjem ali vodenimi po svoji presoji dogovori tudi za večje število vodenih, če to ne vpliva na varnost vodenja. Pri vodenju šolskih otrok je obvezno, da je v skupini poleg učitelja vsaj še en odrasel spremljevalec (vodnik Planinske zveze Slovenije). Program, ki ga vodnik Planinske zveze Slovenije izvaja v okviru vrtca ali šole (planinsko društvo pri tem ni (so)organizator), izvaja skladno z njihovimi programskimi načeli in s pravilnikom pristojnega ministrstva.

### **Normativi Združenja gorskih vodnikov Slovenije**

Kot zanimivost pogledimo, kako je področje števila vodenih urejeno v poklicnem gorskem vodništvu. Zakon o gorskih vodnikih (1999) v 18. členu, ki govori o dolžnostih in pravicah gorskih vodnikov, pravi: «Gorski vodniki in pripravniki za gorske vodnike so pri opravljanju svojega poklica dolžni:

- a) odločati, kdaj je potrebna uporaba vrvi in drugih pripomočkov za varovanje,
- b) voditi naenkrat toliko vodenih, da je zagotovljena njihova varnost, pri čemer morajo upoštevati trajanje, težavnost in vrsto nameravane ture, vremenske razmere, letni čas in sposobnosti vodenih.»

Pravilnik o vodniških tarifah (2003) pa v 6. členu določa: »Vodnik se lahko po svoji presoji, glede na trajanje ture in usposobljenost vodenih ter druge razmere, odloči tudi za večje število vodenih, če to ne vpliva na varnost vodenja.«

### **Normativi v prilogi učnega načrta za Športno vzgojo**

Izvedbeni standardi in normativi v prilogi učnega načrta Športna vzgoja so za področje gornišstva naslednji (Kovač in Novak, 1998):

- »Pri plavanju, smučanju, pohodništvu in kolesarstvu veljajo zaradi varnosti posebna določila glede velikosti skupin. Normativ za spremstvo učencev v šoli v naravi je petnajst učencev.
- Na planinskem pohodu veljajo naslednji normativi:
  - na izletu po nezahtevnem svetu morata spremljati učence vsaj dva spremljevalca;
  - na izletu v sredogorje je na enega spremljevalca poleti lahko do petnajst udeležencev, pozimi pa do deset;
  - v visokogorju spremljevalec poleti ne sme imeti v skupini več kot dvanajst učencev, pozimi pa šest.

### **Normativi v Pravilniku o normativih in standardih za izvajanje programa osnovne šole**

Minister za šolstvo in šport je 18. 4. 2007 izdal Pravilnik o normativih in standardih za izvajanje programa osnovne šole (Uradni list RS, 57/2007). V njem normativov za izvajanje gorniške dejavnosti ni (v 38. členu so posebej opredeljeni normativi za plavanje, smučanje in kolesarski izpit), zato navajamo samo splošne normative, ki so vodilo za izvedbo:

- 36. člen (spremstvo): »Normativ za spremstvo učencev na ekskurzijah, dnevih dejavnosti in drugih organiziranih oblikah vzgojno-izobraževalnega dela, ki se izvajajo

izven šolskega prostora, je 15 učencev.«

- 37. člen (šola v naravi): "Šola mora za izvedbo šole v naravi zagotoviti enega strokovnega delavca na 15 učencev. Za izvajanje posameznih dejavnosti v okviru šole v naravi se uporabljajo merila za oblikovanje oddelkov in učnih skupin v skladu s tem pravilnikom."

Medtem ko vodnik Planinske zveze Slovenije svoje vodene vodi, pa država namesto izraza vodnik uporablja neustrezni izraz spremljevalec.



**Pri katerem izviru naj pijemo gorniško znanje?** (avtor: Borut Peršolja)

### **Pomisliki ob veljavnih normativih**

V kratki javni razpravi o predlogu Pravilnika o normativih in standardih za izvajanje programa osnovne šole sta svoje stališče predstavili Katedra za šolsko športno vzgojo Fakultete za šport Univerze v Ljubljani (stališče je sprejela 15. 5. 2007) in Katedra za šport in didaktiko športne vzgoje Pedagoške fakultete Univerze v Ljubljani (stališče je sprejela 18. 5. 2007). Obe sta sprejeli naslednje strokovno mnenje, ki pa v besedilu pravilnika ni bilo upoštevano:

- Skupino otrok morata zaradi varnosti vedno, ne glede na njihovo število, spremljati vsaj dva spremljevalca.
- Na pohodu v nižjem svetu in v sredogorju je na enega spremljevalca poleti lahko do 15 učencev (če je učencev 15 ali več, naj bosta prisotna dva spremljevalca), pozimi pa do deset.
- V visokogorju spremljevalec poleti ne sme imeti v skupini več kot 12 učencev, pozimi pa največ 6 učencev.

## Izbor cilja ali nepoznavanje gorske pokrajine

Kakovostno vodenje obsega varno izvajanje različnih oblik gorniške dejavnosti v naravi, ki ustrezajo usposobljenosti posameznega učitelja ali vodnika Planinske zveze Slovenije in so prilagojene znanju, izkušnjam, telesni pripravljenosti, vzdržljivosti in opremi udeležencev. Ustrezna predhodna izbira cilja in planinske poti odločilno pripomore k varno izpeljani turi. Pri načrtovanju upoštevamo tudi zmogljivost gorskega območja, pri kateri se naravno ravnovesje zaradi dejavnosti človeka še ne poruši. Vse te dejavnosti mora šola ali planinsko društvo uvrstiti v svoj celoletni načrt dela.

Pinter (1998) navaja, da je pomembno, da ne precenjujemo svojih sposobnosti, zato za gorništvu še posebej velja načelo postopnosti: najprej opravimo nekaj lažjih izletov, kasneje se lotimo zahtevnejših tur. Iz povedanega sledi, da je treba športni dan izpeljati tako, da ponudimo prilagojene in različne cilje za različno sposobne in izkušene učence. Ob tem upoštevajmo navodilo Pinterja, ki pravi, da »je pomembno, da so dejavnosti v naravi dobro pripravljene. Otroci so navdušeni, če jim pripravimo raziskovalni izlet. Na vsakem koraku se namreč skriva kaj zanimivega, le oči moramo imeti odprte in čas nas ne sme priganjati«.

Gibanje v naravi popestrimo z različnimi dejavnostmi (pravljice, pogovori, spomini, načrti, humor, opazovanje narave in ljudi, različne igre). Pri izbiri cilja se prilagajamo namenu in ciljem izleta. V vrtcih in šolah naj prevladujejo poučni in rekreativni izleti (Stritar, 1998, str. 15).

Gorništvu brez gorske pokrajine, ki ji dajejo pečat razčlenjenost površja, posebne podnebne, vodne in talne razmere, prilagojeno rastje ter živalstvo in značilne oblike poselitve in rabe tal, preprosto ni. Znanje o gorski pokrajini pomembno dopolnjujeta gibalni in športni vidik gorništvu, včasih pa ga celo pogojujeta in omogočata. Brez poznavanja gora ni varne vrnitve v dolino, brez poznavanja sestavin gorske pokrajine, njihovih oblik, procesov in pojavov pa je gorniško doživetje le deloma izpolnjeno (Miklavc, Peršolja in Zorn, 2006).



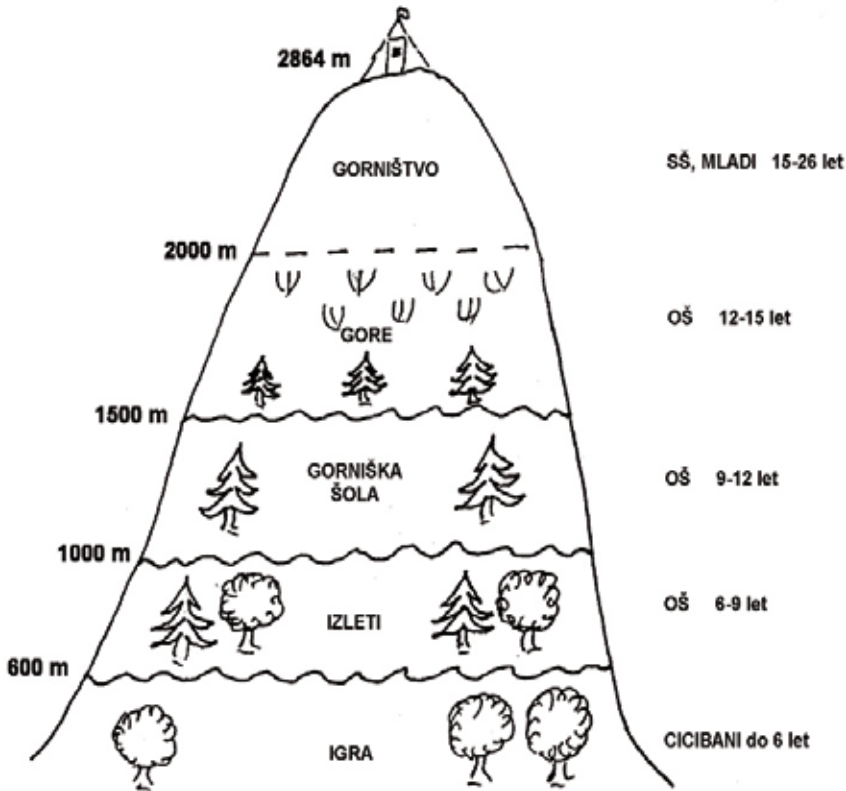
**Malica in počitek sta najlepši del izleta (avtor: Borut Peršolja)**

Gore ostajajo slabo razumljive in prepoznavne, »čeprav jih človeku natančno opiše in razloži že srednja šola« (Horvat, 2006, str. 107). Enako bi lahko rekli tudi za »zglede vzorne organizirane gorniške vzgoje na šolah« (Kristan 1993, str. 69), saj izvedba športnih dni z gorniško vsebino kaže izjemno velik razkorak med teorijo in prakso.

Ob iskanju cilja za gorniški športni dan največkrat ostajamo na vsakoletnih in ponavljajočih se ciljih, vse prepogosto pa pozabljamo na postopnost oz. stopnjevanje zahtevnosti in dolžine izletov. Tovrstne težave lahko odpravimo samo z izdelavo večletnega programa izletov po načelu postopnosti, ki upošteva starost, znanje in sposobnosti otrok posameznega razreda. »Izleti morajo biti fiziološko učinkoviti, poučni, prijetni in zabavni« (Kristan, 1993, str. 69). Tako se lahko izognemo nekaterim »začetniškim« napakam, kot je na primer izpeljava ture takoj na začetku šolskega leta, ko so v nasprotju s pričakovanji otroci zelo slabo kondicijsko pripravljeni.

**Preglednica 6: Primeri ustrezno izbranih ciljev (dopolnjeno po Peršolja, M., 2005).**

| Starostna stopnja | Primeri: izlet, pohod, tura                                                                                           | Poučnost, prijetnost                                                                                                                                                                                                                                                                             | Višinska razlika | Čas hoje   |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------|
| 1. do 3. razred   | Mark, Biljenski griči, Sveti Vid, Šumberk, Cicelj, Rudnica, Voje                                                      | spoznavanje okolice domačega kraja, razgled nad domačim krajem, posebnosti in znamenitosti okolice; družabne igre                                                                                                                                                                                | 150 m            | 1 do 2 uri |
| 4. do 6. razred   | Trstelj, Fajti hrib, Škabrijel, Skalnica ali Sveta gora, Sabotin, Korada, Krim, Čaven, Pohorje                        | spoznavanje bližnje pokrajine, hribovja; vključimo vsebine naravoslovja, zgodovine                                                                                                                                                                                                               | 600 do 800 m     | 3 do 5 ur  |
| 7. do 9. razred   | Matajur, Ratitovec, Kobariški Stol, Komna in Krnska jezera, Bogatin, Kamniško sedlo, Vršič, Velika planina, Uskovnica | spoznavanje alpskega sveta, sredogorja in visokogorja; vsebine so bolj specifične, učenci se opredelijo za vsebine glede na zainteresiranost (geografske, naravoslovne, zgodovinske, planinske); cilj ali pot do cilja prilagodimo sposobnostim skupine                                          | 1000 do 1200 m   | 6 do 8 ur  |
| srednja šola      | Vršič, Sleme, Golica, Kamniško ali Kokrško sedlo, Češka koča, Velika planina, Veliki Zvoh                             | spoznavanje alpskega sveta, sredogorja in visokogorja; vsebine so bolj specifične, dijaki se opredelijo za vsebine glede na zainteresiranost (geografske, naravoslovne, zgodovinske, planinske); med pohodom naredimo kakšen eksperiment; cilj ali pot do cilja prilagodimo sposobnostim skupine | več kot 1200 m   | 6 do 8 ur  |



**Postopnost in prilagojenost gorniških ciljev lepo ponazarja shema Starostno prilagojenega programa planinskih skupin (Peršolja, 2001b, str. 40).**

## Izzivi »nesončnega« vremena

Dejavnosti v naravi načrtujemo čez celo leto in tako skrbimo za stalno in redno športno aktivnost. V naravi ni nič stalnega razen spreminjanja. Z izletmi na najboljši možni način spoznavamo in raziskujemo te spremembe, ki nas vračajo v objem po krivici odtujene narave.

V šoli naj nas ne zadrži niti vreme, ki ni sončno. Oblačnost, vetrovnost, dež in sneg so sestavni deli slovenskega podnebja, ki nam omogočajo kakovostno gospodarjenje z naravnimi viri in udobno bivanje. Za razliko od številnih delov sveta, kjer padavin ni ali pa jih je zelo malo, imamo v Sloveniji 90 do 130 padavinskih dni na leto. Sprejetje »nesončnega« vremena kot nekaj vsakdanjega in neobremenilnega je pomembno v vsakdanjem življenju. Še zlasti pa je predhodna dobra izkušnja ali navajenost drugačnega vremena pomembna, ko načrtujemo večdnevno bivanje v naravi (Peršolja, 2007).



Zato se čim bolj pogosto odpravimo v naravo, pa čeprav z dežnikom v roki. Kadar nas planinska pot vodi po širokem gozdnem kolovozu in lahko dežnik uporabljamo brez težav, naj bo naš vmesni cilj (končni cilj je vedno varna vrnitev domov!) toplo zakurjena planinska koča; bližnji vrh pa pustimo za drugič. Če sta izbrani izlet ali pot za dane razmere prezahtevna, ostanimo v dolini in si oglejmo izvir reke, osamljeni balvan ali kakšno suho znamenitost – kraško jamo, muzej ali knjižnico ... Lahko pa se odpravimo samo na krajši sprehod v okolico domačega kraja.

Pomembno je, da smo na dejavnosti v mrzli, vetrovni ali mokri naravi dobro pripravljeni – z vidika znanja, izkušenj, telesne pripravljenosti, vzdržljivosti, opreme in izbire cilja. Cilj v celoti prilagodimo trenutnim temperaturnim in padavinskim razmeram, izbiro poti in cilja pa določa varnost. Zapomnimo si, da je dežnik učinkovit pripomoček za zaščito pred dežjem, hkrati pa tudi jasen in nedvoumen mejnik zahtevnosti oz. varnosti. Dokler ga lahko uporabljamo, je gibanje varno. Če pa roke potrebujemo za oprijemanje ali pa nam veter dežnik puli iz rok, je to znak, da se moramo obrniti.

Tik pred odhodom od doma preverimo najnovejšo kratkoročno vremensko napoved, vsekakor pa si ne privoščimo podcenjevanja trenutnih razmer v naravi. Med gibanjem v naravi stalno spremljajmo razvoj vremena in mu prilagodimo njen potek. Nenadne spremembe vremena so redkejše, kot bi lahko sklepali iz medijskih poročil o gorskih nesrečah. Če smo nanje pripravljeni, je lahko izlet še dodatno obogaten z zanimivim doživetjem. Kadar pa se razvijejo nevihtni oblaki, se moramo nemudoma umakniti z grebenov in drugih izpostavljenih mest, saj vanje pogosto udarijo strele.

Če bomo naravo doživljali v vsakem vremenu, bomo ugotovili, da slabega vremena v naravi ni. Slabo vreme smo si izmislili zaradi udobja, pomanjkljivega lastnega znanja, izkušenj in neustrezne opreme. Deževni dnevi nas na telesni in čustveni ravni vodijo v sozvočje z naravo, saj ustvarjajo tiho, zamišljeno razpoloženje. Omogočajo nam, da začutimo pogosto spregledane lastnosti narave in da ob tem spoznavamo, kako na-

rava živi brez vpliva človeka. Deževni dnevi so lahko prav tako zabavni kot suhi, saj že čofotanje po lužah prinaša obilo zadovoljstva. Thoreau (Cornell, 1994, str. 7) zato prepričljivo pravi, da »ni pol toliko pomembno vedeti, kot čutiti«. Ob opazovanju vremena ter doživljanju narave bomo lažje postali ljudje z optimizmom in vedrim izrazom na licih.



**Strah, pogum ali ustrezno ukrepanje?** (avtor: Borut Peršolja)



## CELOLETNI PROGRAM GORNİŠKIH ŠPORTNIH DNI PRIMER DOBRE PRAKSE

V nadaljevanju predstavljamo Program celoletne gorniške dejavnosti v okviru rednega pouka, ki so ga za domžalske osnovne šole pripravili v Planinskem društvu Domžale (<http://www.pdd.si/upload/mo/2006%20PROGRAM%20GORNISKE%20DEJAVNOSTI%20NA%20SOLI.pdf>). Snovalci lastnega programa naj ga prilagodijo svoji pokrajini in lastnim možnostim.

### Namen izdelave večletnega programa gorniške dejavnosti

Tak program omogoča:

- postopno in dopolnjevano pridobivanje gorniškega znanja, veščin in izkušenj za osnovnošolce,
- usklajenost gorniških vsebin z vsebinami rednega pouka (športna vzgoja, geografija, zgodovina, biologija, slovenski jezik, likovna vzgoja ...),
- vključevanje sistema gorniške dejavnosti v druge vzgojno-izobraževalne oblike z gorniško vsebino (šole v naravi, naravoslovni ali kulturni dnevi, projektni tedni) in
- neformalno gorniško usposabljanje učiteljev.

### Gorniške vsebine v programu športnih dni

Program športnih dni z gorniško vsebino naj v devetih letih učenčevega šolanja vključuje:

- gibanje po različno zahtevnem svetu v vseh letnih časih,
- raziskovanje in
- doživljanje narave.

Te tri vsebine so enakovredno zastopane in se med seboj prepletajo ter dopolnjujejo, posebno skrb pa namenjamo varnosti v gorah in odnosu do gora.

Cilji gorniške vzgoje in izobraževanja v okviru športnih dni se nanašajo na ukrepe za varnejše in naravi prijazno obiskovanje gora, na usposobitev za samostojno načrtovanje in izvajanje gornišstva v kasnejših starostnih obdobjih in na oblikovanje pristnega, spoštljivega ter kulturnega odnosa do narave in njenih obiskovalcev.

Vse vsebine, ki so jih učenci spoznali v predhodnih razredih, se kasneje ponovijo, dopolnijo in nadgradijo.



*Izlet začnemo in končamo v dolini oz. doma (avtor: Borut Peršolja)*

---

### Izvedba programa

Program je zasnovan tako, da se vanj vključujejo učenci, njihovi starši, učitelji ter vodniki Planinske zveze Slovenije. Vsi skupaj sodelujejo pri pripravi, izvedbi in analizi gorniške dejavnosti.

Šola in Planinsko društvo Domžale se predhodno medsebojno dogovorita o načinu sodelovanja ter o delitvi nalog pri pripravi, izvedbi in analizi.

---

### Opis programa

Program izletov je oblikovan na podlagi dolgoletnih izkušenj Planinskega društva Domžale pri pripravi in izvedbi izletov ter tur za osnovnošolce.

V prvi vrsti upošteva notranje razlikovanje v program vključenih otrok kot posledico psihofizičnih razlik, različnih izkušenj z gorami ter različne motiviranosti za gorniško dejavnost. Zato so za vsak razred praviloma predvidene tri različno zahtevne različice izleta, pohoda ali ture. Stopnja zahtevnosti je presek dolžine izleta, relativne nadmorske višine ter značaja poti. Menimo, da ni treba, da vsakdo za vsako ceno polno sodeluje v najzahtevnejših oblikah, pač pa naj bo gorniška dejavnost predvsem izraz notranje volje posameznika po sproščenem doživetju v naravi. Program je zasnovan tudi tako, da lahko otrok, ki se bo odločil za zahtevnejšo ali težjo različico, v višjih razredih napreduje tako glede na zahtevnost gorniškega cilja kot tudi glede na pridobljene izkušnje, veščine in znanje.

Čeprav gre večje število otrok na isti cilj, pa skupine razdelimo na več podskupin, ki se gibljejo samostojno. Takšna diferenciacija omogoča kakovostnejše in varnejše vodnje udeležencev. Del osebne in skupne tehnične opreme zagotavlja Planinsko društvo Domžale.

Glede na geografske vsebine in z vidika sporočilnosti oziroma vsebine vsakega izleta je program zasnovan tako, da poskuša predstaviti različna območja alpskega sveta v Sloveniji ter ob tem seznaniti učence s pokrajinsko pestrostjo in življenjem pod gorami in v gorah. Ob upoštevanju načela racionalnosti je program zasnovan tako, da so kljub različnim potem in vmesnim ciljem uporabna skupna izhodišča in vhodišča, kar omogoča skupno obliko javnega ali posebnega prevoza.



***Neformalno učenje na vsakem koraku*** (avtor: Borut Peršolja)

## Pogoji za izvedbo programa

- Ustrezno število vodnikov Planinske zveze Slovenije in učiteljev.
- Organizacijska in vsebinska priprava otrok, staršev, učiteljev in vodnikov Planinske zveze Slovenije.
- Sodelovanje učiteljev drugih predmetov pri pripravi vsebine izleta/pohoda/ture.
- Osebna, skupna in tehnična oprema učencev in učiteljev.
- Torbica prve pomoči z ustrezno vsebino.
- Zemljevid posameznega območja v merilu 1 : 25.000.
- Vodnik z opisom posameznega območja.
- Kompasi.

## Koledar izvedbe

|                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| 1. in 2. razred | junij                 |
| 3. in 4. razred | sredina septembra     |
| 5. razred       | maj, junij            |
| 6. in 7. razred | prva polovica oktobra |
| 8. in 9. razred | konec septembra       |

## Program gorniških športnih dni po posameznih razredih

### 1. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                      | zahtevnejša različica | težja različica |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|
| izlet:            | okolica šole (300 m)                                                                                                                                                                 |                       |                 |
| potek izleta:     | šola–Kulturni dom Franca Bernika–Menačnkova hiša–radijski stolp in nazaj                                                                                                             |                       |                 |
| opis izleta*:     | višinska razlika: 15 m, dolžina celotne hoje: 2 uri                                                                                                                                  |                       |                 |
| gorniške vsebine: | Hoja po pločniku in neoznačenem kolovozu, tehnika gibanja (oblikovanje skupine, hoja v koloni), izbira mest za počitke, toplotno uravnavanje, obnašanje v naravi, branje zemljevida. |                       |                 |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti okolice šole; igre.                                                                                                                                          |                       |                 |

\* Višinska razlika je seštevek opravljenega vzpona in spusta.

### 2. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                                        | zahtevnejša različica | težja različica |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|
| izlet:            | Šumberk (358 m)                                                                                                                                                                                                                                                        |                       |                 |
| potek izleta:     | šola–Ljubljanska cesta–Ulica Matije Tomca–Miklošičeva ulica–most čez Kamniško Bistrico–začetek trimske steze–gozdna učna pot in nazaj                                                                                                                                  |                       |                 |
| opis izleta:      | višinska razlika: 120 m, dolžina celotne hoje: 3 ure                                                                                                                                                                                                                   |                       |                 |
| gorniške vsebine: | Hoja po lahkih označenih poteh (oznake na poti), tehnika gibanja (vzpon, sestop, varnostna razdalja), izbira mest za počitke, osebna oprema (obutev, nahrbtnik, čutara, vrečka za smeti), toplotno uravnavanje, hoja v skupini, obnašanje v naravi, branje zemljevida. |                       |                 |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti Kamniško-bistriške ravnine, spoznavanje kraških značilnosti Šumberka, razlaga gozdne učne poti in pomen trimske steze.                                                                                                                         |                       |                 |



**Markacija ali znak za prepovedan promet?**  
(avtor: Jernej Južna)



**Grad Krumperk**  
(avtor: Borut Peršolja)

### 3. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | zahtevnejša različica | težja različica |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|
| izlet:            | Grad Krumperk (350 m)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                       |                 |
| potek izleta:     | šola–Ljubljanska cesta–Ulica Matije Tomca–Domžalska pot spominov: Šumberk–spomenik trem talcem–podhod pod avtocesto–preval na cesti Domžale–Krumperk–grad Krumperk–Gorjuša–Železna jama                                                                                                                                                                              |                       |                 |
| opis izleta:      | višinska razlika: 250 m,<br>dolžina celotne hoje: 3 ure                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                       |                 |
| gorniške vsebine: | Hoja po lahkih označenih poteh (oznake na poti, pomen obhodnice), tehnika gibanja (vzpon, sestop, varnostna razdalja), izbira mest za počitke, osebna oprema (rezervna oblačila, kapa, rokavice, izolacijska podlaga, zavitek prve pomoči), toplotno uravnavanje, spremljanje vremena, hoja v skupini in tovarištvo v naravi, obnašanje v naravi, branje zemljevida. |                       |                 |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti Kamniško-bistriške ravnine, kraškost območja, zgodovina poselitve Domžal, ogled jame in muzejske zbirke.                                                                                                                                                                                                                                     |                       |                 |



#### 4. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | zahtevnejša različica                                                        | težja različica |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| izlet:            | Šmarna gora (669 m)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | grebensko prečenje Šmarne gore (669 m)                                       |                 |
| potek izleta:     | Tacen–pot čez Spodno Kuhinjo–Na sedlu–Šmarna gora in nazaj                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Vikrče–Pogačnikova pot–Grmada–Na sedlu–Šmarna gora–Skaručenska pot v Povodje |                 |
| opis izleta:      | višinska razlika: 740 m, dolžina celotne hoje: 3 ure                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | višinska razlika: 940 m, dolžina celotne hoje: 4 ure                         |                 |
| gorniške vsebine: | <ol style="list-style-type: none"> <li>Hoja po lahkih označenih poteh, tehnika gibanja (hoja v ključih, uporaba palic, varnostna razdalja), planinske poti (razvrščanje po zahtevnosti, način vzdrževanja, problem erozije na poteh), izbira mest za počitke, pozdravljanje v gorah, oprema (zemljevid, kompas), toplotno uravnavanje, hoja v skupini in tovarištvo v gorah, obnašanje v gorah, branje zemljevida in razgled.</li> <li>Hoja po lahkih označenih poteh in zelo zahtevni poti, tehnika gibanja (vzpon, sestop, varnostna razdalja, uporaba samovalnega sestava (čelada, plezalni pas), plezanje – pravilo treh opornih točk), planinske poti (razvrščanje po zahtevnosti, način vzdrževanja, problem erozije na poteh), izbira mest za počitke, oprema, toplotno uravnavanje, hoja v skupini in tovarištvo v gorah, obnašanje v gorah – posledice množičnosti, branje zemljevida in razgled.</li> </ol> |                                                                              |                 |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti Šmarne gore, naravoslovna učna pot, legenda o Turkih, razgled na Ljubljano in Barje.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                              |                 |



**Nahrbtnik ali naritnik?** (avtorica: Mateja Peršolja)



## 5. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                                                         | zahtevnejša različica                                                                                                                                    | težja različica |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| izlet:            | Slap Orglice (782 m)                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1. Kamniška Bistrica (601 m)<br>2. Konec Kamniške Bistrice (888 m)                                                                                       |                 |
| potek izleta:     | Pred Belo–slap Orglice–Predaselj–Dom v Kamniški Bistrici                                                                                                                                                                                                                                | 1. Koželjeva pot: Stahovica–Dom v Kamniški Bistrici<br>2. Dom v Kamniški Bistrici–Galerije–Lepi kamen–Žagana peč–Spominski park– Dom v Kamniški Bistrici |                 |
| opis izleta:      | višinska razlika: 450 m,<br>dolžina celotne hoje: 3 ure                                                                                                                                                                                                                                 | 1. višinska razlika: 150 m,<br>dolžina celotne hoje: 3 ure<br>2. višinska razlika: 600 m,<br>dolžina celotne hoje: 3 ure                                 |                 |
| gorniške vsebine: | Hoja po lahkih označenih poteh (oznake na poti), tehnika gibanja (vzpon, sestop, varnostna razdalja, uporaba palic), izbira mest za počitke, oprema, toplotno uravnavanje, hoja v skupini in tovarstvo v gorah, obnašanje v gorah, branje zemljevida, pomen priprave in analize izleta. |                                                                                                                                                          |                 |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti doline Kamniške Bistrice (ledeniška pokrajina), gorniška zgodovina odkrivanja doline in Grintovcev, rokovnjači.                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                          |                 |



**Ledeniški balvan Žagana peč v Kamniški Bistrici (avtor: Borut Peršolja)**

6. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | zahtevnejša različica                                                                    | težja različica                                                      |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| tura:             | Velika planina (1550 m)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Velika planina (1550 m)                                                                  | Velika planina (1550 m)                                              |
| potek ture:       | Planina Kisovec–Domžalski dom na Mali planini–Velika planina in nazaj                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kranjski Rak–Gojška planina–Domžalski dom na Mali planini–Velika planina–planina Kisovec | Stahovica–sveti Primož–Domžalski dom na Mali planini–planina Kisovec |
| opis ture:        | višinska razlika: 500 m, dolžina celotne hoje: 3 ure                                                                                                                                                                                                                                                                                            | višinska razlika: 1100 m, dolžina celotne hoje: 4 ure                                    | višinska razlika: 1400 m, dolžina celotne hoje: 5 ur                 |
| <b>ALI</b>        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                          |                                                                      |
| potek ture:       | Po dnu Logarske doline: izvir Črne–slap Palenk–Dom planincev–slap Rinka                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dom planincev–Koča na Klemenči jami in nazaj, slap Rinka                                 | Dom planincev–Zabrožnica–Frischaufov dom na Okrešlju–slap Rinka      |
| opis ture:        | višinska razlika: 600 m, dolžina celotne hoje: 4 ure                                                                                                                                                                                                                                                                                            | višinska razlika: 900 m, dolžina celotne hoje: 3 ure                                     | višinska razlika: 1200 m, dolžina celotne hoje: 5,5 ur               |
| gorniške vsebine: | Daljša in zmogljivostno napornejša hoja po lahkih označenih poteh, orientacija (delo z vodnikom, zemljevidom in kompasom), gorska reševalna služba (ukrepi ob nesreči), priprava na izlet (branje opisa v vodniku in primerjanje s stanjem na zemljevidu ter v naravi), planinska koča (vpisovanje v vpisne knjige, hišni red, ekologija gora). |                                                                                          |                                                                      |
| druge vsebine:    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Geografske značilnosti pokrajine (kraški svet, gozdna meja), pastirsko izročilo.</li> <li>2. Geografske značilnosti pokrajine (kraški izviri, krnice, gozdna meja), zavarovana območja.</li> </ol>                                                                                                    |                                                                                          |                                                                      |

**Zanimiva razlaga ostane v spominu**  
(avtor: Jernej Južna)



## 7. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                                                          | zahtevnejša različica                                | težja različica                                      |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| tura:             | Koča na Prevalu (1311 m)                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dom na Zelenici (1536 m)                             | Roblekov dom (1657 m)                                |
| potek ture:       | Ljubelj–Borovi tuneli–Prevala–Podljubelj                                                                                                                                                                                                                                                 | Ljubelj–Zelenica–Suho ruševje in nazaj               | Ljubelj–Zelenica–Roblekov dom–Draga                  |
| opis ture:        | višinska razlika: 700 m, dolžina celotne hoje: 4 ure                                                                                                                                                                                                                                     | višinska razlika: 1400 m, dolžina celotne hoje: 5 ur | višinska razlika: 1750 m, dolžina celotne hoje: 7 ur |
| gorniške vsebine: | Hoja po lahkih označenih poteh (oznake na poti), tehnika gibanja (vzpon, sestop, hoja po melišču, varnostna razdalja, uporaba palic), izbira mest za počitke, oprema, toplotno uravnavanje, hoja v skupini in tovarištvo v gorah, obnašanje v gorah, branje zemljevida, vreme, prehrana. |                                                      |                                                      |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti Karavank, spoznavanje ledeniške pokrajine, opuščena rudarska območja.                                                                                                                                                                                            |                                                      |                                                      |

## 8. razred

|                   | lažja različica                                                             | zahtevnejša različica                                                                                              | težja različica                                      |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| tura:             |                                                                             | 1. Slemenova špica (1911 m)<br>2. Visoki Mavrinc (1562 m)                                                          | Slemenova špica (1911 m)                             |
| potek ture:       |                                                                             | 1. Vršič–Vratca–Slemenova špica in nazaj<br>2. Ruska kapelica–Visoki Mavrinc in nazaj                              | Dom v Tamarju–Slemenova špica–Vršič                  |
| opis ture:        |                                                                             | 1. višinska razlika: 900 m, dolžina celotne hoje: 4 ure<br>2. višinska razlika: 900 m, dolžina celotne hoje: 4 ure | višinska razlika: 1100 m, dolžina celotne hoje: 6 ur |
| gorniške vsebine: | Hoja po zahtevnejših označenih poteh, spoznavanje gorstev, varnost v gorah. |                                                                                                                    |                                                      |
| druge vsebine:    | Triglavski narodni park.                                                    |                                                                                                                    |                                                      |

## 9. razred

|                   | lažja različica                                                                                                                                                                                                                                   | zahtevnejša različica                                                                             | težja različica                                                                                          |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| tura:             | Planina Na stanu (1500 m)                                                                                                                                                                                                                         | Kamniško sedlo (1876 m)                                                                           | Brana (2253 m)                                                                                           |
| potek ture:       | Dom v Kamniški Bistrici–spodnja postaja žičnice–V klinu–planina Na stanu in nazaj                                                                                                                                                                 | Dom v Kamniški Bistrici –spodnja postaja žičnice–V klinu–planina Na stanu–Kamniško sedlo in nazaj | Dom v Kamniški Bistrici) –spodnja postaja žičnice–V klinu–planina Na stanu–Kamniško sedlo–Brana in nazaj |
| opis ture:        | višinska razlika: 1700 m<br>dolžina celotne hoje: 5 ure                                                                                                                                                                                           | višinska razlika: 2400 m<br>dolžina celotne hoje: 6,5 ur                                          | višinska razlika: 3200 m<br>dolžina celotne hoje: 8 ur                                                   |
| gorniške vsebine: | Celodnevna hoja po lahkih označenih poteh, tehnika gibanja (vzpon, sestop, varnostna razdalja, uporaba palic), izbira mest za počitke, oprema, toplotno uravnavanje, hoja v skupini in tovarništvo v gorah, obnašanje v gorah, branje zemljevida. |                                                                                                   |                                                                                                          |
| druge vsebine:    | Pokrajinske značilnosti Kamniško-Savinjskih Alp, spoznavanje ledeniške pokrajine, arheološka izkopavanja Na stanu, rokovnjači.                                                                                                                    |                                                                                                   |                                                                                                          |



*Plezanje odlično dopolnjuje hojo in je nagrada za vztrajnost (avtor: Borut Peršolja)*

## POMEN KAKOVOSTNE PRIPRAVE

### Primer opisa izleta in navodil, ki ga posredujemo učencem

#### GORNišKI ŠPORTNI DAN – IZLET NA NANOS, 1262 m

##### Sporočilo za učence

##### Geografski opis

Nanos je visoka kraška gozdna planota med Vipavsko dolino, Pivko in Hrušico. Gre za izrazito gorsko pregrado z obilnimi padavinami, ki celinski del Slovenije najbolj izrazito loči od Primorja. Okoli 12 km dolga in do 6 km široka planota je z vseh strani obdana s strmimi, na zahodu celo prepadnimi, od 500 do 700 m visokimi pobočji. S številnimi vrtačami posut vršni del planote je razčlenjen v podolgovate dole in kopaste vzpetine, med katerimi se najvišje vzpeta Suhi vrh (1313 m) v njenem jugovzhodnem delu in Pleša (1262 m) na skrajnem jugu. Na planoti najdemo ledene jame oziroma ledenice, v katerih so nekoč sekali led in ga prodajali v Trst. Najbolj značilen vremenski pojav je burja, sunkovit veter, ki se zaganja po pobočju navzdol proti Vipavski dolini s hitrostjo prek 100 kilometrov na uro. Zaradi burje imajo drevesne krošnje na obrobju planote zastavno obliko. Večino gozda sestavljajo bukovi in jelovo-bukovi gozdovi, po prisojnih pobočjih pa je precej toploljubnih rastlinskih vrst. Na razgledni Pleši stoji televizijski oddajnik, v bližini pa je tudi planinska koča – Vojkova koča.

##### Zbor in vrnitev

Pred šolo se zberemo ob 8. uri, na isto mesto pa se vrnemo ob 15. uri.

##### Izhodišče in potek poti

Označena lahka pot se začne nad vasjo Razdrto tik nad avtocesto na višini 620 m. Začetek poti nas vodi čez golo reber in v gozd do odcepa zahtevnejše in strmejšše poti. Mi nadaljujemo po levi poti, ki je sicer nekaj daljša in jo imenujemo tudi stara pot. Pot se počasi zložno dviga prek jugozahodnih pobočij in poteka v senci borovcev. Mestoma se razgled odpre na Vipavsko dolino. Po slabi uri hoje dosežemo rob gozda oziroma kraj z imenom Počivalnik, kjer že lahko uzremo tudi morje. Pot postane nekoliko strmejšša, saj nas v ključih povede do vršnih travnikov oziroma na rob strme planote. Smo že na višini 1020 m, kjer nas čaka kamnita cerkev svetega Jeronima. Cerkvica je nekdanj kazala pot v varni pristan mornarjem na Jadranu. Pri cerkvici se obrnemo v desno oziroma proti vzhodu in nadaljujemo do kolovoza. Po njem v slabe pol ure pridemo do Vojkove koče, tik pod glavo Pleše. Nazaj se vrnemo po isti poti.

##### Čas hoje

2,5 ure ob vzponu in 1,45 ure ob sestopu.

##### Višinska razlika

Dobrih 600 m vzpona.



## Obvezna oprema

Gojzarji ali visoki čevlji z narebričenim podplatom (lahko tudi bulerji), nahrbtnik (nari-tnike pustite doma!), vetrovka ali bunda, dolge hlače, pulover ali termo jopica, majica s kratkimi rokavi, kapa, rokavice, rezervno spodnje perilo, zaščitna krema, pokrivalo proti soncu in sončna očala, malica in pijača (najbolje v plastenki), kos izolacijske podloge za sedenje na tleh (armafleks), zložljiv dežnik, zavitek prve pomoči in vrečka za smeti. Za popestritev imate lahko s seboj fotoaparatus ali igralo (gumitvist). Mobilne telefone pustite doma ali jih izklopite.

## Planinska koč

Vojkova koč na Nanosu (1240 m), oskrbuje jo Planinsko društvo Postojna (zgrajena leta 1949, v celoti prenovljena 1990).

## Razgled

Najlepši razgled je z vrha Pleše. Na vzhodni strani vidimo Postojnsko kotlino s Postojno in Javornike nad njo, potem pa se zvrstijo gore in vrhovi od Krima do Posavskega hribovja s Kumom, Gorjanci in Kočevskim rogom. Na jugovzhodni strani so obsežni gozdovi s Snežnikom, zadaj pa so Snježnik, Risnjak in drugi vrhovi Gorskega kotarja. Na jugu je pod nami Razdrto, zadaj se dviga Vremščica, levo pa gričevnati Brkini. Desno seže pogled prek Krasa do Tržaškega zaliva. Na zahodni strani je valovita kraška planota Nanosa, levo pod njo pa Vipavska dolina z Ajdovščino in Vipavskim Križem. Še bolj na zahodu se dviga Trnovski gozd s Čavnomo na severni in planoto Tržaško-komenskega krasa s Trsteljem na južni strani doline. Pogled seže do Julijskih Alp s Triglavom, Karavank in Kamniško-Savinjskih Alp.

**Cena športnega dne 6 EUR.**

**Izlet v primeru slabega vremena odpade!**

**Vodja in spremljevalci** (imena vodje, vodnikov in učiteljev)

## Pomni

### V gorah:

- se nadihamo svežega zraka,
- si pridobimo in utrdimo telesno kondicijo,
- opazujemo lepoto narave,
- varujemo naravo in ohranjamo njeno čistočo in
- si lahko pridobimo številne dobre prijatelje.

### Pri hoji:

- upoštevamo navodila vodje izleta,
- v skupini hodimo drug za drugim,
- ko se ogrejemo, si slečemo vrhnje oblačilo,
- se ne oddaljujemo od skupine,
- gledamo pod noge,
- imamo roke vedno proste – nikoli v žepih.

**In srečno pot!**

*Pripravil: Borut Peršolja,  
inštruktor planinske vzgoje,  
Planinsko društvo Domžale*



## Primer opisa izleta in navodil, ki ga posredujemo staršem

### GORNIŠKI ŠPORTNI DAN – IZLET NA NANOS, 1262 m

#### Sporočilo za starše

V rednem programu slovenskih osnovnih šol je tudi izvedba športnih dni z gorniško vsebino. Na ta način utrjujemo tradicijo, ki izhaja iz razgibanosti slovenske pokrajine, in spoznavamo hojo kot eno najpogostejših oblik rekreacije.

**Gorništvo** opredeljujemo kot splet rekreativnih, športnih, kulturnih, gospodarskih in raziskovalnih dejavnosti, povezanih z gorsko naravo. Za organizirano delovanje skrbi Planinska zveza Slovenije (ustanovljena 1893), v katero je včlanjenih 52.000 članov. Gorniška doživetja nas čakajo na vsakem koraku: alpski svet obsega 42 % površine Slovenije (8541 km<sup>2</sup>), na tem območju živi v 2218 naseljih (37 % vseh naselij v Sloveniji) kar 924.174 prebivalcev (47 % vsega prebivalstva Slovenije). Za **hojo** kot osnovni način človekovega gibanja imamo na voljo več kot 7000 km planinskih poti. Hoja je učinkovita, osvežilna in krepilna gibalna dejavnost, s katero se je mogoče ukvarjati vse leto. Je tudi najcenejša športno-rekreativna dejavnost na prostem, je najenostavnejša, ker zanjo (vsaj za osnovne oblike gorniške dejavnosti) ni potrebno kakšno posebno tehnično znanje. Za hojo ne rabimo posebnih športnih objektov, hoditi je mogoče povsod, domala ob vsakem času, hodimo lahko sami, z družino ali z družbo sorodnikov in prijateljev.

Z dobro pripravo, znanjem in izkušnjami bomo učitelji in vodniki Planinske zveze Slovenije poskrbeli, da bo izlet na Nanos varnejši, da bo počutje udeležencev udobnejše in da se bomo domov vrnili zdravi in polni zanimivih doživetij. Čeprav ne boste mogli z nami deliti veselja ob širnem razgledu, pa lahko doma poskrbite zato, da bodo vaši otroci primerno opremljeni, jim pomagajte vzpodbuditi željo po spoznavanju gora in jih pohvalite po opravljenem gorniškem dejanju. Zato vas prosimo, da si vzamete čas in preberete spodnje vrstice.

#### Dragi starši, prosimo vas za pomoč in sodelovanje pri izpeljavi športnega dne!

**Oprema** za v gore naj bo takšna, da nas pri hoji ne ovira in da se v njej dobro počutimo. Primerna mora biti letnemu času, vremenu in zahtevnosti izleta. Vreme se v gorah spreminja hitreje kot v dolini, zrak je hladnejši, na vrhovih pa skoraj vedno piha. Zato dajte otrokom v nahrbtnik debelejši pulover (priporočamo termo jopico iz flisa), ne pozabite na vetrovko, ki bo poleg vetra ščitila tudi pred morebitnim dežjem, med počitkom pa se lahko nanjo tudi usedemo (za sedenje na tleh priporočamo kos lahke odslužene izolacijske podloge – armafleksa). Tudi kapa in rokavice naj bosta naša stalna podnajemnika in spremljevalca v nahrbtniku.

**Čevlji** oziroma gozjarji so najpomembnejši del opreme obiskovalca gora. Za varnejšo in udobnejšo hojo naj bodo dovolj veliki, visoki, segajo naj čez gleženj, podplati naj bodo iz narezane gume, da ne drsijo. Če takšno obutev vaš otrok potrebuje le za športni dan, si ne delajte dodatnih stroškov – zadošča že nekaj iznajdljivosti. Obutvena moda je v marsikateri dom prinesla bulerje, ki v celoti ustrezajo našemu namenu.

Še več: ker so uhojeni, so tudi udobni, zato otrok ne bo imel težav z žulji. Izhod v sili so lahko tudi močnejši zimski čevlji ali športni copati, ki naj segajo čez gležnje. Nikakor pa naj se na izlet ne odpravi v čevljih, ki ga tiščijo, v neuhojenih novih čevljih ali čevljih, ki nimajo dobrega oprijema z nogo. Takšni so na primer škornji, modni čevlji z debelim podplatom, sandali in podobno!

Malico in opremo najlažje nesemo v **nahrbtniku**, ki naj bo dovolj velik, da lahko vanj zložimo vso opremo – tudi tisto, ki jo imamo na sebi in jo bomo ob pregretju slekli. Pri tem pazimo na dolžino naramnic – nahrbtnik je lahko hitro naritnik! V nahrbtnik obvezno sodijo še: rezervno perilo (spodnje perilo, majica s kratkimi rokavi, nogavice), srajca ali puli ter tanjše dolge hlače (»neske«), zaščitna krema, pokrivalo proti soncu, sončna očala in zavitek prve pomoči z obliži. Vse stvari zložimo v vrečko. Nepogrešljivi so tudi papirnati robčki, vrečka za smeti ter svinčnik in papir. Na pot lahko vzamemo tudi kakšno igralo (gumitvist), pesmarico ali fotoaparata.

### Hrana in pijača

Ker je malica najlepši del izleta, se malo pomudimo še pri hrani in pijači. Hrana naj ne bo slana ali presladka. Otroku dajte s seboj tisto, kar tudi sicer rad je. V poštev pridejo sendviči, sir, pašteta ali ribe v konzervi. Pri sladkarijah se ustavite pri čokoladi, polnozrnatih piškotih ali rozinah in suhem sadju. Te sladkarije pomagajo pridobiti nekaj dodatne energije po naporu. Pijača ne sme biti presladka in gazirana, saj "mehurčki" le napihnejo trebuh, žeje pa ne pogasijo. Priporočamo čaj ali vitaminski napitek, ki ju shranimo v prozorni plastenki z navojem. Tako ni potrebno kupiti čutare, omogočen je stalen nadzor količine pijače, pomagamo pa tudi pri varovanju okolja, saj je tetrapake in pločevinke potrebno odvreči v smeti. Otroku dajte s seboj tudi nekaj denarja za tople čaj in razglednico.

### Gibanje v gorah

Za hojo v gore je treba imeti vedenje o gibanju in ravnanju v gorah ter o značilnostih gorskega sveta. Opozorimo otroka, naj se ravna po navodilih vodje, učitelja in vodnika Planinske zveze Slovenije. Oddaljevanje od skupine je prepovedano. Izogibajmo se bližnjic, spoštujemo naravo in se obnašajmo kot njeni varuhi. Poskrbimo, da vse, kar prinesemo s seboj v gore, tudi odnesemo v dolino. Kar bomo zapisali sedaj, bo prišlo prav tudi vam, na vaših izletih: hoja naj bo varna, udobna in ekonomična. Začnimo počasi, da se telo ogreje. V splošnem velja, da vedno stopamo na celo stopalo oziroma peta – prsti. Najprej hodimo z očmi, šele potem z nogami! Posebej bodimo pozorni na dihanje! Hodimo z enakomernim tempom, ki ga poskušamo odkriti in vzdrževati tudi znotraj večje skupine. Osnovni tempo določa najšibkejši član skupine. Na vsako uro hoje si privoščimo petminutni počitek. Daljše počitke izbiramo na krajih, ki so varni in udobni. Postanek v koči izkoristimo za topli obrok, ki nam obnovi moči, in za pogovor z oskrbnikom. V planinskih kočah in na vrhovih se ne pozabimo vpisati v vpisne knjige. Ko smo na vrhu, je pred nami še več kot polovica poti. Cilj naše ture je varna vrnitev domov in ne osvojitve vrha. Vrh gore je samo vmesni in ne končni cilj.

### Pa srečno, pri pripravi in podoživljanju vzpona vašega otroka!

*Pripravil: Borut Peršolja, inštruktor planinske vzgoje, Planinsko društvo Domžale*

## Primer priprave in navodil, ki jih posredujemo učiteljem

### Priprava za učitelje

Športni dan bo predvidoma : \_\_\_\_\_

#### Potek športnega dneva:

Čas odhoda in povratka naj določi šola, vendar pod pogojem, da bo na voljo dovolj časa za izvedbo vseh treh izletov.

#### Predlagamo naslednji urnik:

- 7.00 zbor vodnikov z učitelji
- 7.30 odhod avtobusov
- 8.30–8.45 začetek hoje
- 10.30–11.00 odhod od Domžalskega doma
- 13.30 prihod na Kisovec
- 14.30 povratek v Domžale

Vzpon do Domžalskega doma bo trajal predvidoma uro do uro in pol – vsaka skupina po različni poti. Po počitku bo potekal ogled planine in njenih zanimivosti, kar bo trajalo približno 1 uro 45 minut. Nazadnje nas čaka še sestop na planino Kisovec do avtobusov (45 min).

#### Naloga šole je:

- organizacija avtobusnega posebnega prevoza;
- razdeliti učence šestih razredov na tri skupine po 35–40 učencev, ta razdelitev naj velja tudi na avtobusih, saj bomo imeli različna izhodišča;
- vsako od skupin razdeliti še na podskupine po 10 učencev, ki ji je določen učitelj ali vodnik Planinske zveze Slovenije;
- vsaki od skupin morata biti dodeljena dva spremljevalca (oziroma trije, če bo skupino izjemoma vodil en sam vodnik Planinske zveze Slovenije);
- pred odhodom je nujen sestanek vodnikov z vsemi učitelji, ki bodo sodelovali na športnem dnevu.

#### Naloge vodje skupine – učitelji spremljevalci:

- pomaga vodniku Planinske zveze Slovenije tako, da je z njim v stalnem (vidnem, govornem) stiku;
- vodi svojo skupino otrok (posreduje napotke, opozarja na zanimivosti ob poti, šteje otroke ...);
- vzpodbuja in motivira šibkejše člane skupine.

Naloge učiteljev kot vodij skupin se ne razlikujejo od nalog vodnika Planinske zveze Slovenije, zato preberite tudi ta del!

#### Naloge vodnikov Planinske zveze Slovenije:

1. Vodniki Planinske zveze Slovenije, ki bodo sodelovali pri vodenju izleta/pohoda/ture, morajo to sporočiti vodji na sestanku v torek pred izletom. Udeležba vodni-

- kov na pripravi je obvezna. Če svoje sodelovanje odpovejo v času med pripravo in odhodom, morajo o tem obvestiti vodjo in si sami poiskati primerno zamenjavo.
2. Glavna naloga vodnikov Planinske zveze Slovenije je pomoč pri vodenju celotnega izleta, kar opravljajo z vodenjem manjše skupine udeležencev. Vodniki Planinske zveze Slovenije svojo skupino ves čas izleta spremljajo in opazujejo, na zahtevnejših mestih opozarjajo na pravilno in varno gibanje, sodelujejo pri zavarovanju nevarnejših odsekov poti ter pomagajo posameznim udeležencem pri hoji. Vodniki Planinske zveze Slovenije so odgovorni za oblikovanje svoje skupine in za njeno obnašanje v večji skupini. Vodnik Planinske zveze Slovenije je vzor udeležencem, zato mora biti ustrezno opremljen in telesno pripravljen. Svojo avtoriteto gradi na znanju, zaupanju in medsebojnem spoštovanju in sodelovanju. Pri komuniciranju z udeleženci je vodnik Planinske zveze Slovenije prijazen, vendar odločen, nikakor ne sme biti žaljiv in ne sme posegati v intimo posameznika. Spoštovanje osebnega dostojanstva je temelj vodnikovega obnašanja!
  3. Na zbornem mestu prejmejo vodniki Planinske zveze Slovenije seznam svoje skupine, s katero se seznanijo in ji predstavijo izlet. Vodnik preveri osebno opremo udeležencev in o stanju obvesti vodjo. Članom skupine da vodnik Planinske zveze Slovenije napotke glede obnašanja, hoje, oddaljevanja od skupine, opravljanja telesnih potreb na poti in jih z vedrostjo motivira za dobro razpoloženje na izletu. Vodnik Planinske zveze Slovenije se dogovori o sodelovanju tudi s spremljevalci ter starši. Z udeleženci se dogovori glede odhoda z mesta povratka domov (gredo sami, počakajo starše ...).
  4. Pristop k vodenju skupine je odvisen od samega vodnika Planinske zveze Slovenije. Vendar pa se od vodnika Planinske zveze Slovenije zahteva vsaj minimalna komunikacija z udeleženci ter vodjem ali pomočnikom. Udeležencem na poti posreduje gorniška znanja in izkušnje, še posebej tiste, za katere je bilo predhodno dogovorjeno na pripravi vodstva. Med potjo pri udeležencih odpravlja neznanje glede različnih tehnik gibanja in jih seznanja z vsebinami gorniške šole. Vodniki Planinske zveze Slovenije morajo vodjo ali pomočnika opozarjati na težave udeležencev (zaostajanje, poškodbe, utrujenost ...). Vodniki Planinske zveze Slovenije morajo med izletom upoštevati napotke vodje.
  5. Obvezna oprema vodnikov Planinske zveze Slovenije: osebna in tehnična oprema, zemljevid, baterijska svetilka, zavojček prve pomoči, toaletni papir, svinčnik, vodniška izkaznica, osebna izkaznica, rezervna pijača ter hrana.

## SKLEP

Za hojo v gore potrebujemo védenje o gibanju in ravnanju v gorah ter o značilnostih gorskega sveta. Osnovno znanje, veščine in navade si lahko pridobimo tudi v osnovni šoli, če to hočemo in želimo oz. nam je to sploh omogočeno. Kasneje ali sočasno lahko gorniško znanje nabiramo tudi na organiziranih vodenih turah, s sodelovanjem na gorniških šolah in tečajih, ki jih prirejajo planinska društva, in s samoizobraževanjem (učbeniki, priročniki, revije, svetovni splet). Cilj gorniškega usposabljanja je varna vr-

nitev domov in želja po izvajanju gorništva vse življenje. V prizadevanjih za varnost v gorah se izrazilo kaže medpredmetnost oziroma tesna povezanost različnih vsebin, kar daje gorništvu med številnimi športnimi dejavnostmi posebno mesto.

## LITERATURA

- Berčić, H. (2004). Gibalno/športna dejavnost v otroštvu in mladosti kot dejavnik aktivnega življenjskega sloga odraslih. V R. Pišot (ur.), *Zbornik posveta Otrok v gibanju* (8 str.). Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče.
- Berčić, H. in Sila, B. (2007). Ukvarjanje prebivalstva Slovenije s posameznimi športnimi zvrstmi – 2006. *Šport* 55 (3), 17–26.
- Bobovnik, J. in Koželj Stepic, M. (2006). Načrtovanje, izvedba in analiza akcij. V B. Rotovnik (ur.), *Vodniški učbenik* (str. 261–292). Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Cornell, J. (1994). *Približajmo naravo otrokom*. Celje: Mohorjeva družba.
- Horvat, J. (2006). *Tihožitje z goro*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Kovač, M. in Novak, D. (1998). *Učni načrt. Program osnovnošolskega izobraževanja. Športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport in Zavod RS za šolstvo.
- Kristan, S. (1993). V gore ... – izletništvo, pohodništvo, gorništvo. Radovljica: Didakta.
- Kristan, S. (1996). Cilji šolske športne vzgoje: izletništvo, pohodništvo in gorništvo. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- Krpač, F. in Samida, S. (2004). Uresničevanje planinske vzgoje na razredni stopnji. V R. Pišot (ur.), *Zbornik posveta Otrok v gibanju*. (7 str.). Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče.
- Planinsko društvo Domžale. Program gorniške dejavnosti za šole. Pridobljeno 1. 9. 2008 s: <http://www.pdd.si/upload/mo/2006%20PROGRAM%20GORNISKE%20DEJAVNOSTI%20NA%20SOLI.pdf>
- Miklavc, S., Peršolja, B. in Zorn, M. (2006). Gorska pokrajina. V B. Rotovnik (ur.), *Vodniški učbenik*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Peršolja, B. (2000). Poročilo o izvrševanju sklepov Izredne skupščine Planinske zveze Slovenije z naslovom Vzgoja, izobraževanje in vloga mladih v planinski organizaciji. *Obvestila Planinske zveze Slovenije, posebna številka*, str. 54–86. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Peršolja, B. (2001a). Mentor planinske skupine. V B. Peršolja in B. Rotovnik (ur.), *Mentor planinske skupine* (str. 9–19). Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Peršolja, B. (2001b). Program za delo s planinsko skupino. V B. Peršolja in B. Rotovnik (ur.), *Mentor planinske skupine* (str. 20–44). Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Peršolja, B. (2004a). Gospodarski pomen gorništva. *Planinski vestnik* 6. Ljubljana.
- Peršolja, B. (2004b). Zavedanje gorske narave. V: *Zbornik posveta V naravo z glavo*. (str. 193–198). Ljubljana: Center šolskih in obšolskih dejavnosti.
- Peršolja, B. (2005a). Planinska organizacija. V B. Rotovnik (ur.), *Planinska šola*. Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Peršolja, B. (2005b). Slovenska šola gorništva. *Šport* 53 (1, priloga), 22–26.
- Peršolja, B. in Rotovnik, B. (2006). Organizacija vodništva. V B. Rotovnik (ur.), *Vodniški učbenik* (str. 26–39). Ljubljana: Planinska zveza Slovenije.
- Peršolja, B., (2007). Sprehod v dežju. *Cicido* 3, 19–22.
- Peršolja, M. (2005). Priprave na planinski športni dan. *Didakta*, maj–junij, Radovljica.
- Pinter, S. (1998). *Približajmo naravo otrokom*. Zgibanika. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.
- Pravilnik o vodniških tarifah, 10. 11. 2003. Pridobljeno 1. 9. 2008 s: <http://www.zgvs.si/besedila.php?pid=13>
- Stritar, A. in Stritar, U. (1998): *Z otroki v gore*. Ljubljana: Sidarta.

Priloge k članku so objavljene na spletni strani Planinskega društva Domžale (<http://www.pdd.si>) v poglavju Mladinski odsek, sodelovanje z vrtni in osnovnimi šolami.