

tam segítségért, aki, mikor bemutatam neki az özvegyek – Szíjjártóné és Rajterné – által közreadott kottákból és a Szlovák Nemzeti Múzeum Dolná Krupá-i kottatárában elhelyezett hagyatékából kiválasztott művekből elkészített műsortervezetet, megszervezte a Hudobné centrum (Zenei Központ) igazgatójával való találkozását. Dr. Igor Valentovič, a Zenei Központ igazgatója is nagyon pozitívan állt az ügyhöz: hangversenyünket besorolta az Epoché – Nová slovenská hudba koncertciklusba. Ezt követte a kórusok kiválasztása, műsoruk összeállítása, majd a közönségszervezés, amelyből nagy részt vállalt a SZMZT – élen Szalay Szilviával, a társaság elnökével, a Concordia vegyes kar szólamvezetőjével. A szervezők összefogásának eredménye lett, hogy a november 5-i hangverseny nézői között nemcsak Pozsony és környéke képviseltette magát, de a komáromi, párkányi, érsekújvári és dunaszerdahelyi régió is.”

A kórusmuzsika hűséges komáromi „szurkolói” most is jelesre vizsgáltak! A Csemadok helyi szervezete és a Komáromi Magyar Gimnázium Öregdiákjainak és Tanárainak Baráti Köre szervezésében 65 személy utazott Pozsonyba autóbusszal, ill. saját autókkal a hangversenyre. A rendezvényt Stubendek László, városunk polgármestere is megisztelte jelenlétével; sajnos nem úgy a város képviselő testületének tagjai. Érthetetlen a közönyük!

Csakúgy üröm az örömben, hogy a főszervezők által gondozott – mind szlovák, mind magyar nyelven megjelentetett – műsorfüzetben ekképpen írták a három zeneszerző nevét: „Szíjjártó Jenő (Eugen Szíjjártó, 1919-1986); Štefan Németh-Šamorínsky (Németh István László, 1896-1975); Ludovít Rajter (Rajter Lajos, 1906-2010)”. Tudomásunk szerint mindenkinek csak egy neve van.

A csodálatos est szereplőinek és főszervezőjének, Kazán Józsefnek ezúton is tisztelettel gratulálunk! Köszönjük, hogy a valódi értékeket egyre jobban háttérbe szorító jelenünk – amelyre sajnos ma is érvényesek Kodály Zoltán szavai, miszerint: „többsége annak, amit naponta szerte a világban hallunk: a mindennapok, hétköznapok, emberi gyarlóságok zenéje – nem is érdemli a zene nevet” – ellenére november 5-én bennünket, a hangverseny közönségét valódi művészi élményben részesítettek.



ZÖLD NAPOK

- Pályázó: Ady Endre Alapiskola, Párkány
- A programokat szervezte: Kerekes Andrea

Iskolánk, a párkányi Ady Endre Alapiskola minden év áprilisában Zöld Napok címmel környezet- és egészségvédelemmel foglalkozó programokat szervez. Minden évben más-más foglalkozásokkal várjuk a diákokat.

Tavaly, év végén, kérdőív segítségével mértük fel tanulóink ismereteit és szokásait az egészséges életmód témakörében. A 6. és 8. évfolyam diákjai részt vettek egy ún. egészségeszt kitöltésén. A felmérés apropójául az szolgált, amit nap mint nap tapasztalunk a gyerekek viselkedésén, szokásain. A fiatalok körében jellemző a dohányzás. Gyakran halljuk, hogy a hétvégéket italozással töltik. Sok gyermek tízórai helyett pénzt kap, amit aztán az iskola büféjében édességekre költ. Megszaporodott a túlsúlyos tanulók száma, s valami okból a testnevelésórákat kerülik, sőt a szülők indokolatlanul felmenetik őket a torna alól.

Ha azt halljuk, egészséges életmód, általában csak az egészséges táplálkozás, a megfelelő mennyiségű folyadék-

fogyasztás, esetleg a mozgás fontossága jut az eszünkbe. Pedig a helyzet ennél sokkal összetettebb. Vajon elmondhatjuk magunkról, hogy odafigyelünk a testünkre? Mindent megteszünk az egészségünk megőrzése érdekében? A fentiekben túl törődünk a személyes higiéniánkkal, kerüljük a túlzott alkoholfogyasztást, a dohányzást, próbáljuk csökkenteni a ránk nehezedő lelki nyomást? Tudunk-e egészségesen élni – egy egészségtelen környezetben? Itt ne csak a környezetszennyezésre gondoljunk, de arra is, hogy a felmérések szerint gyerekeink napi 5 órát töltenek képernyő (számítógép, okostelefon, táblagép, televízió) előtt.

Az egészség- és környezetvédelmi napokat személyes példával, élményszerűen próbáltuk rávezetni a gyerekeket az egészséges életmód elsajátítására. Az első napon, az Egészségnap folyamán a diákok sportoltak, különböző gyógynövényteák ízével ismerkedtek, gyümölcs-, ill. zöldségsalátákat készítettek. A második napot Túranapnak neveztük el, amikor minden évfolyam elhagyta az iskola épületét, és életkoruknak megfelelő hosszúságú túrán vettek részt. Ezeket a túrákat némi ismeretanyaggal is fűszereztünk.



EGÉSZSÉGNAP

5. ÉVFOLYAM

1. foglalkozás: Zumba

Reggeli torna helyett latin ritmusokra mozogtak a gyerekek.

2. foglalkozás: Szem, a látás szerve

A kicsik körében gyakran tapasztaljuk, hogy ciki a szemüveg viselése. Éppen ezért szemünk egészségével foglalkoztunk ezen az órán. A kisdíákok megismerkedtek a szem felépítésével, s a leggyakoribb látáshibákkal.

3. foglalkozás: Fogápolás

A gyerekek megismerkedtek a fogak felépítésével, megtanulták, hogyan kell helyesen fogat mosni fogkefe és fogsejtem segítségével.

4. foglalkozás: Csak csajok

Ebben a korban kezdődik a lányok nemi érése, az első havi vérzéssel. A lányok megtanulták, milyen higiéniai szabályokat érdemes ilyenkor betartani. Ez idő alatt a fiúk a konditeremben edzettek.

6. ÉVFOLYAM

1. foglalkozás: Sulitánc

Mozgás, sport és közösségépítés egyben. A négy darab hatodikos osztály egyenként megtanulta, majd a nap zárásaként közösen eltáncolta az adysok ún. sulitáncát.

2. foglalkozás: Gyógynövények, teázás

A tanulók különféle gyógynövényekkel ismerkedtek meg. Megtanulták, milyen betegségek gyógyítására és megelőzésére használhatják őket. Végül gyógynövényekből készült teákat, ill. teakeverékeket kóstolhattak.

3. foglalkozás: Csíráztatás

A csírázó magvak rengeteg enzimet, vitamint és ásványi anyagot tartalmaznak. Kitűnő alternatívái a különböző zöldségféléknek, főleg a téli időszakban, amikor csak messzi országokból származó, mesterségesen érlelt zöldségekhez juthatunk az üzletekben. A gyerekek retek-, zsásza-, rukkola-, vöröskáposzta-csírákat kóstolhattak, s közben beavattuk őket a csíráztatás fortélyaiiba.

4. foglalkozás: Tisztálkodási szokások a történelem tükrében

Azért, hogy megtanítsuk és érdekessé tegyük a tisztálkodással, az ételmezserek tárolásával s a táplálkozással kapcsolatos higiéniai szabályokat, visszatekintettünk a múltba, és megnéztük, hogyan csinálták ezt őseink.

7. ÉVFOLYAM

1. foglalkozás: Az elsősegélynyújtás alapjai

Az elsősegélynyújtás célja az életmentés, az egészségkárosodás megakadályozása, a gyorsabb gyógyulás elősegítése. A tiniknek is ismerniük kell néhány hasznos fogást, mint pl. a vérzés csillapítását, a megfelelő fektetési helyzeteket, a szabad légutak biztosítását, a törött testrész rögzítését, stb.

2. foglalkozás: Szexuális felvilágosítás

A serdülőkorban a kamaszoknak két fő kihívással kell megküzdeniük: az egyik az önálló felnőtté válás, a másik a szexuális érés, a szexuális kapcsolatok megkezdése. A médiából gyakran halljuk, hogy a gyerekek egyre korábban kezdenek szexuális életet élni. A szexuális élet kezdetén átélte élmények akár élethosszig befolyásolhatják az életminőséget. A szexuális élet két nagy veszélye a nem kívánt terhesség és a szexuális úton terjedő betegségek. A tanulók az embertanórákon megtanulják ugyan a nemi szervek felépítését, a nemi betegségek tüneteit, megismerik a fogamzásgátlás módszereit, de számos olyan kérdés él bennük, amit gyakran nincs kinek feltenniük. Előfordul, hogy tudásukat rosszul értelmezett vagy innen-onnan összeszedett félinformációk torzítják.

3. foglalkozás: Az alkohol hatásai szervezetünkre

Egyre fiatalabb korban kezdenek a tinik alkoholt fogyasztani. Szinte divattá vált a hétfégi italozás. Ebben a korban igen nagy a barátok hatása az egyén gondolkodásmódjára. Meg kell tanítani a gyerekeket a többieknek „nem”-et mondani, mert különben veszélyes helyzetekbe keveredhetnek.

4. foglalkozás: Civilizációs betegségek

A helytelen táplálkozás, a mozgásszegény életmód és a stressz számos betegség okozója lehet. A civilizációs betegségek (cukorbetegség, magas vérnyomás, stb.) tüneteivel, azoknak megelőzésével és gyógyításával ismerkedtek meg a gyerekek.

8. ÉVFOLYAM

1. foglalkozás: Hulladékgyűjtés

Kozma Zsolt, az ELTE tanára fogadta el meghívásunkat, s rendkívül izgalmas és megrázó előadást tartott a kör-

nyezetszennyezés hatásairól. Rengeteg fotót láthattak a fiatalok olyan állatokról, amelyek életét megkeserítette az általunk eldobált hulladék.

2. foglalkozás: Geocaching

Az iskola udvarán iránytű segítségével kincskeresés zajlott, amit nagyon élveztek a gyerekek. A bokrok alatt, mádárretetőkben elrejtett kincs 1-1 híres emberhez köthető anekdota, bölcsesség, mondás volt. A tanulóknak ki kellett találniuk, kinek a nevéhez köthető a megtalált idézet.

3. foglalkozás: Egymás elfogadása

Iskolánk gyógypedagógusa a másság elfogadásáról beszélgetett a diákokkal. A különböző tanulási problémák kialakulásának hátterébe avatta be a gyerekeket, hiszen könnyebb elfogadni azt, amit ismerünk.

4. foglalkozás: Az internet veszélyei

Diákjaink nagyon sok időt töltenek képernyő előtt. Az elektromos berendezések sugárzást bocsátanak ki. Ennek élettani hatásai is vannak, de ezen a beszélgetésen egyéb veszélyekre is felhívtuk a fiatalok figyelmét. Ezek a gyerekek koruknál fogva nyitottak, ugyanakkor felelőtlenek is. Gondolkodás nélkül megadják adataikat bárkinek, kompromittáló fotókat tesznek nyilvánossá, nem gondolva arra, hogy a későbbiekben ezek kellemetlenséget okozhatnak számukra.

9. ÉVFOLYAM

1. foglalkozás: A modern kor rab-szolgái

Egyre népszerűbb a külföldi munka. Nem árt tehát megismerni a külföldi munkavállalás veszélyeit sem.

2. foglalkozás: Életmentés

Diákjaink szeptembertől önállóan utaznak, bármikor szükségük lehet az életmentés alapjaira. Betöltötték 15. életévüket, a jogosítvány megszerzése előtt elsősegélyvizsgát kell tenniük. Ezzel a foglalkozással is igyekeztünk hozzájárulni tudásukhoz.

3. foglalkozás: A felnőttkor küszöbén

Kilencedikesekünk lassan kirepülnek a fészekből, önállóan kell megállni helyüket az életben. Ehhez önismeretre, önbizalomra lesz szükségük. Iskolánk pszichológusa jó és rossz tulajdonságaik felismerésére, valamint elfogadására tanította a fiatalokat. Reméljük, segítséget nyújtottunk abban, hogy

könnyebben megállják helyüket az életben, s kiegyensúlyozott kapcsolatokban éljenek.

4. foglalkozás: Tánc

A nagyok életéből sem maradhat ki egy kis mozgás. A tánc kitűnően fejlesztí az izomzatot, formálja az alakot, ráadásul néhány tánclépést is megtanulhattak tanulóink, talán hasznát látják majd a jövőben.

5-9. ÉVFOLYAM

1. foglalkozás: Salátakészítés

A nap végén minden osztály saját tantermében, osztályfőnökük segítségével gyümölcs- vagy zöldségsalátát készített. Csoportokat alakítottak ki, elkészítették kedvenc salátájukat, vagy rögtönöztek, új receptet találtak ki. Sok osztályban verseny alakult ki a „főszakács” címért.

Azért, hogy az órák közti szünetek se teljenek henyéléssel, az iskola folyosóin két további program várta a gyerekeket. Visszatérő vendég nálunk Katona Mihály, akit a gyerekek csak ásványos bácsiként emlegetnek. Idén is elhozta legszebb ásványait, s az érdeklődők aprópénzért vásárolhattak ametisztet, rózsakvarcot, cápafogat stb.

Aktívan bekapcsolódott a foglalkozásokba a büfés néni is, aki kótést készített. A gyerekek érdeklődéssel kóstolgatták a számukra ismeretlen finomságot, néhányan még a receptet is elkérték.

TÚRANAP

5. ÉVFOLYAM

Múzeumpedagógiai foglalkozás az esztergomi Duna Múzeumban

■ Helyszín: az esztergomi Duna Múzeum

■ A foglalkozás 9:00-tól 12:00-ig tart.

■ Belépőjegy: 350Ft/fő

A felső tagozat legkisebbjei múzeumpedagógiai foglalkozáson vettek részt, ahol a múzeum szakemberei foglalkoztak velük. Megismerkedtek a víz tulajdonságaival, annak felhasználásával, a kutak és vízimalmok működésével. A térképteremben megcsodálták Magyarország legrégebbi térképeit. Akadtak köztük olyanok is, amelyek hibásak voltak, fordítva kerültek felfestésre. A gyerekek feladata a hibák felfedezése volt. Nagyon látványos volt az egész termet elfoglaló műholdkép, amin madártávlatból láthatták

környékünk szépségeit. Leginkább mégis a vízi világ bemutatása ragadta meg őket, hiszen olyan élőlényeket ismertek fel, amelyekről már tanultak a biológiaórákon. Búcsúzóul minden gyermek lepecsételte belépőjegyét egy vízmeghajtású nyomdán.

6. ÉVFOLYAM

Helyszín: a Duna–Garam torkolata

1. foglalkozás: A víz vizsgálata a Duna-parton

A tanulók megmérték a víz hőmérsékletét, mintát vettek a folyó vizéből, szűrletet készítettek, s azt megvizsgálták mikroszkóp alatt. Meghatározták az ártéri erdő növényeit, s nagyító segítségével megfigyelték a fák kérgén élő moszatokat, mohákat.

2. foglalkozás: Tájékozódás iránytű segítségével

A gyerekek, miután megtanulták az iránytű használatát, játékos feladatokat kaptak. Tereptárgyak irányát kellett meghatározniuk, ill. az irány megadásával azonosítaniuk.

7. ÉVFOLYAM

Helyszín: Vaskapu, Visegrádi-hegység

A fizikailag legigényesebb túrán a hetedikesek vehettek részt. A Vaskapu Esztergomtól keletre fekvő, kb. 400 m magas hegy a Visegrádi-hegységben. Ez kedvelt kirándulóhely, csúcán egy menedékház áll, ahol megpihentünk. A túra alatt megfigyelhettük a vidék szépségét (Garam-torkolat), növényvilágát (juhar, tölgy, gyertyán, hárs), valamint állatait. Nem titkolt célunk az volt, hogy kedvet ébresszünk gyermekeinkben a szabadidő sportos, aktív eltöltése iránt.

8. ÉVFOLYAM

Az ivóvíz előállítás

Rövid gyalogtúrával értük el a Duna partján található Északdunántúli Vízmű Zrt. telephelyét. Itt a vízmű munkatársai várták diákjainkat, s részletesen elmesélték nekik az ivóvíz előállításának fázisait.

„Ki a Duna vizét issza, saját vizét issza vissza”. Mint a legtöbb szólásmondásnak, ennek is van némi valószínűsége, hiszen a csápos kutakból nyert víz ún. parti szűrésű víz. A parti szűrésű víz tulajdonképpen a talajvíz egy fajtája, amely a folyó által évszáza-

dok során lerakott kavicsos, homokos üledéken folyik át. A víz a mederágyon átszivároghat fizikai, kémiai és biológiai tisztuláson megy keresztül.

9. ÉVFOLYAM

Gyárlátogatás

Helyszín: SUZUKI (26 diák), CONVERTIS, szalvétagyár (többiek)

Végzőseink lassan kirepülnek, így ideje ismerkedni a munka világával. Egy kisebb csoportot fogadott a Suzuki Zrt., ahol egy kisfilmben bemutatták a gyár történetét, valamint körbevezették tanulóinkat az összeszerelő műhelyen. Láthattuk legurulni a szalagról az autót, ami korábban még dobozokban állt.

A párkányiak egyszerűen csak szalvétagyárnak nevezik a CONVERTIS céget. A gyár tulajdonosai szívesen fogadták diákjainkat, megmutatták, hogyan készül a toalettpapír, a papír zsebkendő és a szalvéta. Búcsúzóul minden gyerek kis ajándékcsomagot kapott a gyár termékeiből.

„HA LÚD, LEGYEN KÖVÉR.”

A 8. és 9. évfolyam tanulói drogprevenációs előadáson vettek részt a moziban. Sikerült meghívunk Klobusitzky György urat, aki évtizedek óta járja az iskolákat, hogy felhívja a diákság figyelmét a felelőtlen viselkedés következményeire.

Érdekességként megemlíteném, hogy a Zöld Napokhoz kapcsolódóan további két feladatot is elvégeztünk.

Meghatároztuk a fűszerkert, ill. az iskola parkjának növényeit és tanösvényt készítettünk. Kis táblákon feltüntettük a növények neveit magyar, latin és szlovák nyelven. Néhány új faj is kiültetésre került. Hasznukat veszük majd a biológia tanítása során. Élőben figyelhetjük meg a bükk, a madárberkenye, a juhar, páfrányfenyő stb. leveleit, termését, virágait. Más fákat egyszerűen csak a szépségükért vagy különleges tulajdonságaik miatt ültettünk. Ilyenek pl. a kínai selyemmirtusz, amely idén jelent meg a piacon. Ez egy mediterrán növény, amely 100 napig virágozik, így hosszú ideig díszíti majd az iskolánk udvarát. Különlegesnek számít még az amerikai ámbrafa, amely levelei ősszel narancs és lilászínben pompáznak. Törzse megsebezve aromás gyantát termel, ami a rágógumi alapanyaga.