

hajtására); b) *játék*: felüdítő, futkározással összekötött könnyebb játék, vagy végül c) *menetelés* néhány percig tartó, felélénkítő hatású, nótával, könnyű futással, lélegzési gyakorlattal befejezve.

II. *Fő rész*. 1. Egy sorozat különleges hatású, valamint ezekből többszörösen összetett gyakorlatokat végeztünk (eszközök nélkül) az *egész test erőteljes, minden oldalú és arányos fejlesztésére*, erősítésére, ügyesítésére, szépítésére, edzésére: a gerincoszlop háti részét rugalmasító gyakorlatok, valamint könnyebb támasz, függés, egyensúly, has, hát, járás, futás, oldal, szökdelés, ugrásgyakorlatok és ügyességi gyakorlatok közül. E gyakorlatok anyagába 5—10 perces táncgyakorlatok, húzások és tolások is beilleszthetők. 2. Előbbi gyakorlatok *tornaszerekkel* is. 3. Egy sorozat összetett, főleg az *alsó- és felsőtest arányos fejlesztésére* (pl. futások, ugrások, versenyzéssel is) összekötve emelésekkel, hordásokkal, dobásokkal, támasz- és függésgyakorlatokkal, ezt is lehet versengéssel összekapcsolni. 4. *Játék*, főleg erőteljes hatású, párokat foglalkoztató labdajáték. 5. Húzások, tolások, emelések, forgások. 6. *Tánc* (különösen az egész testre ható néptáncok). 7. Téli sportok vagy úszás.

IV. *Befejező rész*. 1. Egy sorozat egyszerű, főleg különleges hatású és ezekből összetett *csillapító gyakorlatot* végeztetünk (eszköz nélkül) az *egész test* mindenoldalú és arányos foglalkoztatására: könnyű láb, has, hát, oldal, kar (lélegzés) gyakorlattal, vagy a következő gyakorlatfajták közül *alkalomszerűen* választunk egyet. 2. E célra alkalmas kevés mozgással járó, lecsillapító *játék*, vagy 3. Néhány percig tartó csillapító hatású, lassú ütemű járás (lélegzőgyakorlatokkal befejezve.) 4. Buzdítás a léleknemesítő, szórakoztató, testet edző, fejlesztő játékokra, a rendszeres testedzésre, egészséges életmódra.

„Egészségetekre!”

TANÍTÁSOK — VÁZLATOK.

1946. október 1. hete.

Általános iskola V. osztály.

A tanítás anyaga: Pásztoember kutyája. (Luby Margit: Fogyó legelőkön c. könyvéből.)

(Olvasmánytárgyalás.)

PÁSZTOEMBER KUTYÁJA.

Utolsó pásztor a, kinek nincs legalább egy esivegő kutyája. Nagyobb gulyatanyán kunyhóőrző kutya is van. A

kicsi teljesíti a szógálatot nappal, a komondor meg éccaka. A kutya őrzi a pásztor hummiját, tereli a gulyát, ótalmazza a pásztor életét, mondja Nagy Bertí.

Melyik az igazi pásztor-kutya?

— Híres nevezetes, valóságos, ragyogó bongyorszörű kutya az igazi pásztor-kutya — mondja Jóó Gyuda, — úgy hívjuk, hogy komondor. (Ennyi díszítő jelzőre se igen ragadtatja magát egyhamar a pásztor-ember.) A komondor esaholva terel, térít. Az a jó kutya. Hallani kell a jószágnak is a figyelmeztetést, s a pásztor-nak is tudni kell, merre jár a kutyája. Van aztán némán hajtó kutya is (ilyen a farkasfajú), anrak a nyakára épp azér tesz zörgőt a pásztor, hogy a szavát pótolja. De, mán amióta csak szorul a legelő összébb fele, a komondor se kell. Az én kutyám puli. Bogár a neve. Valóságos kutya.

— És miben mutatkozik meg az, hogy valóságos kutya?

— A valóságos kutya hátul a kis körmit, vagy bokába az első lábát fogja meg a marhának. Az orrába nem kap, mer anrak a közfalát könnyen kiszakíthatná. Ha a farka után kapkod, azt is elszakíthatja, a se arravaló kutya. Az ilyet én rögtön továbbadom.

Szemán József gulyás azt mondja, hogy van olyan kutya, hogy csak a nyakát, másik meg csak a hátulsó lábát fogja a jószágnak. Egyiket se bánom, állapítja meg, csak a farkát ne fogja, mer ha azt megsérti, abba könnyen beleesik féreg, pondró.

Nagy Bertí pulit tart. Igen meg van vele elégedve, így dicséri:

— Van már olyan pásztor, hogy férgésző kutyát tart. (Patkányozó kutyát, vagyis foxteriért, vagy tacsót.) Nekem ugyan nem kell. Az én veres pulimat százötven pengőér kérte tülem a mérnök. Azt mondta, fajosítani akarom. De nekem nem azt a pénzt éri meg a kutyám. Hamis bikám van. Akárkít borít fel, de a kutyátul tart. Mindenféle hamis állatnak az a féelme. Ezt a bikát meg se tudnám kötni este, de a puli ott áll a faránál és ha mozdul, mán fogja is. Így van reggel is. Itatni? Én nem mehetek vele, mer akkor dühíbe nem iszik, a válut meg úgy felvágja, hogy csak úgy repül a levegőbe. A kutya kíséri az itatóho is. De akár ott, akár az istállóba, ha nyugodtan áll, a kutya nem zavarja. Ha nyugodtan viselkedik, nem bántja. Az életem van nekem a kutyámra bízva. Pedig a magyar bika fél tüle legkevésbé, a lehajtja a fejét, a nagy szarvával rátámad. A bivaly annyira féltékeny a kutyátul, hogy inkább elszalad, de nem védekezik.

Sárai Bálint kondás puli kutyája Marci névre hallgat, ezeket mondja róla a gazdája: Marci eserélt kutya. Egyik kutya jobb a dísznőhoz, másik meg jobb a gulyához. Marci nem szerette a gulyát hajtani. Marhához erősebb fogású kutya kell. Ritka kutya, amék nem kapkod a marha orrához.

A nem is baj, erős a marha, igyel is, nem igen esik meg, hogy a kutya az orrát megsértse. De a Marcit mindig meg-rugták, a lapockáját fogta a jószágnak, egyebütt sehun. Így azután a szarvával meg-megcsapta a marha, meg azután a marha hátulsó lábával előrefele kanyarítva meg-meg rugta. Egyszóval Marci nem felelt meg a gulya mellett. Amit meg cserébe adtam érte, a meg a malacot nem hajtotta, mert kicsi korába malacok közt nőtt fel, ha küldtem, hogy: hajtsad, hé! Nekifogott játszani velek, nem hajtotta őket. A kutya tudja, hogy a jószágnak félni kell tőle. Marciba dühös vér van, benne van, hogyha küldöm, megy! Menye még akkor is, ha tudná, hogy mindjárt megdöglene bele. Olyan, mint az elszánt ember. Ha nem vagyok a disznóval, vigyáz rájuk. Fáradt vagyok a mezőn, mondom neki: lefekszek, ha valaki jön, köts fel! Csak meglát valakit a határba, már ugat, rángatja a kalapom, aztán újra ugat. Megpróbálja a kalapomat kiütni a fejemből, ugat, végül csak leveri valahogy a kalapot és beleragad a hajamba, jól megrázza a fejemet, hogy keljek fel. Szóval akármit megpróbál, de felköt mindenképp. Marcit csak addig tartottam megkötve, amíg hazaért velem, mert az öcsémtől cseréltem. Amint hazaértem, enni adtam neki, sohse ment többet sehová. Jó pásztorembert nem hagyja ott a kutya. Az igazi kutya nem is hajt másnak a szavára, csak a gazdájáéra. Van értetlen kutya is, de meg van olyan is, amely megvan a maga akaratján. Az okos kutya azonban érti a szót és a gazdája akarata szerént jár a jószág körül. Az értelmellen pásztor meg a jó kutyát is elrontja, ha lehet. Itt van a bejtárom. Soha annak az én kutyám nem hajt, már mikor szól neki, másfele megy a kutya. Pedig Marci érti a szót, ha azt mondom neki: téríts! Mán rohan. Pedig nem is szólok neki hangosan, csak úgy beszélgetve. Tudja, mikor kell sebesen téríteni, mikor kell lassan hajtani. Nyáron a gyerekeim hozzák ki az ebédet a mezőre. (Hat lánya van Bálintnak, egyik ügyesebb, mint a másik és egyik kisebb, mint a másik.) Messzirül megismeri a gyereket. Elébe szalad. Míg csak hozzám nem ér, mindig ugatja, hogy süssen. Vót egy másik kedves kutyám, a Bogár. Ebédre attul akár haza is mehettem, még legettette is a jószágot végig a búzaszálon, de bele nem vót szabad neki menni. Vót úgy is, hogy Bogár hajtotta elől a malacnyáját, én hajtottam külön a kocanyáját. Arra is ügyelt, hogy össze ne menjenek. Ha tallón legeltettem, az egyik soron járt Bogár a malaccal, a másikban jártam én a kocákkal. Így Bogár három keresztorra igyeit, meg arra is, hogy a kereszthez se nyúljon egy se és össze se keveredjenek. Ó mindég háromszor annyi szógálatot teljesített, mint én. Szeretni kell az állatot, az is tudja, hogy milyen bánásmódba részesíti az ember, úgy szógálja vissza.

A legnagyobb veszedelem, ami a kutyáknak, a pásztoroknak és nyájuknak érheti, hogy veszettkutya támadja meg. A pásztoroknak ezzel is szembe kell szállni. Nagy Bertí szerint, aki ésszel él

és ügyes ember, az veszettkutyátul balra tér. De nem mindig lehet kitérni.

Joó Gyulla azt mondja erről:

— A gulyabeli jószág a veszett kutyára mind rámegey ordítva. Messziről megérzi. A szelíd kutya után néz a jószág, de nem ordít rá, nem gázolja lefele. De a rossz kutyát, azt aztán megérzi. Jobban felismeri, mint az ember. Vót egy jó kutyám. Drága pénzér, tíz pengőér vettem. Petébül jött ki a veszettkutya ide a géci határra, a rétre. A gulya még el se bődült, a kutyám meg észrevette mán akkor, mikor még meg sem közelítette a nyáját. U mán tudta. Erzelmesebb a jószág, mint az ember. Jobban megérez a másik állaton is minden változást.

En a veszettkutyával szembeállok, mondja Joó Gyulla. Botom a kezembe. Ha besikerül, előreütöm neki a kontyát, akkor meg kell neki dögleni rögtön. A mán nem rúg többet. Ha az első ütés nem sikerül be, a másik ütést szemközt adom neki. De avval egy pillanatot se szabad késni, gyorsan kell mozogni. Megijedni se szabad. Gacsi Mihályho hozzá se ért a veszettkutya, de mégis úgy megijedt, hogy a ránézéstül, meg az ijedtségtül megkapta a veszettséget. Orvosho kellett vinni.

Általában tréfásan azt szokták mondani, hogy ha veszettségre gyanús a kutya, pipafedelet kell kilencfele vágni, azt a kutyával kenyérbe megétetni. Biztos szer. A pipakupak rendesen fémből van, nem csodálom, ha belepusztul a kutya. De ettől a tréfás utasítástól eltekintve emlegetnek olyan öregebb pásztorokat, akik a veszettséget gyógyítani tudták. Ilyen pásztorral nem találkoztam, de Gyarmaton Birta Lajos gazdától Bakó Ferenc birtokos lejegyezte a veszettség ellen alkalmazott gyógymódot. A recept így szól:

Keresztes-ebtéjkóro egészséges gyükrét kell szedni. Ha férges, akkor nem jó. Ezt a fődtül megtakarítani és belőle jó félmaroknyit egy liter jó erős seprúpálinkába tenni. Akit a veszettkutya megmart, ebbül igyék reggel éhgyomorra egy pálinkáspohárnyit. Egy óráig nem szabad rá enni.

Akit a veszettkutya csak megvérzett, annak kilenc hét alatt, egyenlő időközt tartva, kilenceszer kell belőle innia. Ha sebet harapott valakin a kutya, azt a sebet előbb puskaporral ki kell rugatni, azután fokhagymát, sót, kőrösbogarat, erős-borsot összezefőzni írnak és azt huszonnégy órára rákötni a sebre. Mikor az levevődik, akkor az ivóorvosságban megáztatott vészonruhávall kell a sebet bekötni.

Ha a betegre ideges rettegés jönne rá, három egymásutáni napon is, akkor a nyelvealját kell megvizsgálni, mutatkoznak-e ott lencsenagyságú kék és sárgaszínű hólyagok. Ha tanálni ilyeneket, akkor a nyelvet annyira ki kell húzni, hogy azt jól le tudjuk takarítani, ügyelve arra, hogy a beteg torkán, abból (t. i. a hólyagokból) semmi le ne menjen. Utána

száraz ruhával letöröljük a nyelv alját, végül amilyen irt a sebre tettünk, avval erősen bedörzsöljük.

Ha jószágunk csináljuk ugyanezt az orvosságot, akkor ugyanazt a gyükröt kell jól megvágni, szeszbe tenni és fazékban, erősen lefedve jól megfőzni. Ebből egy nagy jószágnak féldecit, kisebbnek mindig kisebb adagot kell beadni. Ha csak megvérezte, vagy sebet is harapott a kutya a jószágon, az eljárás ugyanaz, mint az embernél.

A pásztoreMBER kutyájának bátornak is kell lenni. Ezért erről gondoskodás történik, mondja Nagy Berti, még pedig úgy, hogy darázsfészket etet a pásztor a kutyájával, mer akkor az nem fél a farkastól. Elhajtja a farkast. Részletes útmutatást a darázsfészkek kezelésre Józsa Berti öreg gazda így adott: ha azt akarjuk, hogy a kutya jó házőrző legyen, akkor szedünk darázsfészket a kutya ételibe, azt etetjük meg vele. Az osztán, ha még olyan kezes vót is, jófajta mérges kutya lesz belőle. E mán így igaz.

Bóné Irma még ismerte Csekében a vén Puskásné. Kerülő volt az ura. Két kutyát tartottak. Ha a kutyának fájt a lába, bekötötte a széknek azt a lábát, amelyik megfelelt a kutya fájós lábának. Azt mondta, hogy attul meggyógyul. Az a csudálatos, teszi hozzá Irma, hogy csakugyan meggyógyult ettül a kutya lába.

Az öreg Borceza néninek az apja fuvaros volt. Közel állanak ezek sok tekintetben a pásztorokhoz, kintháló, jószággal élő emberek voltak a fuvarosok. Azt mondja Borceza néni:

— Elment az apám Szatmárra. Vele a kutya. De vásár vót, sok nép, szekér, elveszett a Vezér. A nélkül jött haza az apám. Mi pulyák sirattuk a Vezért, mert szerettük. Azt mondja a koma az apámnak:

— Hallja kend! Vegye le a kereket, oszt kilencszer kiáltsa keresztül a kerékagylyukon a kutya nevét. Meglássa hazajön. Reggelre otthon vót a Vezér.

Azóta azt a változatát is hallottam ennek a babonának, hogy ha a kutya vagy a macska elvész, háromszor kell a nevét a spór szájába, régebben a nyitott kéménybe kiáltani. Harmadnapra hazajön.

1946. október 1. hete.

Általános Iskola V. osztály.

A tanítás anyaga: Falu végén kurta kocma c. költemény tárgyalása.

Nevelési cél: A magyar ember természete = ha szépen szólnak hozzá, mindenre kapható, de ha ráfordulnak, azért se! (Értetni kell a nyelvén szólni.) Rátartí.

Vonatkozás: Földrajz = A Szamos; komp.

Szemléltetés: A kurta kocma képe.

Vázlat.

I. Előkészítés. a) Hangulatkeltés: A magyar ember szokása és jellemvonásai. Milyennek ismerjük a magyar embert?