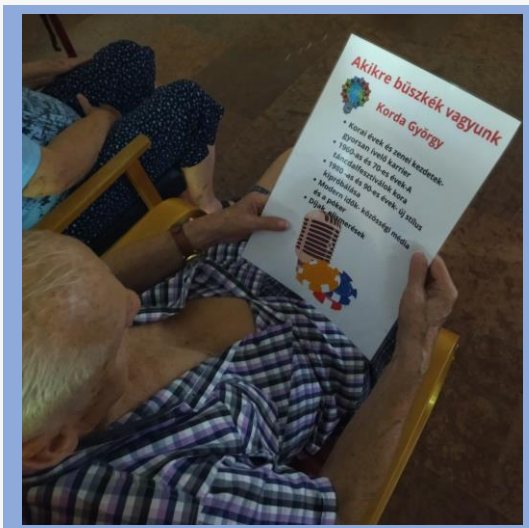


Szent Borbála

Hírek időseink mindennapjairól

2024 július

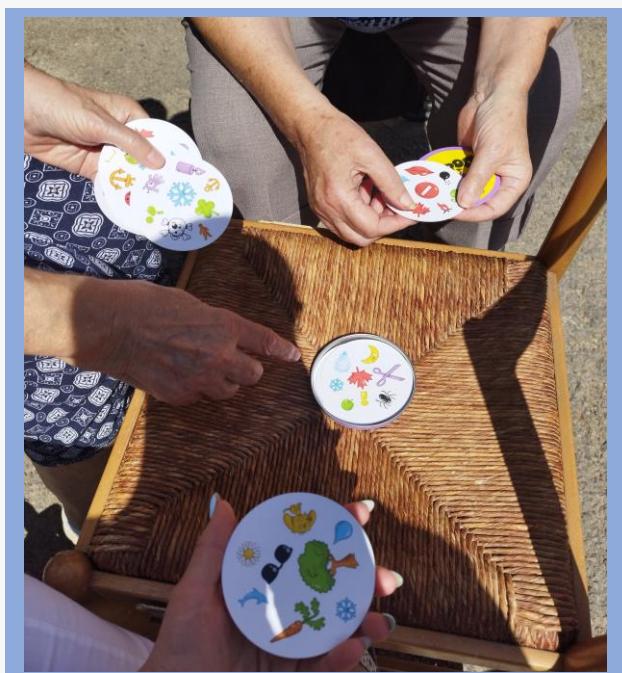
A hónapban új program került bevezetésre „Akikre büszkék vagyunk” címmel. Hiszen számtalan ember élt ebben az országunkban akik a maguk területén kiemelkedő sikereket értek el, ezáltal méltón vagyunk rájuk büszkék. A program során életükből csak képek vannak kivétítve, azok alapján beszélgetünk.



Ebben a hónapban Keleti Ágnes, Korda György és Jávor Pál volt a téma. Az előadás többek között azért is jó, mert nemcsak én adok információt, hanem jómagam is kapok olyan visszajelzést az idősektől, amiket én nem találtam meg a felkészülés során. Mivel ez egyfajta tanulási programnak számít, a végén néhány kérdés erejéig elevenítjük fel a hallottakat. A válaszokat nagyon gyorsan adják meg az idősek.

Szent Borbála

Júliusunk nagyon megre sikeredett, nem volt hiány napsütésben az biztos. Így nem véletlen, hogy időnk nagy részét a szabad levegőn töltöttük időseinkkel. S hiába a hőség szívesen próbáltak ki a levegőzésen túl egyéb feladatokat, foglalkozásokat is. S azt mondom élvezték is többnyire.



Ismereteink is szélesedtek, hiszen számos tanulási programmal kedveskedtünk időseinknek, amelyeket örömmel és érdeklődve hallgattak. Többet megtudtunk a Táncdalfesztiválról, Környezetvédelemről, Univerzumból és a Viselkedési illemszabályokról. A környezetünk szépítésére is nagy hangsúlyt fektettünk a hónapban, időseink gondosan művelték a kis kertünket. Élményekben gazdag nyár kezdet volt.

Szent Barbála

Terdik Sándor volt a vendégünk...

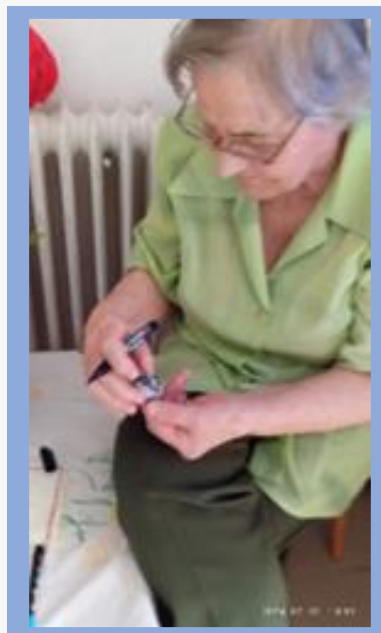
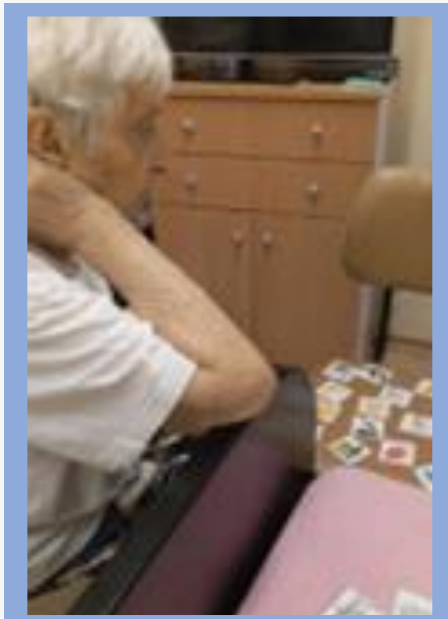
Terdik Sándor látogatott el hozzánk és citerajátékával hozott vidámságot lakóink közé. Sándor a citera hangszerrel már fiatal korában megismerkedett, azonban több évtizeden keresztül nem vehette kezébe. Most újra eljött az ideje, hogy muzsikáljon rajta.



Több ismert népdal és nóta is megszólalhatott a citera hangján. Lakóink lelkesen énekelték ezeket a dalokat. Jó volt látni a csillogó szemeket és a mosolygó arcokat. Az előadás végén meg is egyeztünk Sándorral abban, hogy rendszeresen ellátogat majd hozzánk.

Szent Borbála

Júliusi hónapban is kitettünk magunkért, jó hangulatban telt el. Az első meglepetést, amit szereztem az időseknek, a kavicsra rajzolás, aminek nagy sikere lett. Csodás rajzok születtek, folytatjuk. Az alsó szinten a színekről beszéltünk, azoknak a jelentésről, és kire hogy hatnak a színek, hogy befolyásolja a hangulatunkat, érzelmeinket.



Az alsó szinten a színekről beszéltünk, azoknak a jelentésről, és kire hogy hatnak a színek, hogy befolyásolja a hangulatunkat, érzelmeinket.

Klubban is jártunk, ahol Terdik Sándor citerázott nekünk és énekelt. Jól sikerült napra tekinthetünk vissza.

Kiscsoportos foglalkozás keretén belül ágyhoz kötött lakókkal hibamentes tanulást kezdtünk el, illetve készségfejlesztő és memória játékok kaptak szerepet. Nagyon élvezték.

Szent Borbála

„A tánc felemel, erőt ad, gyógyít, és közel visz a szívekhez.”

A tanulás segítő program keretében, júliusban folytattuk az I. sz. telephelyen, Gesztenyésben az ismerkedést a táncsal.

Magyar Táncok

MIRŐL FOGUNK MA BESZÉLNI?

•A magyar táncok gazdag kulturális örökséggel rendelkeznek. Ezek a táncok a magyar nép történelmét, hagyományait és mindennapi életét tükrözik. A bemutató célja, hogy megismertesse a magyar táncok különböző típusait és azok jelentőségét.

Néptáncok

•A néptánc a népi kultúra egyik legfontosabb eleme, amely generációról generációra öröklődik. A néptáncok a közösségi események, ünnepek és szertartások szerves részei.

•A magyar néptáncok története a középkorra nyúlik vissza, és számos külső hatás formálta az évszázadok során.

•Az egyes régiók táncai jellegzetes mozdulatokkal, ritmusokkal és viseletekkel rendelkeznek.

Mit gondolnak?

- Hatással van a tánc a lelkünkre?
- Milyen külső hatások befolyásolták a néptáncokat?
- Hogyan befolyásolja a tánc a hangulatunkat?

Magyarországi Táncregiók

•Felső-Tisza vidéke:
•csárdás, verbunk.

•Alföld:
•szőkös, csárdás.

•Dél-Dunántúl:
•ugrós, kanásztánc.

•Felvidék:
•verbunk, csárdás.

•Erdély:
•legényes, forgatós.



Jellegzetes Magyar Táncok

•Csárdás:
•A legismertebb magyar néptánc, amely lassú és friss részből áll.

•Verbunkos:
•Toborzótánc, amely katonai toborzás során keletkezett.

•Legényes:
•Férfiak által előadott virtuóz szólótánc.

•Kalotaszegi legényes:
•Erdély egyik legismertebb tánca, gazdag mozdulattárral.

•Székely táncok:
•A székely nép jellegzetes táncai, mint például a forgatós.

Szent Borbála

Csárdás

•Eredet:

•A csárdás a 18. század végén alakult ki.

•Jellemzők:

•Lassú és friss részből áll, páros tánc.

•Különböző típusai:

•Lassú csárdás, friss csárdás.

•Zenei kíséret:

•A csárdást hagyományosan hegedű, brácsa és nagybőgő kíséri.



Verbunkos

•Történet:

•A 18. században a katonai toborzás során keletkezett.

•Jellemzők:

•Lassú és gyors részek váltakozása, virtuóz mozdulatok.

•Híres zeneszerzők:

•Kodály Zoltán, Bartók Béla, Liszt Ferenc.

Modern Magyar Táncok

•Bemutató:

•A modern és kortárs magyar táncok a néptáncokból merítenek inspirációt, de új elemekkel gazdagodtak.

•Különbségek és hasonlóságok:

•A néptáncok hagyományos mozdulatai mellett új technikákat és kifejezőmódokat is használnak.

Táncház Mozgalom

•Történet:

•A táncház mozgalom az 1970-es években indult, célja a néptánc és népzene megőrzése és népszerűsítése.

•Jelentősége:

•Segít megőrizni a hagyományos táncokat és közösségi élményt nyújt.

•Híres tánc házi zenekarok és tánc csoportok:

•Muzsikás Együttes, Téka Együttes.

Összegzés

•A magyar táncok gazdag kulturális örökséget képviselnek. A különböző táncok és régiók megismerése által betekintést nyerhetünk a magyar nép történetébe és hagyományába. A tánc ház mozgalom és a modern táncok egyaránt hozzájárulnak a magyar tánc kultúra fennmaradásához és fejlődéséhez.

Véleményük szerint....

- A különböző magyar táncok segítik megismerni a népünk történetét?
- Mi hogyan járulhatunk hozzá a magyar tánc kultúra fennmaradásához?



Köszönöm a figyelmet!

Szent Borbála

A körülvevő világ Az univerzum titkai Naprendszerünk

Miről fogunk ma beszélni?

- Mi maga a Naprendszer? Mi a tejútrendszer és a galaxis? Mit nevezünk univerzumnak?
- Mit tudunk a Földről?
- Hány bolygó van a Naprendszerben?
- Mit tudunk ezekről?
- Van-e élet a Földön kívül?

Kötődés kialakítás - Ráhangelődés

1. Gondolkodtak már azon, hogy milyen kis része vagyunk a világegyetemnek?
2. Milyen bolygókat ismernek?
3. Milyen űrben játszódó filmet ismernek?
4. Mit gondolnak, van élet a Földön túl?
5. Önök szerint, vigyáznunk elég-e a bolygónkra?

Mi a Naprendszer?

- A Nap gravitációja által egyben tartott bolygórendszer. (része a Föld bolygónk is)
- Központi csillaga a Nap cca. 4.6 milliárd éve alakult ki
- Ezen kívül: Törpe bolygók; Holdak; Űstökösök; Bolygóközi por
- A Naprendszert teljesen betölti a Napszél. A csillagokból kiinduló folyamatos részecskeáramlás folyamatos kölcsönhatásba lép az égitestekkel létrehozva az Űridőjárást.

Mi az univerzum?

- Az univerzum maga a világegyetem.
- A világegyetemben a becslések szerint 100-800 milliárd galaxis található.
- Az úgynevezett multiverzum-elméletek szerint több különálló világegyetem létezik.
- A legelfogadottabb elmélet szerint a Világegyetem az űsrobbanásban („Nagy Bum”) keletkezett kb. 13,8 milliárd (± 200 millió) évvel ezelőtt. Utána tágulni kezdett, és ez a tágulás ma is folytatódik

A Földünk

- A Föld az ún. belső (Föld típusú) bolygók közé tartozik
- Több millió faj között az ember élőhelye is.
- A Föld a világegyetem egyetlen olyan bolygója, amelyről tudjuk, hogy életet hordoz.
- cca. 4,5 milliárd éve alakult ki, és 1 mrd évvel később az élet is megjelent rajta
- A Naprendszer külső körülményei a várakozások szerint még mintegy 1,5 milliárd évig támogatják az élet jelenlétét, de ezután a mind fényesebbé váló Nap el fogja tüntetni a bioszférát.

A Naprendszer bolygói

Két fő része van

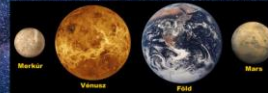
Belső naprendszer
"Föld" típusú kőzetbolygók
Merkúr, Vénusz, Föld, Mars

Külső naprendszer
Gáz bolygók/gázóriások, ún. "Jupiter" típusú bolygók
Jupiter, Szaturnusz, Uránusz, Neptunusz



A Naprendszer bolygói

"Föld" típusú bolygók



- Négy szilárd felszínű bolygótest
Nincsenek gyűrűik
- Nagy átlagsűrűség, vas és vas-szulfidból álló mag jellemzi

A Naprendszer bolygói

Gáz típusú bolygók



- ún. óriásbolygók vagy Jupiter-típusú bolygók
- Több illó anyagot tartalmaznak mint a kőzetbolygók, átlag sűrűségük kicsi
- Főleg hidrogénből és héliumból valamint különböző gázokból álló gázgömbök
- Mind a négy óriásbolygónak gyűrűje és holdrendszere, valamint erős, Belső eredetű mágneses tere van, és rádiósugárzást bocsátanak ki.

Összegés

1. Megismertük a Naprendszerünk felépítését
2. Átfogóbban megismertük a Bolygónkat
3. Többet megtudtunk a Naprendszer más bolygóiról

Vélemény kérés

1. Hallottak új információkat?
2. Melyik bolygóról/égitestről hallanának többet?
3. Tudták honnan ered a Tejútrendszer elnevezés?
4. Maguk szerint lehet élet egyszer más bolygón is?

Köszönöm a
figyelmet!