

FRAPPÁNS!

December 2025



TORULA

ERASMUS+

UNICEF

DIÁKDIRI



KEDVES OLVASÓINK!

Nagy örömmel köszöntünk benneteket iskolaújságunk legfrissebb számában! Az előttünk álló tél mindig különleges időszak, tele várakozással és közös élményekkel. Mostani lapszámunkban a novemberi és decemberi eseményeket idézzük fel, valamint bepillantást nyerhettek az ünnepi készülődés hangulatába is. Az elmúlt hónapok során rengeteg izgalmas program, vidám pillanat és közösségi élmény gazdagította iskolánk életét. Most ezekre tekintünk vissza együtt. Bízunk benne, hogy cikkeinkkel inspirálunk benneteket arra, hogy továbbra is aktív részei legyetek közösségünknek. Reméljük, hogy a téli témáink, interjúink és beszámolóink egy kis melegséget és mosolyt csálnak a szívetekbe, miközben ráhangolódunk az ünnepekre. Áldott karácsonyt és sikerekben, élményekben gazdag, boldog új évet kívánunk!

A Frappáns! szerkesztősége



4

NYITOTT KAPUK
NAPJA

6

BÜCHLER ZSOLT TANÁR
ÚR PUNCS RECEPTJE

7

TÉLI HOROSZKÓP

8

ORSZÁGOS DIÁK
SAJTÓFOTÓ PÁLYÁZAT

10

PRIMANIMA

12

KÖZÖS JÖVŐ,
KÖZÖS ÖTLETEK

14

ERASMUS+

22

KÉPREGÉNY

24

DIÁKDIRI

30

TORULA

32

TANÁROK KEDVENC
OLVASMÁNYAI

33

TÉLI DIY

34

24. GYŐRI
KÖNYVSZALON

35

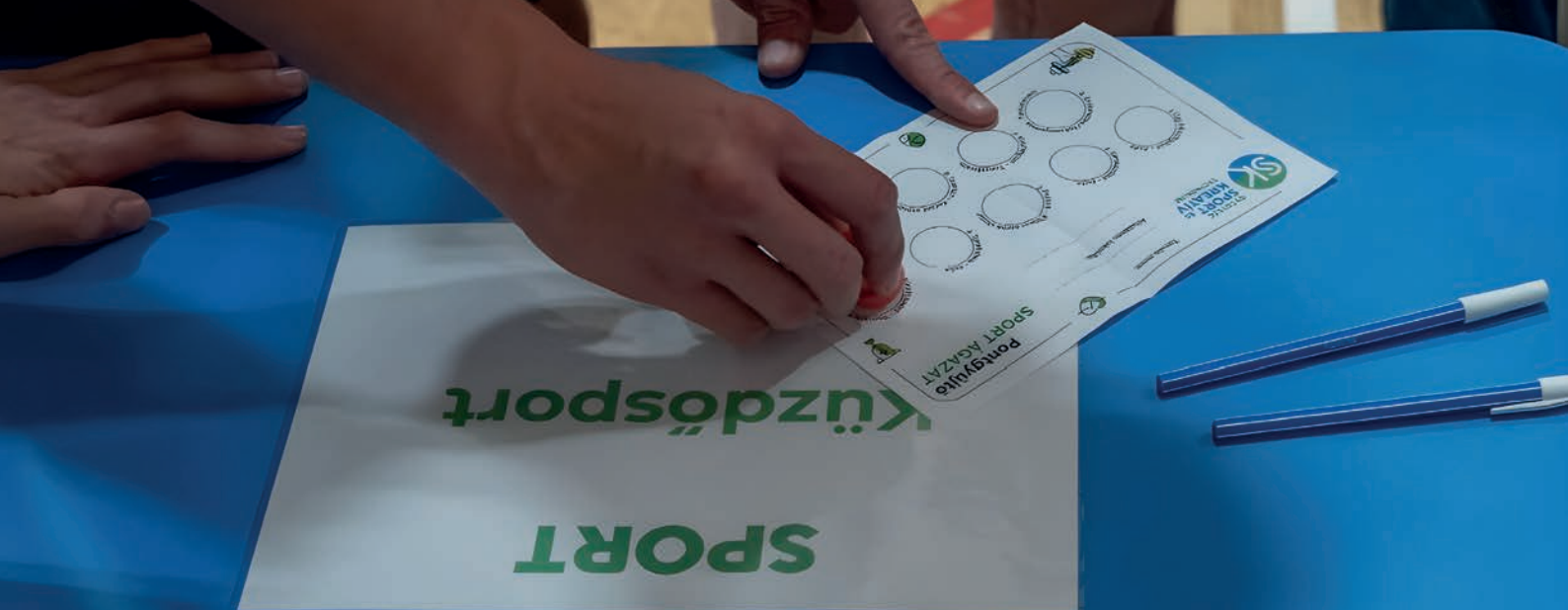
SK SPOTIFY PLAYLIST

36

SPORTEREDMÉNYEINK

38

MELYIK KARÁCSONYI
FIGURA VAGY TE?



NYITOTT KAPUK NAPJA

A Nyitott kapuk napja 2025. november 13-án, valamint 19-én került megrendezésre. A rendezvény célja az volt, hogy az iskola iránt érdeklődő általános iskolás tanulók közvetlen élményeken keresztül ismerhessék meg az intézmény által kínált képzéseket.

BEMUTATKOZIK AZ ISKOLA

Nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy ne csupán információkat adjunk át, hanem olyan játékos, interaktív programokat biztosítsunk, amelyek valódi betekintést engednek az iskolánk életébe. A rendezvény és a programok mindkét alkalommal az igazgatónő beszéde után indultak, ebben a beszédben szó volt az iskola által nyújtott lehetőségekről, és segített megérteni, hogy mivel is foglalkoznak diákjaink. A résztvevők több állomáson keresztül járhatták be az iskola különböző szakterületeit, az állomásokon lévő feladatokért pedig pecsétet kaptak.



MINDEN AMI SPORT

A sport iránt érdeklődők kipróbálhatták az intézmény által nyújtott lehetőségeket, valamint az iskola sporteszközeit is. Részt vehettek különböző edzések bemutatásán. Emellett a tanárok és a tanulók közösen mutatták be a leendő kilencedikeseknek a sportolási lehetőségeket. Ezen a részen egy futópálya is készült, amely végigment az aulán és a karzat közepéig tartott, itt megfordult a pálya és a vége az aulában várta a befutókat. A versenytér része volt egy ugróiskola is. Amellett, hogy érdekesebbé tette a futást, adott egy kis játékoságot, és hangulatossá tette a folyósót. Ezt a pályát bárki szabadon kipróbálhatta. Iskolánk prioritása, hogy diákjaink sport tevékenységei alatt minél motiváltabbak legyenek.



MINDEN AMI KREATÍV

A kreatív ágak iránt érdeklődő gyerekeket különböző állomások: szabadkézi és digitális rajzolás, valamint photoshop bemutatók várták. Itt önmaguk is belerajzolhattak a készülő munkákba, vagy kipróbálhatták a photoshop vágási funkcióját. Látogatóink eközben betekintést nyerhettek a technikákba és eszközökbe, láthattak falfestést, valamint egy csomagolástervezési projekt végtermékeit is megtekinthették. Diákjaink kiemelkedő precizitással mutatták be tehetségüket a rajzbakokon és a digitális rajztáblákon egyaránt. A fotózás iránt érdeklődőket a kreatív fotózási részleg várta. A játékok segítségével egy remek bemutatót kaphattak a fotózás szépségéről, és még trükköket is elleshettek.

ÖSSZEGZÉS

Továbbá a résztvevő diákok lehetőséget kaptak egy próbababa felöltöztetésére is, ahol az iskola által biztosított ruhákkal kellett dolgozni. Volt lehetőség saját fotóval ellátott, helyben készült naptárakat kapni. A naptárakat a nyomdaipari szakon tanuló diákjaink szerkesztették és nyomtatták. A gyors munkafolyamat végén a nyomtatóból azonnal a látogatók kezébe kerülhettek az elkészült munkák. A Nyílt nap idén is sikeres volt, sok iskolaválasztás előtt álló diák látogatott el iskolánkba, hogy technikumunk továbbtanulási lehetőségeiről tájékozódjon. Az esemény izgalmas, ötletes volt és több látogató szájából is elhangzott már, hogy várja a pillanatot, amikor ennek az iskolának a falai között tanulhat.



TITKOS EGYENLET: A TÖKÉLETES PUNCS!

BÜCHLER ZSOLT TANÁR ÚR (EDDIG) TITKOS RECEPTJE ALAPJÁN

Ha valaki azt hinné, hogy a matematika tanár csak a számok világában mozog otthonosan, az még nem kóstolta a saját készítésű puncs italát. Illatos, fűszeres és elég erős ahhoz, hogy egy téli délutánon bárkit felmelegítsen. Viszont aki ebből a puncsból sokat „tanulmányoz”, könnyen elfelejti a pitagorasz tételt, és a másnapi dolgozatot is.

HOZZÁVALÓK:

- ☐ 1L vörösbor
- ☐ 1L fehérbor
- ☐ 1L rum
- ☐ 80 dkg cukor
- ☐ 2 citrom
- ☐ 2 narancs
- ☐ 2 tasak vaníliás cukor
- ☐ Szegfűszeg, szegfűbors, kardamon, csillagánizs ízlés szerint

ELKÉSZÍTÉS:

A gyümölcsöket megmossuk, majd mindkettőnek hajszálvékonyan lehámozzuk a sárga héját. 6 dl vizet a héjakkal felforralunk, belekeverjük a fűszereket. Ezután hozzáöntjük az összes többi alkoholt. Beleszórjuk a cukrot, és éppen csak forráspont közelében melegítve, belecsavarjuk a citrom és a narancs levét is. Jól összekeverve, azonnal tálaljuk. A kihűlt puncsot palackozzuk, hűtőben tároljuk.

Tanár úr elmondása szerint a borok jók, szárazak, a rum fűszeres, ő kimondottan Captain Morgan Spiced Gold rumra esküszik.

Az ünnepek közeledtével ez a puncs nemcsak az iskolát, hanem a szívünket is felmelegíti. Mi biztosan ezzel koccintunk az év végére!



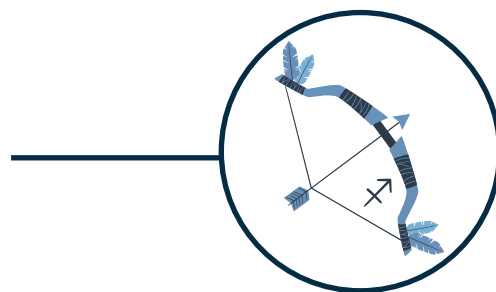
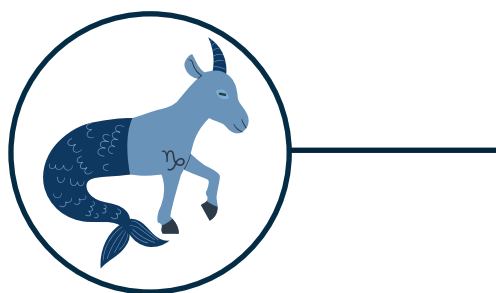
2025 TÉLI HOROSZKÓPOK

A TÉL ÜZENETE A NYILASNAK, BAKNAK ÉS A VÍZÖNTŐNEK

Ahogy beköszönt a tél, nemcsak a hőmérséklet esik, hanem a csillagok állása is megváltozik. Vajon mit tartogatnak az érkező üstökösök ezeknek a csillagjegyeknek?

NYILAS

Számodra a tél maga a kaland, még akkor is, ha ez csak annyit jelent, hogy megpróbálsz eljutni a suliba anélkül, hogy elcsúsznál a jégen. Tele vagy energiával, és még a dolgozatokat is könnyen veszed. Mottód: „Ezt is megoldom valahogy.” Ha szerencséd van, idén nemcsak a Mikulást látod, hanem azt is, hogy valaki visszaadja neked a tavaly kölcsönvett tolladat.

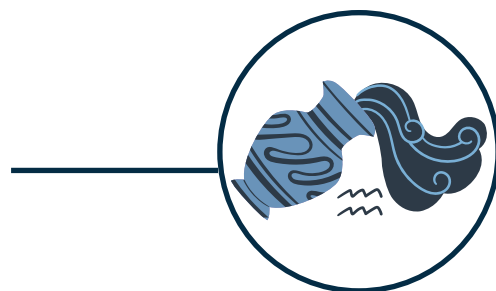


BAK

Te vagy az iskola titkos motorja: mindig mindenről tudsz, és általában elsőként adod le a házi dolgozatod. Még a tanárok is tőled kérnek segítséget, amikor lefagy a projektor. Az osztálytársaid meg sem lepődnek, ha forró csokival a kezeden oldod meg a matekfeladatokat. Annyit kell megjegyezned, hogy a karácsonyi ajándékokat nem muszáj precízen, vonalzóval kimért hajtásokkal becsomagolni.

VÍZÖNTŐ

Te télen is külön vagy. Mínusz öt fokban is képes vagy pulcsiban kimenni, mert szerinted nincs is hideg. Tele vagy inspirációkkal, és már a jövő évi karácsonyra is kigondoltad az ajándékötleteket. Érdeemes lenne kicsit lassítani, és meghallgatni, amit mások mondanak. Különösen fontos a következő jótanács: „Ne menj a jégre, még nem fagyott be rendesen!”



ORSZÁGOS DIÁK SAJTÓFOTÓ PÁLYÁZAT

2025-ben második alkalommal rendezték meg az Országos Diák Sajtófotó Pályázatot, mely a Magyar Sajtófotó pályázat ifjúsági változata.

MIRŐL SZÓL A PÁLYÁZAT

Az esemény szervezője a Békéscsabai SZC Szent-Györgyi Albert Technikum és Kollégium. A pályázat célja, hogy ösztönözze a fiatalokat a fotóriporteri munka megismerésére és gyakorlására, valamint lehetőséget biztosítson számukra, hogy bemutatassák legjobb fotóikat egy rangos szakmai zsűri előtt. A versenyre – középiskolai diákok jelentkezhetnek – összesen 150 diák nyújtotta be a képeit, számuk elérte az 1300-at. A pályázók a következő 9 téma közül választhattak: Emberábrázolás, emberábrázolás sorozat, művészet, művészet sorozat, sport, sport sorozat, képriport, természet és tudomány, illetve az idei új téma, a szülőföldem. Minden indulók maximum 10 képet tölthetett fel, amelyek kizárólag 2024. január 1 és 2024. december 31 között készülhettek. A képek feltöltési határideje 2025. február 3 volt, a díjátadóra 2025. március 6-án került sor.



DIÁKJAINK MUNKÁI

A díjazottak közé iskolánk két tanulója is bekerült. Fodor Kristóf (12.C) 1. helyezést ért el Szülőföldem kategóriában Salamás látképe című fotójával. A kép annyira jól sikerült, hogy még a Rákóczi Szövetség díjával is elismerték. A kép nemcsak egy tájat, hanem egy hazához fűződő mély kötődést is bemutat, egyszerre dokumentatív és lírai. Kráz Botond (12.C) szintén figyelemre méltóan teljesített, Sport kategóriában 3. helyen végzett a Nyolc másodperc című fotójával. Az esemény Facebook oldalán így jellemezték a képet: „A kép dinamikája és pillanat megragadása tökéletesen bemutatja a sportban rejlő feszültséget és idővel folytatott küzdelmet.” Mindannyian büszkéek lehetünk rájuk, csak így tovább.

VÁNDORKIÁLLÍTÁS

A nyertes diákok képei a díjátadó után még egy hónapig, április végéig megtekinthetők voltak Békéscsabán, a Szent-Györgyi Albert Technikumban, majd a nyár folyamán Pécsen, a Csorba Győző könyvtárban is. Az esemény rengeteg érdeklődőt vonzott, így útjára indult egy vándorkiállítás, melynek célja, hogy a fiatal fotósok képein keresztül mutassa meg, hogyan látják ők a világot – őszintén, kíváncsian és művészién.



A KIÁLLÍTÁS ISKOLÁNKBAN

Minden téma nyertes fotójából összeválogatott vándorkiállítás megnyitójára iskolánk aulájában került sor 2025. november 3-án. Az eseményt Csengeri Mária igazgató asszony nyitotta meg, majd Pozojevich Miklós fotográfus oktató osztotta meg gondolatait a diákfotózás jelentőségéről. A megnyitó hangulatát Csizmadia Zsófia novellarészlete és Kelemen Tímea (11.A) táncprodukciója tette még különlegesebbé. A vendégek ezután megtekinthették a fénykéпкиállítást, miközben halk háttérzene kísérte az eseményt. Ezt követően a résztvevők állófogadással zárták az ünnepséget. A fotókiállítás 2025. november 17-ig volt megtekinthető az iskola aulájában. Aki bármilyen okból is lemaradt volna róla, még megtekintheti a képeket a www.diaksajtofoto.hu oldalon. Utólag is gratulálunk Fodor Kristófnak és Kráz Botondnak, mint versenyzőknek és nyerteseknek a kitűnő eredményeikhez! Nektek melyik képek tetszettek a legjobban?



PRIMANIMA 2025

ANIMÁCIÓS VERSENY

A Primanima egy nemzetközi animációs fesztivál és verseny elsőfilmes alkotók számára, amit minden ősszel Budaörsön rendeznek meg. A fesztivált 2012-ben Orosz Anna Ida és Patrovits Tamás alapította.

TÖBB, MINT EGY FESZTIVÁL:

A Primanima nemcsak vetítésekkel, hanem egész éves szakmai és oktatási programokkal támogatja az animációs közösséget a Budaörsi Animációs Bázis és Kreatív Térben (BABTér). Itt rendszeres workshopok, játszóházak és képzések várják az animáció iránt érdeklődőket. Gyerekek, fiatalok és felnőttek egyaránt bepillantást nyerhetnek a mozgóképek világába. A Primanima egyik állandó szakköre a Print House grafikai műhely, ami lehetőséget biztosít a kreatív fejlődésre és az alkotói tapasztalatcserére. Így a fesztivál nemcsak egy évente megrendezett találkozási pont, hanem egy folyamatos központja is a magyar és nemzetközi animációs életnek. A BABTér így egész évben élő, inspiráló alkotói közösséget teremt.

NEMZETKÖZI ANIMÁCIÓS TALÁLKOZÓHELY:

Évente több mint 700 rövidfilm érkezik a világ vezető animációs iskoláiból a rendezvényre. A fesztivál a legtehetségesebb fiatal rendezők, tapasztalt mesterek és kísérleti alkotók munkáit is bemutatja. A versenyprogramokban diák-, diploma-, elsőfilmes és mesterkategóriákban mérhetik össze tudásukat a fiatal alkotók, míg a Sziluettek szekció a kísérleti és formabontó filmeknek ad teret. A nemzetközi zsűri és a közönség közösen ítéli oda a díjakat a versenyzőknek. A fesztivál a közönség találkozásának izgalmas ünnepévé válik. A tehetségek sokszínűsége évről évre lenyűgözi a közönséget, így a rendezvény minden évben az animáció ünnepévé emelkedik.

INTERJÚ CZAFIK JANINA 11.C OSZTÁLYOS TANULÓVAL:

Milyen élmény volt a fesztivál, hogy élted meg?

Számomra nagyon érdekes volt, úgy éreztem tényleg értékes dologra szánom az időmet. 9 animációs filmet nézhettünk meg, ami mind valamiféle hatással volt rám. Mély és jelentőségteljes filmeket nézhettünk. Nagyon jó volt látni, hogy a világ különféle pontjairól milyen filmeket adtak le. Felejthetetlen élményt adott, amely hosszú ideig velem marad.

Melyik animáció fogott meg a legjobban?

Nekem az Off-Time című animáció tetszett a legjobban. Ez viszonylag egy egyszerűen megrajzolt film volt, ami egy férfi életét követte, illetve a káoszt az életében. Szinte össze-vissza gyorsult, így az idő teljesen szétesett a filmben. Ez a program tökéletes lehet mindenki számára, aki az animációk világában akar elhelyezkedni. Számomra igazán inspiráló élményt nyújtott ez az alkotás.



Milyen tudással gazdagodtál?

Persze, annyiféle technikát, módszert és történetet láttunk, hogy ebből csak gazdagodni tudtam. A nap elején betekintést nyerhettünk a BABtér pár termébe, és megnézhattuk, milyen különféle technikákkal dolgoznak, és mik készülnek a termekben. A versenyprogramon nemcsak a történetíráson gondolkodhattunk, hanem a technikákon.





KÖZÖS JÖVŐ, KÖZÖS ÖTLETEK

A program folytatásaként minden résztvevő iskolából egy csapat jutott tovább, így intézményünket is egy ötfős csapat képviselte. A csapat tagjai: Bálint Anita, Csigó Petra, Gazdag Rebeka, Simon Laura és Szatmári Tamara. A versenyben továbbjutott csapatoknak különleges élményben volt részük: november 15-én, pénteken egy teljes éjszakát tölthettek Budapesten a Danubius Hotelben, ahol az ország különböző pontjairól érkező diákokkal találkoztak. Az este során minden csapat megismerkedett a mentorukkal is, aki a projekt további kidolgozásában segíti majd őket.

INTERJÚ SIMON LAURÁVAL

Milyen volt a találkozó, hogyan épült fel az esemény?

Péntek reggelre kellett felérnünk Budapestre a hotelbe. Egész napos foglalkozások vártak ránk, ahol különböző csapatépítő feladatokon keresztül megismerkedtünk egymással. Átbeszéltük a projektötletünket is, ami a fénykertek felújítása. A napot egy közös, jó hangulatú élményvacsorával zártuk. Ez remek alkalom volt arra, hogy kötetlenebb formában is beszélgezzünk, és még jobban megismerjük egymást.

Mikor lesz a második forduló, és milyen feladatok várnak rátok addig?

A második forduló januárban lesz, akkor derül ki, hogy a jelentkező csapatok közül melyik öt jut tovább. Addig több feladatunk is van: most például egy kérdőívet kell készítenünk, amellyel felmérjük, mennyire lenne igény a projektünkre, és milyen fejlesztéseket várnának a diákok. Ezeket az eredményeket majd be is kell építenünk a végleges tervünkbe. A következő hetekben azon dolgozunk, hogy minden visszajelzést beépítsünk, minél átgondoltabb legyen a következő fordulóra.





INTERJÚ KASZNÁR BÁLINT TANÁR ÚRRAL

Hogyan élik meg a diákok a projektet?

Diákok számára motiváló, beleadnak mindent a tudásuk szerint. Jó kapcsolatot alakítottak ki a mentorokkal, örömmel dolgoznak a pályázaton.

Milyen kihívásokkal kell szembenéznük?

Feszített a tempó, hetente kell leadni a feladatokokat. Ahhoz, hogy véleményeiket megtudják, töltsétek ki minél többen a kérdőívet.



INTERJÚ CSIGÓ PETRÁVAL

Mi a ti projektetek?

Maga a projekt a fénykertek felújítása a technikai diákok részére. A technikai diákok életének fontos helyszínévé válhatna, ugyanis pozitív lenne, ha saját terünk is lehetne, ahol kevesebb a nyüzsgés és több a friss levegő, egyfajta relaxációs kert. Rossz időre is gondoltunk, ezért látványterveket készítettünk tetőkkel, padokkal és növényekkel is. Továbbiakban reméljük, hogy a technikum diákjainak tetszik az ötletünk.

Ki gondozná a fénykerteket?

A kertet a kertész és pár segítő kéz tartaná fent. Nagyon fontos, hogy közösen is óvjuk a számkra kialakított tereket.

Mi a célja a kérdőívnek, amit csináltatok?

A többi diák és tanár számára készítjük. Ezzel mérjük fel a projektünk szükségét.



A projekt további folyamatáról a februári cikkünkben olvashattok.



ERASMUS+

NYOMDAIPARI TECHNIKUS- DEKORATŐR

Az Erasmus+ program keretein belül három hetet tölthettünk Romániában, ahol nemcsak szakmailag tanultunk rengeteg új dolgot, hanem az itteni emberek szokásaival és mindennapi életével is megismerkedhettünk. Mi, nyomdaipari diákok a MultiNr.-nél rengeteg szakmai tapasztalattal gyarapodtunk, és új, eddig még nem ismert programokkal és technikákkal ismerkedtünk meg.

ELSŐ HÉT

Az első héten egy rendkívül kedves és összetartó csapat fogadott minket. A cég fő profilja a display-ek készítése a tervezéstől egészen a gyártásig, de számos más technológiával és anyaggal dolgoznak: a kartontól kezdve, a habosított HDF-től egészen a plexi, fém és még számos más újrahasznosított anyagig. Körbevezettek minket a gyár területén és nemcsak a tervezés folyamatát láthattuk, hanem egészen a megvalósításig végigkísérhettük a megrendeléseket vagy projekteket. Az első projektünk a cégnél egy tervezési feladat volt, egy általunk választott tárgynak kellett csomagolást vagy dobozt készíteni. Már az első feladatunk elkészítése során tanultunk egy új szerkesztési technikát, hogyan is tudjuk kiterítve megszerkeszteni a dobozt. Miután a szerkesztéssel elkészültünk, magunk vágtuk és állítottuk össze a dobozokat.

MÁSODIK HÉT

A második projektet közösen terveztük és nyomtattuk. Ékszerdobozt, design irattartót és egy mini szobrot készítettünk, amelyekben szabadon megjeleníthettük saját ötleteinket és szárnyaló fantáziánkat. A cég dolgozói végig segítettek minket, és gondoskodtak arról, hogy minden időben elkészüljön, és úgy tudjuk megvalósítani a terveinket, ahogy mi azokat elképzeltük. Tervezés után megnéztük hogyan telt egy nap a termelésben, és besegítettünk a display-ek alkatrészeinek szedésében és rendszerezésében; majd megrendeléseket csomagoltunk és dobozokat címkéztünk fel.

HARMADIK HÉT

Az Erasmus+ program záró hete telt a legizgalmasabban. Miután betekinthettünk a termelésbe, egy újabb projekttel bíztak meg minket. Ezúttal egy olyan tárgyat kellett készítenünk, ami izgalmas és kreatív. Mindannyian plexi anyagot használtunk a projektünk elkészítéséhez. A tervezéshez viszont segítettek megtanítani egy eddig nem ismert programot. Elsősorban megtanultuk, hogyan tudunk egy nyomtatásra váró terméket vágással és grafikával kiadni. A munkáink között egy miniszobor alkatrésze, egy egyedi tervezésű malomjáték és egy nem mindennapi mécses-tartó készült. Az utolsó napokban pedig készítettünk egy közös ajándéktárgyat, egy emléket az itt töltött három hétről, amit minden cég, köztük a MultiNr. is kézhez kapott.



ÖSSZEGZÉS

A három hét alatt rengeteg tudással, tapasztalattal és kedves élményekkel gazdagodtunk. Köszönjük a lehetőséget, hogy itt tanulhattunk és hogy rengeteg tudást és ismeretet elsajátíthattunk. Az élmények és a kedves légkör pedig még jobbá tette a gyakorlatot. Teljes szívből ajánljuk mindenkinek, hogy éljen az Erasmus+ program adta lehetőséggel.





MOZGÓKÉP- ÉS ANIMÁCIÓKÉSZÍTŐ

Mozgókép- és animációkészítőként a Campaign Minds-nál töltöttük szakmai gyakorlatunkat az Erasmus+ program keretein belül Sepsiszentgyörgyön. A cég fő profilja a videók készítése és az azzal járó utómunkák szerkesztése. Továbbiakban szakterületük kiterjed az interjúk készítésére, illetve videoklipek forgatására különböző eseményeken.

ELSŐ HÉT

Az első héten nagyrészt a már meglévő videók-nak az utómunkájával foglalkoztunk. Nagyon sok hasznos dolgot sajátítottunk el, tanultunk a videószínezésről -és vágásról, a feliratozásról, valamint különféle effektusok használatáról. Külső helyszínen is volt alkalmunk forgatni és interjúkat is készíthettünk, valamint a forgatások utáni feladatokkal, a videók kapcsolatos utómunkákkal is mi foglalkoztunk.

MÁSODIK HÉT

A második héten feladatként vágóképeket vet-tünk fel. A feladatunk egy kisfilm elkészítése volt, amelyet a már felvett jelenetekből egy-egy meg-adott téma alapján kellett létrehozni. Egy közös sorsolást tartottunk, ahol mindenki megkapta a saját témáját. A témák között szerepelt a horror és a dokumentumfilm is. A témák sokszínűsége jelentette a feladat újszerű nehézségét, mivel mindannyian azonos felvételekből dolgoztunk. Új programmal is megismerkedtünk, mint például a Mister Horse-szal, ami az Adobe After Effects és Premiere Pro programon belül egy videószerkesztési és mozgógrafikai munkafolyamatok felgyor-sítására és megkönnyítésére használt bővítmény.

HARMADIK HÉT

A harmadik és egyben utolsó héten még foly-tattuk a kisfilmek vágását és szerkesztését. Viszont amíg Sepsiszentgyörgyön voltunk, a Sulihíradóról sem feledkeztünk meg. Az Eras-mus+ program videófelvételei úgy készültek el, hogy mindenki választott egy gyakorlati hely-színt, mint például a SepsNeuro vagy a MultiNr., majd a kérdések megfogalmazása és az inter-júk felvételei után mindannyiunk a saját híradós projektjét vágta meg, aminek a szerkesztése és összeállítása mind megtekinthető a híradónk első részében.

ÖSSZEGZÉS

A Campaign Minds-nál egy nagyon kedves, összeszedett és segítőkész csapat kísérte végig a gyakorlatunkat. Főként egyedül dolgoztunk, de ha segítségre volt szükségünk, akkor bármi-kor kérdezhettünk és ők a segítségünkre voltak. Nagyon tudjuk ajánlani magát az Erasmus+ programot, mivel rengeteget lehet tanulni a gyakorlati helyszíneken. Megannyi élménnyel és tapasztalattal is gazdagodhatnak azok akik jövőre jelentkeznek.

FOTOGRÁFUS

Mi fotográfus tanulók az Erasmus+ programnak köszönhetően a szakmai gyakorlatunkat Torró Attila természetfotóssal és Gheorghita Raymondokkal tölthettük. Rengeteg tapasztalattal és élménnyel gazdagodtunk, valamint lehetőségünk nyílt kipróbálni magunkat a fotózás világában.

ELSŐ HÉT

Szakmai gyakorlatunkat az első héten Torró Attilánál kezdtük, aki természetfotósként kiállításon sokra vitt el minket. Tudásunkat gyarapíthattuk az ott megtekintett fotók és szobrok fotózásával. Emellett a portréfotózást mint gyakorlati feladatot is elsajátítottuk és a fényfestés új technikájának használatát is tőle tanulhattuk meg. Az első hét nemcsak az új ismeretek elsajátításában segített, hanem abban is, hogyan fejlesszük a kreatív látásmódunkat egy egyszerű kiállítás fotózásakor.

MÁSODIK HÉT

A második hetet már Gheorghita Raymondokkal kezdtük, aki rögtön egy kreatív feladatot bízott ránk. A feladat nemcsak a szakmai tudásunk fejlődését szorgalmazta, hanem megmutatta azt, hogyan is látjuk a világot kezdő fotográfusként. A természetfotózáshoz ezen a héten kerültünk közelebb igazán. A fotózásaink során nemcsak a városi parkot, hanem a távoli, emberektől elszigetelt hegyeket, és az ott élő világot is megismerhettük. Változatos és mindig újszerű kihívások elé állított minket a mentorunk, emellett nagyon sok szakmai segítséget is kaptunk tőle amit rögtön a gyakorlatban is tudtunk hasznosítani. Raymondó nagyon sok lehetőséget kaptunk, még a saját munkáiba is belevont minket. Egy projektjét is megismerhettük, amiben egy többszörös Európa-bajnok kerékpározóval dolgozott együtt.

HARMADIK HÉT

Az utolsó hét mozgalmasan telt, hiszen a gyönyörű természeti tájak után a várost is bejártuk. Az utolsó feladatunk egy főzőversenyre vezetett. Itt a román konyha rengeteg izgalmas és érdekes specialitásával találkoztunk. A fotózások alkalmával különböző fotótechnikákat sajátítottunk el, illetve betekinthettünk a videókészítés kulisszái mögé is, aminek kifejezetten örültünk.



ÖSSZEGZÉS

Ez a három hét hihetetlenül gyorsan eltelt, rengeteg új élménnyel gazdagodtunk, miközben változatos és izgalmas feladatokat végeztünk. Sosem volt monoton vagy kiszámítható a gyakorlat. Mindig volt valami váratlan vagy új ami kihívás elé állított mindannyiunkat. Csak ajánlani tudom az Erasmus+ programot és arra bátorítok mindenkit, hogy éljen egy ilyen fantasztikus lehetőséggel! Próbálja ki magát mindenki az Erasmus+ programon!





FITNESS-WELLNESS INSTRUCTOR / PHYSIO ART

A program három hetét Sepsiszentgyörgyön a PhysioArt nevű phisioterápiás és rehabilitációs központban töltöttem. A cég profilja főként a rehabilitáció, diagnosztika, sport sérülések kezelése illetve a gyógytorna. Főbb specifikációi a térd és a gerinc sérülések, elváltozások. Kisgyermektől az idős korig foglalkoztatják a pácienseket.

ELSŐ HÉT

Mielőtt kérkeztünk volna az Erasmusra teljesen azt hittem, hogy nagyon nehéz lesz beilleszkedni és felvenni a ritmust a munkahelyen, hiszen nekem nem teljesen az a szakterületem amivel ez az intézmény foglalkozik, de nagyot tévedtem. Az ottani csapat és páciensek is rendkívül nyitottak voltak felém. A munkatársaim igyekeztek minél több és változatosabb feladatokat adni, hogy fejleszteni tudjam képességeimet és a tudásomat a saját szakmámban is. Természetesen az első néhány alkalommal kihívást jelentett a páciensekkel való foglalkozás, hiszen még sosem volt részem ilyesfajta gyakorlatok kijavításában, illetve a páciensekkel történő kommunikáció és kontextusba lépés.

MÁSODIK HÉT

A következő héten lehetőségem nyílt, hogy foglalkozzak térd és meniszkusz sérülések kezelésével. A gerincferdülésre és a lapos hát szindrómára irányuló gyógytornász kezeléseket is végeztem, persze csak a mentorom vezetésével. Ezeket a kezeléseket és állapotfelméréseket akár edzőtermi edzőként is tudom kamatoztatni, így hatékonyabb és a problémára irányuló edzéstervet tudok készíteni.

HARMADIK HÉT

A központ alapítójával megtanultam a terápiás gépek kezelését is. Kipróbálhattam a tecar gépet, ami rádióhullámokkal gyógyítja a sérüléseket. A schroth terápiát, ami lökésterápia és az elektrotérápiát, ami az izmok, ízületek és a keringés megfelelő működéséért felel.

ÖSSZEGZÉS

A PhysioArt összetartó és képzett csapata szinte rögtön befogadott és munkatársként kezelt. Az első munkanapon már vendéget kaptam és dolgoztam vele. A mentorom sokszor a munkaidején túl is foglalkozott velem, elmagyarázta az aznap végzett kezeléseket. A sima kardiológiai és mobilitás fejlesztő tornákon egyedül foglalkoztam a páciensekkel. A három hét alatt rengeteg különböző és speciális edzéstervet írtam, ami a javamra vált.



FITNESS-WELLNESS INSTRUCTOR / SEPSI NEURO

Az Erasmus+ három hetes szakmai gyakorlatából az első kettőt a Sepsi Neuro rehabilitációs központban végeztük. A központnak van egy physio terápiás része, ahol gépekkel dolgoztunk és van egy gyógytornász részlege is. A hely légköre nagyon kellemes és barátságos volt, könnyen be tudtunk illeszkedni a munkatársak közé is.

FELADATAINK

Ahol a gyógytornákat végezték, segíthettünk a vendégek gyakorlatainak helyes elvégzésében, kijavítottuk a helytelen mozdulatot. Bemutattuk annak helyes elvégzését. Emellett megtanultuk a türelem és a folyamatos figyelem fontosságát. Valamint azt, hogyan lehet motiváló és támogató módon segíteni a gyógyulási folyamatát.

KIHÍVÁSOK / ÚJDONSÁGOK ELSAJÁTÍTÁSA

Talán a legnagyobb kihívással a physio részlegen találkoztunk, ugyanis elsajátíthattuk az ultrahangos és a kézi lézeres kezeléseket. Miután megtanultuk a gépek működését és használatát egymáson is elvégeztük velük a vizsgálatokat.

AMI A LEGJOBBAN TETSZETT

A gyógytornász részlegen mindig volt feladatunk, sohasem hagyták, hogy unatkozzunk. Mindent kipróbálhattunk és kérdezhettünk. A kollégáink figyeltek az igényekre, jó közegot teremtettek a munkához. Ez a támogató és nyitott munkakörnyezet hozzájárult ahhoz, hogy gyorsan tanuljunk és magabiztosan végezzük a feladatainkat.



BÁTORÍTÁS A KÖVETKEZŐ ÉVEKRE

Bátran jelentkeztek! Először mi is megijedtünk a három héttől, de egyáltalán nem tűnik hosszú időnek, nagyon gyorsan eltelnek a hetek a sok esemény és újdonság közepette. Rengeteg új, érdekes tudással és tapasztalattal tértünk haza, amit a jövőben kamatoztatni fogunk. Emellett a csapatmunka és az együttműködés élménye is nagy hatással volt ránk, hiszen mindenki támogatására számíthattunk a feladatok során.



SPORTEDZŐ / CHANGE CENTER

A Program első két hetét a Change Center életmódközpontban töltöttük. A cég profiljába tartozik a kardio, pilates, állóképességi edzések, foglalkozások, valamint az egészséges életmódra való törekvés figyelemmel kísérése.



MUNKAKÖRÜNK, FELADATAINK

Az edzés előtt minden résztvevőnek bemelegítést tartottunk, illetve az edzés után levezető nyújtási gyakorlatokat igyekeztünk mutatni a vendégeknek. Természetesen egy ilyen munkahelyen néha számítani kell arra is, hogy nem mindenki fogadja el a segítséget, vagy azt, ha segítő szándékkal ki szeretnénk javítani a egy hibás elemet. Ezt teljességgel el kell fogadni, még akkor is, ha olykor nem esik jól, amikor visszautasítják segítő, javító szándékodat. A munkahelyen nem nagyon tanultunk újdonságokat, mi az iskolában megszerzett tudásunkat kamatoztattuk a program során. Ez egy nagyon jó kezdés volt, hiszen még sosem dolgoztunk edzőteremben. Az új kihívást csak az emberekkel való kommunikáció jelentette.

BEOSZTÁS ÉS MUNKAIIDŐ

A többiekkel ellentétben talán nekünk volt a legfurcsább munkaidős beosztásunk, ugyanis sokszor délután 17:00 órára mentünk dolgozni 20:00-ig. Ez sokszor jól jött, mert sokáig aludhattunk és szabad volt a délelőttünk, de volt hátulütője is, mivel mire a többiek megjöttek a munkából, nekünk már dolgozni kellett mennünk. Ez időnként kicsit nehezen volt összeegyeztethető a közös programokkal. Ennek ellenére alkalmazkodtunk a beosztáshoz és kialakítottuk a saját napi rutinunkat. A munkarend miatt más ütemben telt a napunk, de összességében kezelhető volt a helyzet. A beosztás hozzájárult ahhoz is, hogy megtanuljunk jobban megszervezni az időnket és átláthatóbban szervezni a napunkat.



SPORTEDZŐ / SEPSI TÖMEGSPORTOK

Én mind a három hetemet különböző munkahelyeken töltöttem, így kipróbálhattam magam három különböző sportnak az edzőjeként is.

SEPSI ISK KÉZILABDA CSAPAT

Az ISK fő profilja az utánpótlás nevelés és tehetséggondozás. Én az U10–U13 korosztály csapatainál végeztem feladataimat, főként az edzés első periódusát tartottam, ami a bemelegítést és a keringésfokozást jelenti. Mivel fiatal korosztályról van szó, igyekeztem játékosan, de hatékonyan átmozgatni őket. Utána különböző labdás gyakorlatokat végeztem velük. A munkámban az volt a nehéz, hogy Romániában voltunk, ezért a csapat nagy része román anyanyelvű gyerek volt és ők ezért nem értették az instrukciókat, de szerencsére a magyar gyerekek lefordították nekik a fontosabb információkat.

SEPSI OSK FUTBALLCSAPAT

Ebben az egyesületben az U9-es csapattal volt szerencsém foglalkozni. Itt inkább már a sportban kiemelkedő válogatott, de még mindig gyerekekből álló sportolók útjának az egyengetésében segédkeztem. Itt már egy kiforrott, összeszokott csapat volt az edzővel, valamint ennek a klubnak van egy fix éves periodizációs terve. Emiatt nagyon az edzések levezetésében nem tudtam részt venni, a munkám inkább a megfigyelésen, korrigáláson, tökéletesítésen alapult. Itt sok olyan tanácsot kaptam, amivel a későbbiekben könnyebben veszem észre a nagy jövő előtt álló sportolókat.



SEPSI ISK KOSÁRLABDA CSAPAT

Tőlem egy kicsit távol áll a kosárlabda, de ez sem tántorított el attól, hogy belevessem magam annak rejtelmeibe. Újdonság volt számomra, hogy U16–U17-es, tehát a korosztályommal foglalkoztam, emiatt sokkal rugalmasabb volt az edzés. A feladataim javarészt ezen a héten is a megfigyelés volt, viszont hétfőtől szerdáig szívtam magamba a tudást és így csütörtökön önállóan megtartottam a bemelegítést és keringésfokozást. Itt megtanulhattam, hogyan tudok nemtől és korosztálytól eltérően érthető instrukciókat adni, és hogyan tudom közvetíteni feléjük a javító szándékot, hogy minél előbb megértsék.

ÖSSZEGZÉS

Tapasztalataim során igyekeztem a pszichológiai és gyakorlati edzésstanban szerzett tudásomat hatékonyan alkalmazni a mindennapi munkában. Fontosnak tartom, hogy minden korosztályt és nemet figyelembe véve tudjam ösztönözni és motiválni a tanulókat, különösen a fiatalokat, akik még a sport alapjait sajátítják el. Emellett folyamatosan törekszem a saját szakmai fejlődésemre, hogy naprakész módszerekkel támogathassam a tanulókat. Nagy örömet jelent számomra, ha látom, hogy a fiatalok önbizalmukban és képességeikben is fejlődnek a közös munka során.





NE, NE, NE,
NE, NE!

Eljöhetsz velem,
ha szeretnél...

De én ember
vagyok!!!

Azt nem tudom,
de megkereshetjük...

Van egy
igazgyöngy,
ami át
tud
változtatni
sellővé.

Rendben,
és az hol
található?

FOLYTATJUK...



DIÁKDIRI

11.A – MAMMA MIA

A sokatok által kedvelt filmet, a MAMMA MIA!-t hoztuk el nektek az iskolai programra. Szeretnénk bemutatni nektek felkészülésünket és hogy hogyan is valósítottuk meg ötleteinket a témához.

Hogyan jött az ötlet a témához, illetve, hogyan álltatok neki a kidolgozásnak?

Azon, hogy mi is legyen a témánk, tavaly elkezdtünk gondolkodni, mert mindenkinek voltak jó ötletei és végül kettő kiemelkedő közül, közös megegyezés alapján megállapodtunk. El is kezdtük kidolgozni, de még év elején megváltoztattuk, és így jött létre a MAMMA MIA! nevű végleges témánk. Így mindenki izgatottan várta, hogy az ötleteinket végre a gyakorlatban is megvalósíthassuk. Ez a döntés meghatározta a projekt egész hangulatát és irányát.

Hogyan osztottátok fel a feladatokat?

Készülődésünket azzal kezdtük, hogy a két táncossal foglalkozó lányunk elkezdte megtervezni a kampánytánc koreográfiáját. Többen is bekapcsolódtak az ötletelésbe, így mindenki hozzá tudta adni a saját elképzeléseit, de a végleges mozdulatsort végül ők állították össze és tanították be. A feladatok tudatos felosztása nagyban segítette a közös munkát: volt aki a zenéért felelt, más a kellekeket intézte vagy épp a próbák szervezésében segített. Ennek köszönhetően mindenki fontosnak érezhette magát és valóban hozzá tudott járulni a projekt sikeréhez. A közös készülődés pedig nemcsak hatékonyra, hanem igazán jó hangulatúvá is vált. Mindez összekovácsolta a csapatot és növelte a lelkesedésünket.

Okozott-e kihívást a feladat? Ha igen, hogyan oldottátok meg?

Amikor elakadás volt, aki tudott segíteni megoldani a helyzetet, ezzel is jobban összehozva az osztály közösségét. Egyes feladatok nehezebbek tűntek, vagy kihívásnak hatottak, de ezt is a legjobb tudásunkkal és a közös ötleteinkkel oldottuk meg. Ebben az is közrejátszott, hogy a szabályok nem voltak letisztázva, hogy mit szabad és mit nem a kampányolás során. Az osztály jól tudott összedolgozni az egész készülődés alatt és amit terveztünk, azt meg is tudtuk valósítani. Voltak pár hullámvölgyek, különböző vélemények amik kisebb vitákra fordultak, de megbeszéltük őket és közösen dolgoztunk tovább.



Mennyire tudott együtt dolgozni az osztály?

Mivel szeptemberben témát váltottunk, sok feladattal el voltunk maradva, ezért igyekeztünk mindent siettetni, ami kissé megcsúszást eredményezett a film elkészítésében. Ha a filmre jobban tudtunk volna koncentrálni, és aki a forgatást szervezte, végig maximálisan beleadta volna az energiáját, valószínűleg még összeszedettebb és ütősebb kisfilm születhetett volna. Ennek ellenére mindent megtettünk a lehető legjobb eredmény érdekében. A táncot rengeteget gyakoroltuk iskolán kívül és az iskolában is, hiszen a koreográfia technikailag összetett mozdulatokat és emeléseket tartalmazott és a folyamatos gyakorlás során rengeteget tanultunk a türelemről, az összhangról és a kitartásról. A közös munka végül sok örömet és értékes tapasztalatot hozott mindannyiunknak.

Összességében hogyan éreztétek magatokat? Mennyire vagytok elégedettek végeredményetekkel?

Az, hogy élveztük-e az nem kérdés. Az egész osztály lelkesen gyakorolt és készült a nagy napra. Attól függetlenül, hogy nem szereztük meg az első helyet, büszkék és boldogok vagyunk, mert élveztük amit csináltunk. Jó volt a légkör és remek hangulatot csináltunk a diákoknak a műsorunkkal. A próbákra is mosolyogva tekintünk vissza, mert mindig jó hangulatban teltek. A szemünkben egyrészt nyertünk, mert össze tudtuk hozni a témaváltással is azt, amit akartunk és meg is valósítottuk. Reméljük, hogy majd a jövőben is megmarad ez a jó közösség és, hogy továbbra is ilyen szoros és izgalmas diákdiriket és kampányolásokat láthatunk.





11.B – FLASHBACK

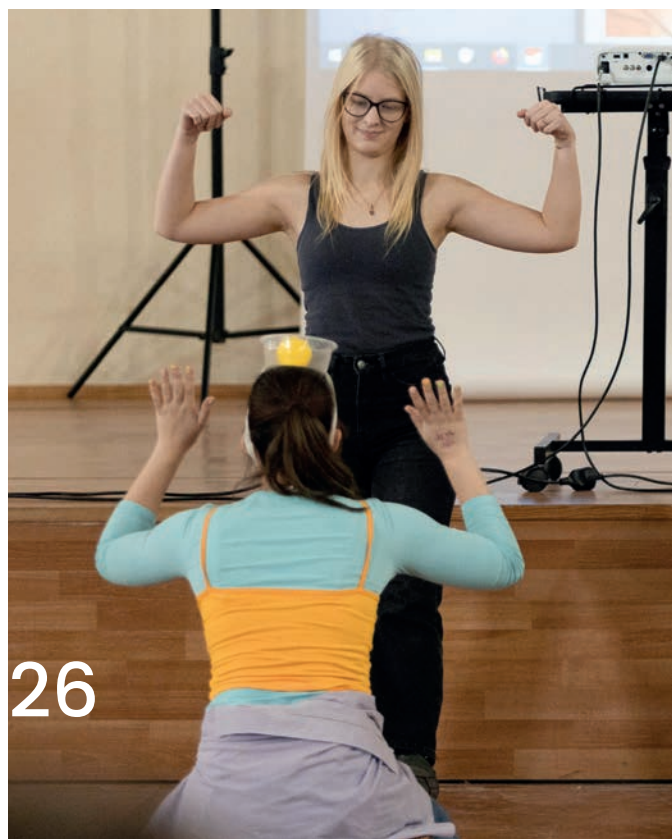
Most nem a 2000-es évekre fogunk visszagondolni, hanem elég csak a Diákdiri napjáig és az előkészületekig visszamenni. Szeretnénk bemutatni, hogy mi hogyan készültünk fel és milyen volt nekünk megélni mindezt.

Hogyan jött az ötlet a témához, illetve, hogyan álltatok neki a kidolgozásnak?

A 10. év elején kezdtünk el ötletelni a lehetséges témáinkról, és hosszabb beszélgetések után végül a 2000-es éveknél állapodtunk meg, mivel ez kínálta a legtöbb kreatív lehetőséget. Ezt követően nekiláttunk a projekt részletes kidolgozásának: meghatároztuk a nevünket, a stílust, amire fókuszálni szeretnénk, és elkezdtünk dolgozni a logókon is, hogy vizuálisan is kifejezze a választott témát. Sok időt szántunk a színek, formák és tipográfia átbeszélésére, igyekezve olyan arculatot kialakítani, amely kreatív, figyelemfelkeltő, a 2000-es évek hangulatát idézi, és minden csapattag ötleteit is tükrözi.

Hogyan osztottátok fel a feladatokat?

Kisebb csapatokra bontottuk magunkat a feladatok szerint és nekiálltunk kidolgozni a tervünket. Mindenki különböző feladatot vállalt el. Voltak akik a filmnek írták a forgatókönyvét, a táncot koreografálták vagy a feladatokat dolgozták ki és állították össze. Dekorátöreink foglalkoztak a kirakattal és a paravánnal, míg a nyomdászok szerkesztették össze a plakátokat a főszereplőinknek, illetve a programoknak. Valaki a szponzorokat és az ajándékokat szerezte be nyereményeinknek. Természetesen mindig mindent megbeszéltünk, hogy mindenkinek megfeleljen a másik ötlete. Összességében mindenki segítőkész volt és kivette a részét a programban.



Okozott-e kihívást a feladat? Ha igen, hogyan oldottátok meg?

Volt, hogy kihívással szemben találtuk magunkat, például amikor megváltoztattuk a nevet, ezáltal a logót is újra kellett tervezni. Ekkor jött a flash-Back név. A forgatókönyv írásánál is voltak kisebb konfliktusok, mert mindenkinek más ötlete volt, de összeötvöztük őket és nyár végére kész is lett. A táncnál is voltak nehézségek, mert az osztály többsége nem tapasztalt a tánc terén. Szerencsére koreográfusaink segítettek mindenkinek megtanulni a lépéseket. Sajnos iskolaidőben nem foglalkozhattunk a Diákdirivel, ezért volt, hogy plusz órákat maradtunk az iskolában, vagy szombaton is bejöttünk forgatni. Sajnos ezek miatt sok dologgal el voltunk maradva és ezért voltak kisebb összekapások, de végül mindennel végeztünk időben. A programoknál volt kavarodás, mert a szabályok nem voltak tiszták, de megbeszéltük őket a másik kettő osztállyal, tanáraikkal és azoknak is nekiálltunk miután tisztázódtak a dolgok.



Összességében hogyan éreztétek magatokat? Mennyire vagytok elégedettek végeredményetekkel?

Összességében úgy érezzük, sikeresen és lelkiismeretesen valósítottuk meg a feladatot, miközben rengeteget tanultunk az együttműködésről, a kitartásról és a kreatív problémamegoldásról. A próbák, forgatások, fotózások és az előkészülés sok energiát és időt igényelt, de közösen, egymást támogatva végigcsináltuk, és megtapasztaltuk, milyen erőt ad a csapatmunka a nehéz pillanatokban. Köszönettel tartozunk mindazoknak, akik bármilyen módon segítettek munkánkat, különösen tanárainknak a tanácsokért és szüleinknek a kitartó támogatásért. Hálásak vagyunk a többi diáknak is, akik érdeklődéssel követték munkánkat, bíztattak minket, és ösztönöztek minket a jobb teljesítményre. Gratulálunk a másik két osztálynak az eredményeikért, a kitartó munkájukért, és örülünk, hogy mindenki ilyen lelkesen végezte el a feladatot. Ez a projekt nemcsak a kreativitásunkat és kitartásunkat próbálta, hanem értékes tapasztalatokkal és élményekkel gazdagított minket, amelyeket a jövőben is hasznosítani tudunk. Reméljük jól éreztétek magatokat kampányaink programjain és a Diákdiri is tetszett. A mostani 10. évfolyamnak sok szerencsét szeretnénk kívánni jövőre, adjatok bele mindent! Izgatottan várjuk a ti előadásaitokat is.





11.C – LA CASA DE PAPEL

Sziasztok! Mi vagyunk a 11.C és be szeretnénk nektek mutatni a mi élményünket a Diákdirivel kapcsolatosan.

Hogyan jött az ötlet a témához, illetve, hogyan álltatok neki a kidolgozásnak?

Az egész 2024-es diákdirije után történt. Megbeszéltük az akkori véleményeket, hogy mit hogyan kéne csinálni a jövőben. Itt kezdtünk el a témán gondolkodni, amelyet enyhe konfliktus követett. Szavazással döntött el, hogy a La Casa De Papel lesz a témánk. A témát követte a feladat felosztások, ki mit intéz.

Mennyire tudott együtt dolgozni az osztály?

Rengeteg élményt szereztünk ez alatt a pár hét alatt, és a feladatok során az osztály nagyon jól összetartott, ami nagyban segítette a közös munkát és a gördülékeny haladást. Voltak akadályok, de kitartásunknak és egymás támogatásának köszönhetően minden problémát meg tudtunk oldani. Mindezek mellett rengeteget nevettünk, kreatív megoldásokat találtunk, és sokat tanultunk egymástól, így minden nehézség ellenére büszkék lehetünk arra, amit elértünk. A közös munka során erősödött az összetartásunk, és még jobban megismertük egymást.

Hogyan osztottátok fel a feladatokat?

Nyáron neki álltunk a zenék vágásának és a táncnak, ezt követték a programok, majd utána a kisfilm. Rengeteg dolgunk volt hiszen a szereplők felkérése, helyszín keresése és jelenetek újra vétele igenis idő volt.



Hogyan oldottátok meg? Okozott-e kihívást a feladat?

A programok során felmerültek kérdőjelek, mert voltak pontok, amelyek a szabályok között nem voltak teljesen egyértelműek, és kezdetben bizonytalanság alakult ki, ami miatt többen nem tudták pontosan, hogyan haladjanak előre. Ezeket évfolyam szinten is megbeszéltük, ami nagyban segített tisztázni a félreértéseket, és gördülékenyen haladhattunk a feladatokkal, miközben mindenki megértette a saját szerepét. Az osztályon belül is előfordultak kisebb kavargások, nézeteltérések és félreértések, amelyek mögött mindig volt valamilyen indok, de osztályfőnökünk aktív segítségével ezek a problémák is megoldódtak, és közösen sikerült kialakítani egy olyan rendszert, amely mindenki számára követhető és elfogadható volt. Így a kezdeti bizonytalanságok ellenére a csapat együtt tudott dolgozni, a felmerülő nehézségeket kezelni, és végül hatékonyan megvalósítani a programokat.



Összességében hogyan éreztétek magatokat? Mennyire vagytok elégedettek végeredményetekkel?

Kimondhatjuk osztály szinten, hogy igenis megérdemeltük azt a ragyogó első helyezést. A fődíj megszerzése, a rengeteg energia, a plusz órák a suliban. Mindennek meg lett az eredménye és mindenkinek hatalmas köszönettel tartozunk, amiért végig támogattak minket és hittek bennünk, ha elakadás volt segítettek és hype-oltak minket. Illetve szeretnénk gratulálni a másik kettő osztálynak is. Mindenki beletett mindent! Legjobb élmény volt közösen bulizni. Illetve szeretnénk megköszönni a rengeteg tanácsadást és együtt működést a tanároktól (különösen az osztályfőnökünknek, Mihály Flóra tanárnőnek, aki nem hagyott cserben minket és biztatott, bármi történt). Ki szeretnénk emelni Santo Ármin osztálytársunk, aki a kisfilmért és sok másért is vállalta a felelősséget. Egyértelműen az egész osztályt ki szeretnénk emelni, amiért ilyen jól össze tudunk fogni. Reméljük mindenki nagyon jól érezte magát kampánynapunkon és magán a Diákdirin is. Akik jövőre diákdiriznek, azoknak sok szerencsét, a többi osztálynak pedig jó szórakozást!





TORULA – AHOL ÉLETRE KEL A KREATIVITÁS

A CSAPATMUNKA KIHÍVÁSAI

Sok minden történt, mióta utoljára írtunk iskolánk tanulói és a Torula Művésztér közös projektjéről.

A PROJEKT KIÁLLÍTÁSA

A program végeredményét, a 9. évfolyamos tanulók munkáit a Torulában helyezték ki. A Fakie-kiállítás mellett a viking témájú bemutató is megtekinthető iskolánk J13-as terében. A műbemutató magába foglalja a védőeszközöket, mint a sisakokat, az evőeszközöket, például késeket, és a kiállított tárgyak között találhatók rúnák is.

INTERJÚ PUSKA ÁRONNAL 9. ÉVFOLYAMOS TANULÓVAL

Mint résztvevő hogyan élted meg ezt a hosszú projektet?

Az elején bizonytalanoknak éreztük magunkat, mert bedobtak minket a mély vízbe. Nem tudtuk, hogy pontosan mit és hogyan kell csinálnunk. A társaság jó volt, a tanárok is segítőkészek voltak és próbáltuk kihozni belőle a legjobbat.



A te csapated milyen feladatrészt kapott a projekt alatt?

Az én csapatom eszközöket készített. Viking bal-tát, védőfelszerelést, mint például a sisak és kis kés. Ezeket próbáltuk a legélethűbbre és legdíszesebbre csinálni.

Hogyan tudtak segíteni a 13.-asok?

A 13.-osok nagyon segítőkészek voltak. Amikor valamilyen akadályba ütköztünk, mindig számíthattunk rájuk, tanácsot adtak és sokszor más szemszögből közelítették meg a problémát. Így jó kapcsolat alakult ki közöttünk.

Hogyan érzed, tudtatok-e tapasztalatot szerezni ezzel a projekttel?

Kézügyességileg fejlődtünk, például szikével már jobban tudunk bánni. A csapatmunkát, feladatmegosztást és az időbeosztást már jobban tudjuk kezelni.

INTERJÚ KURCSICS ZALÁN 13.-AS TANULÓVAL

Szerinted nektek vagy a kilencedikeseknek volt nagyobb kihívás ez a feladat?

A kilencedikeseknek azért lehetett nehezebb, mivel most csöppentek bele a középiskolás évekbe. Nekünk az előkészületeket kellett megcsinálni. Mindkét félnek a maga módján volt nehéz, de úgy érzem, rajtunk nagyobb volt a teher.



Mit gondolsz milyen lett a végeredmény?

A végeredmény meghaladta az elképzelésünket. Örülünk, hogy a kilencedikesek is ilyen gördülékenyen tudtak dolgozni. Összeségében pozitív eredménnyel zárult ez a projekt, mindenki valamilyen tapasztalattal gazdagodott.



GALAKTIKA

TANÁRAINK KEDVENC OLVASMÁNYAI



Rovatsorozatunkat folytatván ismét technikumunk tanáraitól érdeklődtünk kedvenc könyveikről, saját olvasási szokásaikról és ahhoz fűződő viszonyukról. Korábban Elek Anna tanárnővel készítettünk rövid interjút, most viszont Büchler Zsolt tanár urat faggattuk, szintén ebben a tematikában.

BÜCHLER ZSOLT TANÁR ÚR ÉS AZ OLVASÁS

Még gyermekkorában kezdődött, Benedek Elek *Nagy mesekönyv* című sorozatával, viszont a nagy áttörést a *Galaktika* magazin hozta meg számára, mely óriási hatást gyakorolt a tanár úr későbbi karrierjére is, mivel ez inspirálta a tanár urat, hogy a fizika és a matematika világában helyezkedjen el. A sci-fi műfaj iránti rajongását is ezek a művek alapozták meg, más műfajokban nem is igazán szokott olvasni. Manapság kevesebb szabad ideje van erre a hobbiára, ezért újabban hangoskönyveket szokott hallgatni teendői mellett, többek között dolgozatjavítás közben.

MIÉRT PONT EZ?

E tapasztalat alapján érdekes belegondolni, milyen befolyással bírhatnak ránk egyes könyvek, történetek, amik hatással lehetnek az egész elkövetkezendő életünkre, Büchler Zsolt tanárral legalábbis így történt. Hiszen ki tudja, ha nincs a *Galaktika*, talán most más tartaná sokunknak a fizika, illetve matematika órákat. Érdeklődtünk még, vajon kiknek ajánlaná leginkább ezt a művet. Elmondása szerint bárkinek, aki szereti a sci-fi sztorikat, ugyanakkor figyelmeztetett rá, ez olyan, mint egy „fertőzés”, ha egyszer elkap, többé nem ereszt, tehát csak óvatosan.

A KEDVENC

A tanár úr kedvencet nem tudott megnevezni, mivel rengeteg jó könyvet olvasott már eddigi élete során. Említette többek közt az *Alapítvány* trilógiát, a *Fáraó* című regényt és a fent említett *Galaktika* magazint, amit most részletesebben kivesézünk. Ez a magazin egy sci-fi antológia, azaz válogatás több alkotó művéből egy kötetbe sűrítve. 1972-ben jelent meg Magyarországon a Móra Könyvkiadónál, de 1995-ben leálltak az újabb kiadásokkal. Majdnem 10 évvel később, 2004 novemberében újra forgalomba helyezték. A külföldiek mellett sok tehetséges magyar szerző irományait is megtaláljuk a különböző kiadásokban, köztük Göncz Árpád és Gálovölgyi Judit. A mai napig havonta jelennek meg új számai az újságnak, melynek Zsolt tanár úr is lelkes előfizetője.



TÉLI DIY

KÉSZÍTS SAJÁT MINI KARÁCSONYFÁT!

Ha szeretsz kézműveskedni, és télen is szívesen alkotsz valami hangulatosat, ez a DIY-ötlet neked való! Ez a mini karácsonyfa remek program egy hideg, bekuckózós délutánra, ráadásul feldobja az asztalod vagy az ablakpárkányod hangulatát. Egy kis idő, némi kreativitás, és máris beköltözik a karácsonyi varázs az otthonodba!

SZÜKSÉGES KELLÉKEK:

- ☐ Hungarocell kúp vagy egy 15×15 cm-es fekete papír
- ☐ Olló
- ☐ Ragasztópisztoly vagy erősebb ragasztó
- ☐ Kb. 20 db zöld zsenília-drót
- ☐ 2 db fehér zsenília-drót
- ☐ 1 db rózsaszín zsenília-drót
- ☐ 1 db ezüst zsenília-drót
- ☐ Különböző méretű fehér és rózsaszín pompomok
- ☐ 1 db mini fényfüzér



ELKÉSZÍTÉS:

1. Ha papírból készíted, hajts belőle tölcsért, majd vágd le az alját egyenesre, hogy megálljon. Ha hungarocell kúpot használasz, ez a lépés már meg is van.

2. Vágd a zöld zsenília-drótokat négy egyforma részre, majd kezd el őket körkörösén, alulról felfelé felragasztani az alapra. Ha kész vagy, hajlítsd meg kicsit a drótok végét, hogy természetesebb hatása legyen.



3. Az ezüst zsenília-dróttal tekerd körbe a fát, ez lesz a „girland”. A cukorpálcákhoz csavard össze a fehér és rózsaszín zsenília-drótokat, vágd őket méretre, hajlítsd meg a végüket, majd ragaszd fel a fára. Ezután jöhetnek a pompomok – ezeket tetszés szerint elhelyezheted a fa ágain.

4. A fényfüzérrel tekerd körbe a fát, végül a fehér zsenília-drótból formázz egy masnit, ragaszd a fa tetejére csúcsdíszként, és kész is a saját mini karácsonyfád!



24. GYŐRI KÖNYVSZALON

SZERZŐK, OLVASÓK, ÉLMÉNYEK A KULTÚRA LEGJOBBJAI GYŐRBE



A Győri Könyvszalon három napos kulturális esemény Győrben, amelynek célja, hogy népszerűsítse az olvasást és a könyvkultúrát, valamint bemutassa a kortárs magyar irodalmat. 2001-ben adták át először az Alkotói Díjat. Számos nagy név között már Kertész Imre, Csukás István, valamint Esterházy Péter és Szabó Magda is megkapta a díjat.

MIÉRT ÉRDEMES RÉSZT VENNI?

Az Alkotói Díjat 2025-ben Berg Juditnak osztották ki. Berg Judit József Attila-díjas író és drámapedagógus. Gyermekkönyvek világában vált ismertté a Rumini című könyvével. A Rumini egy izgalmas kalandos ifjúsági fantasy, amely egy kisegér matrózós történetét meséli el. Rumini világszerte utazásra indul, hogy különféle helyszíneket fedezzen fel. Eszébe és találékonysága segít megoldani az elé sodródó problémákat.

BERG JUDIT

Találkozhatsz kedvelt költőiddel, betekintést nyersz a könyvkészítés és könyvkiadás világába. Művészeti programok révén nem csak a könyves standok vannak, hanem élményprogramok is megrendezésre kerülnek. Emelett színházi programok beszélgetések és művészeti kísérő programok is részei az eseménynek. Minden korosztálynak kínál kedvező programokat. Ha nyitott vagy a kulturális programokra akkor ez a hely neked való.

MEGTALÁLHATÓ KIADÓK

Kossuth Kiadó, Kálvin Kiadó, Kortárs Kiadó, Könyvmolyképző Kiadó, Libri könyvesbolt, Lira könyvesbolt, Open Books, Magyar Napló Kiadó, Móra Kiadó. Ugyanakkor nem csak a könyvekről szól az esemény, minden évben számos koncert és izgalmas előadás is várja a látogatókat.

SK SPOTIFY PLAYLIST

Egyik nap körbejártuk az iskolát, és megkérdeztünk négy-négy diákot és tanárt, milyen zenéket hallgatnak. Arra is kíváncsiak voltunk, melyik az a dal, amit szívesen megosztanának másokkal, legyen az személyes kedvenc, motiváló sláger vagy egy olyan szám, amihez valamilyen emlék köti őket.

A válaszokból egy színes, sokféle hangulatot és ízlést összefogó tanár–diák közös playlist-et állítottunk össze. Reméljük, hogy nektek

is legalább annyira tetszik majd ez a zenei válogatás, mint amennyire mi élveztük az elkészítését.

DIÁKOK AJÁNLÁSAI:



A **„Gyere Örült”** az EDDA egyik igazi lendületes, pörgős dala, ami tele van energiával és szabadságérzéssel. Olyan szám, ami arra hív, hogy engedd el magad, lépj ki a hétköznapiakból.

A **„Sheetkickers”** olyan, mint amit a Guided by Voices-től várnál: laza és nagyon őszinte. Tényleg olyan, mintha egy garázsban dobták volna össze, ettől lesz hangulatos.

A **„Neon Lányai”** egy modern, klubos hangzású dal. A zene maximálisan aktuális, tele elektronikus effektekkel, a refrén pedig annyira tapadós, hogy akaratlanul is dudorászod.

A **„Forog a Föld”** egy érzelmekkel teli dal, amelyben az énekes a szerelem erejéről és az érzelmi hullámairól énekel. A dal jellegzetesen Gáspár Laci stílusát tükrözi, dallamos hangszerelés és személyes hangvétel.

TANÁROK AJÁNLÁSAI:



A **„Yabayaba Lah”** egy nagyon bulis, közel-keleti hangzású dal. Toni Hanna hangja erős és játékos, amitől az egész dal még vidámabb lesz.

A **„Savin’ Me”** a Nickelback egyik legismertebb rockdala. A szám erőteljes gitárokkal, sötétebb hangulatú dallamvezetéssel és érzelmileg intenzív énektémákkal építkezik. A dal központi témája a megváltás és a segítségkérés.

A **„She Hates Me”** egy igazi 2000-es évekbeli rocksláger. Pörgős gitárok, erős dobok, és egy olyan szöveg, ami egy elrontott kapcsolatot mesél el elég nyersen és mégis kicsit viccesen.

A **„Ma jól vagyok”** egy nagyon kellemes szám. Olyan, mintha egy semmittevős nap zenében lenne elmesélve: könnyed, játékos, jazz-es és pop-os, simán beránt, ha egy kis nyugi kell.

Szeretnéd meghallgatni a közös tanár–diák playlist-et? Csak szkenneld be a kódot, és merülj bele az iskola legfrissebb hangulatába! Fedezd fel, milyen zenék pörögnek most a tanárok és a diákok közt!





SPORTEREDMÉNYEINK

SPORTEREDMÉNYEK AZ ISKOLÁBAN

Iskolaújságunk ezen példányában olyan sportolókat interjúváltunk meg, akik a repülő korong sportágban értek el kiemelkedő eredményeket. Megkértük őket mesélni el, hogyan ismerkedtek meg ezzel a sportterülettel és milyen sikereket értek el ezidáig. Bízunk benne, hogy beszámolóink másokat is inspirálnak a frizbi kipróbálására. Mostani számunkban a 13.A osztályból Ihász Blankát és Nagy Boglárkát kérdeztük meg.

A FRIZBI SZABÁLYAI

Az ultimate frizbit téglalap alakú pályán játsszák két zónával. Pontot akkor szerez egy csapat, ha a korongot az ellenfél zónájában kapják el. A játékosok nem futhatnak a koronggal, csak passzolhatnak és 10 másodpercen belül tovább kell adniuk. Sikertelen passz esetén az ellenfél támadhat arról a helyről, ahol elvesztették a korongot. E sport egyik legfigyelemreméltóbb különlegessége, hogy fiúk és lányok egyszerre játszhatják,

ugyanis a pályán szabálytalan mindenféle testi érintkezés. Ebből fakadóan a férfiak fizikai fölénye nem annyira domináns, mint más sportágakban. Minden pont után újrakezdés és térfélcseré következik és a pályán egyszerre 7 játékos van csapatonként. Cserélni pont után lehet, korlátlanul. Ütközés esetén foul-t ítélnék és a játékosok közösen döntenek a folytatásról.

INTERJÚ A DIÁKJAINKKAL

Kérlek, mutakozz be pár mondatban, hogy az olvasók jobban megismerjenek.

Ihász Blankának hívnak, 18 éves vagyok és a sportágam a repülő korong.

Hogyan ismerted meg a frizbit vagy más néven a repülő korong sportágat? Mióta üződ?

Ezt a sportot Erdősi Zoltán Tanár úr által ismertem meg 10. osztályban. Azóta már három év telt el, és ez idő alatt egyre inkább a mindennapjaim részévé vált.

Kinek vagy kiknek tudnád ajánlani ezt a sportot? Van olyan eleme, amiben ki kell tűnni a többiek közül?

Ezt a sportot olyan embereknek ajánlom, akik szeretik a pörgős edzéseket, sok kitartás van bennük és egy különlegesebb csapatsportra vágnak.

Oszzd meg velünk a legutóbbi versenyed tapasztalatait!

2024-ben részt vehettem a Birminghamben rendezett világbajnokságon, ahol csapatom 3. helyen végzett. Ez volt a legutolsó versenyem, mivel sérülés miatt nem állhattam pályára.

Kérlek mutatkozz be pár mondatban, hogy az olvasók jobban megismerhessenek.

Nagy Boglárka vagyok, 19 éves és a Győri SZC Sport és Kreatív Technikumban tanulok sportedző szakon.

Hogyan ismerted meg a frizbit, vagy más néven a repülő korong sportágat? Mióta űzöd?

10. osztályban új testnevelő tanár érkezett az iskolába, aki a testnevelés órán ismertette meg velünk ezt a sportágat, amit már 3 éve űzök.

Mi volt az eddigi pályafutásodnak a legnagyobb eredménye? Oszd meg velünk a legutóbbi versenyzési tapasztalatait!

A pályafutásom eddigi legnagyobb eredménye a 2025-ös európai bajnokság első helyezése volt.

Kinek vagy kiknek tudnád ajánlani ezt a sportot? V an olyan eleme, amiben ki kell tűnni a többiek közül?

Igazából én mindenkinek ajánlom ezt a sportágat, hogy próbálja ki, mert nagyon élvezetes és izgalmas, de legfőképpen azoknak ajánlanám, akik inkább a csapatsportok felé hajlanak.





MELYIK KARÁCSONYI KARAKTER VAGY TE?

Grincs, Kevin vagy Vérapó? Töltsd ki a tesztet és kiderül, hogyan éled meg az ünnepeket! Minden kérdésnél válaszd ki az A, B vagy C választ, majd a végén számold össze, hogy melyik betűből van a legtöbb.

1. *Mikor kezdted érezni a karácsonyi hangulatot?*

A: Soha. A „Jingle Bells” hallatán menekülőre fogom.

B: Amikor előkerülnek a fények, és már érzem, hogy jöhet a káosz és a nevetés!

C: Pár nappal karácsony előtt, ha végre le tudok ülni pihenni.

2. *Mi jellemzi leginkább az ünnepi hangulatodat?*

A: Cinikus megjegyzések és szemforgatás.

B: Káosz, nevetés, jó ötletek és egy kis rendetlenség, de valahogy minden jól sül el.

C: Jó kedv, lazaság és egy kis (vagy nagy) puncs.

3. *Hogyan viseled a karácsonyi családi összejöveteleket?*

A: Mint egy hős, aki túl akarja élni.

B: Néha elegendem van belőlük, de végül mindig hiányoznak.

C: Jó móka, amíg nem fogy el a süti és az ital.

4. *Mi a karácsony számodra?*

A: Túlértékelt felhajtás.

B: Egy kis kaland, melegség és család, még ha néha idegesítő is.

C: Kaja, pihenés, nevetés, ennyi elég.

5. *Hogyan díszíted fel a fát?*

A: Sehogy. A fa is jobban jár nélkülem.

B: Teleaggatom mindennel, amit találok, nem tökéletes, de szívből jön.

C: Gyorsan, de stílusosan, majd megdicsérik a szomszédok.

6. *Mi a karácsonyi mottód?*

A: „Csak legyünk már túl rajta.”

B: „Ha baj van, megoldom, de előtte eszek sajtos makarónit.”

C: „Egy kis rum mindenre megoldás.”

EREDMÉNYEK:

Több A – Grincs

Te vagy az ünnepek antihőse! A karácsonyi fények inkább idegesítenek, mint elvarázsolnak, de legbelül talán mégiscsak van egy kis szívmengető részed (amit persze sosem vallanál be).

Több B – Kevin

Te vagy a karácsony kalandora! Néha kicsit kaotikus vagy, de mindig feltalálod magad. Imádod a családot, még ha néha az örületbe is kergetnek. Benned él a gyermeki lelkesedés és a kreatív problémamegoldás királya vagy. Ha karácsony túlélőshow lenne, te nyernéd meg.

Több C – Vérapó

Te vagy az életvidám, kicsit szétszórt, de szerethető figura. Nem stresszel semmin, inkább élvezed az ünnepet a magad módján, humorral, lazán és egy kis (vagy nagy) itallal.



 GYŐRI SZC SPORT ÉS KREATÍV TECHNIKUM

 SPORTESKREATIV.GYOR

 GYŐRI SZC SPORT ÉS KREATÍV TECHNIKUM

 SPORTESKREATIV

 FRAPPANS.HU

 FRAPPÁNS SULIHÍRADÓ

FELELŐS SZERKESZTŐK:
GERGYE MÁTÉ | HORVÁTH LARA | KORMOS ADRIÁNA | LÜVI ABIGÉL

SEGÍTŐ TANÁROK:
HORVÁTH ANDREA | NAGY BENCE

FOTÓK:
11.C ÉS 12.C

ÚJSÁGUNK A 11.B ÖTLETEI ÉS KÖZREMŰKÖDÉSE ALAPJÁN KÉSZÜLT.



GYŐRI SZC
**SPORT és
KREATÍV**
TECHNIKUM