



The Hamvas Times

„Minden, ami Hamvas!”



III. évfolyam 3. szám 2025. Tavasz

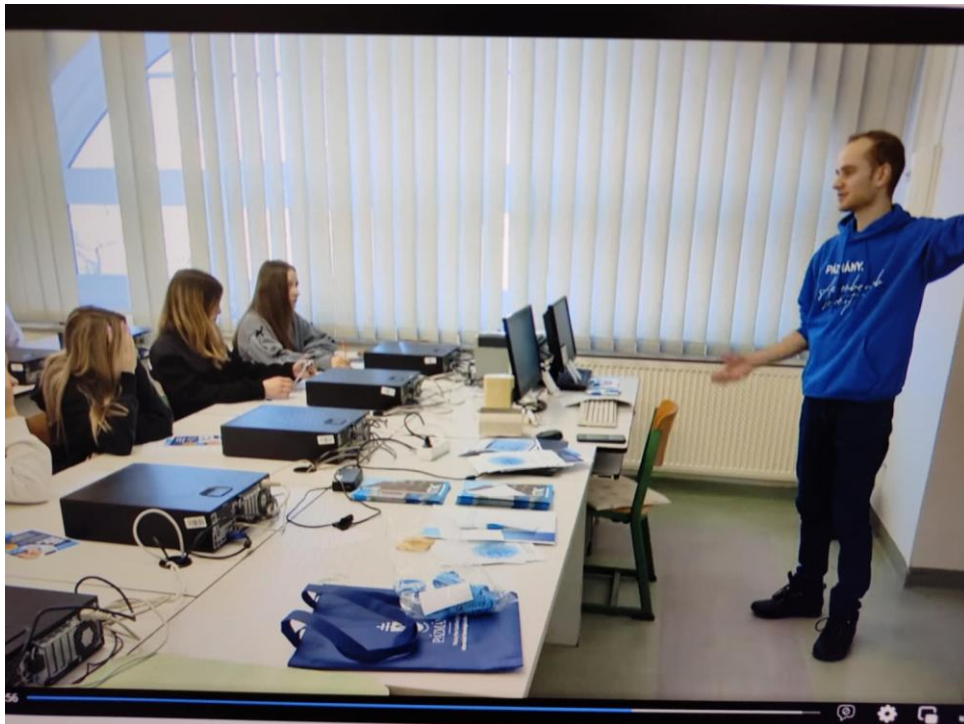
Rovataink:

- 1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai**
- 2. Barangolásaink: kirándulások, múzeumlátogatások**
- 3. Gondolkodj globálisan-élj lokálisan!**
- 4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek**
- 5. Cooltúra: film- és könyvajánlók**
- 6. Lelkünk titkai: mentálhigiéné középiskolásoknak**
- 7. Így írunk mi!: versek, novellák diákok tollából**
- 8. Így írtok ti!: dolgozatok aranyköpései**

1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Pályaorientációs nap

Január 24-én a Hamvas Béla Gimnáziumban pályaorientációs napot tartottak, amelynek célja, hogy a diákok jobban megismerjék a jövőbeli lehetőségeiket. A tematikus nap lehetőséget biztosított arra, hogy a fiatalok információkat szerezzenek a jövőjükhöz vezető útról.



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

A Richter Centenáriumi Alapítvány látogatása a Hamvas Béla Gimnáziumban

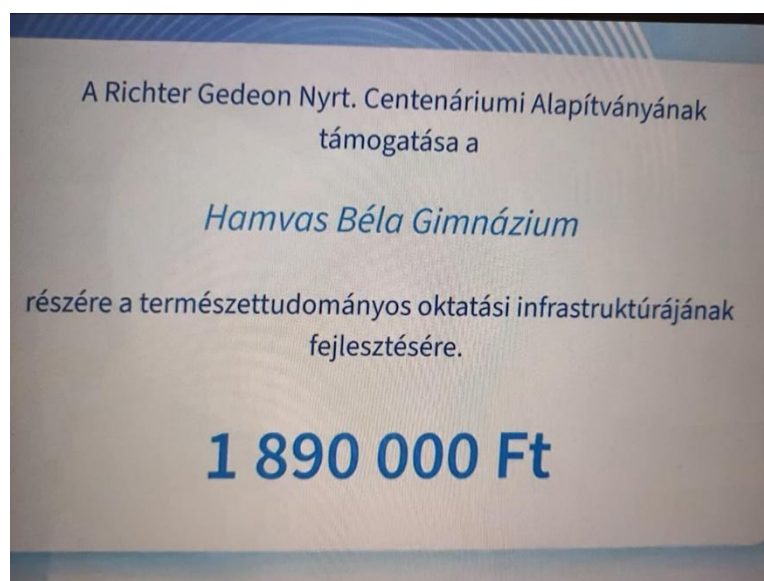
Gimnáziumunk természettudományi laborjának felszereltsége nagy mértékben bővült a tavalyi évben a Richter Centenáriumi Alapítványnak köszönhetően. A biológiaoktatáshoz, a mikro- és makroméretű élővilág megfigyeléséhez nélkülözhetetlenek a fény- és sztereómikroszkópok. Az Alapítvány természettudományos infrastruktúra fejlesztését célzó pályázatán nyert összegből sikerült nagyon jó minőségű eszközöket beszerezni. Örömmel szolgált, hogy az Alapítványtól két rangos személy, Dr. Bódis Attila és dr. Moring Andrea is eljött a gimnáziumba, nem csak a támogatási összeg felhasználásának módja miatt, hanem mert szükségét érzik a társadalmi felelősségvállalásukat megerősíteni, hogy a természettudományos oktatás fejlesztésével sikeresebb és elhivatottabb, jól felkészült ifjúság hagyja el a gimnázium kapuját.

A vendégek az érkezésüket követően az iskolagyűlés előtt adták át az Alapítvány támogatását bemutató táblát és mondott az igazgatónő, Dr. Radványiné Varga Andrea és az Alapítvány elnöke pár lelkesítő szót a támogatás és a Richter Centenáriumi Alapítvány munkájáról. Ezután Nyerges-Wohl Zselyke 10.B osztályos tanuló adta elő Somlyó Zoltán: „Vivát!” versét.

Az iskolagyűlést követően a természettudományi laborban bemutatóórán vettek részt a vendégek Eichardt János tanár úrral és a 9.A osztályosokkal. Nagyon örültünk, hogy a vendégek is velünk együtt mikroszkópizáltak és lelkesen készítették el a metszeteket. A munkába besegített igazgatónő is, hiszen biológia tanárként élvezettel készítette elő a diákoknak a nyúzatokat, melyeket ők maguk tanulmányoztak a mikroszkópok segítségével.

Az órát követően még egy rövid, kötetlen beszélgetésen vettek részt a vendégeink, majd élményekkel gazdagodva, mosollyal tértek vissza a Richter központjába.

Ezúton köszönjük a támogatásukat és a látogatásukat!





1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Továbbképzés a Hamvas Béla Gimnáziumban

2025. 02. 20-án délután a Hamvas Béla Gimnáziumban a Hueber Verlag magyarországi képviselője Horváth Emese hangulatos német nyelvű továbbképzést tartott. Az eseményen 15 lelkes kolléganő és kolléga vett részt, akik a gimnáziumunkból és a környező települések általános- és középiskoláiból jöttek a rendezvényre. Dr. Radványiné Varga Andrea igazgatónő köszöntője után a tréningen a tanítás során jól használható kooperációs technikákat próbálhattunk ki a gyakorlatban és a kiadó kiadványait is megismerhettük.

Emesének a résztvevők nevében is köszönöm a hasznos tippeket, nyitottságát, a sok mosolyt és közvetlenségét, mellyel rendkívül jó hangulatot teremtett. A kolléganőknek és a kollégáknak Emese nevében is köszönöm, hogy elfogadták meghívásunkat, pozitív hozzáállásukat, tevékeny részvételüket a feladatokban, és elhivatottságukat a német nyelv iránt.

Szeretettel látunk mindenkit a következő programunkra is a Hamvas Béla Gimnáziumban.

Hezler Edit



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Valentin-nap a Hamvasban



A Hamvas Béla Gimnázium diákönkormányzatának tagjai idén is Valentin-napkor készültek a diáktársaiknak szerelmes rejtvényekkel, zenékkal és feladatokkal. A szerelmes zenék idén se maradhattak el, hiszen a tavalyi évben nagy is siker volt. A diákönkormányzat a Valentin-nap előtt már szorgosan neki állt a feladatok kitalálásának és megvalósításának.

A feladatok az első 5 szünetben voltak, és mellette természetesen szóltak a romantikusabbnál romantikusabb zenék. A zene mellette hol szívecske darabokat gyűjtöttek, hol pedig keresztrejtvény fejtettek a diákok. A zenéket pedig akik felismerték Gőgh tanár úr és diákönkormányzatos segítői cukorkával jutalmazták.

Szerintem idén is jól sikerült a Valentin-nap, remélem a többi évben is ilyen jó lesz vagy még jobb!



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

A Pénz7 programja

A Hamvas Béla Gimnázium az idei évben is részt vesz a PÉNZ7 pénzügyi és vállalkozói témahét programjain. A március 03-07. között megrendezésre kerülő projekthét keretében iskolánk tanulói a tanórák keretében pénzügyi és vállalkozói témakörben a szakértők által összeállított képzési tananyagot dolgozzák fel.

A 12. évfolyam számára a vállalkozói tananyag feldolgozása mellett Szigetlaki Zsolt önkéntesként segítette a munkánkat. Élvezetes, gyakorlatias előadásán keresztül bemutatta a diákok számára a vállalkozói lét előnyeit és buktatóit. Személyes példáján és ötletes feladatain keresztül hozzájárult a diákok vállalkozói gondolkodásának a fejlesztéséhez. Előadása nagy sikert aratott a diákok körében.

Köszönjük szépen a diákok nevében a munkáját, továbbá köszönjük Dr. Radványiné Varga Andrea igazgató asszonynak, hogy lehetőséget biztosított a vállalkozói önkéntes fogadására.



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Jótekonysági gála - 2025

A Hamvas Béla Gimnázium 2025. március 12-én rendezte meg 2. jótekonysági gálaműsorát, melyet megtisztelt jelenlétével Mók Attila alpolgármester és Benyiczki Ágota, Oroszlány város óvodáinak igazgatója.

Ennek a gálának az volt a célja, hogy a már régóta működő, időközben fizetőssé váló iskolai moodle rendszert tovább tudjuk finanszírozni. Ezen a platformon rengeteg anyag gyűlt össze, melyek elsősorban a természettudományos tantárgyak oktatásában nélkülözhetetlenek, és nem szeretnénk elveszíteni azokat.

A diákok és tanárok nevében szívből köszönjük mindenkinek, aki hozzájárult ehhez a költséghöz! A délután fellépői is segítettek nekünk, értékes produkciókkal örvendeztettek meg mindenkit.

1) Környei Sardó és Széltolók Néptáncgyűttesek.

A Sardó Táncgyűttes a Szivárvány egyesület támogatásával működő ifjúsági és felnőtt együttes. A környei Szivárvány tavaly ünnepelte fennállásának 30. évfordulóját. Utánpótlását a környei Kisfaludy Mihály Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola táncsoportjai jelentik, mint a felső tagozatosokból álló Széltolók Táncgyűttes. Tagjai közül többen már a "nagyok" munkájában is részt vesznek.

A két csapat közös koreográfiát mutatott be, melyben a bukovinai székelyek táncai elevenedtek meg. Az 1764-es mádéfalvi veszedelem következtében menekülni kényszerülő székelyek először a Kárpátokon túl fekvő Moldvában, és Bukovinában telepedtek le. Innen kapta nevét a hányattatott sorsú népcsoport, akik később a Dunántúl déli részén telepedtek le. Különleges táncaik hosszú útjuk során formálódtak, alakultak, mégis megőrizték a székelyek, csángók táncainak jellegzetességeit.

Koreográfiájuk címe: Ej, be csuda kedvem van.

Készítették: Kelemen Petra Piroska és Jakab András együttesvezetők.

2) Bakfark Bálint Zeneiskola előadása

I. Paganini: E-dúr duó

Előadók: Glázer Emese hegedű és Fehér Nóra gitár. Az előadók 2025. március 1-én a Komárom-Esztergom Vármegyei Kamarazene fesztiválon, a zsűri döntése alapján Arany minősítést kaptak!

II. Weiner Leó: Rókatánc – zongora négykezes

Előadók: Czékus Jázmin és tanára Prónikné Mező Judit.

III. Karel Svoboda: Lady Carneval

Előadók: Csillag Regina és Tóth Mihály szaxofon, Czékus Jázmin zongora.

3) KaDarka Társulat

A KaDarka Társulat és a KaDarKölykök csapata az évek során szépen lassan egybeolvadt. A csoport vezetői büszkék arra, hogy ilyen tehetséges és lelkes fiatalokkal dolgozhatnak együtt, akik közül van, aki már 10 éve jár Dallos Zoltánhoz színjátszó szakkörre.

Ezen az estén zenés színházi produkciókkal készültek, melyekkel megidézik a 70-es és 80-as éveket. A Táncdalfesztiválok és Ki mit tud-ok világát Karap Diána álmodta színpadra. Ezzel a koreográfiáival a csapat már több színpadon is bemutatkozott.

4) Silhouette balett

Az oroszlányi Bakfark Bálint Művészeti Iskola gimnazista, valamint felső tagozatos növendékei közül 11-en mutatták be Csáky Mária "Összetartozunk" című koreográfiáját.

Az eredeti darab 2006-ban készült és több művészeti fesztiválon díjnyertes lett. Az akkori növendékek bemutatták többek között a 2007-es megyei Prima díj átadón és Horvátországban a "Rovinj-i Magyar Napokon"

2024-ben Oroszlány városától a táncsoport felkérését kapott, hogy vegyen részt a "Magyar Kultúra Napja" ünnepi műsorában, amely jó alkalomnak mutatkozott a darab felújítására.

A nagy sikerre való tekintettel esett a választás a mai napon az "Összetartozunk" táncjátékra.

Előadták: Balog Viktória, Gógh Veronika, Dörnyei Hanna, Péter Hanna, Horváth Amira, Mester Lili, Szabó Lilla – valamint a Hamvas Béla Gimnázium négy tanulója: Tamás Boglárka, Péntes Dorka, Zetkó Jázmin, Nagy Bíborka

KÖSZÖNJÜK A FELLÉPŐKNEK EZT A FANTASZTIKUS DÉLUTÁNT!

Köszönjük mindenkinek, hogy velünk voltak! Köszönjük, hogy támogatták a nemes célt!



MEGHÍVÓ

A **Hamvas Béla Gimnázium nevelőtestülete**
tisztelttel és szeretettel meghívja
Önt, kedves családját és barátait
2025. március 12-én 17 órakor kezdődő

JÓTÉKONYSÁGI GÁLAKONCERTRE.

A rendezvény bevételét az iskolai
MOODLE rendszer
működtetésére szeretnénk felhasználni.

Ez az online platform főként
a matematika és a természettudományok
oktatásában jelent nagy segítséget.

Örömmel fogadjuk adományait, melyek célunk
elérését segítik.

Támogatóink az adományokat az **Oroszlány Középiskoláiért**
Alapítvány számlaszámára **11740061-20012759** utalhatják,
vagy belépéskor tudjuk elfogadni.

További információ kérhető az iskola titkárságán
a 361-291 -es telefonszámon.

Előre is köszönjük támogatásukat.

Dr. Radványiné Varga Andrea

igazgató
s.k.

1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Tavaszi fesztivál a Hamvasban



Az idegen nyelvi munkaközösség angol nyelvet oktató tanárai az idei tanévben is megrendezték a hagyományos, mindig nagy érdeklődésnek örvendő Tavaszi fesztivál elnevezésű versenyüket. Március 13-án délután 6 diákcsoport várta izgatottan a verseny kezdetét a B8-as tanteremben.

Az érdekes, elgondolkodtató feladatok megmozgatták tanulóink agytekervényeit. Egy változatos feladatsor közben derült ki, hogy kik a legjáratosabbak a brit kultúra, az irodalom és a tavaszi ünnepek témaköreiben. Mind a diákok, mind tanáraik egy kellemes délutánt töltöttek el egymás társaságában. Bízunk benne, hogy a jövőben is lesz még ilyen izgalmas verseny, melyben diákjaink megmutathatják tehetségüket.

A verseny megálmodója Ürmös Terézia Klára tanárnő volt. Bán Ildikó, Horváthné Schein Éva, Czeti Antónia, Ereimiás Ildikó és Majorovitsné Mózes Gertrúd tanárnők zsűri tagokként vették ki részüket a versenyből.



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

A humán munkaközösség versenyei

1.Hamvas vers-és prózaíró verseny

Iskolánkban ezt a pályázatot több kategóriában hirdettük meg. Sok színvonalas pályamű érkezett be. Helyezést értek el az alábbi tanulók:

Vers kategória: 1.hely: Kiss Hanna 10.a-Üvölts című versével

2.hely: Saródi Marcell 12.a-Mesterséges mesterség című versével

Irányított vers kategória: itt megadott kifejezéseket is be kellett építeni az alkotásba:

1.hely. Kiss Hanna 10.a-Látomás című versével

2.hely: Fidrich Enikő Rozália 11.b-Kismadár című versével

Novella kategória: 2.hely: Wágner Panna 12.b-A hegyi túra címmel

A pályázatok legjobbjai olvashatóak az Így írunk mi! rovatunkban.



2.Szavalóverseny

A Hamvas Napok keretében szavalóversenyt is rendeztük. Gratulálunk a versenyzőknek, öröm volt hallgatni az irodalommal foglalkozó diákok szavalatait.

Az alábbi tanulókat jutalmaztuk:

- 1.hely: Balpataki Bene Dániel 12.a
- 2.hely: Dereskei Ditta Beneditta 12.a
- 3.hely: Ódor Dániel József 11.a

3.Ünnepelj alkotással!

Az 1848-49-es eseményekre kiállítással is készültünk.

A felhívásra sok kreatív alkotás érkezett. Különleges „tárgyként” még egy marcipános torta is kokárdáival díszítve.

1.helyezés: Wágner Panna 9.b



1.hely: Bocskai Veronika Bianka 9.b



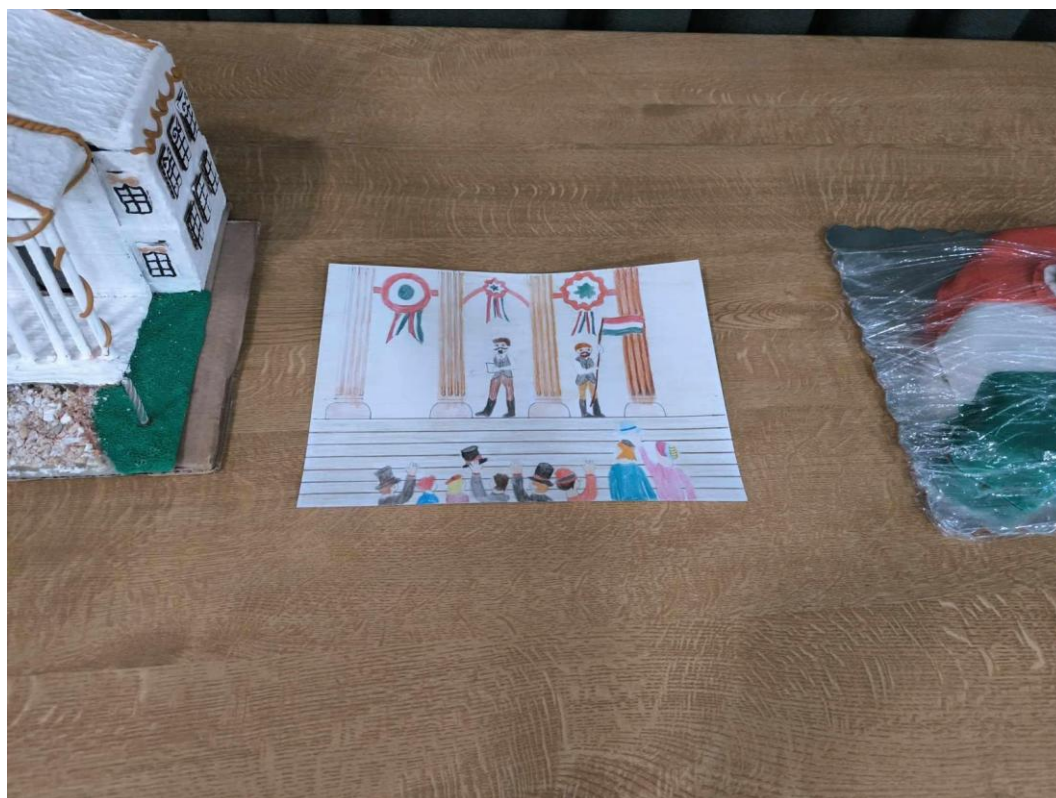
2.hely: Szekeres Katalin 9.a



2.hely: Kiss Hanna 10.a



3.hely: Deli Norbert-Esztergályos Bence 9.b



4.Szépirodalmi verseny könyvmolyoknak

A kiírás szerint szabadon választott témában lehetett könyvismertetőt írni vagy könyvborítót tervezni. Van, aki mindkettő formában pályázott.

A helyezetteken kívül gratulálunk minden résztvevőnek!

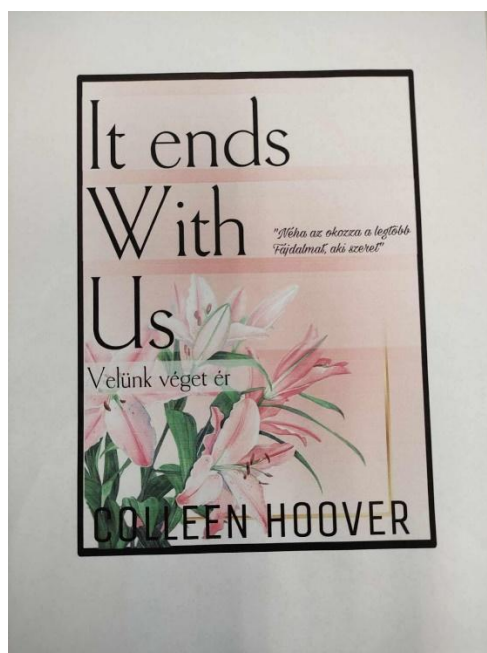
1.hely: Mátis Blanka 9.b



2.hely: Szekeres Katalin 9.a



3.hely: Kricsfalusij Mária 10.b



5. Március 15-i ünnepi műsor

A 10.évfolyamosok szerkesztett irodalmi műsorral készültek az ünnepre. Versek, dalok, zenék színesítették a megemlékezést.



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Huma János emlékverseny



2025.03.19-én, szerdán másodjára került megrendezésre a Huma János emlékverseny, a másfél éve elhunyt szeretett matematika tanárunk emlékére.

A verseny iskolánk nagytermében került megrendezésre, ahová minden csapat külön asztalnál kapott helyet. Több évfolyamból, különböző megyei iskolákból jelentkeztek 3-4 fős csapatok. A terem szinte zsúfolásig megtelt a sok érdeklődő, versenyezni kívánó diákkal és kísérő tanáraikkal.

A mi évfolyamunkon a feladatok meglepően nehezek és összetettek voltak, olyanok melyeket Huma tanár úr is szívesen csináltatott velünk. A feladatok növekvő sorrendben nehezedtek. Sokféle komplex matematikai tudást kellett alkalmazni hozzájuk a geometriától kezdve az algebráig. A verseny hossza egy óra volt, melyet a legtöbb csapat igénybe is vett.

Ezek a versenyek azért jók, mert erősítik a diákok közötti csapatmunkát és együtt dolgozásra való komplex készséget. Erősítik a baráti viszonyt, az egymásban való bizalmat és ötvözi a csapattagok együttes tudását. Megtanítanak együtt dolgozni, közösen megoldani egy problémát, és ennek a képessége egész életünkben fontos lesz.

Személyes tapasztalataink szerint a verseny rendezése kiváló volt. Látszott rajta a tanárok és a diákok segítő munkája. A feladatok remekül ötvözték az évek alatt megszerzett matematikai tudásunkat, és előhívták a logikus és kreatív gondolkodásunkat. Sok olyan ismeretet is igénybe kellett vennünk, amelyeket még Huma tanár úr tanított meg nekünk. Ezzel a versennyel tiszteltük az ő emléke előtt.

Fülöp Erika, Varga Bernadett 11. a osztály

1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Tudomány a porondon

A mai napon iskolánkból 21 fő 9. évfolyamos tanuló indult útnak a Magyar Nemzeti Cirkusz „Tudomány a porondon” című előadására. A színvonalas műsorban artisták mutatták be lélegzetelállító produkcióikat, melyeket az azokkal kapcsolatos fizikai törvényszerűségek, biológiai jellemzések bemutatása követett a két pedagógus műsorvezető által.

Az egész napos program mindamelllett, hogy sok érdekes információval látta el diákjainkat, igazán jó közösségépítő hatással is bírt két golyaosztályunk számára, akiket osztályfőnökeik kísérték el.



 2025. MÁRCIUS 21. BUDAPEST, TUDOMÁNY A PORONDON 

1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Hamvas Kvíz 2. rész

A víz világnapja

2025. március 21.

Izgalmas feladatok, jó hangulat és remek válaszok jellemezték a második „Hamvas Kvíz” vetélkedőt. Horváthné Schein Éva tanárnő állította össze a víz világnapja alkalmából azokat a furfangos, sőt néha meglepő kérdéseket, melyekkel bombázta a megjelent csapatokat. Az asszociációs képesség, a széleskörű látásmód mind segítette a vetélkedő csapatokat. Bár a csapatok száma elenyészőnek tűnt, mégis a csapatlétszámok adták a délutáni kikapcsolódáshoz a kitűnő hangulatot. A bő egy órás kvíz izgalmai és a csapatok versengése egyáltalán nem tette ezt az időt unalmassá, sőt a csapatok még bíztatták is egymást, ötletelve az egyes kérdéseken.

A végeredmény is azt mutatta, nem mindig a nagy tudás hozza meg a győzelmet, hanem a széles ismeretek tárháza.

A második Hamvas Kvízt és egyben a Vándor(mini)kupát a 9. b fiú csapata nyerte:

Flekenstein Milán, Horváth Balázs és Kiszelovics Máté.

Ezúton gratulálunk a győzteseknek és természetesen minden csapatnak a színvonalas játékukért!

Köszönjük Horváthné Schein Éva tanárnőnek a kellemes és szórakoztató délutánt!

A kvízt összeállította: Horváthné Schein Éva

A kvízben segített: Eichardt János



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Színházlátogatáson a Jászai Mari Színházban

Több éve tart a kapcsolatunk a tatabányai Jászai Mari Színházzal. Ingyen bérlettel támogatják tanulóink művelődéshez való lehetőségeit. A tanév során négy alkalommal tudunk szervezett keretek között ellátogatni a színházba. A változatos repertoárból több műfajjal ismerkedhetnek meg a színházkedvelő diákjaink.

Legutóbb a *Ma este megbukunk* című bohózatot láthatták az érdeklődők.

A darabot, aminek több, mint tíz éves a sikerszériája Londonban, 2015-ben Laurence Olivier-díjjal tüntették ki a legjobb vígjáték kategóriában. 2 óra színtiszta kacagás és szórakozás!

Köszönjük a lehetőséget!



1. Hamvas Hírek: a tavaszi időszak programjai

Komárom-Esztergom Vármegye étéktár vetélkedője

Az Oroszlányi Bányászati Múzeum ad helyet a vármegyei étéktár vetélkedő döntőjének március utolsó napján, hétfőn.

Gratulálunk a csapatnak és a felkészítő pedagógusnak!

A csapat tagjai: Dávid Dóra, Kostyál Zsombor, Sipos Bercel, Nyerges-Wohl Zselyke

Felkészítő pedagógus: Wohl Gyöngyi

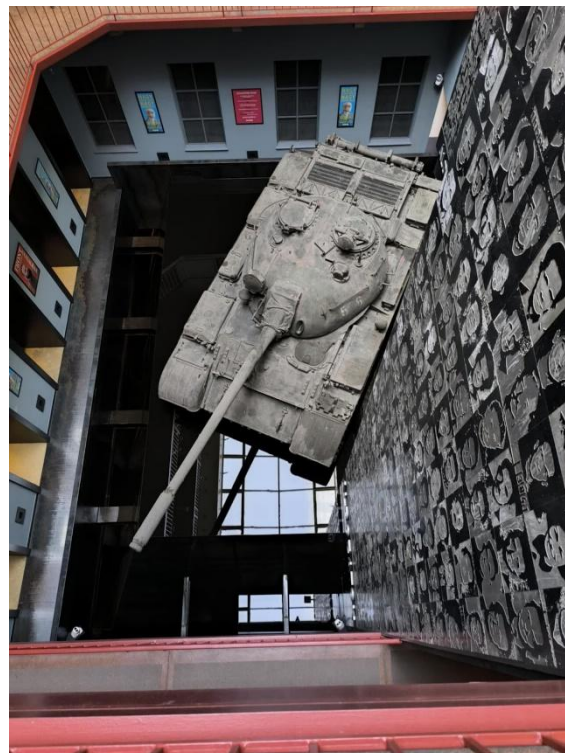


2. Barangolásaink: kirándulások, múzeumlátogatások

A Terror Házában jártunk

A Hamvas Béla Gimnázium 12. és 11. évfolyamos érdeklődő diákjai 2025. február 21-én jártak a Terror Háza Múzeumban. A gimnázium minden évben erre az időszakra teszi a látogatást, hiszen így emlékezünk a kommunista diktatúra áldozataira. A 30 tanuló egy közel 2 órás tárlatvezetés során ismerkedett meg a nyilas korszakkal, majd a kommunista diktatúrával, annak minden borzalmával. Szembesültek a Gulág világával, a szovjet rendszert kiszolgáló emberekkel, a legkegyetlenebb gyilkosokkal. Sokak számára megrázó volt a kiállítás, de gimnazistához méltóan hallgatták a különböző történeteket, válaszoltak a kérdésekre.

Kísérő tanárok: Jenei András, Sáhóné Varga Katalin



2. Barangolásaink: kirándulások, múzeumlátogatások

Komáromi erőd látogatása

A 10.B osztály a Nemzeti Emlékpédagógiai Program keretein belül március 18-án ellátogatott a komáromi Monostori Erődbe. Reggel a 8:45-kor induló vonattal mentünk. Már a vonaton elkezdődött a jó hangulat, mindenki kíváncsian várta a programot. Az erődbe érve megnéztünk egy érdekes kiállítást a régi kor katonai ruháiról. Ezután szabad foglalkozás következett, mindenki a számára érdekes helyeket fedezhette fel. 12 óra körül egy ebédszünettel folytatódott a nap. Majd egy tárlatvezetésen vettünk részt, ahol érdekességeket tudtunk meg az erőd történetéről, eseményeiről, az ott élő katonák hétköznapjairól. A hangulatot fokozta, hogy megnézhattük egy ágyú elsütésének bemutatóját is. A programok után kísértáltunk a Duna-partra, majd ezt követően hazaindultunk.

Összességében mindenki nagyon jól érezte magát. Fáradtan és sok-sok élménnyel tértünk haza. Ezúton köszönjük Sáhóné Varga Katalin tanárnőnek, hogy megszervezte és részese lehettünk ennek a fantasztikus kirándulásnak. (Somogyvári Csenge 10.B.)

Kísérő pedagógusok: Sáhóné Varga Katalin és Eichardt János



3. Gondolkodj globálisan-élj lokálisan!

Az év első túrája

Eperjes, sziklagyep

2025. március 8.

Ragyogó, napsütéses reggelre ébredtünk március 8-án. Ez a nap nemcsak azért volt különleges, mert végre kimozdultunk és túrázásra szántuk el magunkat, hanem mert e nap volt a Nőnap.

A kirándulás reggel kilenckor indult, célunk ezúttal az Eperjes hegyvonulat északnyugati részén található sziklás-füves rét volt. Tizenegyen gyűltünk össze a találkozási ponton, hogy a közel 16 km-es körtúrát megtegyük.

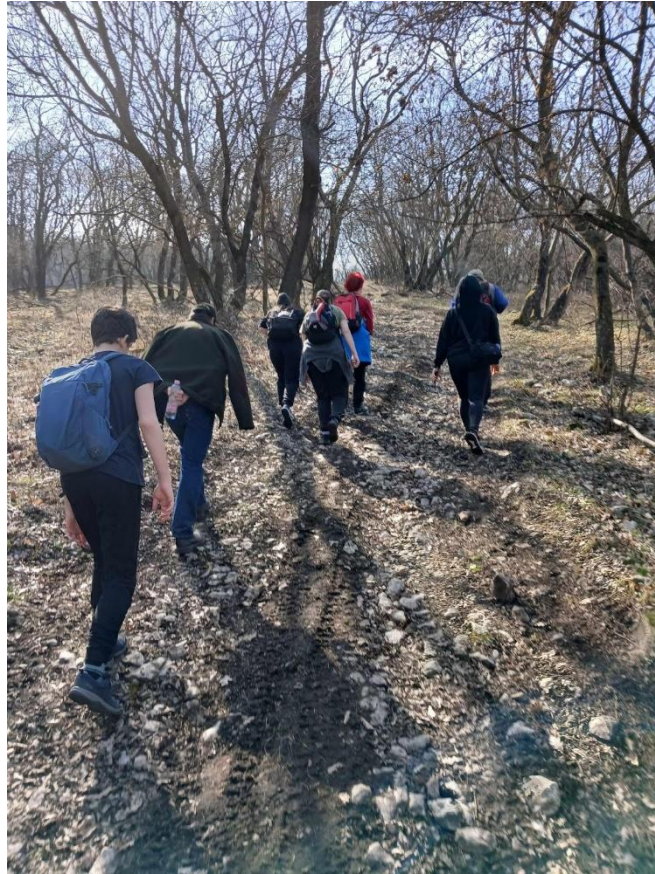
Az idő kedvezett a gyalogtúrának, kellemes 16-19 fokos hőmérsékleten senki nem panaszkodott a nagy melege, vagy a kellemetlen, csípős levegőre. Az út során különleges, tavaszi növényekkel is találkoztunk, sáfránnyal (*Crocus sp.*), csillagvirággal (*Scilla bifolia*), és természetesen a koratavas első hírnökével, a hóvirággal (*Galanthus nivalis*).

A rétre egy kissé kaptatós emelkedő vezetett, melynek köszönhetően kellemesen elfáradva értünk fel a „csúcsra”. A sziklagyepről remek kilátás nyílt az Oroszlányi-medencére.

Miután kipihentük magunkat elindultunk vissza, ezúttal a Majki-patak mentén haladtunk a Bányászati Múzeum felé. A kirándulást jó hangulat, kellemes beszélgetések kísérték, mely egy jó csapatban természetes.

Köszönjük a szervezőknek és a résztvevőknek egyaránt e csodás napot!





Kaptatón felfelé



Kétlevelű csillagvirág és sáfrány

4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

U16-os fiú kosárlabda válogatott kerettag lett Lazók Zsigmond, 10. évfolyamos tanulónk.

Örömmel osztjuk meg a jó hírt, mely szerint Lazók Zsigmond 10.A osztályos tanulónk meghívást kapott a 2025. évi Európa- bajnokságra készülő U16-os válogatottba. Zsigi iskolánk diákolimpiai szereplésén is kimagaslóan teljesít, szívvel-lélekkel harcol a pályán, méltóan képviselve a Hamvas Béla Gimnáziumot és nevelőegyesületét, az Oroszlányi Sport Egyletet is.

Gratulálunk a rangos elismeréshez és további sportsikereket kívánunk!



4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

Taroltak a röpis lányaink! Mindkét csapatunk a megyei döntőbe jutott!

A mai napon rendezték meg a Röplabda Diákolimpia „B” kategóriájának megyei selejtezőjét. A sok nevezés miatt iskolánk az előző évektől eltérően most nem a tatabányai, hanem a komáromi térség alakulataival került egy csoportba, így a selejtezők helyszíne is a KVSE Röplabda Csarnok volt. Nem csak a helyszín volt újdonság ebben az évben, hanem az is, hogy az iskola történetében először két lány csapattal indultunk a megmérettetésen.

Két csoportban, 3-3 iskolával kezdődtek a találkozók, melyek körmérkőzéses rendszerben kerültek lejátszásra. Az „A” csoportban a komáromi Jókai Mór Gimnázium és a Kultsár István Technikum volt az ellenfele a Hamvas Béla Gimnázium „A” jelzésű csapatának, még a „B” csoportban a neszemlyi Launai Miklós Református Iskola és a tatai Bláthy Ottó Technikum nézett szembe intézményünk „B” jelzésű alakulatával.

A tavalyi évben megyei ezüstig jutó „A” csapatunk magabiztosan kezdte a mérkőzéseit, kevés hibával, pontos szervákkal és higgadt befejezésekkel alakították ki fölényüket, melyek gyors győzelmekhez vezettek.

„A” csoport:

1. mérkőzés: Kultsár István Technikum-Hamvas Béla Gimnázium „A” 0:2 (5-25,7-25)

2. mérkőzés: Komáromi Jókai Mór Gimnázium-Hamvas Béla Gimnázium „A” 0:2(12-25,20-25)

A csapat tagjai: Buday Leila, Heszler Noémi, Járfás Lili, Mármárosi Noémi, Molnár Brigitta, Schvarcz Bianka, Skrinýár Zsófia, Tóth Bettina

Másik csapatunk főként olyan szorgalmas leányzókból áll, akik korábbi diákolimpiai tapasztalat nélkül lettek ebben az évben benevezve a küzdelmekre, hogy ezáltal ők is játéklehetőséghez, játékélményhez jussanak, fejlődjenek, tapasztalatokat szerezzenek. Az ilyenkor „szokásos” kezdeti lámpalázat nem ismerve vetették bele magukat az összecsapásokba, sok esetben szép játékkal leütésig játszva gyűjtögették a pontokat. Ugyan voltak hullámvölgyek és bizonytalanságok, Baranya Boglárka magabiztos szerváira építkezve mindkét ellenfelüket felülmúlták, ezzel csoportelsőként végeztek.

„B” csoport:

1. mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium „B”- Bláthy Ottó Technikum 2:1 (25-18,24-26,25-23)

2.mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium „B”- Launai Miklós Református Iskola 2:0 (25-14,25-7)

A csapat tagjai: Baranya Boglárka, Deáki Petra, Dorsich Flóra, Fekete Nóra, Imre Vivien, Takács Dorka, Wágner Panna

A csapatok kíséző testnevelője: Karácsony Tamás

Hamvas sikerekkel zárult így a játéknap. A két csoportgyőzelem azt is jelenti, hogy február 20-án csütörtökön ismét visszalátogatunk a KVSE csarnokába, ahol a 4 csapatos megyei döntőben a Dorogi Zsigmond Vilmos Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Gimnázium és a tatabányai Kossuth Lajos Gazdasági és Humán Technikum lesz két lánycsapatunk ellenfele.

Bármit is hoz a megyei döntő, két csapattal a döntőbe kerülni egy újabb olyan történés az iskola sportéletében, amire büszkék lehetünk. Ügyesek vagytok Lányok, csak így tovább!



2025. FEBRUÁR 14. KOMÁROM, KÉT CSAPATTAL VETTÜNK RÉSZT A RÖPLABDA DIÁKOLIMPIA MEGYEI SELEJTEZŐJÉN. MINDKÉT CSAPATUNK CSOPORTELSŐ LETT.



A megye legjobb röplabdás lányai nálunk vannak!

Hosszú, de felfelé ívelő utat kezdtünk meg két évvel ezelőtt, amikor gimnáziumunk újkori sporttörténetének első röplabda diákolimpiai versenyére nevezünk be. Akkor még győzelem nélkül hagytuk el a pályát, de nagyon büszkék voltunk a tisztas helytállásra. Tavaly a megyei selejtezőkön sikerült mind fiú, mind pedig lány csapatunkkal győztes mérkőzéseket vívnunk, a megyei döntőben lányainkkal a szenzációs eredménynek számító megyei 2. helyezést is sikerült megszereznünk, melyek tovább szépitették a sportág köré íródott történetünket, megszereztük iskolánk első érmét röplabdázásban. Ugyan mindenki boldog és elégedett volt a tavalyi ezüstrrel, titkon körvonalazódott a kérdés: lehet-e még tovább fokozni az évről-évre javuló teljesítményt?!

Ehhez hasonló gondolatokkal a fejekben lettek benevezve 2024. szeptemberében lányaink, méghozzá két csapatnyi, ezzel is a lehető legtöbb játék- és tapasztalatszerzési lehetőséget biztosítva számukra. Az idei első szenzációra egészen az előző hétig kellett várnunk, amikor mindkét nevezett alakulatunk a négy csapatos megyei döntőbe kvalifikálta magát. Diákolimpiai csapatversenyben ritkaság, hogy egynél több csapattal képviseltesse magát megyei döntőben egy iskola, így már ez is nagy sikernek volt tekinthető.

A mai napon megrendezésre kerülő négy csapatos megyei döntőben a Dorogi Zsigmond Vilmos Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Gimnázium és a tatabányai Kossuth Lajos Gazdasági és Humán Technikum volt két lánycsapatunk ellenfele. A sorsolást követően „A” jelzésű csapatunk a Kossuth ellen kezdte a küzdelmeket. Érett csapatként együttműködve, magabiztos játékkal sikerült ellenfelünk fölé kerekedni, így hamar eldőlt, hogy a döntőben várhatja ellenfelét első lány alakulatunk. A „B” jelzésű csapatunk a dorogi együttes ellen kezdett. Szép szervákkal, gördülékeny játékkal kezdtünk, azonban ahogy ellenfelünk visszajött a találkozóra, a megnövekedett teher sok bosszantó hibát, néhol tanácstalanságot okozott lányainknál. Ugyan lett volna reális esélyünk a jó erőkből álló Zsigmond tanítványok ellen, első megyei diákolimpiai döntős szereplésükön a csapatunk legnagyobb ellenfele nem a pályán, hanem a fejekben volt. Igyekeztünk, csúszunk-másztunk, de a ki nem kényszerített hibák megpecsételték sorsunkat, alulmaradtunk a döntőért vívott harcban.

1. mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium „A” - Kossuth Lajos Gazdasági és Humán Technikum 3:0 (25-15,25-17,25-21)

2. mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium „B” - Dorogi Zsigmond Vilmos Gimnázium 1:2 (22-15,17-25,25-23)

Nem volt megállás „B” csapatunknak, a bronzmérkőzéssel folytatták a tornát, ahol a Kossuth röplabdásokkal találkoztak. Fokozott izgalmak, érzelmek, idegeskedés jellemezte a találkozót, melyből nem mi jöttünk ki nyertesként. A Kossuth magabiztos játékkal múlta felül gimnáziumunkat. Ugyan csalódott arcokat láthattunk a pályán, rengeteg tapasztalatot, élményt és tudást is szívtak magukba a lányok. Kezdődhetett a döntő, melyet „A” csapatunk és a dorogi együttes vívott. A pályán lévő játékosainkat segítette a volt hamvasos diákokból, barátokból és a másik csapatunkból álló kis szurkolótáborunk is, így valódi hazai pályát varázsoltunk a KVSE csarnokából. Döntőhöz méltó összecsapás volt a két csapat mérkőzése. A jó fizikumú dorogiakkal szemben jól állta a sarat a technikailag képzetesebb, a röplabdát „szebben” játszó alakulatunk, mely az első szettben egy könnyebb, 6 pontos sikert eredményezett. Kicsit belekényelmesedve az aranyérem közelségébe, igazi hullámvasút volt a második szett, ahol idegőrlő játékban elvesztettük a játék részt. A döntő szettben minden erőnket mozgósítva, az ellenfél fáradására alapozva sikerült előnyt kialakítanunk, és egy 25-15-ös játékrésszel sikerült megnyernünk a találkozót és ezzel megyei bajnokok lettünk.

Bronzmérkőzés: Kossuth Lajos Gazdasági és Humán Technikum - Hamvas Béla Gimnázium „B” 3:0 (25-15,25-13,25-18)

Döntő: Hamvas Béla Gimnázium „A” - Dorogi Zsigmond Vilmos Gimnázium 2:1 (25-19,24-26,25-15)

A megye legjobb „B” kategóriás (nem igazolt) lány röplabda csapataként indulási jogot kaptunk az országos elődöntőre, ahol a játék még magasabb szintjét ismerhetjük, tapasztalhatjuk meg. Az elmúlt egy hétben 16 hamvasos tanulónk ütötte a labdát a megye legjobbjai között, melynek megkoronázása volt a megyei bajnoki cím. Visszakanyarodva a beszámoló elején lévő kérdéshez: IGEN, idén is sikerült tovább fokozni a fantasztikus teljesítményt!

A csapat tagjai:

Hamvas Béla Gimnázium „A”: Buday Leila, Heszler Noémi, Járfás Lili, Mármarosi Noémi, Molnár Brigitta, Schvarcz Bianka, Skrinár Zsófia, Tóth Bettina

Hamvas Béla Gimnázium „B”: Baranya Boglárka, Deáki Petra, Dorsich Flóra, Fekete Nóra, Imre Vivien, Imre Nikolett, Takács Dorka, Wágner Panna

Kísérő testnevelő: Karácsony Tamás

Karácsony Tamás tanár úr: „Kb. 1 éve kaptam apósomtól ajándékba egy profi versenylabdát, amit azóta azért tartogattam, hogy egy mérkőzészlátogatás során aláíratassam egy extraligás, profi csapat játékosával. A mai napon az eredményhirdetés után az öltözőben végre sikerült - számomra- extraligás, profi játékosokkal, még hozzá 16-al aláíratatni, ezzel egy jó emléket,

ereklyét adva nekik és magamnak. Végül sikerült belőlem kipréselniük azt is, amit ezúttal annyira nagyon nem is kellett kipréselniük....BÜSZKE VAGYOK RÁTOK!”

Gratulálunk a megyei 4. és a megyei 1. helyezett csapatunknak! Szuperek vagytok Csajok!



Ízelítő a „profi amatőrök” világából-Lány Röplabda Diákolimpia országos elődöntő II. hely

Nagy várakozás övezte a mai napot megyei bajnok röplabda csapatunk körében, ugyanis ma került megrendezésre a „B” kategóriás (nem igazoltak versenye) Röplabda Diákolimpia országos elődöntője, melynek a Budakeszin található Prohászka Ottokár Katolikus Gimnázium adott otthont. A házigazdák nem mások voltak, mint az elmúlt évek „B” kategóriás röplabdázását fiú és lány vonalon is meghatározó, tavalyi évben országos bajnokok. Rajtuk kívül még a veszprémi Vetési Albert Gimnázium csapata jutott be a hármaskörbe, így igazán nívós ellenfelekkel nézhetett szembe lány alakulatunk.

Az elődöntő első párharcára a sorsoláson megkaptuk a torna favoritjait, a prohászka lányokat. Már a bemelegítés alatt is nagyon szervezeten, képzetten mozogtak, érezhető volt a játéktapasztalatuk, magabiztosságuk. Bajnoki címvédőként kezdték a találkozót, erős nyitásokkal, változatos támadójátékkal növelték előnyüket csapatunkkal szemben. Lányaink

sem hagyták magukat, szép mentésekkel, kijátszott támadásokkal igyekeztünk tapadni ellenfelünkre. Annak ellenére, hogy alakulatunk nem adta fel és mindent megtett, látható és tapasztalható volt a két csapat közötti különbség. A hazai csapat magabiztosan húzta be három szettben a mérkőzést, melyen lehetőséget tudtunk adni mind a 12 játékosunknak.

1. mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium – Prohászka Ottokár Katolikus Gimnázium 0-3 (12:25,12:25,8-25)

Kis pihenőt követően jöhetett a veszprémi együttes elleni mérkőzésünk. A mérkőzés tétje az ezüstérem megszerzése volt, mivel a házigazdák a vetézés lányok felett is győzelmet arattak. A veszprémi csapat játéka már jobban feküdt nekünk, a játék több elemében is ki tudtunk bontakozni. A röplabdázás minden izgalmát és szépségét magában foglaló, szoros első szett után elléptünk ellenfelünktől és magabiztos, három szettes találkozóon megszereztük az újabb röplabda érmünket, az eddigi legrangosabbat, egy országos elődöntő ezüstöt.

2. mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium – Vetési Albert Gimnázium 3-0 (29:27,25:17,25:18)

Örömjátékért mentünk az országos elődöntőbe, de annál sokkal többet kaptunk. Kijelenthetjük, hogy az ország legjobb „B” kategóriás csapata ellen mérkőzhettünk meg és a sima vereség ellenére is tapasztaltabban, érettebben hagytuk el a pályát. Felnyitották a szemünket a házigazdák, hogy miként lehet sportszerűen, szervezeten, a játékot és egymást tisztelve a legmagasabb szinten játszani ezt a sportot. Az ezüstérem megszerzése, a győztes mérkőzés pedig gyógyír lehet a lelkeknek és erőt meríthetünk belőle a jövőre nézve.

Idén már sokadszorra, de talán most a leghangsúlyosabban: SZÉP VOLT CSAJOK!

A csapat tagjai: Buday Leila, Baranya Bíborka, Deáki Petra, Dorsich Flóra, Heszler Noémi, Járfás Lili, Mármárosi Noémi, Molnár Brigitta, Schvarcz Bianka, Skrinjár Zsófia, Takács Dorka, Tóth Bettina

Kísérő testnevelő: Karácsony Tamás



Fiú röplabda csapatunk is a megyei döntőbe kvalifikálta magát

Két lánycsapatunk előző heti sikere után a mai napon fiainkon volt a sor, hogy Komáromban kivívják a „B” kategóriás Röplabda Diákolimpia megyei selejtezőjén a továbbjutást.

Koránkeléssel, vonatozással és a Jókai gimibe történő reggeli sétával indult csapatunk napja, majd a selejtező másik két együttese, a házigazda Jókai és a tatai Bláthy összecsapását tekinthettük meg a helyszínrre érkezve. A parázs első mérkőzés után alakulatunk is pályára lépett, ahol első mérkőzésen a Bláthy tanítványaival csaptunk össze. Ellenfelünket sok hibára kényszerítve, magabiztosan játszva sikerült nagyarányú, két szettes győzelmet aratnunk, mely után önbizalommal telve várhattuk a döntő mérkőzést. A házigazda Jókaisoknak jót tett az egy mérkőzésnyi pihenő, nagyon szervezeten, jól szerválva kezdték meg a találkozót. Csapatunk kissé meglepődöten fogadta az ellenfél jó játékát, rányomta bélyegét a házigazda sikere a játékunkra. Az elveszített első szett után csapatunk egy fokozattal feljebb kapcsolt, kevesebb hibával játszottunk, mi kezdtük el irányítani a találkozó alakulását. A nyertes második szett után a lélektani fölény már nálunk volt, így a döntő szettben is sikerült felülmúlni a Jókaisokat, így veretlenül, csoportelsőként jutottunk tovább a megyei döntőre.

1. mérkőzés: Bláthy Ottó Technikum – Hamvas Béla Gimnázium 0:2 (16-25,16-25)

2. mérkőzés: Komáromi Jókai Mór Gimnázium – Hamvas Béla Gimnázium 1:2 (25-20,20-25,20-25)

A csapat tagjai: Baráth Zsombor, Eck Roland, Marcsek Péter, Márcsik Levente, Nagy Arnold, Nagy Miksa, Spindler Bertalan

Kísérő testnevelő: Karácsony Tamás

A megyei döntőre február 24-én kerül sor Tatabányán, a Fellner Jakab Technikumban, ahol a tatabányai Bánki és az esztergomi Szent Antal gimni lesz az ellenfelünk.



Bronzérmet szereztek fiú röplabdásaink

Nem sokkal két lánycsapatunk nagyszerű szereplése után a mai napon fiú röplabdásaink vettek részt a megyei döntőn, melynek ezúttal a Fellner Jakab Technikum és Szakképző Iskola adott otthont.

Ellenfeleink ezúttal a tatabányai Bánki és az esztergomi Szent Antal gimi voltak, akik hozzánk hasonlóan a selejtezőkből jutottak be csoportelsőként a döntőbe. Kezdsnek a nagyon lelkesen és szervezeten játszó Franka ellen léptünk pályára. Sok hibával játszott mindkét csapat, melyből az első szettben ellenfelünk, a második szettben mi jöttünk ki jobban, így jöhetett a döntő szett. Egy végletekig kiélezett találkozón sajnos nem tudtunk felülkerekedni saját hibáinkon, így elvesztettük a találkozót. Kis pihenőt követően a torna favoritjának kikiáltható Bánkisok ellen mérkőztünk meg. Az első játékrészben állva hagyták csapatunkat, nem tudtunk a leütéseikre ellenszert. A második szettben már visszataláltunk önmagunkhoz, de ez is kevésnek bizonyult a fizikális ellenfelünkkel szemben. Becsületünket megvédve szépítettünk a harmadik játékrészben, így 2:1 arányban kaptunk ki, mely ezen a napon csupán a bronzéremhez volt elegendő.

1. mérkőzés: Hamvas Béla Gimnázium – Szent Antal 1:2

2. mérkőzés Hamvas Béla Gimnázium – Bánki 1:2

A csapat tagjai: Baráth Zsombor, Eck Roland, Marcsek Péter, Márcsik Levente, Nagy Arnold, Nagy Miksa, Spindler Bertalan, Pap Dániel, Csicsely Márton

Kísérő testnevelő: Karácsony Tamás

A megyei döntőben való szereplés mindenképpen jó tanulságként szolgált a jövőre nézve 11. évfolyamos tanulóinknak, akik jövőre a csapat magját fogják képezni. Végzős tanulóink közül pedig többeknek ez volt az utolsó alkalom, hogy diákolimpiai küzdelmek során a Hamvas Béla Gimnázium mezét viselhették. Nekik ezúton is köszönjük a sok szép sikert, élményt, eredményt!

Hajrá Hamvas!



4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

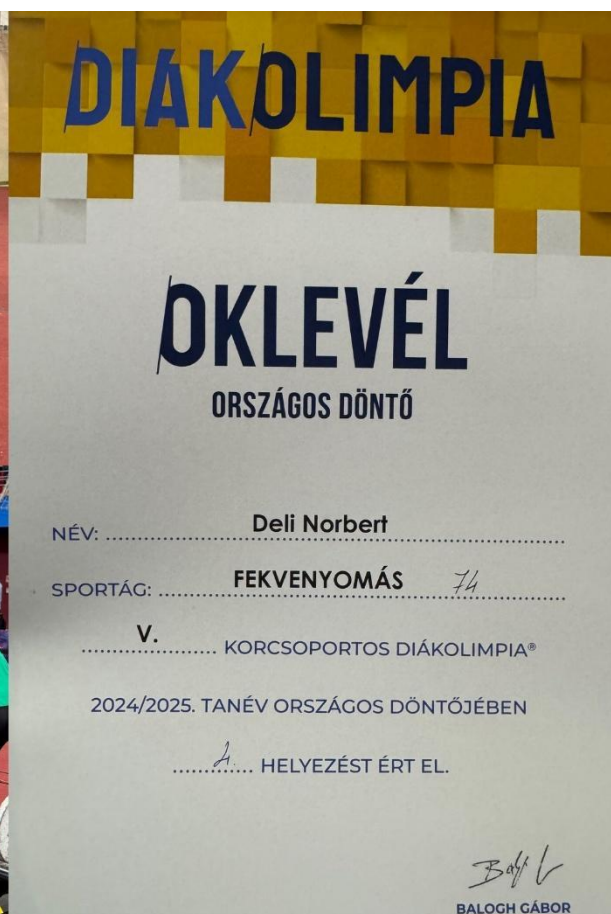
Fekvenyomásban értünk el nívós eredményt!

A sportversenyekben gazdag februári időszakban most a Fekvenyomó Diákolimpia került megrendezésre az Angyalföldi Sportközpontban. Az országos döntőre Deli Norbert 9.B osztályos tanulónkat neveztük, aki az V. korcsoportban 74 kg-os súlycsoportban mérettette meg magát az ország legerősebb fiataljaival. A több mint 700 nevezett tanuló az ország minden tájáról érkezett, hogy három kísérlettel bebizonyítsa, ő a korosztályának és súlycsoportjának legerősebbje.

Norbi jól felkészülve, valós erejének tudatában jelölte meg három kísérletére a súlyokat. Először 90kg-ot, utána 95kg-ot majd utolsó kísérletére az új egyéni csúcsnak számító 100kg-ot kinyomva szerezte meg az országos 4. helyezést. Az elképesztő teljesítményt még tovább emeli az a tény, hogy Norbi a korosztálya legfiatalabbjai közé tartozik, jövőre is még az V. korcsoportban versenyezhet, ahol már reális célnak kell lennie a dobogónak.

Gratulálunk a hihetetlen teljesítményhez!

Szép volt Norbi! Kísérő testnevelő: Karácsony Tamás



4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

B33 Régiós Döntő-Fiatal alakulatunk az ezüstig menetelt

A Győri Olimpiai Parkban került megrendezésre a B33 Kosárlabda Diákolimpia Régiós Döntője, melyre két fiú és egy lány csapatunk jutott be.

Lány csapatunk a csoportmérkőzések során sajnos nem tudta győztesen elhagyni a pályát neves ellenfeleivel szemben, így két találkozót követően számukra befejeződtek a küzdelmek.

Két fiú alakulatunk magabiztos játékkal, csoportelsőként jutott tovább a legjobb 8 közé. Az egyenes kieséses szakaszban egyik csapatunk a Szombathely, másik pedig a Sopron együttesét búcsúztatta, így a legjobb 4 között két Hamvasos csapat is képviseltette magát.

Hasonlóan a megyei döntőhöz, itt is összekerült a két oroslányi gimis csapat, amely "házi" találkozóznak nem volt kisebb a tétje, mint a döntőbe jutás. A fiatalabb tanulóinkból álló Hamvas I. csapatunk ezúttal győzedelmeskedett Hamvas II. alakulatunk felett, így ők mehettek az aranyéremért. Sem a bronzmérkőzés, sem a döntő nem alakult jól a harciasan küzdő csapatainknak, végül a 4. helyet és az előkelő, továbbjutást érő 2. helyet sikerült megszereznünk.

A régiós döntő küzdelmein a legnagyobb kosárlabda városok játékosai képviseltették magukat. Két csapattal bejutni a legjobb négy közé egy igazán különleges teljesítmény. Fiatal csapatunk számára az országos döntőben folytatódnak a küzdelmek, ahova utoljára a 2015/16-os tanévben jutott be gimis alakulat.

Gratulálunk!

II. helyezés: Hamvas I.: Czermann Zétény, Flekenstein Milán, Lazók Zsigmond, Magyar Benjámin

IV. helyezés: Hamvas II.: Baráth Zsombor, Kostyál Zsombor, Kristyák Viktor, Varga Zsombor
Lány csapatunk: Baranya Bíborka, Biró Lili, Imre Nikolett, Imre Vivien

Kísérő testnevelő: Karácsony Tamás





4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

Fair Play Kupa

A Hamvas Béla Gimnázium fiú labdarúgó csapata 2025. március 13-án részt vett a TATABÁNYAI Tavaszi Körzeti Tornán, melyen megyénk számos középiskolai csapata között a 3. helyezést érték el. Gratulálunk a résztvevőknek!

A csapat tagjai: Nagy Arnold, Márcsik Levente, Andréka Bálint, Eck Roland, Pap Dániel, Varga Marcell, Nagy Miksa, Kurucz Kornél

Kísérő testnevelő: Erdélyi Péter Tiborné



4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

Egészséges táplálkozás hete

Az Aktív Iskolai Program egészséges táplálkozással kapcsolatos tematikus hete zajlik jelenleg intézményünkben. A program egyik legkellemesebb pontja a ma reggeli egészséges reggeli volt, melynek szervezését a 9.B osztály és a Hamvas Sport tanulói csapat vállalta magára. A reggeli során a tanulók sokféle teljes kiőrlésű, magas fehérjetartalmú, tápláló finomságból választhattak. A lelkes szülőknek hála nem csak a reggelire, de a tízóraitra is maradt elegendő zöldség és gyümölcs, így az óráközi szünetek is az egészséges táplálkozás jegyében teltek el. Köszönjük a szülők és a szervezők munkáját!



4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

Mezei futóversenyen jártunk

Két tanulónk képviselte iskolánkat a mezei futóversenyen. A tegnapi napon rendezték meg a mezei futás diákolimpiai küzdelmeit Komáromban, a Monostori Erődben. A versenyen a lányok mezőnyében Szekeres Katalin 9.A osztályos tanulónk, a fiúk mezőnyében Esztergályos Bence 9.B osztályos tanulónk mérettette meg magát. Megküzdve a hideg időjárással, mindkét tanulónk ügyes versenyzéssel teljesítette a távot, melynek köszönhetően a népes mezőny első felében végeztek.

Esztergályos Bence: „Nagyon jól éreztem magam. Egy jó, könnyed, laza futás volt, így végül a 67 indulóból a 17. helyet szereztem meg.”

Szekeres Katalin: „Nagyon jól éreztem magam én is. Tudom, hogy nem lettem az elsők között, de szerintem így is megérte készülni rá és futni egyet. Jó élmény volt!”

Kísérő pedagógus: Bán Ildikó

Gratulálunk!



2025. MÁRCIUS 18. KOMÁROM, MEZEI FUTÓVERSENY
SZEKERES KATALIN ÉS ESZTERGÁLYOS BENCE KÉPVISELTE ISKOLÁNkat



4. Gratulálunk!: versenyeredmények, sporthírek

Aktív Iskola program

Iskolagyűlést tartottunk az Aktív Iskola Program eseményeinek és a közelmúlt versenyeredményeink kihirdetése céljából

Bőven volt mit kihirdetni tegnapi iskolagyűlésünkön. Sűrű, programokban és versenyekben gazdag időszakkal kezdődött az új év, melynek főbb momentumai kerültek ismertetésre.

A januárban alapított Hamvas Sport Kosárlabda Kihívást immár 11 fő teljesítette. Külön öröm, hogy kosarasaink mellett három olyan tanulónk is véghez vitte, akiknek nem volt kosaras múltja. A sikeres teljesítőket érem és oklevél jutalomban részesítettünk.

Az idei év egyik legnagyobb eredménye röplabdás lányaink B kategóriás országos elődöntő 2. helyezése. A tavalyi megyei 2. helyezés után egy szinttel feljebb tudtunk lépni, ami a lányok szorgalmának volt köszönhető. Az országos elődöntőn szereplő csapat tagjai csapatképpel ellátott oklevelet vehettek át.

Programajánlót is kaptak tanulóink az iskolagyűlésen, ugyanis az OSE Lions U16-os csapata felvértezve 9-10. évfolyamos tanulóinkkal fontos találkozót játszik csütörtökön 18 órától a Krajnyik "Akác" András Sportcsarnokban. Szeretnénk, ha nem csak az iskolában, de az iskolán kívül is egy egymást támogató közösség alakulna ki, így biztatunk mindenkit, hogy aki teheti látogasson el a mérkőzésre.

Az iskolagyűlés zárásaként nem engedték el üres kézzel az osztályokat. Az Aktív Iskola Program egészséges táplálkozás hetének keretén belül a program által biztosított repoharokat Dr. Radványiné Varga Andrea igazgató asszonyunk adta át diákjainknak és osztályfőnökeiknek. Reméljük, hogy a poharak elősegítik, serkentik a tanulók folyadékfogyasztását.



5. Cooltura: film- és könyvajánlók

200 éve született Jókai Mór

Életrajzi adatai:

Született: Ásvai Jókay Móric néven

1825. február 18-án Komáromban a mai Szlovákia területén

Meghalt: 1904. május 5-én, Budapesten (a Magyar Nemzeti Múzeum előcsarnokából kísérték el utolsó útjára)

Szülei:

nemes Asvay Jókay József (ügyvéd)

nemes Pulay Mária

Testvérei: Károly, Eszter

Házastársai:

Laborfalvi Róza (házas. 1848.–1886.)

Nagy (Grosz) Bella (házas. 1899.–1904.)

Fogadott gyermeke: Feszty Árpádné Jókai Róza

Iskolái: Komárom (első iskolája) (9 évesen jelenik meg első verse), pozsonyi evangélikus gimnázium a komáromi református iskola (ismerkedik a festőművészettel), pápai református főiskola (itt kezd el verseket és novellákat írni), kecskeméti református főiskolán jogi tanulmányok (itt ismerkedik meg a magyar Alföld parasztéletével)

Pályája:

1846-ban ügyvédi oklevelet szerez, de nem helyezkedik el prókátornént.

Pesten megismerkedik Petőfi Sándorral, aki bevezeti a fővárosi fiatal írók társaságába, a Pilvax kávéház az egyik kedvenc helye, szépirodalmi lapok közlik novelláit

1847-ben az Életképek c. lap szerkesztője lesz, együtt dolgozik és lakik Petőfivel

1848-ban részt vesz a forradalomban, 1849-ben Debrecenbe menekül, ahol az Esti lapokat szerkeszti

A forradalom bukása után a köztársasági párthoz csatlakozik, amiért halálra ítélik. Bujdosnia kell, majd amnesztiát kap.

Az 1850-es évektől kezdve számtalan regényt, elbeszélést, humoreszket, verset, színdarabot ír.

1858-ban megalapítja élcslapját, az Űstököst; 1863-ban politikai napilapját, a Hont.



1858-tól a Magyar Tudományos Akadémia, 1860-tól a Kisfaludy-Társaság tagja, 1861-től politikai karrierje elindul – országgyűlési követ, majd képviselő lesz (ellenzék), majd Tisza Kálmán pártja és kormánya mellé áll, 1896-ban I. Ferenc József király kinevezi a főrendiház tagjává.

1894-ben (50 éves jubileum), a nemzet minden rétege fölkeresi hódolatával; egységes kiadásban bocsátják közre összes munkáit, a kiadás jövedelméből fényes nemzeti ajándékot kap.

Idézetek Jókairól:

«Mint ember vonzó egyéniség volt; nyájas, szelíd, előzékeny mindenki iránt, a bántalmakkal szemben türelmes. Az életet a maga valóságában nem ismerte, gazdálkodni nem tudott, ábrándjai világában élt. Bizonyos dolgokban naiv gyermek maradt haláláig.»

az idézet forrása: <https://n9.cl/wt64x>



«Laborfalvi Róza hódító szépsége még az anyát is elvarázsolta. Nagy latba esett hitvesi hűsége és gondoskodása, melyet a forradalom alatt tanusított férje iránt. Emellett hízelgett özvegy Jókaynénak az a hódolat és bámulat, mellyel a komáromiak adóztak a nagy művésznőnek és a nagy szépségnek. Jókainak és az irodalomnak szüksége volt Laborfalvi Rózára. Ez az asszony ébrentartotta hiúságát, acélozta munkakedvét, nem engedte se elcsüggedni, se elbizakodni. Zsarnoka volt, aki uralkodott felette és jó szelleme, aki piedesztált építgetett alája. Róza gondja mindenre

kiterjed, hogy jó sima papírja legyen, mert csak simára szeret írni, jó tolla, jó tintája, a látogatók elé ő megy ki, egy detektív éles szemével vizsgálja meg s kérdezi ki, mit akarnak s aztán elutasítja, ha csak nem okvetlenül szükséges, hogy beeresztessenek. A cselédeknek nem szabad énekelni, az ajtókkal nem szabad zörögni, mert az úr ír. Még a mákot is a szomszédban töreti meg, nehogy a mozsár döngése Móricot zavarja. Ír és egyre ír. Este vagy délben mulatságnak felolvassa felesége előtt, az beleszól s megjegyzései folytán

igazít rajta, kihúz egy mondatot, hozzátenni javasol egy másikat s együtt gondolkozik férjével, hogy mi legyen a folytatás.»

Mikszáth Kálmán: Jókai Mór élete és kora

Idézetek Jókaitól:

„ A könyv csodálatos utazás a múltba és a jövőbe. ”

„ A kedély s a munkakedv az örök fiatalság biztosítása. ”

„ Mindig emlékezz arra, hogy a szép szavak nem mindig igazak,
s az igaz szavak nem mindig szépek.”

Jókai Mór művei

A tengerszemű hölgy	Sárga rózsza	A varchoniták
Bálványosvár	Az arany ember	A kalózkirály
Az új földesúr	Forradalmi és csataképek	A fehér rózsza
Enyim, tied, övé	Emléksorok 1848–49-ből	Utazás egy sírdomb körül
Szerelem bolondjai	Egy bujdosó naplója	Egy magyar nábob
Hétköznapok	Cikkek a forradalom	Kárpáthy Zoltán
A három márványfej	évéből	A kőszívű ember fiai
Ahol a pénz nem isten	A kiskirályok	Egy hírhedett kalandor a XVII.
A janicsárok végnapjai	Nincsen ördög	századból
Egetvívó asszonyszív	A szegénység útja	Eppur si muove – És mégis mozog a
Öregember nem	Egy ember, aki mindent	föld
vénember	tud	A két Trenk
A Damokosok	Névtelen vár*	Trenk Frigyes
De kár megvénülni!	A mi lengyelünk	A történelmi tarokkparti
Az elátkozott család	Szomorú napok	Egy az Isten
A barátfalvi lévita	Tégy jót	Útleírások
Szegény gazdagok	Aki a szívét a homlokán	A lőcsei fehér asszony
A gazdag szegények	hordja	A lélekidomár
Egész az északi	Mire megvénülünk	Rab Ráby
pólusig	Fekete gyémántok	A magyar nemzet története regényes
Elbeszélések		rajzokban

Akik kétszer halnak meg	Török világ	Fráter György
Az élet komédiásai	Magyarországon	Egy játékos, aki nyer
Rákóczy fia	Görögtűz	Minden poklokon keresztül
Írói arcképek	Szabadság a hó alatt	Életemből
Szeretve mind a vérpadig	Felfordult világ	Dekameron
Szép Mikhál	Erdély aranykora	A jövő század regénye
A cigánybáró	A fekete vér	
	A magyar nép élce	
	Politikai divatok	
	A régi jó táblabírák	

Érdekeségek Jókai Mórról

<https://helloveb.hu/hir/198-eve-szuletett-jokai-mor-ime-nehany-erdekesseg-amit-biztosan-nem-tudtal-rola>

<https://welovebudapest.com/cikk/2025/03/12/jokai-mor-evfordulo-laborfalvi-roza-nagy-bellakakas-marton-erdekessegek/>

<https://filharmonia.hu/erdekessegek/137/jokai-es-a-zene>

<https://www.feol.hu/kultura/2016/02/12-teny-amit-talan-nem-tudtal-a-februar-18-an-szuletett-jokai-morrol>

<https://hallgatomagazin.hu/20-erdekesseg-a-200-eve-szuletett-jokai-morrol/>

<https://www.youtube.com/watch?v=FOLOgj1F86Y>

<https://zanza.tv/irodalom/romantika/jokai-mor-az-arany-ember>

Quizkérdések

Arany János jubileumi év van. Hány éve született az író?

1. 210
2. 200
3. 150

Az írás mellett melyik másik művészeti ágban jeleskedett Arany János?

1. szobrászat
2. festészet
3. zene

A kor melyik híres személye volt ifjúkori barátja, akivel egy fedél alatt is lakott?

1. Kossuth Lajos
2. Mikszáth Kálmán
3. Petőfi Sándor

Édesanyja miért tagadta ki az örökségből Jókai Mórt?

1. Mert szégyent hozott a Jókay névre
2. Mert megváltoztatta a családnevét
3. Mert feleségül vette a nála jóval idősebb elvált és az előző házasságából született lányát a házasságba hozó Laborfalvy Róza színésznőt

Ki nem szerepel Jókai Az arany ember című művében?

1. Ali Csorbadzsi
2. Trikalisz Euthym
3. Tallérossy Zebulon

A quizt az alábbi linken és QR-kódon éred el és itt is oldhatod meg:

<https://forms.gle/2GuaUdDt9e61o2fw8>



5. Cooltúra: film- és könyvajánlók

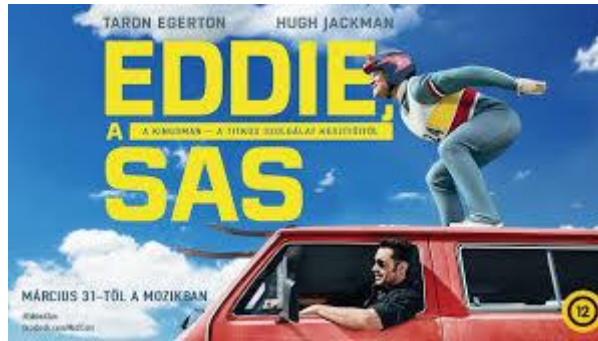
POWERVIOLENCE

A Powerviolence egy az extrém metál és a hardcore punk rengeteg keveredése közül. Elsőnek az amerikai kontinensen ütötte fel a fejét, a crust punk és a grindcore hatására. Első úttörője volt a műfajnak a SIEGE. Rövid, van amikor csak harminc másodperces dalok, mélyre hangolt (leggyakrabban C#,D# vagy B#)gitárok, és a D-beat (Tupa-Tupa) vagy őrülten gyors dobütemek jellemzik.



5. Cooltura: film- és könyvajánlók

Filmajánló: egy film arról, hogy sohase add fel az álmaidat!!!



1973-ban a tízéves Eddie Edwards álma az olimpiai dicsőség. Úgy dönt, hogy síugrásban fog indulni – az Egyesült Királyságot több mint hat évtizeden át nem képviselte egyetlen síugró sem a téli olimpián –, ezért elutazik a németországi Garmisch-Partenkirchenben kialakított kiképzőlétesítménybe. A tapasztalt ugrók, különösen a norvég csapat, belekötnek az újonc titánba.

Magától kezd el edzeni, és neki is lát a 15 méteres sáncnak. Ez sikerül is neki, majd megpróbálja a 40 méteres ugrást, de elrontja, és megsérül. A pálya italozó hókotrósa, Bronson Peary (Hugh Jackman) is azt mondja neki, hogy adja fel, de Eddie kitartó, és minden áron ki akar jutni az 1988-as téli olimpiára. Pearyről hamarosan kiderül, hogy korábban amerikai síugró bajnok volt, Mivel már kevés idő van az 1988-as téli olimpiáig (melynek helyszíne a kanadai Calgary), Bronson szokatlan módszerekkel tanítja Eddie-t, aki sikeresen teljesíti a 40 méteres sáncot.

Ahhoz, hogy a Brit Olimpiai Szövetség síugrásban őt nevezze az olimpiára, meg kell ugrania a 70 méteres sáncot is. 38 méteres ugrásával új angol rekordot állít be, és meghívót kap a brit olimpiai csapatba is, a tisztviselők azonban – annak érdekében, hogy visszatartsák –, úgy döntenek, hogy változtatnak a szabályon, és közlik vele, hogy csak akkor kvalifikálhatja magát az olimpiára, ha legalább 61 méteres ugrást mutat be. Eddie kedvét így sem tudják elvenni, folytatja, és végül teljesíti is a megadott távolságot, hogy hazamegy kőműves apjához vakolni, de kap egy levelet, amelyben az áll, hogy a 61 méteres ugrását beszámítják, és kijutott – olvassa Bronsonnak.

Az olimpiai helyszínre érkezve azonnal gúnyolni és provokálni kezdik brit sportolótársai, amiért lemaradt a megnyitó ünnepségről. Annak ellenére, hogy a 70 méteres sáncon utolsó helyezést ér el 60,5 méteres ugrásával, ezzel is új brit rekordot állít be, egyúttal – esetlenséggel párosuló szívósságának köszönhetően – magára vonja a média érdeklődését és elnyeri a közönség szívét; hamarosan megszületik a beceneve is: „Eddie, a sas”.

Warren Sharp kibékül Bronson Pearyvel, Edwards nemzeti hősként tér haza. A reptéren a rajongói és a szülei várják, az anyja odarohan és átöleli. Az apja felfedi a pólóját, melyen ez áll: „Én vagyok Eddie apja”.



6. Lelkünk titkai: mentálhigiéné középiskolásoknak

A II. félév világnapjai

Január

január 2: Az introvertáltak napja

téma: önismeret

Idézet: „Magam vagyok...nagyon.

Kicsordul a könnyem. Hagyom.”

/Tóth Árpád: Meddő órán/

Február

február 11: A betegek világnapja

téma: önismeret

idézet: „Embernek lenni nagy betegség.

És gyógyíthatatlan is.”

/Rejtő Jenő: Csontbrigád/

Március

március 20: A boldogság világnapja

téma: önismeret

Idézet: „Én úgy szeretném, ha a szeretet,

a boldogság, a béke fénye égne mindenki lelkében.”

/Juhász Gyula: Egy kedves vigasztalónak/



6. Lelkünk titkai: mentálhigiéné középiskolásoknak

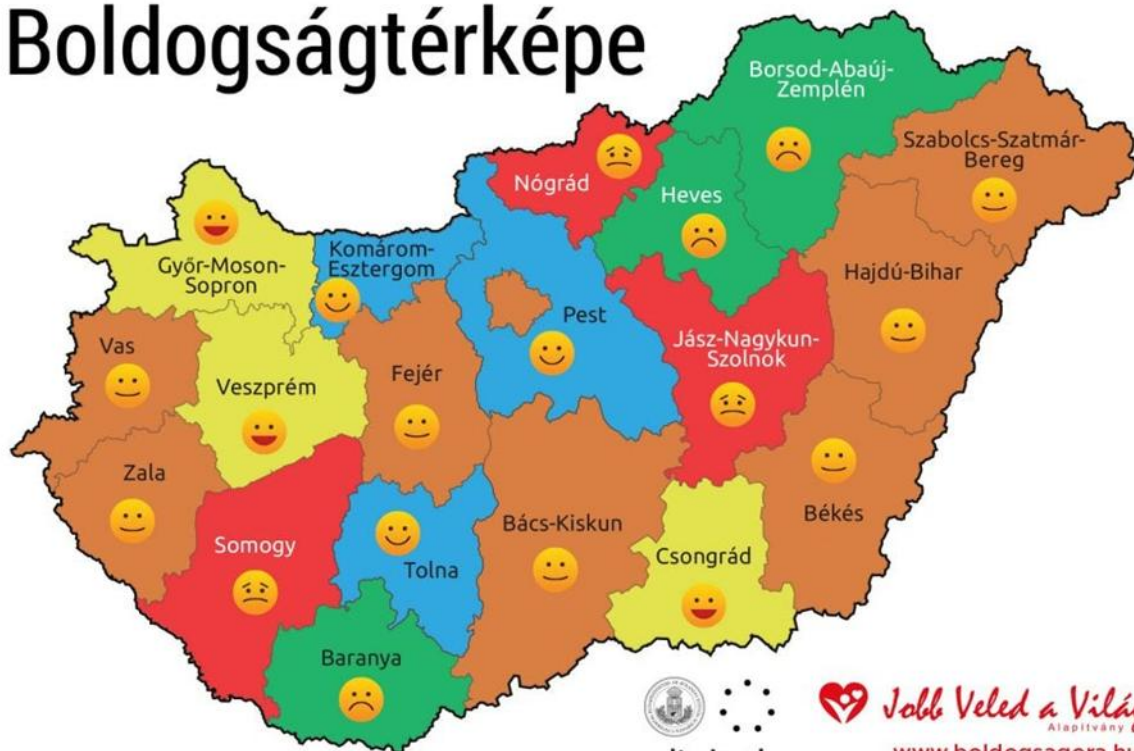
A boldogság világnapja

Az ENSZ közgyűlése március 20-át a Boldogság Világnapjává nyilvánította: „A boldogság keresése az emberi lét egyik alapvető célja”.

A boldogság nemzetközi napja egy himalájai buddhista királyságból, Bhutánból származik, ahol elsőként vezették be a "Bruttó Nemzeti Boldogság" fogalmát, aminek célja a lakosság jólétének felmérése. A nap célja, hogy felhívjuk a kormányzatok figyelmét az állampolgárok jólétének, tényleges boldogságának fontosságára.

Magyarország Boldogságtérképe

2019-2020



6. Lelkünk titkai: mentálhigiéné középiskolásoknak

Önismeret témaköréből: film- és könyvajánló

Filmek:

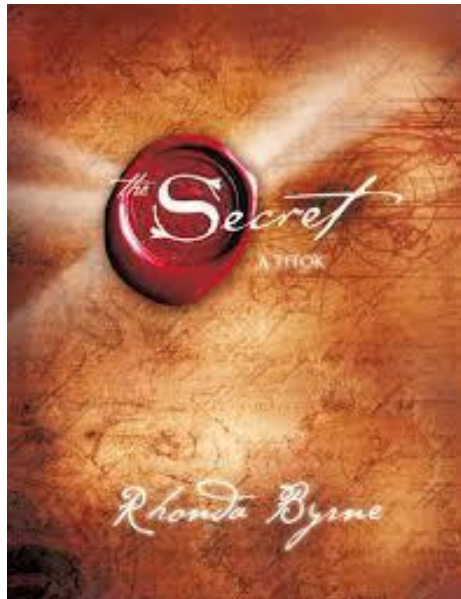
1. A Szépség és a Szörnyeteg: Ez a mese a belső szépség felfedezéséről szól, bemutatva, hogy a valódi értékek gyakran a felszín alatt rejtőznek.



2. Eat, Pray, Love: Julia Roberts főszereplésével készült film, amely egy nő önmegismerésének és belső békéjének kereséséről szól, miközben beutazza a világot.



3. A Titok: Ez a dokumentumfilm a vonzás törvényéről és az önismeret fontosságáról szól, bemutatva, hogyan formálhatjuk életünket a gondolataink és érzéseink segítségével.



Könyvek:

1. Brené Brown: Élj szívvel-lélekkel

Brené Brown könyve segít eljutnunk a szívvel-lélekkel élt, önmagunk teljes elfogadásán alapuló életig. A könyvet olvasni olyan, mintha hosszas és felemelő beszélgetést folytatnánk egy bölcs baráttal, akitől együttérzést és hasznos tanácsokat kapunk.

Mit jelent az, hogy valaki önbecsüléssel közelít a dolgokhoz? Hogyan fogadhatjuk el tökéletlenségünket? Hogyan tehetünk szert mindarra, amire szükségünk van, és hogyan engedhetjük el mindazt, ami visszatart minket? Miért teszi lehetetlenné a valahová tartozást a beilleszkedés kényszere? Szerethetünk-e valakit úgy, hogy közben eláruljuk? Szerethetünk-e jobban másokat – például a párunkat és a gyermekeinket –, mint saját magunkat?

Többek között ezekre a kérdésekre keres és ad olyan válaszokat a könyv, amelyek föltárják, miért is nem működött eddig életünk adott területe úgy, ahogyan szeretnénk volna. Ha pedig megkerestük és beazonosítottuk az akadályokat, a szerző által nyújtott tíz „útjelző” segítségével eljuthatunk az önbecsüléssel élt életig. Ezek olyan mindennapi gyakorlatok, amelyek kijelölik számunkra az utat, és segítenek, hogy irányban maradjunk. Bármennyire félünk is a változástól, előbb-utóbb meg kell válaszolnunk magunknak a kérdést: Mi a nagyobb kockázat: elengedni, hogy mit gondolnak mások, vagy elengedni, amit érzek, amiben hiszek, aki vagyok?

A könyv az önelfogadás, sebezhetőség és bátorság témáit járja körül, segítve az olvasót a személyes fejlődésben.



2. Karla McLaren: Az érzelmek nyelvén

Az érzelmekben – különösen a sötét és figyelemre nem méltatott érzelmekben – rendkívüli energia lakozik. Mindannyian tudjuk, mi történik, amikor elfojtjuk, vagy vakon kiéljük ezeket az érzelmeket. Az érzelmek nyelvén című könyvében Karla McLaren megmutatja az olvasónak, miként nézhet szembe az érzelmeivel, és miként fogadhatja be életmentő bölcsességüket, hogy aztán eljusson a kiegyensúlyozottsáig. Gyakorlati feladatok segítségével végigveszi az érzelmek teljes spektrumát a haragtól, a félelemtől és a szégyentől kezdve a féltékenységen és a gyászon át az örömig, és megmutatja, hogyan dolgozzunk könnyedén és hozzáértően saját magunk és mások érzelmeivel. Hiánypótló segítő könyvet tart kezében az olvasó, forradalmi oktatási anyaggal és a sikert jelentő készségek leírásával, amelyek révén új és erős kapcsolatot építhetünk ki érzelmeinkkel. Ez a könyv az érzelmeink megértésére és kezelésére összpontosít, lehetőséget adva az önismeret elmélyítésére.



3. A Mester és Margarita – Mihail Bulgakov:

„A kéziratok nem égnek el” – mondja Woland, Bulgakov regényének talányos Sátánja, s ez a szállóigévé vált mondat a szerző munkásságának, főművének, A Mester és Margaritának akár a mottója is lehetne. A regény-Bulgakov számos hánytatott sorsú írásához hasonlóan- csak jóval az író halála után, 1966-ban jelenhetett meg, s azóta világszerte töretlen a népszerűsége. A Mester és Margarita a világirodalom egyik alapműve, amelyben Bulgakov a satíra, a groteszk és a fantasztikum eszközeivel részint szuggesztív képet fest a húszas-harmincas évek Oroszországról, részint minden korra érvényes módon mutatja be a történelmi és személyes kínok, kötöttségek közt vergődő, hívő és hitetlen, nagyot akaró és tétován botladozó ember örök dilemmáit. Felejthetetlenek a regény figurái: Woland, aki egyszerre Sátán és a felsőbb igazságszolgáltatás képviselője; a Mester, aki a hatalmi gépezettel szemben álló Művész örök jelképévé vált, s aki regényen belüli regényben sajátos módon meséli el Jézus történetét; maga Jézus (Jesua), aki Bulgakov értelmezésében úgy elevenedik meg előttünk, mint nagyon kevés Jézus-regényben: Isten fia ő, de egyúttal modern, töprengő értelmiségi; a szörnyű fejfájással küzdő Pilátus, aki hiába látja a valódi értékeket, nem tud túllépni gyávaságán; a gyönyörűséges Margarita, aki maga az örök nőiesség...Bár nem klasszikus értelemben vett önismereti könyv, a történet mély filozófiai és pszichológiai kérdéseket vet fel az identitásról és a valóság természetéről.



7. Így írunk mi!: versek, novellák diákok tollából

Látomás

Megijedtem és csak örülten futottam, szaladtam a fák között, Már a levegőt kapkodtam, mikor egy hangot hallottam magam mögött, Úgy éreztem a vér megfagy ereimben, azt hittem csak álmodok, Nem létezik, hogy saját magamat követem és csak a sötétségbe bámulok.

Hátranéztem, visszanéztem magamra ahogy rohanok. Lefagytam újból mégjobban, jobb lesz, ha már nem szaladok. S ekkor a két szememmel láttam lelkemet a fellegekbe szállni. Remegtem és összerogytam, majd elkezdtem fájni.

Arra lettem figyelmes, hogy körülölel a sötétség, Mindenhol csak a hideg volt, nem volt sehol gyöngédség. Így hát erőt vettem magamon és most már lassan, de tovább haladtam, Szálltam a széllal, oly gyengéden, de a világ kettérepedt alattam.

A résbe estem és hirtelen kellemes meleg lett, Magam sem hittem el, de a történet váratlan fordulatot vett. A melegség elkezdett nőni, s hirtelen tüzet láttam magam körül, Tudtam mit kell tennem, elő kell bújjak a félelmem mögül.

Próbáltam tüzet oltani, de mint végtelen tenger, egyre csak nőtt. S én hánykolódtam rajta, mint egy hajó, nem tudtam megállítani az időt. Visszamásztam a hidegbe, hátha akad egy jel, mi elárulja mitévő legyek, Fussak el messze, ahonnan jöttem, vagy mindent komolyan vegyek?

Míg elmélkedtem, felcsendült egy dal, a sötétséget felváltotta a világosság, Felébredtem álmomból, de úrként bennem maradt a hiányosság. Felkeltem ágyamból, kitekintettem az ablakon, és már nem ölelt körül a sötétség, A szobámban voltam, s saját árnyékom karjaiba borulva, beteljesült a gyöngédség.

Kiss Hanna 10.A

7. Így írunk mi!: versek, novellák diákok tollából

Mély

Mély,

Elég mély.

S én reszketek

Alattam is mély

De nem húz

Magában tart

E mély

A legjobb mély

S nem reszketek

Alsó fejem zúzva terül

El a mély hidegben

Húz a mély

S én reszketek benne

Van formája és szemembe néz

Mégis fennt tart

S a hideg köztes teteje

Unottan mered élém

Kapalódzok,

De súlyom nő

Ordítva vetkezem

Ezt KaptuK

Túl Húzóra járó

Véres Emberek

7. Így írunk mi!: versek, novellák diákok tollából

Üvölts

Üvölts, kiáltsd utánam, hogy hiányzok és visszamegyek hozzád.

Visszamegyek, és bilincses szorításod közt leszek megint a szolgád.

Milliónyi száj bókol untalan, de én csak a te hangodat hallom.

Hiszékeny 's naív leszek, én, naív, miattad, és könnycseppes az arcom.

Hiszek neked minden alkalommal, hiszem, hogy tényleg megváltoztál.

Azt éreztem, én vagyok a világegyetem, minden alkalommal mikor megcsókoltál.

Gúnyosan kérdezed, hogy szeretlek-e még és a nem helyett igennel felelek.

Úgy hiszem kellesz és ha nem vagy, nélküled senki se lehetek.

Bár láttam volna magamat kívülről, mikor a legnagyobb fagyban meleget lehelek.

Talán mindigis kevés leszek, vagy tudod mit, ketten sosem leszünk elegek.

Futnék, menekülnék előled, de tested, mint mágnes, vonz magadhoz.

Ekkor közel húzol, testünk összefonódik 's ajkam oly lágyan simul ajkadhoz.

Vak voltam, nem láttam miféle gonosz, mocskos játékot üzől.

Nem is sejtéd, hogy szívemen kívül, testem minden porcikája gyűlöl.

Szavaid mit sem értek, lábam azonban földbegyökerezett mikor rám néztél.

Ha tudnád mennyire fáj, mikor minden alkalommal rajtam átléptél.

Újra és újra feladom, futok ide-oda és össze-vissza, de húzol magadhoz.

Engedelmeskedek immár ezredjére is és te kezéd megint teszed nyakamhoz.

Lelkem elszállna és testem a legmélyebbre süllyedne, mert szégyenlem.

Szemedben vágyat látok és nem tudok hova szaladni, körülöttem áll a félelmem.

És te csak önelégült mosollyal várod azt a pillanatot mikor újra és újra megtörök.

Sosem gondoltam volna, hogy kezeid szorítása közt, egyszer majd felnövök.

Felnövök, és lesz erőm „nem”-et mondani, mikor kezéd nyújtod felém.

Hátralépek kettőt, de te szokásodhoz híven, karmaid vájod belém.

De tudod, hogy már csak ezért is csendben múltam el, mert szeretlek.
Önelégült mosolyod sem elég, hogy gyűlöljelek, szívem tényleg ennyire szerethető?
Csak azt szeretném, hogy ölelj, szoríts magadhoz és jó leszek.
De te nem tartasz meg, csak használasz, 's én az időben elveszek.

Talán egyszer vége lesz, egyszer szabadulok szorításodból.
Hidd el, szabad leszek és nem kell aggódnom a szorongásokról.
Kérlek üvölts, kiálts, már nem megyek vissza hozzád.
Sosem leszek többé szorításod közt, naív, hűséges szolgád.

Kiss Hanna 10.A

8. Így írtok ti!: dolgozatok aranyköpései

Aranyköpések diákok dolgozataiból

1. Bánk bán mentális problémákkal küszködött.
2. Gertrúdis altatóport kapott, hogy ne zavarja Ottót „akció” közben.
3. Bánk országvilágjáró körúton volt.
4. Bánk Oroszország körúton volt.
5. Bánk mentális problémákkal küszködött.
6. A műben a porok a hamvakra utalnak.
7. Bánk bán a Tiszai Folyóiratban jelent meg.
8. Ottó bekavar Bánknak.
9. Ady felesége Bodza Berta volt.
10. Rákóczi Edukáció= Ratio Educationis
11. XVI. Lajost Orgonnal fejezték le.



The Hamvas Times

„Minden, ami Hamvas!”

A digitális iskolaújság tanár segítője:

Mészárosné Fülöp Laura

Diákszerkesztők:

Mészáros Diána /tiszteletbeli szerkesztő, volt diákunk/

Deáki Petra, Kiss Hanna, Eichhardt Petra,

Barcsik-Ábrahám Csongor, Hódosi-Végh Zsolt

A Hamvas Béla Gimnázium időszaki kiadványa.

Megjelenik negyedévente.

Szerkeszti: a szerkesztőség

