

MIZŰJS?

Októberi reménysugár



**„56 izzó ősze volt,
Magyarország remény és pokol.
Gyúlt a tömeg és a harag nőtt,
Egy hazug világ szilánkokra tört.
Megmozdult a föld.”**

Idén is megemlékeztünk az 1956. október 23-i forradalom 57. évfordulójáról. A 7-8. évfolyamos diákok korhű jelmezekben idézték fel az ötvenes éveket, s a korabeli sajtótermékek híreit, szalagcímeit hallgatva megelevenedett a forradalom magával ragadó varázsa:

1956-ban legázoltan is hittünk abban,
hogy annyi vér és szenvedés után
egy eljövendő jobb kor hajnalán
A szent szabadság felragyog
s a kereszt legyőz minden csillagot.

A verses – prózai összeállítást az énekkar színvonalas műsora tette emlékezetessé, a műsort Szalayné Kámán Szilvia, Konrádné Mózer Erika, Tompos-Horváth Ildikó és Fiszter Ferencné tanította be a diákoknak.

Mai számunk tartalmából

**Új felsős nevelők az iskolában * A DÖK hírei * Közérdekű információk
* Rólunk van szó, velünk történt * Fókuszban - Egészségünk**

Új felsős nevelők az iskolában

Egy sportos nevelő



Ambrus Péter vagyok, 1986. október 29-én születtem Zalaegersze-
gen. Az Ady Endre Általános Iskolába jártam, majd két évig a Csány
László KSZKI-ben tanultam, végül az Ady Endre Gimnáziumban
érettségiztem. 2009-ben diplomáztam Pécssett, testnevelő tanár-
ként. 2007-ben Erasmus ösztöndíjjal Portugáliában tanulhattam fél
évet. Elvégeztem a kosárlabda-edzőit és gyógymasszőri végzettség-
gel is rendelkezem. A diploma megszerzése után három évig a zala-
egerszegi Deák-Széchenyi Szakközépiskolában tanítottam.

Az életem a szüleim révén – mindketten élsportolók voltak - a sport
körül forgott és forog a mai napig. 16 éve kosárlabdázom és edzői
feladatokkal is foglalkozom a zalaegerszegi fiú és lány kosárlabda
utánpótlás csapatainál. Kétszeres korosztályos magyar bajnoki cí-
met értem el a kosárlabdázásban, a 2002-es és 2006-os bajnokságban. Jelenleg a Zalaeger-
szegi Kosárlabda Klubban játékosként játszom az NB2-ben. Edzői feladatomat a Zalakerámia
ZTE KK serdülő fiú csapatánál és a Zala Volán TE Kenguru leány csapatánál végzem.

Ambrus Péter

Dóri néni, aki visszatért szülővárosába

Zalaegerszegi születésű vagyok. A gimnázium
után kerültem Pécsre, ahol 1991-ben végeztem az
egyetem magyar-orosz szakán.

A rendszerváltásnak köszönhető változások mi-
att, - bár nagyon szerettem az orosz nyelvet -, soha
nem taníthattam, de mint orosz tanár lehetőségem volt
elvégezni az angol szakot. Így lettem angoltanár egy
pécsi nyolcosztályos gimnáziumban, ahol az évek során
az angol mellett magyart is tanítottam. Kicsiket és már
végzős gimnazistákat egyszerre oktatni mindig nagy
kihívást jelentett nem csak nekem, hanem mindenki-
nek, aki ebbe a speciális iskolatípusba került. De diákok között lenni, figyelni, ahogy a kezünk
között lettek felnőttekké, tanulni tőlük a vidámságot és az életszeretetet, vagy éppen felrázni
őket az egykedvűségből, vagy visszafogni őket, hogy folyjon a munka a tanórákon, a nehéz-
ségek mellett sok-sok örömet is jelentett számomra.

Hosszú megfontolást követően tértem vissza szülővárosomba, és kaptam lehetősé-
get, hogy az Eötvös iskolában átvegyem Edina néni csoportjait. Remélem, itt is ugyanannyi
örömet fog jelenteni a tanítás, mint Pécssett, és én is hasznára leszek azoknak a diákoknak,
akiket rám bízta. Nincs csodálatosabb érzés, mint amikor egy diák ráérez arra, hogy meg tud
szólalni egy a másik nyelven, és meg tudja értetni magát külföldön. Ennek az élménynek a
megadása pedig szép feladat nekünk, nyelvtanároknak.

Most még minden, ami körülvesz, nagyon új és szokatlan, de egy-egy kedves mosoly
és biztatás a kollégák és a diákok részéről sokszor adott erőt eddig, amit mindenkinek köszö-
nök!



Gerencsér Teodóra

A DÖK hírei

DÖK-munkaterv 2013/2014.

A Munkaterv előterjesztése és megvitatása előtt a diáktanács személyi kérdésekről hozott döntése értelmében a 2013/14-es tanévben a vezetőség az alábbi személyi összetételben kezdi meg működését:

Dök-vezetőség:	László Marcell, Kovács-Gellén Gergely 8.a
	Múhl Dominika, Rosta Gréta, Dömötör Dorina 8.b
MIZÚJS? szerkesztőbizottsága:	Németh Franciska, Hoss Kriszta, Somogyi Ákos 8.b
Titkárok, hitelesítők:	Horváth Dalma 7.c, Németh Ákos, Szántner Luca 7.d
DÖK-tanár	Papp Árpád

A Diákönkormányzat felelőssége a 2013/2014-es tanévben:

- DÖK-nap (2014. ápr. 14.) megrendezése
- Mizújs rendszeres megjelenítése
- Véleményezési jog gyakorlása a Nkt. 48. §-ának hatályos pontjai szerint, valamint
 - Fegyelmi ügyek elbírálása
 - Az iskolai munkaterv diákönkormányzatot érintő kérdéseinek véleményezése

A Diákönkormányzat támogatja az alábbi rendezvényeket:

- Felső farsang megrendezése
- Valentin-nap iskolai programja
- Pedagógusnap méltó megünneplése

A diáktanács-ülésein a képviselők ismételten megerősítették, ha egy diáktanács-tag ellen fegyelmi eljárás indul, akkor tagságát azonnali hatállyal meg kell szüntetni.

Megállapodás született arról, hogy a diáktanács-tagok mandátuma 2014. január 31-ig érvényben marad. Tisztújítás a II. félévben lesz.

Szerdai napokon a *Mizújs?* diákújságírói szerkesztőségi üléseket tartanak, melyre külön beosztás szerint egy-egy alsós és felsős évfolyam DÖK-tagjai fognak meghívást kapni. A meghívott képviselők tájékoztatják a szerkesztőbizottság tagjait az osztályukat érintő eseményekről, s amelyek közlésre érdemesek, az újság hasábjain keresztül megjelentetésre kerülnek.

A diáktanács havi egy alkalommal pénteken az első nagyszünetben információs megbeszélést tart. A megjelenés a képviselőknek kötelező!

Távirati stílusban

2013. október 11-én összeült a városi diákönkormányzat közgyűlése. A díszteremben tartott ülésen a városi diákönkormányzat közmeghallgatást tartott, amely után bemutatkozhattak a jelöltek, majd szavazással döntöttek arról, hogy kik töltik majd be az új pozíciókat.

Intézményünket Rosta Gréta és Múhl Dominika képviselte. A nap folyamán még meghallgatták a leköszönő diákpolgármester beszámolóját, majd részt vettek a tisztújításon. Ennek során a Kölcsey gimnázium diákja, Bakos Dóra kapta a legtöbb szavazatot, így ebben a tanévben ő lesz a diákpolgármester.

Múhl Dominika - Rosta Gréta

Diáktanács tagok névsora – felső tagozat, 2013.

Osztály:	Név:
5.a	Papp Levente – Tóth Natália
5.b	Horváth Hanna – Simon Dorina
5.c	Bakon Bence – Nagy Tamara
6.a	Molnár Kíra – Pintér Bettina
6.b	Dömötör Petra – Karakai Fanni
6.c	Baki Bence – Briglevics Adél
7.a	Horváth Vanessza – Kulcsár Kata
7.b	Kiss Angéla – Somogyi Eszter
7.c	Horváth Dalma – Olasz Panna
7.d	Németh Ákos – Szántner Luca
8.a	Kovács Gellén Gergely – László Marcell
8.b	Dömötör Dorina – Múhl Dominika – Rosta Gréta

Közérdekű információk

Az iskolai könyvtár nyitva tartása:

<i>Hétfő</i>	10,00 – 11,00	12.00 – 15,00
<i>Kedd</i>	10,00 – 11,00	13,00 – 15,30
<i>Szerda</i>	10,00 – 11,00	13,00 – 15,30
<i>Csütörtök</i>	10,00 – 11,00	12,00 – 15,30
<i>Péntek</i>	10,00 – 11,00	-

Az iskolai étkezés térítési díjai:

	Teljes árú:	Kedvezményes:
<i>Napközi</i>	484 Ft	242 Ft
<i>Menza</i>	301 Ft	151 Ft

Rólunk van szó, velünk történt...

Zenei világnap



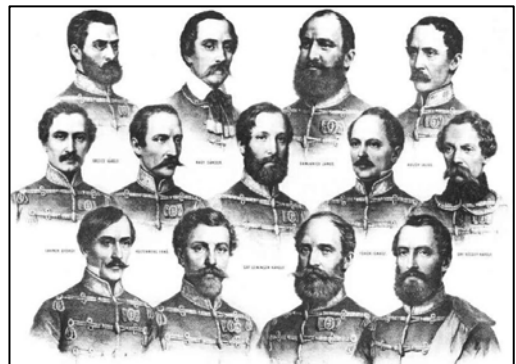
„Nem lehet egészen boldog ember, akinek nem öröm a zene.” Kodály Zoltán gondolatai ma is helytállóak, legyen szó komoly- vagy könnyűzenei irányzatot kedvelő egyénről. Kevesen tudják, hogy a zene napját 1975 óta ünnepeljük október 1-jén. Idén a felső és alsó tagozatos diákok emlékeztető zenei eseményen vehettek részt. A Zala Zenekar keltette életre a Kárpát-medence énekes és hangszeres zenei hagyományait. A diákok megismerkedhettek a hegedű mellett többek között a régi mulatságok, lakodalmak hangszerével. Igazán nagyszerű hangulat kerekedett a

közös népdaléneklések során is, hiszen: "A zene gazdagítja a kedélyt, nemesíti az ízlést, fogékonyra tesz más szépségek iránt." (Bárdos Lajos)

Megemlékezés az aradi vértanúkról

Október 4-én a 6. évfolyamos diákok közreműködésével - kiegészülve az énekkar tagjaival - rövid, meghatározó megemlékezést tartottunk az aradi vértanúk tiszteletére. A kegyelet virágainak elhelyezése után az örökmécses egész nap égett a hősök emlékére. A rövid megemlékezést Konrádné Mózer Erika, Tompos-Horváth Ildikó és Fiszter Ferencné tanították be a diákoknak.

Dömtör Petra 6.b – Papp Árpád



Sikeres fotópályázat



Az Apáczai Csere János VMK Könyvtára egy fotópályázatot hirdetett. Andi néni arra biztatott minket, hogy induljunk el. Sok-sok képet hoztunk és közösen válogattuk szét őket. Sajnos, csak néhány volt alkalmas arra, hogy továbbküldjük. Tibi a tájakról, Zoli a nyárról, Noémi az őszi készített felvételeket. Anna egy ausztriai kirándulás alkalmával fényképezett víz-esés-képpel indult. Sajnos, az eredményhirdetésen csak ketten tudtunk jelen lenni, de a különdíjaknak

nagyon örültünk. Jutalmul emléklapot, tollat és könyvjelzőt kaptunk, melyet október 13-án, könyves vasárnapon, a kiállítás megnyitóján vehettünk át. Ha legközelebb is lesz ilyen pályázati lehetőség, akkor biztos, hogy elindulunk!

Böröcz Anna, Briglevics Zoltán, Kaposi Tibor, Török Noémi 4.a

Sikeres rajzpályázat

A Családsegítő Szolgálat rajzpályázatot hirdetett "Kedvenc sportágam", "Kedvenc sportolóm" címmel. Iskolánkból sok osztályból érkezett rajz. Az eredményhirdetésre szeptember 28-án került sor. 20 rajzot részesítettek különdíjban, ebből iskolánkból 12 tanuló munkáját jutalmazták. A 2.c osztályból három diák került díjazásra, ők így fogalmaztak a versenyről:

„Rajzpályázaton voltunk Nóra nénivel. Kedvenc sportágunkról kellett rajzolnunk. Regina a lovaglásról, Zonga a görkorcsolyázásról, Kincső pedig a tollaslabdázásról készített rajzot. Jutalmunk két csoki és 12 ceruza volt. Nagyon örültünk a sikerünknek!”

Németh Zonga – Soós Kincső – Simon Regina 2.c

Fókuszban - Egészségünk

A gyógytestnevelésről

Napjainkban egyre több a mozgásszervi problémával küzdő gyermek. Az utóbbi években a szűrővizsgálatok magas arányban mutattak ki óvodásoknál mozgásszervi elváltozásokat: megjelenik a hanyagtartás a lúdtalp. A szűrést az iskolaorvos és a védőnő végzi nagy körültekintéssel. A gyerekek ezt követően kerülnek különböző kategóriákba, majd csoportbesorolásra. Nekik órarend szerinti külön foglalkozásra kell járniuk.

A problémák megelőzése érdekében tehát elengedhetetlenül fontos az iskolai gyógytestnevelés megszervezése. Erről kérdeztük Baliné Horváth Ildikó nénit, aki évek óta dolgozik gyógytestnevelőként a Lisztben és az Eötvösben:

- A gyógytestnevelés-órák heti rendszerességgel zajlanak. Céljuk a tartásjavítás, a már kialakult gerincferdülés korrigálása, javítása. A legalább heti 1 alkalom betartása mindenképpen indokolt, hiszen az itt tanult gyakorlatokkal kiküszöbölhető a későbbi súlyosabb deformitás, fájdalom. A kevés óraszám miatt az otthoni torna folytatása is fontos lenne a megfelelő eredmény eléréséhez. Összegezve: a tudatos testtartás elsajátítása már egészen kicsi korban fontos lenne ahhoz, hogy egészséges, egyenes gerinccel induljunk a „nagyvilágba”!

Két felsős lány, Laura és Bea évek óta járnak gyógytestnevelésre. Beszámolójuk alapján ezek a foglalkozások igencsak elnyerték a tetszésüket:

- Hetente egyszer járunk gyógyteszre. A foglalkozások a művészeti teremben vannak. Sokféle eszközt használunk: nagy labda, görgős kocsi. Nagyon élvezzük a görgős kocsit, mert lehet vele gurulni. Használunk botot is, de nem verekedésre, hanem nyújtó-gyakorlatokat csinálunk. Nagyon élvezzük azt is, hogy óra végén játszhatunk. Csak az a furcsa, hogy másodikos gyerekekkel kell együtt lennünk. Év eleje óta már ezt is megszoktuk és egész jól érezzük magunkat a kicsikkel!

Baliné Horváth Ildikó; Kósik Laura 5.b, Fülöp Bea 5.c

A *Mizújs?* szerkesztőségének címe: 8900 Zalaegerszeg, Köztársaság út 68.

honlap: www.e5vos-zeg.sulinet.hu Diákönkormányzat menüpont

A mai szám létrejöttében közreműködött:

Ambrus Péter, Baliné Horváth Ildikó, Gerencsér Teodóra, Gyurkó Gábor, Papp Árpád

Bangó Áron, Dömötör Dorina, Rosta Gréta, Múhl Dominika, Németh Franciska, Hoss Kriszta, Somogyi Ákos 8.b

Dömötör Petra 6.b, Fülöp Beáta 5.c, Kósik Laura 5.b, Böröcz Anna, Kaposi Tibor, Briglevics Zoltán, Török Noémi

4.a, Soós Kincső, Simon Regina, Németh Zonga 2.c