

# SZAKKÖRÖK

**Bemutatjuk azokat a szakköröket, melyeken a tanórákat követően (a 8-9. órában) részt vehetsz.**

A foglalkozások kellő számú jelentkező esetén indulnak csak el.



**MOZGÁS**

# Sportszakkör



**VEZETŐ TANÁR:**  
Abroncsos Gábor

**HELYSZÍN:**  
Tornacsarnok

**GYAKORISÁG:**  
hetente 3x45 perc

**IDŐPONT:**  
vezető tanár adja meg

## LEÍRÁS:

A foglalkozáson csapat-játékokat játszunk (labdarúgás, frizbi, kosárlabda, floorball).

 **Testnevelés óraként beszámítható.**



**MOZGÁS**

# Kondicionáló edzés



**VEZETŐ TANÁR:**  
Abroncsos Gábor

**HELYSZÍN:**  
Edzőterem

**GYAKORISÁG:**  
hetente 2x60 perc

**IDŐPONT:**  
vezető tanár adja meg

## LEÍRÁS:

Saját testsúllyal, kézi súlyokkal, TRX hevederrel és csigás gépekkel növelünk izomerőt és izomtömeget.

 Testnevelés óraként beszámítható.



**MOZGÁS**

# Ultimate Frisbee



**VEZETŐ TANÁR:**  
Kirmer Dániel

**HELYSZÍN:**  
Tornacsarnok

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x75 / 2x75 perc

**IDŐPONT:**  
vezető tanár adja meg

## LEÍRÁS:

Az Ultimate Frisbee egy olyan játék, melyet fiúk és lányok együtt is játszhatnak. Célja, hogy a korongot az ellenfél "zónájába" juttassuk úgy, hogy ott a támadó csapat egyik tagja elkapja azt. A játék fejleszti a technikai ügyességet és az együttműködési készséget.

 **Testnevelés óraként beszámítható.**



tértésmentes



képességfejlesztés

**MOZGÁS**

# Atlétika szakkör



**VEZETŐ TANÁR:**

Kósza Ildikó

**HELYSZÍN:**

Sportudvar

**GYAKORISÁG:**

hetente 1x60 perc

**IDŐPONT:**

vezető tanár adja meg

**LEÍRÁS:**

A foglalkozáson atlétikai sportágakat próbálunk ki (pl. futás, távolugrás, súlylökés).

 Testnevelés óraként beszámítható.



**IDEGEN NYELV**

# English Debate Club



**VEZETŐ TANÁROK:**  
Fülöp Ildikó, Racs Csaba



**HELYSZÍN:**  
vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x45 perc

**IDŐPONT:**  
hétfőnként a 8. vagy  
9. órában

## LEÍRÁS:

Angol nyelvű vitaklub, ahol megtanuljuk a “debate” formai követelményeit és a vitához elengedhetetlen kifejezéseket. Ezt követően témaköröket dolgozunk fel: először mindig információt és szókincset gyűjtünk, utána mehet a debate!

**!** A részvételhez minimum B2-es angol nyelvtudás szükséges.



**IDEGEN NYELV**

# Spanyol nyelv



**VEZETŐ TANÁR:**

Kiss Dániel

**HELYSZÍN:**

vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**

hetente 1x90 perc

**IDŐPONT:**

szerdánként a 8. vagy  
9. órában

## LEÍRÁS:

Ez a foglalkozás egy olyan nyelvóra, amelyen több kulturális tartalom kap helyet: latin zene, gasztronómia, ünnepek, érdekességek. Spanyol nyelvet tanórai keretek között nem tanuló diákjainak ajánljuk!

**!** Kérjük, vedd figyelembe, hogy az itt használt tankönyvet meg kell vásárolnod, melynek ára **14 750 Ft.**

**!** Kezdő szintről indulunk.



tértésmentes



tehetséggondozás

**MŰVÉSZET**

# Kreatív írás



**VEZETŐ TANÁR:**  
Fráter Adrienne

**HELYSZÍN:**  
vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**  
kéthetente 1x90 perc

**IDŐPONT:**  
vezető tanár adja meg

## LEÍRÁS:

Rövid próza- és versírás-  
gyakorlatok.

Az egyes foglalkozások egy  
feladat köré csoportosulnak,  
ahol lépésről lépésre, játékosan  
végzünk kreatív ujjgyakorlatokat  
vagy készítünk el egy-egy  
alkotást tananyagtól függetlenül,  
a magunk örömeire.





tértésmentes



tehetséggondozás

**MŰVÉSZET**

# Drámajáték



**VEZETŐ TANÁR:**

Dobszay Ambrus

**HELYSZÍN:**

vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**

hetente 1x90 perc

**IDŐPONT:**

vezető tanár adja meg

## LEÍRÁS:

A foglalkozás célja drámajátékok felállítása. Nem előadásokra készülünk, de az is kikerekedhet belőle.



**MŰVÉSZET**

# Iskolakórus



**VEZETŐ TANÁR:**  
Endrődi Szabolcs

**HELYSZÍN:**  
Kápolna

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x45 perc

**IDŐPONT:**  
vezető tanár adja meg

## LEÍRÁS:

Tanárok és diákok kóruséneke. Az öröme néklés mellett iskolai előadások megvalósítására is készülünk.



## TUDOMÁNY

# Matematika szakkör



**VEZETŐ TANÁR:**  
Tóth Norbert

**HELYSZÍN:**  
vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x60 perc

**IDŐPONT:**  
szerdánként  
15:00 - 16:00

### LEÍRÁS:

Matematikai versenyelőkészítő foglalkozás. A szakkörön a tanórákon elő nem kerülő érdekes matematikai problémákat vizsgálunk és oldunk meg, valamint versenyfeladatokkal foglalkozunk a sikeresebb versenyeredmények érdekében. A cél a kreatív közös gondolkodás.

! Haladó matekosoknak.

**TUDOMÁNY**

# Matek korrepetálás



**VEZETŐ TANÁR:**  
Fillinger Zsófia

**HELYSZÍN:**  
vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**  
hetente 2x45 perc

**IDŐPONT:**  
hétfőn és szerdán  
a 8. órában

## LEÍRÁS:

A foglalkozáson a tanórai matematika tananyag elsajátítását, elmélyítését segítjük.

A foglalkozásokat online vagy személyesen tartjuk (egyéni vagy csoportosan).





**TUDOMÁNY**

# Földrajz szakkör



**VEZETŐ TANÁR:**

Böhmné Sallai Krisztina

**HELYSZÍN:**

vezető tanár adja meg

**GYAKORISÁG:**

hetente 1x60 perc

**IDŐPONT:**

keddenként  
15:00-16:00

## LEÍRÁS:

A foglalkozások során elmélyedünk a földrajztudományban, versenyekre és akár még egy előrehozott földrajz érettségire is felkészülünk érdekes, játékos, gondolkodtató feladatok segítségével.



**TUDOMÁNY**

# Robotika szakkör



**VEZETŐ TANÁR:**  
Keren Balázs

**HELYSZÍN:**  
Kistornaterem

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x60 vagy  
1x90 perc

**IDŐPONT:**  
szerdánként a 8-9. órában

## LEÍRÁS:

Robotépítés, programozás, tervezés csapatmunkában. A foglalkozás az alapoktól indul és felkészít a versenyzésre is.

! A részvételhez robotikai és/vagy programozási ismeret szükséges!

# DÉLUTÁNI CSOPORTOK

**Bemutatjuk azokat a délutáni foglalkozásokat, melyeken a tanórákat követően (15 óra után) részt vehetsz.**

A csoportok kellő számú jelentkező esetén indulnak csak el.



**MOZGÁS**

# Jóga csoport



**VEZETŐ TANÁR:**  
Kósza Ildikó

**HELYSZÍN:**  
Kistornaterem

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x90perc

**IDŐPONT:**  
szerdánként  
15.00–16.30

## LEÍRÁS:

A jóga gyakorlatok optimális hatást gyakorolnak testre, szellemre, lélekre egyaránt: ellazítják a testet, jó közérzetet biztosítanak. A foglalkozásokon relaxálunk, a jóga mozgásrendszerét tanuljuk, gyakoroljuk.

! Diákoknak és felnőtteknek is ajánljuk.

! Külsősök is részt vehetnek.

**RÉSZVÉTELI DÍJ:**

**6000 Ft / 4 alkalom**





**MOZGÁS**

# “Bodyart” csoport



**VEZETŐ TANÁR:**  
Kósza Ildikó

**HELYSZÍN:**  
Kistornaterem

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x60 perc

**IDŐPONT:**  
hétfőnként  
15.00–16.00

## **LEÍRÁS:**

A “bodyart” ötvözi a jóga, a gyógytorna, a gerinctorna, a pilates és egyéb keleti mozgásformák mozgásanyagát. Annak ajánljuk, aki intenzívebb mozgásra vágyik, de nem csak a testét, hanem a lelkét és az elméjét is edzeni szeretné.

! Diákoknak és felnőtteknek is ajánljuk.

! Külsősök is részt vehetnek.

**RÉSZVÉTELI DÍJ:**

**6000 Ft / 4 alkalom**



**MOZGÁS**

# Társastánc csoport



**VEZETŐ TANÁR:**  
Dúl Veronika

**HELYSZÍN:**  
Kistornaterem

**GYAKORISÁG:**  
hetente 1x60 perc

**IDŐPONT:**  
péntekenként  
15:30–16:30

## LEÍRÁS:

A társas táncokat a kezdő szinttől a haladó szintig veszi sorra. Tanított táncok: angol keringő, cha-cha-cha, jive, salsa, bécsi keringő, madison. (Később: rumba, szamba, tangó alapok.)

## RÉSZVÉTELI DÍJ:

**2000 Ft / alkalom**  
8 fő jelentkező esetén



**MENTÁLHIGIÉNYIA**

# Önismereti csoport I.



**VEZETŐ TANÁR:**  
Könyves Krisztina,  
Fillinger Zsófia



**HELYSZÍN:**  
vezető tanárok adják meg

**GYAKORISÁG:**  
havonta 2 óra

**IDŐPONT:**  
keddenként 15 órától

## LEÍRÁS:

**Pályaválasztást segítő** önismeretet fejlesztő csoportfoglalkozás, melyre 7-12 jelentkezőt várunk. A foglalkozások fókuszában az önismeret áll: önértékelő tesztekkel feltérképezzük a képességeidet, érdeklődési körödet. Pályaismereti kisfilmeket vetítünk, és bemutatjuk a felvétellel kapcsolatos tudnivalókat.

**!** Csak akkor jelentkezz, ha eljössz  
mind a 7 alkalomra!

**RÉSZVÉTELI DÍJ:**

**35 000 Ft / 7 alkalom**



## MENTÁLHIGIÉNYIA

# Önismereti csoport II.

**VEZETŐ TANÁR:**

Könyves Krisztina,  
Fillinger Zsófia

**HELYSZÍN:**

vezető tanárok adják meg

**GYAKORISÁG:**

havonta 3 óra

**IDŐPONT:**

keddenként 15 órától

**LEÍRÁS:**

**Művészeti és meseterápiás** eszközöket alkalmazó csoport-foglalkozás, mely önmagunk megismerésére irányul. 4-15 fő jelentkezését várjuk.

**RÉSZVÉTELI DÍJ:**

**6000 Ft / 1 alkalom**

A fenti szakkörökre és délutáni  
programokra az **úrlap kitöltésével**  
2023. szeptember 22-ig  
tudsz jelentkezni!

**JELENTKEZEM**

# ” IDŐSZAKOS PROGRAMOK

**Bemutatjuk azokat a tervezett programokat,  
melyeken a tanév során részt vehetsz.**

A részletekről a későbbiekben **a vezető tanárok  
adnak tájékoztatást.**

**SPORT**

# Foci házibajnokság



**VEZETŐ TANÁR:**  
Abroncsos Gábor

**HELYSZÍN:**  
Tornacsarnok

**GYAKORISÁG:**  
részletek később

**IDŐPONTOK:**  
részletek később

## LEÍRÁS:

Előre benevezett csapatok több héten keresztül játszanak egymás ellen egy sorsolás alapján.





**TÚRA**

# Kéktúra sportkör



**VEZETŐ TANÁR:**  
Böhmné Sallai Krisztina

**GYAKORISÁG:**  
4-6 hetente 1 vagy  
2 nap (hétvégén)

**IDŐPONTOK:**  
szept. 16., okt. 14-15.,  
nov. 11-12., jan.. 27-28.,  
febr. 17-18., márc. 2-3.,  
ápr. 20-21.

## LEÍRÁS:

Túrákat szervezünk az Országos Kéktúra útvonalán. Célunk, hogy a középiskolai évek alatt teljesítsük a teljes, közel 1200 km-es túraútvonalat. Az évet július eleji vándor-táborral zárjuk.

 **Testnevelés óráként beszámítható.**

## RÉSZVÉTELI DÍJ:

Az utazás és szállás költségével kapcsolatban később adunk tájékoztatást.





**TUDOMÁNY**

# Biológia szakkör



## **VEZETŐ TANÁR:**

Böhmné Sallai Krisztina

## **GYAKORISÁG:**

később egyeztetett időpontban programtól függően

## **IDŐPONTOK:**

az előkészítő foglalkozás időpontjáról közösen döntünk

## **LEÍRÁS:**

A biológia tudományának megismerését elősegítő programokon veszünk részt. Ellátogatunk a Patológiai Intézetbe, ahol kipróbáljuk a kutatók munkáját, a Fővárosi Állat- és Növénykertben az emlősök megfigyelésére összpontosítunk, az Anatómiai Múzeumban pedig elgondolkozhat, hogy tényleg orvoslással szeretnél-e foglalkozni.

! A foglalkozásra biológia fakultációra készülő diákok jelentkezését várjuk!

! A programokon való részvétel feltétele egy felkészítő órán való megjelenés!

## **RÉSZVÉTELI DÍJ:**

Az utazás, belépők, múzeumpedagógiai órák díjáról később tudunk tájékoztatást adni.



**TÁBOR**

# BIT Sítábor



**VEZETŐ TANÁR:**  
Kósza Ildikó

**HELYSZÍN:**  
Ausztria, Grossglockner  
(Kals-Matrei, Sillian, Mölltal,  
St. Jakob, Zettlersfeld, Hochstein)

**IDŐTARTAM:**  
5 nap

**IDŐPONT:**  
2024. február 23–28.

## LEÍRÁS:

Síoktató által szervezett és vezetett sítábor. Fókuszban a mozgás, az élményszerzés és közösségépítés!

## RÉSZVÉTELI DÍJ:

A részletekről és költségekről később adunk tájékoztatást.



**IDEGEN NYELV**

# Erasmus+ programok



**VEZETŐ TANÁR:**  
Takács Beáta

**IDŐTARTAM:**  
később adunk  
tájékoztatást

**IDŐPONT:**  
később adunk  
tájékoztatást

## LEÍRÁS:

Az Erasmus+ ifjúsági csereprogramokban részt vevő fiatalok lehetőséget kapnak arra, hogy külföldre utazva közös projekten dolgozzanak más országok középiskolás diákjaival. A fiatalok műhelytalálkozókon, gyakorlati foglalkozásokon, vitákon, szerepjátékokban, valamint szabadtéri és egyéb tevékenységekben vehetnek részt. Kiváló alkalom ez arra is, hogy a diákok ismeretségeket kössenek külföldi kortársaikkal.

## RÉSZVÉTELI DÍJ:

A részletekről, a kiválasztási folyamatról és a költségekről később adunk tájékoztatást.



**IDEGEN NYELV**

# Próbanyelvvizsga



**VEZETŐ TANÁR:**

Takács Beáta,  
Kaplonyi Barbara



**GYAKORISÁG:**

félévente 1 alkalommal

**IDŐPONT:**

később adunk  
tájékoztatást

## LEÍRÁS:

Próbanyelvvizsgákat szervezünk, melyre szaktanári ajánlással lehet jelentkezni. A vezető tanárok gyakorlott BME, Euroexam B1, B2, C1 szintű, valamint Cambridge vizsgáztatók. A próbanyelvvizsga előtt részletes tájékoztatást adunk a nyelvvizsgák jellemzőiről és konzultációs lehetőséget biztosítunk a diákok és szülők részére.



**Reméljük, hogy találtok kedvetekre  
való programot és sok jó élményt  
szerezhetünk együtt!**