



№ 6  
Februāris, 2015

Актуальная  
Газета  
Учащихся

## Читайте в номере!



О вечере встречи выпускников. Стр.2.



О неделе проектов. Стр.5.



О неделе латышского языка. Стр.3.



Как 9В знакомился с керамикой. Стр.6.



О Дне снега. Стр.2.



Репортаж из Министерства образования.  
Стр.4.

## Встреча школьных друзей

Вечер встречи выпускников ... 7 февраля... В этот вечер отступает неумолимое время, и память возвращает нас в прошлое, для кого-то далёкое, для кого-то не очень, в пору ученичества.

В стенах школы собирались те, чьи звонкие голоса год, два или 25 лет назад наполняли школу. А она помнит и любит всех своих учеников.

Кто-то из выпускников и учителей вспоминали интересные уроки, а кто-то весёлые перемены. Кто-то из выпускников вспоминал, что мечтали побыстрее закончить школу, мотивируя это тем, что надоело каждый день рано вставать на занятия и делать домашнюю работу. Но теперь-то они признаются, что это всё были эмоции и они не отражали истинных чувств к школе. Школьные годы... Звонки на уроки и перемены, дорога в школу и домой, удач и промахи, радости и печали, замечания и благодарности в дневнике, школьные друзья, первая любовь, надежды ... А за дверями школы для нас, выпускников, открылся новый мир, полный удач и ошибок, взлётов и разочарований, радости и горечей. Но долго ещё будут сниться задачника страницы, класс, карты школьные, учителя, друзья. И долго будет вспоминаться всё, что было, как беззаботно детство плыло, всё было просто и легко.

Марина Рогова, выпускница 2010 года



Учитель Светлана Рудько со своими выпускниками

## Празднуем День Валентина

Накануне Дня Святого Валентина прошёл конкурс для 10 класса. Участвовали две пары – Валдис и Вероника; Игорь и Инна. Цель конкурса – узнать, как мальчики понимают девочек и как девочки понимают мальчиков. Инне и Веронике задавали вопросы из сферы увлечения мальчиков (Братья Буре играют в футбол или хоккей?). А Валдиса и Игоря спрашивали, что такое мелирование. Также ребята приглашали друг друга в кафе, в театр, в зоопарк и т.д., но без слов; пытались и прыгать на одной скакалке вдвоём аж 50 раз; складывали башни из кубиков; собирали знаменитые пары (Максим Галкин и Алла Пугачева. Ромео и Джульетта). Не забывали и про зрителей, которые активно поддерживали своих одноклассников и сами отвечали на вопросы. В конечном итоге победу одержали Валдис и Вероника.

Обе команды получили призы – полезные для учёбы и для желудка.

Ольга Калинина, 9В класс



Februāris, 2015.

## Участвуем в проекте

С этого учебного года наша школа принимает участие в международном математическом проекте „eTwinning”. В этом проекте ученики могут попрактиковаться в своих знаниях английского языка и математики. Цель проекта - создать учебник математических задач, которые мы составляем сами на английском языке.

Команда нашей школы называется „Vector” и состоит из учеников 9А и 9В классов. Это Ольга Наумова, Анастасия Исакова, Герман Бока, Ольга Калинина, Елизавета Калинина, Элина Барановская, Лидия Валенеце и Валерия Песецкая. А консультируют и помогают нам учитель математики Регина Мечиславовна и учитель английского языка Надежда Александровна. Этот проект интересен и необычен, так как до этого мы не принимали участия в подобных мероприятиях. Мы общаемся с ребятами из Украины, также к нам хотят присоединиться ребята из Венгрии.

Мы активно общаемся через интернет. И во вторник, 24 февраля, мы впервые связались с ними по „Skype”. Было очень волнительно, так как общались мы только на английском языке. Вся команда активно принимала участие в разговоре. Мы узнали много нового и интересного о городе Конотопе, в котором они живут, об их школе и о них самих. В свою очередь, мы рассказали о нашем любимом городе Даугавпилсе и также о нас.

Их система образования и распорядок дня отличаются от нашей. И вообще, мы все ребята разные. Но всех нас объединяет любовь к математике и тяга к знаниям. Мы надеемся вскоре опять пообщаться с ними. А сейчас мы обсуждаем возможные темы для разговора. Это проект очень актуален для нас, девятиклассников, потому что в этом году нам предстоит сдавать экзамены по английскому языку и по математике.

Наше общение будет продолжаться, и надеюсь, даст хороший результат!

Ольга Наумова, 9 А

## Pasaules Sniega diena

Daugavpils Izglītības pārvalde un Daugavpils Sporta pārvalde sadarbībā ar Latvijas Slēpošanas federāciju jau tradicionāli rīkoja Pasaules Sniega dienu. 12.februārī mūsu 5.A klase kopā ar 6.A un 6.B klasses skolēniem piedalījās šajā pasākumā. Mums bija iespēja izmēģināt savus spēkus kalnu slēpošanas trasē – gan ar slēpēm, gan ar snovbordu, šķūkt pa ledus trasi ar „icetube”, kā arī piedalīties jautrajās stafetēs. Stafetēs mēs parādījām labāko dienas laiku. Balvā mēs saņēmām saldumus. Bija jautri un interesanti.

5.A klasses audzinātāja Žanna Ugarenko



На лыжах Анастасия и Валерия из 5А класса

## Latviešu valodas nedēļa

No 16. līdz 20. februārim skolā noritēja latviešu valodas un literatūras nedēļa. Tā bija veltīta dzejnieces Aspazijas 150 gadu jubilejai un dzīmtās valodas dienai.

1.- 3. klašu skolēniem notika konkursss „Pa valodas tacīju...” 9 komandas ceļoja pa tacīju, izrādot savas lieliskās latviešu valodas zināšanas. Katrai komandai bija jāiziet 7 stacijas, kurās tika piedāvāti dažādi uzdevumi. Skolēni no burtiem veidoja vārdus, no vārdiem – teikumus, minēja krustvārdu mīklu, savienoja zīmējumus ar aprakstu, veidoja stāstījū pēc attēla, izdomāja vārdus uz noteiktu burtu un piemeklēja apzīmējumus vārdiem. Šoreiz labākā bija 3.A klase.

Sākumskolas klašu skolēni piedalījās arī Aspazijas daiļradei veltītā vizuālo darbu konkursā „Pasacīņa”. Viņi veidoja zīmējumus, aplikācijas no papīra un kompozīcijas no dabas materiāliem. Audzēknī bija ļoti aktīvi. Kopumā tika iesniegti 69 darbi. Visus darbus varēja apskatīt skolas foajē izvietotā izstādē „Aspazijai 150”.



Starp 4.-6. klašu komandām notika pasākums „Aspazija valodo”. Ceļojoj pa Aspazijas zemi, skolēni rakstīja ielūgumus un ielūdza viesus, vizualizēja „Circenīša Ziemassvētkus”, atjaunoja dzejoli, iejutās dzejnieces lomā, veidoja jaunus vārdus, izteica savas domas par Aspaziju un vijas darbiem. Skolēni guva lielu prieku, ceļojoj pa jaunatklāto zemi. Savas zināšanas skolēni parādīja izveidotajās prezentācijās par Aspazijas dzīves gājumu „Zila debess zelta mākonos”, guva jaunas atzījas, kuras noderēs viņu turpmākajās dzīves gaitās. Priečājāmies par 4.A klases komandu, kura bija vismērķtiecīgākā un ieguva 1. vietu.

7.- 9. klašu skolēni parādīja savas zināšanas konkursā „Ar valodu kultūrā”. Vai cilvēks var būt kultūrāls, nezinot valodu, savas zemes kultūru? Skolēniem tika piedāvāts atpazīt Latgales arhitektūras pieminekļus, Latvijas pilsētu ģerboņus un kultūras objektus.

## Zemes dēls ar zvaigžņu dvēseli

25. janvārī latviešu romantiskās dzejas meistars, viens no spilgtākajiem latviešu neoromantiķiem - Fricis Bārda – atzīmēja 135. jubileju. Par godu šim notikumam 26. februārī mūsu skolā uz konkursu „Laimes dzejnieks” pulcējās F. Bārda talenta cienītāji - 10.-11.klašu skolēni no Daugavpils vidusskolām.

Skolu komandas sagaidīja Daugavpils 10. un 12. klases skolēni ar literāri muzikālu sveicienu, kurā skanēja dižā dzejnieka mīlas lirika un tika izdejotas emocionālās dejas.

Un tad bija laiks konkursam, kurš šoreiz bija ieturēts spēles „Kas? Kur? Kad?” garā – bija jāatbild gan uz jautājumiem, gan jāizspēlē erudītu loto, gan jāizvēlas pareizā atbildē apgalvojumam, gan pašiem jānovērtē savas spējas un zināšanas. Lieki piebilst, ka visi konkursa jautājumi bija saistīti ar virtuožā lirika personību un daiļradi.

Žūrijai, kuras sastāvā bija gan latviešu valodas un literatūras skolotājas, gan DPIP metodiķe latviešu valodas jautājumos I. Bohāne, gan Piekrastes bibliotēkas vadītāja A. Oļehnoviča, nācās ļoti nopietni un uzmanīgi skaitīt katras komandas iegūtos punktus.

Šajā klašu grupā nepārspēta palika 9. B klases komanda. Šoreiz ne pārāk lielu atsaucību guva 7.-9. klašu skolēniem piedāvātais video konkursss par Aspazijas dzeju „Kad meklē dvēseli”.



10.-12. klašu skolēni noskaidroja, kurš no viņiem ir labākais latviešu valodas zinātājs konkursā „Labākais valodnieks”. Skolēniem bija iespēja pārbaudīt savas zināšanas latviešu valodas fonētikā, leksikoloģijā, morfoloģijā, sintaksē (izklausās grūti, vai ne?). Vislabāk veicas 10. klases komandai, par to patiess prieks. Skolēni veidoja arī Aspazijas personībai un daiļradei veltītu bukletu konkursu „Mans ceļvedis Aspazijas gara pasaule”.

## Skolēni atzinīgi novērtēja šo nedēļu

Neskatoties uz to, ka 3. klasē bija diagnosticējošais darbs krievu valodā, mūsu klases skolēni piedalījās latviešu valodas nedēļā, ilustrēja Aspazijas dzeju. Konkursā „Pa valodas tacīju...” mūsu komanda ieguva 1. vietu. Paldies latviešu valodas skolotājiem par interesantu nedēļu. Pateicoties šiem pasākumiem, mums ir iespēja labāk apgūt latviešu valodu.

**J.Čurakova, J.Škočka, 3.A**

Latviešu valodas nedēļā mēs piedalījāmies interesantā konkursā. Bija liela iespēja parādīt savas valodas zināšanas valodā, kultūras objektu un pilsētu ģerboņu atpazīšanā. Mūsu klase ieguva 2. vietu. Novēlam visiem biežāk interesēties par savas dzīmtās vietas vēsturi un valodu!

**I.Pojakova, 9.C**

Konkursss prasīja pamātīgas zināšanas. Visu bijām kādreiz mācījušies, bet daudz kas vajadzīgajā brīdī bija piemirsies. Šis konkursss tiesām palīdzēja atsvaidzināt zināšanas par dažādiem latviešu valodas „knifījiem”.

**J.Matvijenko, 11. kl.**



**Lappusi sagatavoja latviešu valodas un literatūras skolotāji**

2015.gada 11.februārī visā Latvijā norisinājās ikgadējā Ēnu diena. Diena, kad skolēniem bija iespēja izjust sava nākotnes vai sapņu darba ikdienu. Diena, kad ēnu devēji varēja dalīties savā pieredzē un palīdzēt jauniešiem izvēlēties nākotnes ceļu. Šogad tika reģistrēts rekordliels ēnotāju skaits - 22 600, bet piedāvāto

vakanču skaits - 6730. Skolēniem bija piedāvāts plašs profesiju klāsts, sākot no stjuarta, beidzot ar valsts prezidenta ēnas vakanci. Arī 9 skolēni no mūsu skolas piedalījās šajā pasākumā. Kā tad viņiem gāja?

## Reportāža no Izglītības un zinātnes ministrijas

Ēnu diena jau daudzus gadus jauniešu vidū ir ļoti populāra. Šogad ēnotājus ļoti ieinteresēja Valsts pārvalde. Arī es izmantoju iespēju paciemoties vienā no valsts struktūrvienībām. Izglītības un zinātnes ministrija piedāvāja ministres un ministres vietnieku vakances, es izlēmu pieteikties par ministra padomnieka juridiskajos jautājumos ēnu.

Mūsu iepazīšanās ar ministriju sākās jau plkst. 9.30. Astoņpadsmit skolēni no dažādām Latvijas skolām savu rītu sāka Izglītības un zinātnes ministrijas Informācijas centrā, kas bija līdzīgs mazai bibliotēkai: visapkārt plaukti ar grāmatām un datori. Izrādījās, ka šiem mācību materiāliem var brīvi piekļūt ikviens. Mēs noklausījāmies ievadu par valsts un ministrijas pārvaldes struktūru un guvām skaidru vīziju par IZM darbu, un par savu šodienas turpmāko dienas gaitu. Bijām gatavi.

Mums bija iespēja apskatīt visu ministriju. Vispirms apciemojām blakus strādājošos darbiniekus, tad devāmies uz IZM Vēstures muzeju. Šajā omulīgajā istabiņā bija savākti pirmo dienasgrāmatu, liecību utml. paraugi. Šā ekskursija pagātne.

Mūs jau gaidīja sēžu zālē. Ienākot tajā, nevienam neienāca prātā, ka gaidīt ir nācīes Mārītei Seilei. „Nepietiek ar to, ko tu zini. Svarīgi, ko vari ar šīm zināšanām izdarīt” - savu runu sāka ministre.



„Domā kā amatnieks, domā kā inženieris, domā!“ - Seiles kundze dalījās ar idejām, kuras palīdzētu attīstīt mūsu valsti, un tās mums likās tiešām īstenojamas. Taču pārdomu mirklis nebija ilgs, jo... ēnu devēji bija jau klāt!

- Egija, nāc! -Rūdolfs, esi mana ēna! - Jekaterīna, esmu Andris, būsim pazīstami! Ēnu devēji aktīvi sāka meklēt savas nokautrējušās ēnas un bija priecīgi redzēt mūsu satraukuma pilnās acis. Darba diena ir sākusies!

- Es uzreiz iedošu savu vizītkarti, jo domāju, ka jau esat aizmirsušas manu vārdu un uzvārdu. Par mani un viesi no Viljānu vidusskolas smējās Andris Kerls, ministres padomnieks juridiskajos jautājumos.

Bet mēs abas jau pētījām ministres vietnieka darba vidi. Šaurs kabinets ar parastu koka galdu, grāmatu plauktu un ne īpaši greznu krēslu. Kur tad greznība? Šeit valdīja pietīcība, taču tik un tā varēja izjust omulību un siltumu. Pēc tam sekoja sēde un 4 stundu ilga saruna par jurista pienākumiem, par

labāko mācību vietu, par nākotnes plāniem un pagātnes klūdām. „Ir svarīgi apzināties savu atbildību.“ – Andris Kerls citēja manu motivācijas vēstuli. Tātad tiešām kāds lasa to, ko mēs rakstām, tad jau tiešām ēnu devējiem nav vienalga. Biju pirmā Kerla kunga ēna un ceru, ka viņam šī diena patika tāpat kā man. Nebiju pat sapņojusi, ka tikšu tik sirsnīgi sagaidīta. Ap mani nebija drūmi ofišu roboti, bet patiešām jauki cilvēki.

Plkst.15.00 ministre aicināja uz tējas dzeršanu, kur mēs apspriedām šodien gūtās atzījas, izteicām savu viedokli par izglītības sistēmu un ieteicām, mūsuprāt, nepieciešamos uzlabojumus. Kas var būt labāks par iespēju būt uzklausītam?

Dienas beigās negribējās atvadīties, jo tagad sapratām, kāpēc IZM darbinieki sauc IZM par mājām. Šeit tu esi gaidīts un saprasts. Šeit tev ir iespēja saprast savu svarīgumu un nozīmi lielajā pasaulei un savā valstī.

**Jekaterina Kaljina, 11.klase**



### А вот что рассказала об участии в Дне теней ученица 9 класса Елизавета Калинина.

День теней - отличная возможность убедиться, правильно ли ты сделал выбор профессии, подходит и нравится ли она тебе. К сожалению, многие ребята не попадают на желаемые вакансии, но мне повезло. Я мечтаю стать юристом, и в День теней я получила возможность стать тенью юриста по вопросам закупок для общеобразовательных учреждений. Поэтому 11 февраля

### Тень юриста – Елизавета

в 9.30 я, немного взволнованная, вошла в здание Управления образования в Даугавпилсе. Волнение оказалось лишним - меня и других ребят приняли очень тепло. Наблюдая за работой юриста, я пришла к выводу, что это очень ответственная профессия, требующая принятия точных и чётких решений, серьёзной работы с людьми. В процессе знакомства с профессией я осознала, что действительно хочу связать свою жизнь с юриспруденцией. День теней заставляет каждого участника определиться с выбором профессии. Я бы советовала ученикам принять участие в Дне теней в следующем году.

## Projektu nedēļa skolā

No 9. līdz 13. februārim mūsu skolā noritēja projektu nedēļa. Katra klase izvēlējās sev tuvāko tēmu: „Latvija – zaļākā valsts”, „Latvijas lepnumi”, „Latvijas dziedāšanas tradīcijas”, kuras, savukārt, apvienoja lielā tēmā „Latvija Eiropā”.

Klases šajā projektu nedēļā izvirzīja dažādus mērķus: salīdzināt dažādu Eiropas tautu tradīcijas; noskaidrot, ko nozīmē Latvijas prezidentūra ES; pilneidot savas zināšanas par savu valsti, novadu, pilsētu. Lai sekmīgi sasniegtu mērķus, skolēni nodarbojās ar dažādām aktivitātēm: gāja ekskursijās, intervēja cilvēkus, skatījās filmas, izrādes, veidoja savām rokām.

Kā jau katru gadu, darba produktu, prezentāciju, plakātu, kolāžu, albumu un zīmējumu uzdevums ir attīstīt bērnu

radošās un sadarbības prasmes, attīstīt prasmi publiski uzstāties un attīstīt patriotisma jūtas.

Nedēļas noslēgumā visi bija apmierināti ar savu darbu: gan skolēni, gan skolotāji. Šogad par labākajiem atzīti: 3.B klases projekts „Aicinām ciemos uz Daugavpili”, 7.B klases projekts „Mēs lepojamies ...”, 10. klases projekts „Rainis. Mīlas līrika”.

Īpašu lepnumu par savu darbu izjūt ne tikai uzvarētāji labāko projektu nedēļas darbu konkursā, bet arī 5.A un 9.A klases skolēni un viņu vadītājas Ž.Ugarenko, V.Lipkoviča un Ā.Pauliņa, jo viņu darbi tagad rotā 3. stāva gaiteņa sienas.

Projektu nedēļa ir izcils veids, kā uz piecām dienām aizmirst par garlaicīgām stundām un nodarboties ar kaut ko radošu un interesantu.

### Ко мēs domājam par projektu nedēļu



\*\*\* На проектной неделе 12 класс попробовал свои силы на 2-х пробных экзаменах по математике и английскому языку. Вывод был сделан один: "Учиться всегда надо!" Кроме того, на этой неделе была возможность вплотную подойти к мероприятиям для выпускников – последнему звонку и выпускному. Нам удалось создать сценарии этих 2-х праздников.

Также наш класс продолжил начатую ещё в 10-ом классе традицию составления хроники школьной жизни наших ребят. В итоге мы создали презентацию „Жизнь 12 класса”. Эта последняя школьная проектная неделя нашего класса, с одной стороны, прошла очень насыщенно и плодотворно, но, с другой стороны, очень жаль, что вместе нам её уже не повторить.



\*\*\* Проектная неделя прошла увлекательно. Мы с удовольствием и с большим интересом работали над темой "Ar ko Latvija var lepoties?"

Мы всегда гордились своей страной, но в ходе работы над проектом узнали ещё много нового. Во время презентации мы показывали слайд – шоу, исполнили нашу любимую песню о Латвии. А ещё нам очень понравилось делать коллаж на эту же тему. Нам будет что рассказать гостям Латвии. (7A)



\*\*\* Iemācījāmies strādāt komandā! Iepazināmies ar poju un vācu tautu kultūru, tradīcijām, valodu! Mēģinājām dziedāt tautas dziesmas poju, vācu, krievu, latviešu valodā! Mums visiem ir gandarījums par veiksmīgu paveikto darbu! (8.C)



\*\*\* Нам очень понравилась экскурсия в Ледовый дворец, потому что мы там познакомились с малоизвестным нам видом спорта – кёрлингом. Не у всех получилось, но испытать себя было очень интересно. А ещё в центре Марко Ротко мы познакомились с картинами художника и поработали в творческой мастерской по технике Марко Ротко в стиле „Высокой печати”. (8A)



## Керамика – гордость Латвии

Готовясь к празднованию 740-летия родного города, 9В класс решил узнать побольше о Даугавпилсе. А так как латгальская керамика – гордость Латвии, мы решили не только углубить свои знания, но и окунуться в сам процесс. С такими мыслями мы отправились в народную студию прикладного искусства „Латгале“.

Здесь занимаются изготовлением уникальных и самобытных изделий из керамики: посуды, игрушек, декоративных цветочных горшков, подсвечников, ваз, настенных тарелок, колокольчиков. Латгальская керамика имеет свои особые черты. На первый взгляд, она „грубовата“- толстые стенки, фигурные украшения из

широких волнистых полос, геометрический орнамент. Но именно это придает ей неповторимый и легко узнаваемый облик.

В Латвии керамику изготавливали с древних времен, и мастера усовершенствовали и обогащали это искусство. Основателем студии “Латгале” был керамист Станислав Вилцан. В студии нас встретили его ученики Янис и Марина Сайковские. Они показали нам много удивительных вещей, каждая – настоящее произведение искусства, а еще рассказали нам о своей работе: как прикрепляют к изделиям украшения, как наносят рисунок, как покрывают посуду разноцветной глазурью, как сушат и обжигают. Оказывается, чтобы получить гладкую блестящую поверхность, изделия сначала обжигают для прочности, затем покрывают глазурью и обжигают второй раз, а если поверх краски наносят рисунок, то и третий раз. Нам показали и печь для обжига – самую большую в Латвии, а также гончарный круг и инструменты для нанесения узоров.

Но самое приятное было то, что нам позволили самим изготовить изделие из глины. Конечно, вылепить горшок или вазу было нам не по силам, но мы старались, кто во что горазд: налепили кукол, котят, подков, сердечек – кому что симпатично. Нам обещали, что мы получим их в качестве сувенира – уже обожжёнными, готовыми. Здорово, когда есть возможность окунуться в производство древнейших ремесел, и через это понять лучше родную землю, и обычай, и традиции.

## Наша встреча с ТЕАТРОМ

«Театр все равно что музей: мы редко туда ходим, Но приятно знать, что он есть.»

*/Гленда Джексон/*

Об экскурсии с менеджером театра мы договорились заранее. Но за день до встречи он перезвонил, чтобы уточнить время, а в конце разговора добавил, что приглашает нас на закрытый показ мюзикла “Леомаленький лев”. Вот это был сюрприз!!!

Театр нас ждал. Впрочем, он ждёт нас всегда. Но, к сожалению... Нет, “но” обсуждать не будем - не хочется. Хочется поделиться хорошим и светлым - ощущениями от встречи...

### Копилка ОЩУЩЕНИЙ 9С

**Ощущение 1.** «Когда открылся занавес, мы все очутились в сказке. Декорации, сияющие всеми цветами радуги, были похожи на волшебство! Постановка была динамичной. Сюжет - интересным и захватывающим. После просмотра осталось чувство легкости и света.»

**Ощущение 2.** «Для меня посещение спектакля стало настоящим праздником! Я вспомнил то время, когда мы с мамой ходили в театр на детские новогодние представления. Сначала мы смотрели спектакль, а потом поднимались на второй этаж, где нас, детвору, ждал Дедушка Мороз со Снегурочкой. Мы водили хороводы, Снегурочка и её помощники проводили конкурсы, раздавали конфеты.»

**Ощущение 3.** «Как только я переступила порог театра, то возникло странное ощущение - я словно переместилась во времени и попала в другую эпоху. Казалось, что вот-вот заиграет классическая музыка и начнётся бал, на котором дамы и кавалеры в нарядных одеждах будут кружиться в танце.»

**Ощущение 4.** «Очень понравился экскурсовод... Он нас приветливо встретил в фойе, провёл по всем этажам. Он рассказывал о театре увлечённо и с огромной любовью. Мы задавали вопросы, а он очень подробно на них отвечал. Мы побывали в гримёрках, мастерских. Очень понравился танцевальный зал с зеркалами и закулисье, где он нам рассказал о театральном призраке. Полтора часа прошли незаметно...»

**Ощущение 5.** «Всё было здорово, но особое впечатление произвела костюмерная... Когда нас туда привёл экскурсовод, то восторгу моему не было предела. Это же рай для каждой девочки!!! Костюмы разных эпох, платья, расшитые бисером, шляпки, украшения... Я представила на мгновение, что это МОЙ ШКАФ и что нём висит МОЯ одежда. И среди этого великолепия я бы выбрала самое элегантное, самое красивое платье для следующей встречи с ТЕАТРОМ. А ещё - туфли на каблуке... вместо зимних сапог.»

**Ощущение 6.** «Когда я вышел из театра, то не хотелось думать о плохом. Мысли были хорошие и светлые, на душе было легко, - словно в храме побывал...»

На этом наша КОПИЛКА ОЩУЩЕНИЙ не исчерпала себя. Их много. Они разные. Но главное, что никого встреча не оставила равнодушным. И теперь мы знаем точно, что не только ТЕАТР ЖДЁТ НАС, но и МЫ ЖДЁМ НОВЫХ ВСТРЕЧ С ТЕАТРОМ.

**P.S. Искусство облагораживает и сближает людей. Как было бы здорово сделать традиционным в нашей школе ДЕНЬ ТЕАТРА.**



## Как укрепить силу воли

Закончился первый семестр, и в очередной раз обозначилась знакомая до боли проблема: чем старше становятся ученики, тем меньше в классах хорошистов. Если в начальных классах в 1 семестре по 12 – 15 хорошистов, то в основной школе уже по 4 – 8.

Редакция газеты решила разобраться, в чём причина спада успеваемости в основной школе. Вот что ответили ребята:

- 1) Из-за своего хобби не успеваю делать уроки.
  - 2) Провожу много времени с друзьями, поэтому некогда учиться.
  - 3) Помимо учёбы появились другие интересы.
  - 4) Учиться усердно для меня в тягость.
  - 5) Не хватает терпения делать уроки и т.д.
- Но самое большое количество ответов – лень, т. к. не хватает силы воли.

**Как же укрепить силу воли? За советом мы обратились к школьному психологу Людмиле Будревич.**

### Воля – это не суперсила

В представлении многих воля – это такая неотъемлемая черта некоторых людей, как, например, талант. Кому-то повезло с ней родиться, а кто-то на всю жизнь обречен быть слабым и безвольным.

Но недавно исследователи опровергли этот миф. Американский психолог Рой Баумайстер внимательно наблюдал за испытуемыми, которым надо было проявлять силу воли в сложных ситуациях. Он заметил: чем чаще люди упражнялись в самоконтроле, тем лучше им это удавалось в будущем. Но только до определенного предела. Если человек сильно загружал себя задачами, со временем он снова проявлял слабость.

Оказалось, что сила воли как «мышца» атлета. Ее можно тренировать, но если она хилая и маленькая, результаты будут не сразу. Начинать нужно с малого и постепенно увеличивать нагрузку. Но если ты загрузишь себя делами сверх меры, то сила воли выдохнется, и планы пойдут кувырком.

### Прямо сейчас

Самый главный враг тренировок – привычка откладывать все на будущее: «Вот напишу контрольные и сяду за английский», «Приведу на выходных комнату в порядок и начну делать зарядку». Поверь, комфортные обстоятельства для подвигов никогда не настанут, а с каждым годом свободного времени будет становиться все меньше. Поэтому надо как можно раньше решиться на первый шаг, чтобы потом ни о чём не сожалеть.

**Итак, пора начинать тренировку!** Попробуй следовать этим простым правилам – и скоро твоя воля окрепнет.

### 1. Начни с малого

Выбери одно или два простых действия, а затем добавь их в распорядок дня. Например, если ты давно мечтал (-ла) выучить какой-то иностранный язык, ежедневно учи по пять новых слов, а через день повторяй пройденное. Делай так в течение 21 дня – именно столько нужно мозгу для

формирования привычек. А уж потом ты сможешь добавить новых задач.

### 2. Не вини себя

Если что-то не получилось, не надо винить себя. Это со всеми бывает. Позволь себе отдохнуть, а завтра начинай отсчет 21 дня заново. А сегодня, наверное, день выдался тяжелый, и тебе было жизненно необходимо повалиться на диване и помечтать.

### 3. Будь гибким

К сожалению, жизнь полна неожиданностей, поэтому день невозможна спланировать до мелочей. Сегодня из-за случая ты сделал(-ла) меньше, но завтра ведь можно выделить больше времени и наверстать упущенное.

### 4. Высыпайся

Невыспавшиеся люди хуже работают и чаще делают ошибки. А еще у таких «сонных мух» напрочь отказывает сила воли: в сложных ситуациях они не способны принять ответственное решение. Так что старайся не засиживаться до ночи!



### 5. Съешь немного сладкого

Удивительно, но мозг порой ленится только из-за того, что ему не хватает энергии. Так что пару квадратиков черного шоколада или сухофрукты тебе точно не помешают. Твоя воля будет крепче обычного!

### 6. Делай зарядку

Оказывается, спорт – отличный способ тренировать не только тело, но и волю. Когда ты развиваешься физически, от прежней усталости не остается и следа. Тебе будет легче просыпаться по утрам, а значит, и взяться за дело будет намного проще!



## 14 февраля – День Святого Валентина

Всем влюблённым своё стихотворение посвящает ученица 8В класс Валерия Мошане

**Мы в жизни  
любим только раз**

Мы в жизни любим только раз,  
И после... сухо... напоказ...  
Несемся в отголосках фраз,  
Давно утративших значение,  
И нет приятней нам мучения,  
Чем коротание минут  
С людьми, что нас не позовут,  
А горесть с счастьем не разделят.  
Все врут... все лишь безбожно врут,  
Мы в жизни любим только раз,  
Все то, что «до» и «после» - тени.  
Так неужели вы б хотели,  
Чтоб кто-то называл вас так...?  
Но вот раскачены качели  
Судьбой, что вновь столкнула нас



# Apsveicam!

*Mīji sveicam dzimšanas dienā  
skolotājas*

**Allu Nipāni  
Natalju Stepanovu  
Janīnu Kvjatkovsku**

**А знаете ли вы, что**



...красное сердечко является повсеместным символом Дня Святого Валентина. Красный цвет обычно ассоциируется с цветом крови. Когда-то люди думали, что сердце, перекачивающее кровь, - это часть тела, в котором созревает любовное чувство. Когда египтяне мумифицировали останки умерших людей, они удаляли из тела все органы, кроме сердца. Они считали, что без сердца тело не сможет пройти через вечность.

...на День Святого Валентина в США продается около 189 миллионов роз.

...по количеству продаваемых поздравительных открыток (около 277 миллионов) День Святого Валентина занимает второе место после Рождества.

...символ ленты, который часто украшает современные «валентинки», уходит корнями в средневековье. Когда рыцари сражались на турнирах, их возлюбленные часто дарили им ленты как символ удачи.

...итальянцы считают своим долгом дарить в этот день любимым сладости. Этот день так и называется в Италии – сладкий.

...в Германии 14 февраля - это День душевного здоровья, поскольку Святой Валентин там считается покровителем всех умалишенных.

...купидон – символ Дня святого Валентина. В этом нет ничего удивительного, ведь он – сын римской богини красоты и любви, Венеры. Купидоны часто изображаются на открытках с луком и стрелами. Считается, что эти стрелы волшебные, и те, в кого они попадают, заболевают любовным недугом.

...первый подарок Валентинку послал Герцог Орлеанский своей жене, после того, как был захвачен в 1415 году в плен.

...у страстных французов же в День святого Валентина принято дарить драгоценности, а в романтичной Дании люди посыпают друг другу засушенные белые цветы.

Palūdziet pavasari,  
Lai tas spēku aizdod.  
Palūdziet puteņiem,  
Lai gadiem pēdas jauc.  
Palūdziet pašai sirdij - tā vislabāk zinās,  
Kādus gadus atpakaļ lai sauc.  
Gadu straumē nestas aiziet dienas,  
Dzīves jūrā saplūst vienuviet.  
Lai vēl ilgi mirdz jums ceļa zvaigzne,  
Darbi veicas, gaišas dienas rit.



**Redaktore:**

A.Bistrova, 9.B

**Redaktores vietniece:**

J.Kaļiņina, 9.B

**Korespondenti, noformējums:**

L. Valeniece, 9. B

Ē. Jaloveckis, 9.B

V. Pesecka, 9.B

E. Saļkovska 9.B

O. Kaļiņina, 9.B

E. Baranovska, 9.B

A. Stehnovska – Slavksa 8.A

A. Mihailovska 8.A

J. Pokrova 8.A

V. Rančeva 8.A

J. Makarovs 11

V. Vasiljevs 11.

**Konsultantes:**

V. Lipkoviča

Z. Panfilova