



KOPSOLĪ

OKTOBRA SPECIZLAIDUMS

Oktobris ienāk ar mierīgāku ritmu un dziļākiem rudens toņiem. Skolas gada sākuma rošība pamazām nostājas savā ritmā, un ikdienā arvien vairāk jūtama kopā būšana, darbs un pirmie paveiktie soļi. Daba mainās, dienas kļūst īsākas, bet skolas dzīve turpinās ar savu enerģiju un notikumiem.

Tas ir mēnesis, kas aicina pamanīt ne tikai lielos sasniegumus, bet arī mazās lietas, kas veido mūsu ikdienu ar labu vārdu, palīdzīgu roku, smaidu un cilvēkiem, kuri ir līdzās.



ŠAJĀ NUMURĀ:

SEPTEMBRA
SPILGTĀKIE MIRKĻI

INTERVIJA AR SKOLAS
PAŠPĀRVALDES
PREZIDENTU VADIMU
TIMOFEJEVU

GARĪGĀS VESELĪBAS
DIENA



Oktobris ir laiks, kad pirmā septembra aizrautība pārtop darbā, sadarbībā un pirmajos paveiktajos rezultātos. Oktobris atgādina pamanīt arī mazos mirkļus, pateikt labu vārdu.

**Mēneša
citāts**
Pamanīt labo
nozīmē
novērtēt.



MIRKĻI, KAS PALIEK ATMIŅĀ



Šī gada 1.septembrī Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolā notika svinīgas klases stundas un Zinību dienai veltīts pasākums. Klātesošos apsveica skolas direktore Kristīna Ivancova, novēlot visiem panākumus, radošumu, zinātkāri un pašizaugsmi. Daugavpils Jēzus Sirds draudzes prāvests Andris Ševels novēlēja, lai nākamais mācību gads būtu radošs, un katrs uzvarētu cīņā ar sevi.

Šī gada 3.septembrī Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolā norisinājās Sporta diena. Tas ir pasākums, kurā apvienojas azarts, kustība, smiekli, sacensību gars un vēlme visiem būt kopā. Skolēni ar aizrautību iesaistījās dažādās sportiskās aktivitātēs, pārbaudīja savus spēkus, demonstrēja veiklību, izturību un ātrumu, bet pats svarīgākais- mācījās sadarboties un atbalstīt cits citu.



Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolas pirmsskolas posmā (Raipoles iela 8, Stāvā iela 41) skolotājas kopā ar bērniem, gatavojoties Tēva dienai, kas Latvijā šogad tika atzīmēta 13. septembrī, ar lielu prieku un rūpību veidoja apsveikumus, gatavoja pārsteigumus un video sveicienus, kā arī sagatavoja īpašu svētku avīzi un dāvanas. Katrā no tām tika ielikta bērnu mīlestība, sirsnība un radošums.



MIRKĻI, KAS PALIEK ATMIŅĀ



Ieskandinot Jauno mācību gadu Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolā KiVa trenere Iveta Rudoviča vadīja semināru, lai pilnveidotu personāla zināšanas un prasmes kvalitatīvai KiVa programmas īstenošanai, nodrošinot efektīvu preventīvo darbu, bulinga gadījumu risināšanu un programmas ilgtspējīgu ieviešanu skolā. Mūsu skola ir KiVa skola jau otru gadu.

Dzejas dienu ietvaros Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolas 2.d un 3.d klases skolēniem notika integrēta stunda, kas bija veltīta izcilajam latviešu dzejniekam un dramaturgam Rainim.

Nodarbību organizēja sākumskolas skolotājas Valentīna Grigorjeva un Alla Laizāne sadarbībā ar skolas bibliotekāri Aigu Soldatjonoku un latviešu valodas skolotāju Jūliju Vaikuli.



Šī gada 16. septembrī Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolā notika Signālvēlēšanas. Iespēju nobalsot izmantoja 34% skolēnu. 3. oktobrī plkst. 20.01, uzreiz pēc vēlēšanu iecirkņu slēgšanas, tiks publiskoti Signālvēlēšanu rezultāti. Arī mūsu skolas skolēnu rezultātus prezentēsim 10.-12.klašu klases stundās pēc 3.oktobra.

MIRKĻI, KAS PALIEK ATMIŅĀ



Šī gada septembrī (Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolas Raipoles iela 8) grupas “Pūcītes” bērni kopā ar savām ģimenēm iesaistījās temata “Dzīvosim zaļi” izzināšanā. Kopīgi darbojoties, bērnos radās izpratne par to, cik svarīgi ir rūpēties par apkārtējo vidi un veidot zaļus un atbildīgus ikdienas paradumus.

Šī gada 17. septembrī Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolas 1.d klasē valdīja īpašs satraukums un prieks, jo ciemos bija ieradušies policijas darbinieki.

Ciemošanās mērķis bija apsveikt pirmklasniekus ar jaunā mācību gada un jaunā dzīves posma sākumu. Tikšanās laikā policijas pārstāvji izglītojošā un sirsnīgā sarunā atgādināja bērniem par svarīgākajiem uzvedības un drošības noteikumiem – kā uzvesties skolā, uz ielas un mājās.



Šī gada 25.septembrī tika atzīmēta Dažādo kurpju diena, kas māca bērniem pieņemt atšķirīgo, būt drosmīgiem, radošiem un priecāties par savu individualitāti. Tā palīdz saprast, ka visi esam dažādi un tieši mūsu atšķirības padara pasauli interesantāku.

MIRKĻI, KAS PALIEK ATMIŅĀ



Šī gada 25. septembrī Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolas (Raipoles iela 8, Stāvā iela 41) pirmsskolas posma grupu “Gulbītis”, “Stārķītis”, “Bezdelīga”, “Balodītis”, “Eglīte” un “Taurenis” bērni atzīmēja Eiropas Valodu dienu. Bērni piedalījās aizraujošās un praktiskās valodu darbnīcās, kurās mācījās rotaļājoties, darbojoties un eksperimentējot.

Šī gada 25. septembrī, mūsu skolas 11.a un 12.a klašu skolēni kopā ar savām klašu audzinātājām devās uz Daugavpils Universitāti (DU), lai piedalītos ikgadējā zinātnes notikumā – Eiropas Zinātnieku naktī. Pasākuma bagātīgā programma sniedza unikālu iespēju iepazīt zinātnes un pētniecības pasauli klātienē, veikt eksperimentus un izmēģināt dažādas profesijas.



Rudens katru gadu skolā ienāk ar krāsainām lapām, bagātīgu ražu, radošiem darbiem un kopā būšanas prieku. Arī šogad Daugavpils Draudzīgā aicinājuma vidusskolā tradicionāli tika svinēta Miķeļu nedēļa no 28. septembra līdz 2. oktobrim. Tā bija piepildīta ar rudens noskaņu, radošumu un čaklu skolēnu rosību.

MIKEĻDIENAS TIRDZIŅŠ - MĀCĪTIES DAROT

Miķeļdienas nedēļa mūsu skolā noslēdzās ar rosīgu un krāsainu rudens tirdziņu, kurā skolēni ar lielu aizrautību piedāvāja pašu sarūpētus gardumus, rudens veltes un dažādus darinājumus. Tirdziņš pulcēja gan tirgotājus, gan pircējus, radot īstu svētku un kopā būšanas sajūtu.

Šādi pasākumi skolēniem ir daudz vairāk nekā tikai iespēja kaut ko pārdot vai iegādāties. Tā ir iespēja mācīties darot- plānot, sadarboties, uzņemties atbildību, sarunāties ar citiem, rēķināt, pieņemt lēmumus un izvērtēt savu pieredzi.

Gatavojoties tirdziņam, skolēni mācās izdomāt, sagatavot un noformēt savu piedāvājumu, bet paša tirdziņa laikā- būt drosmīgiem, atsaucīgiem un patstāvīgiem.

Īpaši vērtīgi ir tas, ka mācīšanās šeit notiek reālā dzīves situācijā. Skaitļi kļūst par naudu un cenu aprēķiniem, komunikācija – par sarunām ar pircējiem, radošums – par skaistu noformējumu, bet sadarbība – par kopīgu darbošanos.

Prieks bija redzēt, ka tirdziņa dzīvē iesaistījās arī skolēnu vecāki. Viņi ne tikai palīdzēja bērniem sagatavoties tirdziņam, bet arī paši ieradās skolā, lai atbalstītu savus bērnus, iegādātos sarūpēto un būtu daļa no šī kopīgā notikuma. Šāda vecāku atsaucība bērniem ir ļoti nozīmīga – tā apliecina, ka viņu darbs, idejas un centieni tiek pamanīti un novērtēti.

Un, protams, Miķeļdienas tirdziņš ir arī par prieku- prieku radīt, dalīties, satikt citus un kopā veidot skolas dzīvi. Tieši šādi mazi, praktiski piedzīvojumi palīdz skolēniem saprast: mācīties var ne tikai stundā, bet arī darot, piedzīvojot un esot kopā.



MIKĒĻDIENAS TIRDZIŅŠ - MĀCĪTIES DAROT



INTERVIJA AR SKOLĒNU PAŠPĀRVALDES PREZIDENTU VADIMU TIMOFEJEVU

1. Kāpēc nolēmi kandidēt uz skolas pašpārvaldes prezidenta amatu?

Nolēmu kandidēt, jo gribēju pamēģināt kaut ko jaunu un iegūt jaunu pieredzi. Man ir interesanti izmēģināt sevi šajā lomā.

2. Ko Tev pašam nozīmē būt skolas pašpārvaldes prezidentam?

Man tas nozīmē būt atbildīgam, atsaucīgam un uz klausīt skolēnu viedokļus un idejas.

3. Kāds ir lielākais mērķis, ko šogad vēlies sasniegt pašpārvaldē?

Vēlos padarīt skolas dzīvi aktīvāku un interesantāku, rīkojot vairāk pasākumu, konkursu un aktivitāšu.

4. Ja Tev būtu iespēja skolā ieviest vienu tradīciju vai aktivitāti, kas tā būtu?

Es gribētu ieviest skolēnu ideju dienu, kurā skolēni varētu iesniegt savas idejas par to, ko vēlētos mainīt vai ieviest skolā. Pēc tam labākās idejas kopā ar pašpārvaldi varētu arī īstenot.

5. Kas, tavuprāt, ir lielākais izaicinājums ar ko pašpārvaldei nākas saskarties?

Manuprāt, lielākais izaicinājums ir iesaistīt pēc iespējas vairāk skolēnu un atrast aktivitātes, kas būtu interesantas visiem.

INTERVIJA AR SKOLĒNU PAŠPĀRVALDES PREZIDENTU VADIMU TIMOFEJEVU

6. Kā Tu domā, ko skolēni visvairāk sagaida no pašpārvaldes?

Domāju, ka skolēni vēlas, lai viņu viedoklis tiktu uzklauts un skolā būtu vairāk interesantu pasākumu.

7. Vai ir kāda ideja, ko ļoti gribētu īstenot, bet vēl nav sanācis?

Gribētu noorganizēt lielāku skolas talantu šovu, kurā skolēni varētu parādīt savas prasmes un talantus. Manuprāt, tas būtu interesants pasākums, kurā iesaistītos daudz skolēnu.

8. Ko Tu esi iemācījies, darbojoties pašpārvaldē?

Esmu iemācījies sadarboties ar citiem, uzklaut dažādus viedokļus un uzņemt atbildību.

9. Ja Tu varētu vienā dienā kļūt par skolas direktoru, ko Tu skolā mainītu vai ieviestu?

Es skolā ieviestu vairāk pasākumu un aktivitāšu, lai skolēniem būtu interesantāka ikdiena un vairāk iespēju iesaistīties.

10. Ko Tu gribētu pateikt saviem skolasbiedriem, lai viņi vairāk iesaistītos skolas dzīvē?

Nebaidiet iesaistīties un izteikt savas idejas! Kopā mēs varam padarīt skolas dzīvi aktīvāku un interesantāku.

MAZIE SOĻI, KAS VEIDO LIELAS PĀRMAIŅAS

Mazie soļi, =

KAS VEIDO LIELAS PĀRMAIŅAS



VIENA SARUNA

var mainīt
skolēna dienu.



VIENS UZSLAVAS Vārds

var dot drosmi
mēģināt vēlreiz.



VIENS PACELTS PAPIRS

var iemācīt rūpēties
par savu vidi.



VIENA PALĪDZĪBAS ROKA

var atgādināt –
Tu neesi viens.



VIENA IESPĒJA

var atklāt talantu,
par kuru pats vēl
nezināji.

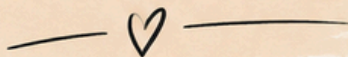


VIENS MAZS SOLIS

var būt sākums
kaut kam lielam.

Lielas pārmaiņas skolā
nesākas ar lieliem vārdiem.

TĀS SĀKAS AR MAZĀM IZVĒLĒM,
KO IZDARĀM KATRU DIENU.



GARĪGĀS VESELĪBAS DIENA SKOLĀ

Pasaules garīgās veselības diena katru gadu tiek atzīmēta 10. oktobrī. Tās mērķis ir pievērst sabiedrības uzmanību garīgās veselības nozīmei, veicināt izpratni un mazināt aizspriedumus par psiholoģiskām grūtībām. Šī diena atgādina, ka garīgā veselība ir būtiska mūsu vispārējās veselības un dzīves kvalitātes daļa.

Garīgā veselība ietekmē mūsu domas, emocijas, uzvedību, attiecības un spēju tikt galā ar ikdienas grūtībām. Tā palīdz mācīties, pieņemt lēmumus, sadarboties ar citiem un sasniegt izvirzītos mērķus. Tomēr ikviens cilvēks reizēm var piedzīvot stresu, trauksmi, skumjas, vientulību vai motivācijas trūkumu. Šādos brīžos ir svarīgi nepalikt vienam ar savām grūtībām un nebaidīties lūgt palīdzību.

Šī diena ir īpaši vērtīga, jo tā mudina atklāti runāt par emocijām un pašsajūtu. Tā māca laikus pamanīt savas vajadzības, pieņemt savas izjūtas un būt uzmanīgiem pret apkārtējiem. Dažreiz vienkāršs jautājums "Kā tu jūties?" vai mierīga saruna var sniegt cilvēkam ļoti nepieciešamo atbalstu.

Mūsu skolā Garīgās veselības diena tiks atzīmēta 9. oktobrī. Tās laikā vēlamies atgādināt, ka rūpes par emocionālo labsajūtu ir tikpat svarīgas kā rūpes par fizisko veselību.

Skolas foajē būs izvietotas īpašas lapiņas ar jautājumiem: "Kas man palīdz justies labi?", "Kas man dod spēku?", "Par ko es šodien esmu pateicīgs?" un "Kā es varu parūpēties par sevi?". Ikviens skolēns un skolas darbinieks varēs paņemt lapiņu, uzrakstīt savu atbildi un pievienot to kopīgajam Garīgās veselības dienas stendam. Šādi mēs kopā apkoposim idejas, kas palīdz saglabāt labu pašsajūtu un emocionālo līdzsvaru.

Starpbrīžos būs pieejamas arī vienkāršas psiholoģiskās aktivitātes, kas palīdzēs atpūsties, mazināt saspringumu, uzlabot noskaņojumu un labāk izprast savas emocijas.

Par savu garīgo veselību varam rūpēties ik dienu – pietiekami izgulēties, regulāri kustēties, pavadīt laiku svaigā gaisā, sarunāties ar uzticamiem cilvēkiem, nodarboties ar to, kas sagādā prieku, un atvēlēt laiku atpūtai. Svarīgi ir arī atcerēties, ka nav jābūt stipram visu laiku. Palīdzības lūgšana nav vājuma pazīme – tā liecina par drosmi un rūpēm par sevi.

Aicinām skolēnus un skolas darbiniekus šajā dienā gērbties zaļā krāsā. Zaļā krāsa simbolizē cerību, mieru, līdzsvaru, izaugsmi un atbalstu garīgajai veselībai.

Veidosim skolu par vietu, kur ikviens var justies sadzirdēts, pieņemts un drošs. Rūpēsimies par sevi un būsim iejūtīgi pret cilvēkiem sev apkārt, jo reizēm pat neliels atbalsts var būt ļoti nozīmīgs!

GARĪGĀS VESELĪBAS DIENA SKOLĀ



LABBŪTĪBA SĀKAS AR LĪDZSVARU

Kad mācību gads ir ieskrējies, neaizmirsti...

- ieelpot pirms steidzies tālāk;
- atpūsties, pirms spēki ir pavisam beigušies;
- pamanīt to, kas tev lieliski izdodas;
- neprasīt no sevis perfekti izdarīt visu;
- pateikt „nē”, ja šobrīd ir par daudz;
- atrast laiku lietām, kas iepriecina;
- aprunāties, ja kaut kas kļūst par smagu;
- atcerēties – viena neveiksmīga diena nenosaka visu Tavu stāstu;
- novērtēt mazos skolēnu panākumus;
- parūpēties par savu atpūtu tikpat rūpīgi kā par saviem pienākumiem

Labs skolotājs dod daudz. Labbūtība sākas ar to, ka neaizmirstam dot arī sev.



VECĀKIEM: VĀRDI, KO BĒRNAM VAJAG DZIRDĒT

- Es tev ticu.
- Es redzu, cik ļoti tu centies.
- Tev nav viss jāprot ar pirmo reizi.
- Kļūdīties ir normāli.
- Tu vari mēģināt vēlreiz.
- Es lepojos ar tavu centību.
- Man ir svarīgi zināt, kā tu jūties.
- Tu vienmēr vari ar mani parunāt.
- Es tevi uzklausīšu.
- Tev nav jābaidās man pastāstīt, ja kaut kas nav izdevies.
- Tev nav jābūt labākajam, lai būtu vērtīgs.
- Es redzu, cik daudz tu esi iemācījies.
- Es priecājos par tavu mazo uzvaru.
- Tu vari lepoties ar sevi.
- Tavas sajūtas ir svarīgas.
- Ir pilnīgi normāli kādreiz būt bēdīgam, dusmīgam vai nogurušam.
- Man svarīgāk ir, lai tu esi labi, nevis lai viss ir perfekti.
- Es zinu, ka tu vari atrast savu ceļu.
- Es cienu tavas domas un viedokli.
- Paldies, ka pastāstīji man.
- Es pamanīju, ka tu centies palīdzēt.
- Tev nav viss jāizdara vienam.
- Pat ja šodien neizdevās, rīt vari sākt no jauna.
- Lai kas notiktu, tu vienmēr vari nākt pie manis.





RUDENS BURTU REŽĢIS



Atrodi vārdus!

C E D E R E L S A P A L
O Z R S Ē N E S O H A C
Z I W R M Q D R A U G I
O S Z P R I E K S O R M
L D Ā B A R A V I K A I
Z Ā B R U D E N S A D Ķ
Ī R A U K H H N E L E E
L Z K M S U T E I L P Ļ
E E I P S I B R I Ķ S I
S Ņ P K A S T A Ņ I E W
G I I I G G Ā B O L I T
C R A V Ē J Š R Y S N S

RUDENS

MIĶEĻI

KASTAŅI

SĒNES

ĀBOLI

OZOLZĪLES

LIETUS

VĒJŠ

PRIEKS

LAPAS

DĀRZENI

DRAUGI

EZIS

ZĀBAKI

ĶIRBIS

BARAVIKA

PATEICĪBA

Oktobris skolā ienāk ar rudens krāsām, mierīgāku ritmu un sajūtu, ka jaunais mācību gads jau pamazām kļūst par mūsu ikdienu. Gaiteņos vairs nav pirmo dienu satraukuma, bet arvien vairāk ir sarunu, ideju, kopīgu darbu un mazu notikumu, kas veido mūsu skolas ikdienu.

Tas ir laiks, kad mācāmies ne tikai sasniegt iecerēto, bet arī pamanīt to, kas jau ir izdevies. Oktobris atgādina, ka arī aizņemtajā ikdienā ir svarīgi atrast brīdi sarunai, atbalstam, pateicībai un rūpēm par sevi un citiem.

Rudens pamazām maina pasauli mums apkārt, un arī mēs turpinām augt, mācīties un mainīties. Soli pa solim, dienu pēc dienas, veidojam šo mācību gadu – ar savām izvēlēm, attieksmi, idejām un cilvēkiem, kuri ir mums līdzās.

Sirsnīgs paldies visai skolas saimei

Daugavpils Draudzīgā
aicinājuma vidusskolas
avīze "Kopsolī"
redaktore direktores
vietniece Diāna Jansone

