



EKSAMENI? KĀ SAGATAVORIES?

Viens no veidiem, kā sagatavoties eksāmenam, ir apskatīt un izpildīt iepriekšējo gadu eksāmenu uzdevumus. Tāda veidā tu varēsi aktīvāk atkārtot mācību vielu, labāk sapratīsi eksāmena formātu, uzdevumu formulējumus un vērtēšanas kritērijus.

LIELDIENAS. KĀD UN KĀPĒC TĀS SVIN?

Lieldienu svinēšana nav tikai kādas konkrētas kristīgās konfesijas vai kādas atsevišķas reliģijas noteikti svētki, bet gan tradīcija, kuru veidojuši gan reliģiski motīvi, gan kultūru mijiedarbība, gan dabas norises, gan tie visi vienlaikus.

12. UN 9. KLAŠU IZLAIDUMS

«Nepalaid garām iespēju tikai tāpēc, ka esi nobijies/-usies. Ir pārāk maz iespēju atgriezties atpakaļ un vēlāk izlabot pieļautās kļūdas» - Džūlija Kenere

KĀ KLĀJAS CETURTKLASNIEKIEM?

ĒNU DIENA PIEREDZES STĀSTI

Весна! Как много в этом слове счастья, радости и ожидания чуда!!!

Наступила весна. С появлением первого весеннего солнышка оседают снега, и в это время на прекрасных лесных полянах и вдоль ручьев расцветают невысокие стеблем и длинными узкими зелеными листьями цветы - подснежники. Прекрасное время года, когда природа вновь пробуждается после зимней спячки и дарует людям возможность понаблюдать за этим чудесным, коротким, но запоминающимся мгновением. Все наши любимые пернатые возвращаются из тёплых стран, деревья начинают менять свой облик. Весна — это легкость, тепло, а для кого-то - романтика и вдохновение.

Март, апрель... Веснаприходит довольно-таки холодно, но спустя некоторое время она начинает «подпускать» к себе, и, начиная с апреля, теплые лучики солнца потихоньку прогревают нашу землю, а вот и май... Май. Найдется ли хоть один человек, не любящий май! Наверное, нет! Вы испытываете чувство свободы, тепла солнечных лучей и предвкушение летних каникул; очень скоро можно будет хорошенько отдохнуть, расслабиться, собраться с мыслями, возможность продолжить заниматься своим любимым делом без беспокойства, а еще начать

PAVASARIS! CIK DAUDZ LAIMES UN PRIEKA ŠINĪ VĀRDĀ!

Pavasaris ir viens no skaistākajiem gadalaikiem, kurā mēs varam novērot dabas atgriešanos pie dzīvības pēc ziemas miega. Tas ir laiks, kad mēs vērojam pumpuru pārvēršanos par ziediem, koku lapu plaukšanu, jauno asniņu dzinumumu un zaļumu parādīšanos. Tas ir arī laiks, kad skolēniem ir daudz jaunu iespēju un izaicinājumu mācībā. Skola ir vieta, kur skolēniem tiek dota iespēja mācīties, attīstīties un augt. Pavasarī mācību iestādes bieži plāno dažādas aktivitātes un ekskursijas, lai palīdzētu skolēniem saprast, ko viņi vēlas darīt tālāk mācību nolūkos. Skolās pavasarī bieži notiek dažādi pasākumi, kas saistīti ar svinēšanu un atvadām no klasesbiedriem, kuri gatavojas absolvēt skolu. Šajā laikā skolēniem bieži ir jāpagatavojas eksāmeniem un citiem pārbaudījumiem, kas nosaka viņu turpmāko mācību un profesionālo izvēli. Pavasaris ir arī lielisks laiks, lai izmantotu dabas piedāvātās mācību iespējas. Skolēni var apgūt bioloģiju, dabaszinības, vides zinātnes un citus ar dabu saistītus priekšmetus, izmantojot pieredzi dabā un novērojumus īstā vidē. Tas palīdzēs jaunajām paaudzēm izprast dabas lomu un tās nozīmi mūsu dzīvē. Pavasaris var arī motivēt skolēnus uz kustību un sportu. Siltās dienas un zaļie parki var būt lieliska vide sporta nodarbībām un

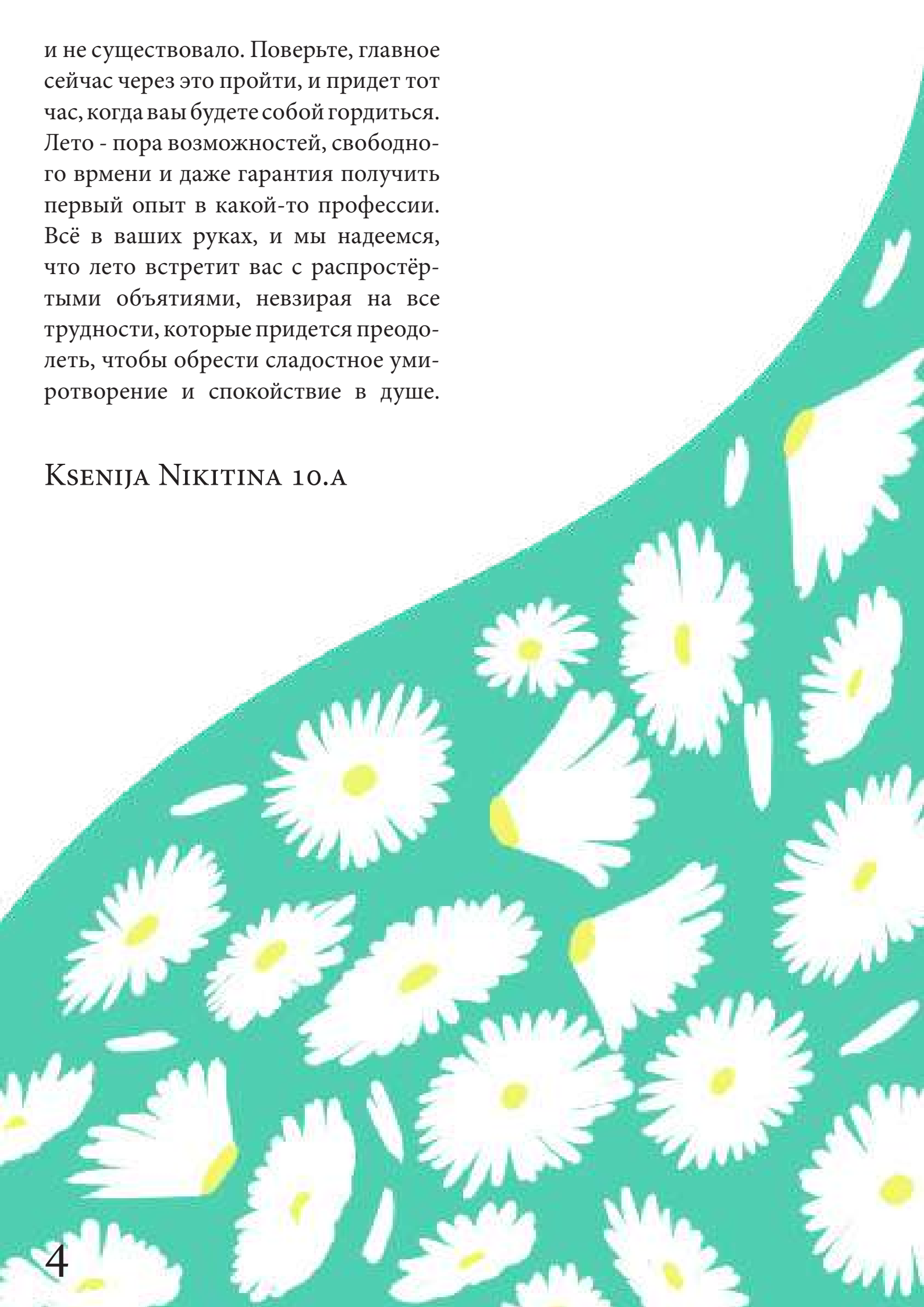
заниматься чем-то новым, открыть для себя что-то!

Весна может быть увлекательным временем, но не забывайте о школе: это и стресс для учеников, потому что много домашней работы, долги-хвостики, не дающие ученика жить припеваючи в ожидании летних каникул. Очень важно, чтобы учителя и родители помогали ученикам планировать и организовывать свое время, чтобы справиться с поставленными задачами. Весна это еще и напряжение, возбуждение, страх перед неизвестностью. Последний звонок 9-х и 12-х классов, экзамены... Время, когда нужно принимать взвешенные, серьезные решения, которые значительно повлияют на вашу дальнейшую судьбу и жизнь. Но это не повод бояться экзаменов и возможности выбора, вовсе нет! Это новый жизненный этап, который просто нужно пройти. Многие помнят, как ужасно нервничали перед экзаменами, и закрадывались тревожные мысли по поводу того, что чего-то не знаешь, абсолютно всё завалишь, не сдашь, никуда не поступишь и просто утонешь в собственном страхе, унынии и тревоге. К счастью, всё заканчивается хорошо, и все страхи рассеиваются, то бы их никогда

fiziskajām aktivitātēm. Tāpat var notikt dažādi sporta pasākumi un sacensības, kas dod skolēniem iespēju mēroties spēkiem un attīstīt savas prasmes. Lai arī pavasaris šķiet aizraujošs gadalaiks, tas var būt arī stresa pilns laiks skolēniem, jo viņiem bieži ir daudz uzdevumu un mājasdarbu. Tādēļ ir svarīgi, lai skolotāji un vecāki palīdzētu skolēniem plānot un organizēt laiku, lai viņi varētu pārvarēt savu uztraukumu un veiksmīgi tikt galā ar uzdevumiem mācībā. Kopumā pavasaris ir laiks, kad skolēniem ir daudz iespēju attīstīt savas zināšanas un prasmes, kā arī baudīt dabas skaistumu un sporta aktivitātes. Tomēr tas var būt arī saspringts laiks mācībā, tādēļ svarīgi ir pievērst uzmanību skolēnu veselībai un labklājībai, lai viņi varētu veiksmīgi noslēgt mācību gadu un sagatavoties turpmākajiem izaicinājumiem.

и не существовало. Поверьте, главное сейчас через это пройти, и придет тот час, когда вы будете собой гордиться. Лето - пора возможностей, свободного времени и даже гарантия получить первый опыт в какой-то профессии. Всё в ваших руках, и мы надеемся, что лето встретит вас с распростёртыми объятиями, невзирая на все трудности, которые придется преодолеть, чтобы обрести сладостное умиротворение и спокойствие в душе.

КСЕНИЈА НИКИТИНА 10.А



SĀKUMSKOLAS PASĀKUMI MARTĀ, APRĪLĪ, MAIJĀ.

Mācību gads tuvojas noslēgumam. Atskatoties uz šo mēnešu paveikto, secinām, ka tie bija ražīgi mēneši. Ir daudzas padarīts. Labi darbiņi, kas padarīti! 6.martā notika Starptautiskais matemātikas konkurss "Ķengurs – 2023", kurā piedalījās 17767 Latvijas skolu 2.-12.klašu skolēni. Sveicam visus mūsu sākumskolas drosminiekus - nestandarta matemātikas uzdevumu risinātājus! 21.martā "Latvijas skolas soma" ietvaros notika cirka izrāde, kuru apmeklēja 1.-3.klašu skolēni. Izrāde bija lieliska, skolēni priecājās par katru priekšnesumu, kas tika parādīts, un, vēl ilgi pēc tam, savā starpā runāja par to, cik bija interesanti. Savās AS skolēni rakstīja lūgumu vēlreiz uzaicināt cirku pie mums uz skolu. Katras klases ietvaros, aprīlī, notika daudz dažādu klases stundu, kas veltīti Lieldienām, kurās skolēni nostiprināja savas zināšanas par tradīcijām, ticējumiem, tautasdziesmām skatoties dažādus video, prezentācijas un spēlējot viktorīnas. Dizaina un tehnoloģiju stundās mūsu jaunākie ģipari čakli gatavoja Lieldienām - tapa plastilīna un papīra cālēni, krāsotas olas, tapinātas ligzdiņas, veidotas apsveikumu kartiņas. 21.aprīlī Lielā Talka bija skārusi arī sākumskolu. Ar lielāko prieku, un, entuziasmu mazie ģipari tīrija un kopa savas klases telpas, garderobes un skolas

gaitenšus. Dažās klasēs izteica vēlēšanos piedalīties Lielajā Talkā arī vecāki. Sākumsskolas telpas bija tīras, smaržīgas un sakoptas. 24.aprīlī visi sākumskolas pedagogi piedalījās pedagogu streikā, lai panāktu to, kas mums pienākas jau sen. Paldies vecākiem, ka atbalstīja mūs šajā trīs dienu streikā un atrada iespēju pieskatīt savus bērnus. Sagaidot 4.maiju - Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanas dienu, katrā latviešu valodas un klases stundā skolēni mācījās par Latviju, mācījās par Brīvību, mācījās Būt un Ir! Skolēni uzzināja, kas ir «Baltā galdauta svētki». Tika apstrādātas vairākas darba lapas, kas saistītas ar Latviju, noskatītas videofilmas par skaisto un brīvo Latvijas dabu, nodziedātas pazīstamas dziesmas un deklamēti dzejoļi par Latviju. Katrs skolēns varēja izteikt savu viedokli par to, kāpēc viņam ir savarīga Latvija. Tuvojoties Mātes dienai 2. maijā, bija organizēts Mātes dienas koncerts aktu zālē, kur piedalījās arī skolas radošie kolektīvi no sākumsskolas. 20.maijā notika ikgadējā dažādu olimpiāžu godalgoto vietu ieguvēju sumināšanas pasākums. Šogad sveicamo bija īpaši daudz! Pateicības vārdi, dāvaniņas un aplausi saņēma ikviens skolēns, kas bija apbalvojamo

sarakstā. Tas, ko darām papildus, mūs attīsta, spēcina, padara neatņemami bagātākus! Lepojamies ar ikvienu skolēnu, skolotāju, vecāku - tikai vienotā ieinteresētībā mēs varam ko sasniegt! Dažiem skolēniem šoreiz bija iespēja parādīt savus talantus dziedot, dejojot, vingrojot, vai spēlējot kādu mūzikas instrumentu, izpildot savus priekšnesumus par godu visiem uzvarētājiem. Maija beigās visas sākumskolas klases devās visdažādākajās ekskursijās, lai skaisti noslēgtu mācību gadu. Gads bija radošs, dažāds, prieka pilns, interesants un bagāts ar dažādiem notikumiem. Ceram, ka nākamais mācību gads būs vieglāks un radošāks! Sākumskolas skolotāji izsaka lielu paldies par iespēju pedalīties visdažādākajos pasākumos, iesaistot tajos arī mazos ķiparus! Uz tikšanos nākamgad!

**KRISTĪNE DOMBROVSKA-
SĀKUMSKOLAS, LATVIEŠU
VALODAS UN LITERATŪRAS
SKOLOTĀJA.**



Как дела у четверо- классников?

Год проходит к концу, все подводят итоги. У многих год прошёл «ну, как обычно», а для некоторых он был полон приключений, сложных заданий или новых возможностей. Для многих классов это был первый год в начальной, средней, или старшей школы. И если дети постарше уже привыкли к школе, то конечно, для четвёртых классов всё сейчас в новинку. Первый год средней школы сложен, как для учителей, так и для учеников. Как сложился коллектив? А чем они занимались? Давайте узнаем! Наша газета взяла интервью у пары классных учителей четвёртых классов, чтобы узнать, как в их классе дела.

«Этот учебный год был наполнен разными яркими эмоциями и событиями! В этом году у меня появились новые подопечные, теперь уже МОЙ, 4-ц класс. Они такие разные, иногда шумные, иногда болтливые, но в то же время яркие, умные, добрые и ответственные ребята! За год, ребята научились понимать друг друга, дружить, ответственно относиться к своим обязанностям! В целом, у нас сложился добрый и дружный коллектив. Мы вместе посетили познавательную экскурсию в театр им. Чехова, показали свое творческие

KĀ KLĀJAS CETURTKLASNIEKIEM?

Gads tuvojas noslēgumam, un visi steidz izvērtēt rezultātus. Daudziem šis gads ir aizritējis «kā parasti», bet dažiem tas ir bijis piedzīvojumu, izaicinošu uzdevumu vai jaunu iespēju pilns. Daudzām klasēm šis bija pirmais gads sākumskolas, pamatskolas vai vidusskolas klasē. Un, kamēr vecākie bērni jau ir pieraduši pie skolas, protams, ceturtklasniekiem tagad viss ir jauns. Pirmais gads pamatskolā ir grūts gan skolotājiem, gan skolēniem. Kā viņiem klājās? Ko viņi paveica? Uzzināsim! Mūsu avīze sazinājās ar pāris ceturtās klases skolotājiem, lai noskaidrotu, kā klājās viņu klasei.

«Šis mācību gads ir bijis dažādu spilgtu emociju un notikumu pilns! Šogad man ir jauni audzēkņi, tagad jau MANI, 4. c klases audzēkņi. Viņi ir tik dažādi, reizēm trokšņaini, reizēm pļāpīgi, bet tajā pašā laikā spilgti, gudri, laipni un atbildīgi bērni! Gada laikā bērni ir iemācījušies saprast viens otru, draudzēties, būt atbildīgi! Kopumā mēs esam izveidojuši laipnu un draudzīgu kolektīvu. Kopā esam apmeklējuši izglītojošu ekskursiju uz Čehova teātri, parādījuši savas radošās spējas Jaungada izrādē «Cirks», organizējuši interesantas klases stundas un kopā sacentušies boulingā. Patikami, ka bērniem labi

способности в новогоднем представлении «Цирк», вместе организовывали интересные классные часы и состязались в боулинге. Приятно, что ребята отлично проявили себя и олимпиадах по математике и английскому языку. Уверена, что впереди нас ждет еще много ярких событий!»
Мария Валентиновна Шкутане, классный преподаватель 4-ц.

«Второй семестр для 4-го Е класса был большим испытанием в освоении новых навыков по всем предметам, некоторые из них были очень легкими и очень успешными, даже с поездками на олимпиады, а некоторые из них были более сложными, но в целом это был очень успешный семестр для нашего класса, я очень рада тому, насколько умны и талантливы мои дети. Этот семестр также был очень насыщен приключениями: класс сплотился и вместе катался на коньках, а также совершил

veicas matemātikas un angļu valodas olimpiādēs. Esmu pārlicināta, ka priekšā būs vēl daudz spožu pasākumu!»
Marija Škutāne, 4. c klases audzinātāja.

« Otrā semestra mācības 4.e klasei ir bijis lielisks izaicinājums jaunu zināšanu apguvei visos priekšmetos, gāja gan kādam ļoti viegli un ļoti veiksmīgi, arī piedaloties olimpiādēs, gan kādam arī sarežģītāk, bet kopumā ļoti veiksmīgs semestris mūsu klasei, ļoti priecājos, cik gudri un talantīgi ir mani bērni. Šis mācību semestris ir bijis arī ļoti interesantiem piedzīvojumiem bagāts, gan ar klasi kopā saliedējoties un braucot slidot, gan kopīgā pētnieciskā ekskursijā tehno Annas pagrabos. Ceru, ka arī turpmākais attīstības ceļš mūsu klasei būs tikai ar izciliem panākumiem un skaistiem, radošiem un muzikāliem piedzīvojumiem kopā.»
Annamaria Cukure, 4. e



совместную исследовательскую экскурсию в «подвалы Техно Анны». Надеюсь, что и дальнейший путь развития нашего класса будет только с выдающимися достижениями и прекрасными совместными творческими и музыкальными приключениями.»

Аннамария

ре, преподаватель

Цуку-

4-е.

Очень радостно, что год у ребят прошёл хорошо. Большое спасибо учителям, которые откликнулись и поделились впечатлениями! В следующем году уже пятиклассникам будет немного легче, они привыкнут и будут ещё более сплочённым классом.

Ļoti priecājami, ka šis gads bērniem ir pagājis veiksmīgi. Liels paldies skolotājiem, kuri atsaucās un dalījās savos iespaidos! Nākamajā gadā 5. klases skolēniem jau būs nedaudz vieglāk, viņi pieradīs un klase būs vēl saliedētāka.



LIELDIENAS. KAD UN KĀPĒC TĀS SVIN?

Lieldienu svinēšana nav tikai kādas konkrētas kristīgās konfesijas vai kādas atsevišķas reliģijas noteikti svētki, bet gan tradīcija, kuru veidojuši gan reliģiski motīvi, gan kultūru mijiedarbība, gan dabas norises, gan tie visi vienlaikus.

AUGŠĀMCELŠANĀS – KRISTIETĪBAS PAMATS

Lieldienas, kad tiek godināta Jēzus Kristus augšāmcelšanās, ir lielākie svētki kristīgajā pasaulē. Saskaņā ar ticības doktrīnu tikai augšāmcelšanās apliecina Kristu kā pasaules glābēju, kas uzvarējis grēku un nāvi, līdz ar to dodot cerības uz mūžīgo dzīvību saviem sekotājiem. “Ja Kristus nav augšāmcēlies, tad veltīga ir mūsu sludināšana un arī veltīga jūsu ticība,” vēstulē korintiešiem norāda Sv. Pāvils (1 Kor. 15,17).”Nav eiropiskas Latvijas, nav

eiropisku cilvēka tiesību un brīvību. Nav pašas Eiropas un kristīgās civilizācijas. Nav dievnamu un mākslas darbu, nav dievkalpojumu. Nav evaņģēlija, nav piedošanas, ir tikai nesaudzīga bauslība,” aicinot iztēloties pasauli bez Kristus augšāmcelšanās, Lieldienu dievkalpojumā pērn sacīja Latvijas Evaņģēliski luteriskās baznīcas arhibīskaps Jānis Vanags

PAVASARA SAULGRIEŽI UN KALENDĀRA MAIŅA

Jaunajā Derībā nav norādīts precīzs Kristus augšāmcelšanās datums. Ir teikts, ka tā notikusi nedēļas pirmajā dienā, ar ko tika saprasta svētdiena, jūdu Pashā svētku nedēļas izskaņā, skaidro Latvijas Universitātes Teoloģijas fakultātes Baznīcas un reliģiju vēstures katedras docents Andris Priede

Šie svētki, kuros jūdi piemin atbrīvošanos no verdzības Ēģiptē, svinēti, iestājoties pirmajai pilnmēness dienai pēc pavasara ekvinokcijas – brīža, kad diena un nakts ir vienāda garuma, turpmāk dienai kļūstot arvien garākai. Jau kristietības pirmajos gadsimtos radās domstarpības par Kristus augšāmcelšanās datumu. 325. gadā Nikajas koncilā bīskapi noteica, ka Lieldienas jāsvin pirmajā pilnmēness svētdienā pēc pavasara ekvinokcijas iestāšanās, bet, ja tās sakristu ar Pashā svētkiem, tad svinības pārceļamas par vienu mēness ciklu uz priekšu – uz nākamo pilnmēness svētdienu.

Ja Kristus nav augšāmcēlies, tad veltīga ir mūsu sludināšana un arī veltīga jūsu ticība.

Mūsdienās vērojamas atšķirības starp datumu, kad Lieldienas svin Rietumu kristieši, kuriem Latvijā pieder divas lielākās konfesijas – luterāņi un katoļi, kā arī baptisti, un datumu, kad šos svētkus svin lielākā daļa tā dēvēto Austrumu ortodoksālo kristiešu, kuriem piederīgi ir arī Latvijas pareizticīgie

un vecticībnieki, radās līdz ar laika skaitīšanas sistēmas maiņu 16. gadsimtā. Tolaik Pāvesta Gregora XIII uzdevumā iepriekš lietotā Jūlija kalendāra vietā tika pieņemts astronomiski precīzākais Gregora kalendārs. Taču ar tā ieviešanu tika “dzēstas” 10 diennaktis, 20. gadsimta sākumā starpībai sasniedzot jau 13 dienas. Tādēļ vairākas, lielākoties ortodoksālās, konfesijas atteicās pieņemt Gregora kalendāru sakrālo datumu aprēķiniem, paliekot pie Romas imperatora Jūlija Cēzara noteiktās laika skaitīšanas sistēmas.

Tādējādi Rietumu kristieši Kristus augšāmcelšanos svin ne agrāk par 22. martu un ne vēlāk par 25. aprīli. Savukārt lielākā daļa Austrumu pareizticīgo kristiešu šos svētkus svin starp 4. aprīli un 8. maiju. Reizi vairākos gados, kā tas pēdējoreiz notika 2017. gada 16. aprīlī, gan Austrumu, gan Rietumu kristiešiem Lieldienas iekrīt vienā datumā. Latvijā, pieturoties pie Gregora kalendāra, Lieldienas šogad būs svētdien, 21. aprīlī, savukārt pareizticīgie un vecticībnieki tās



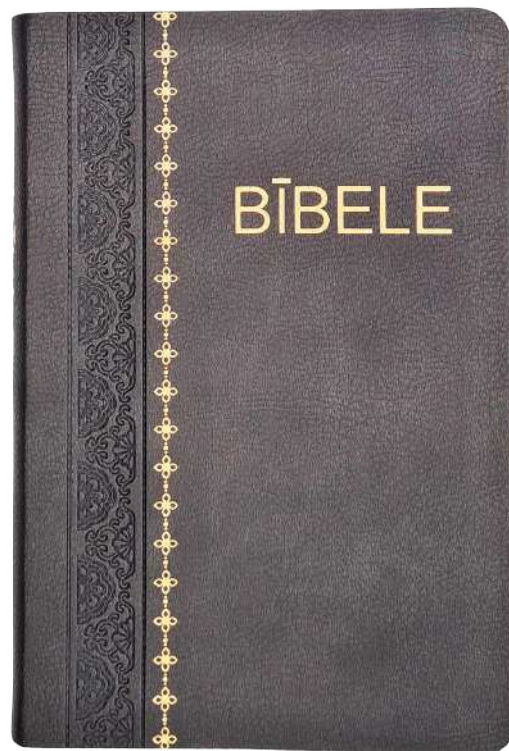
svinēs nedēļu vēlāk – 28. aprīlī. Taču, piemēram, 2013. gadā abu minēto Austrumu konfesiju Lieldienas notika gandrīz mēnesi vēlāk par katoļu un luterāņu Lieldienām. Lieldienu svinēšanas datums ir arī atskaites punkts Vasarsvētku un citu sakrālu datumu noteikšanai kristīgajā baznīcā.

NESVIN, JO NAV PAMATA BĪBELĒ

Taču ir arī sevi pie kristiešiem pieskaitošas reliģiskas kopienas, kuru sekotāji Lieldienas nesvin. Jehovas liecinieki, kuru draudžu locekļu skaits Latvijā saskaņā ar Tieslietu ministrijas 2017. gada datiem sasniedza 2250, uzskata: Lieldienu svinībām nav pamatojuma Bībelē – Jēzus ir devis norādījumu, ka ir jāpiemin viņa nāve, nevis augšāmcelšanās. “Mēs pieminam Kristus nāvi katru gadu viņa nāves gadadienā, vadoties pēc Bībeles lunārā kalendāra,” teikts jehoviešu tīmekļvietnē. Jehovas liecinieki, atzīstot sevi par autentiskiem Bībeles tradīciju ievērotājiem, saskaņā ar Vecajā Derībā lietoto apzīmējumu Dievu sauc par Jehovu un nesvin arī Ziemassvētkus, Lieldienas, Vasarsvētkus, valsts svētkus, cilvēku dzimšanas un vārda dienas, jo uzskata, ka tajos tiek godināti cilvēki, nevis Jehova.

PAVASARA UN AUGLĪBAS SVĒTKI

Lieldienas kā pavasara saulgriežu svētki plaši svinētas pirmskristietiskajā



laikmetā. Lieldienu angļiskā nosaukuma “Easter” izcelsmi saista ar anglosakšu pavasara dievieti Eostru, arī fenīciešu auglības dievieti Astarti. Daudzām tautām ar dabas atmodu saistītā pavasara ekvinokcija bijusi saistīta ar auglības kultu, ko iemieso arī viens no izplatītākajiem Lieldienu simboliem – ola kā jaunas dzīvības nesēja. Latviešiem pagāniskajā tradīcijā Lieldienas jeb Lielās dienas jēgu un saturu izteic pats vārds – diena ir kļuvusi lielāka par nakti. Šo svētku rituāli saistīti ar gaismas un auglības vairošanu, ko izteic arī galvenā Lieldienu izdarība – šūpošanās. Dievturībā Lieldienas ir vieni no tradicionālajiem gadskārtu svētkiem. “Liendienā (pavasara saulstāvjos) tiek sasniegts līdzsvars starp dienas un nakts garumu – gaisma simboliski iznāk no veļu valsts “šai zemē””, teikts Latvijas Dievturu sadraudzes tīmekļvietnē.

PAGĀNISKĀS UN KRISTĪGĀS TRADĪCIJAS PAPILDINA VIENA OTRU

Kristietībai izplatoties, tās rituāli saauguši ar pagāniskajiem, kas ar laiku integrēti kristīgajās tradīcijās, padarot tos tautai saprotamākus, skaidro A. Priede, lēšot, ka pašlaik Latvijā praktizētās Lieldienu tradīcijas veidojušās galvenokārt Livonijas laikā – līdz 16. gadsimta vidum. Populārākais Lieldienu simbols ola, kas daudzu tautu tradicionālajā izpratnē iemieso auglību un jaunas dzīvības rašanos, kristietībā tiek uzlūkots kā cilvēka garīgās atdzimšanas simbols, bet izlaušanās no olas, pārplēšot tās čaumalu, – kā uzvara pār nāvi, ko, augšāmceļoties

no kapa, apliecinājis Kristus. Kā Jēzus augšāmcelšanos iespējams interpretēt arī šūpošanos, atraujoties no zemes un tiecoties augšup. Pagānisko un kristīgo tradīciju saplūsme mūsdienu Lieldienu tradīcijās nebūtu jāuzlūko kā pretruna vai atkāpe no kristietības būtības, jo tās veidojušās kristīgā vidē un papildinājušās viena otru, vērtē teologs, norādot: “Vērtējot tradīciju, svarīgākais ir tas, ar kādu mērķi cilvēks uz to raugās.”

Mūsdienu sabiedrībā Lieldienu, tāpat kā Ziemassvētki, sekularizējas un zaudē savu reliģisko saturu. Arī Latvijā šie svētki bieži vien ir ģimenes svinības, kurās reliģisko tradīciju elementiem ir tikai ārēja, izklaidējoša nozīme.



Чем мы хотели бы заниматься в будущем?

В начале апреля для школьников всей Латвии каждый год проводится Ēnu diena. Это уникальная возможность узнать от представителя какой-либо профессии о его ежедневной рутине, в чем заключаются его задачи и тонкости работы.

Мне очень хочется связать свою жизнь с медициной, поэтому и решил испытать судьбу и записаться на День теней к фельдшеру скорой помощи. Я и друга Артема приобщил, так как он тоже хочет стать врачом, поэтому такая практика нам было как раз кстати.

Когда мы пришли в отделение неотложной медицинской помощи, нас сразу же направили в непонятную комнату, где сидели еще семь испуганных наших сверстников, не знавших, что их ждет.

Вскоре нас позвала женщина в белом халате, которая нудно и не очень интересно рассказала нам про историю и структуру скорой помощи, и мы с Артемом уже подумали, что именно так нам и предстоит провести весь оставшийся день. Но потом пришел Каспар. Он работал врачом на скорой помощи, и сразу же изменились и атмосфера, и наше настроение. Каспар очень позитивный, много шутит, словом, самое то, что надо, чтобы заинтересовать

KO MĒS VĒLĒTOS DARĪT NĀKOTNĒ?

Aprīļa sākumā katru gadu notiek Ēnu diena skolēniem no visas Latvijas. Šī ir unikāla iespēja uzzināt jebkuras profesijas pārstāvja ikdienu, kādi ir viņa uzdevumi un darba nianšes.

Ļoti vēlos savu dzīvi saistīt ar medicīnu, tāpēc nolēmu izmēģināt veiksmi un pierakstīties Ēnu dienai pie ātrās palīdzības feldšeres. Es arī ievilināju savu draugu Artjomu, jo viņš arī vēlas kļūt par ārstu, tāpēc šī prakse mums bija tiešām piemērota.

Ierodoties neatliekamās palīdzības nodaļā, uzreiz tikām novirzīti uz nesaprotamu telpu, kurā sēdēja vēl septiņi izbīļa pilni vienaudži, nezinot, kas viņus sagaida.

Drīz vien mums pievērsās sieviete baltā halātā, kura garlaicīgi un ne pārāk aizraujoši pastāstīja par ātrās palīdzības vēsturi un darba uzbūvi, un mēs ar Artjomu jau domājām, ka tā arī pavadīsim visu atlikušo dienas daļu. Bet tad atnāca Kaspars. Viņš strādā par ātrās palīdzības ārstu, un uzreiz mainījās gan atmosfēra, gan mūsu noskaņojums. Kaspars ir ļoti pozitīvs, daudz joko, vārdu sakot, tieši tas, kas nepieciešams, lai ieinteresētu pusaudžus. Viņš mūs aizveda uz garāžu, kur mēs vispirms iepazināmies ar ātrās palīdzības automašīnas aprīkojumu. Viņš mums iedeva izmēģināt dažādu aprīkojumu

подростков. Он нас повел в гараж, где мы сначала познакомились с внутренним устройством кареты «скорой помощи». Дал нам опробовать разное оборудование - от носилок, кресел для перемещения пациентов, до дефибриллятора и прочей электроники, которой пользуются фельдшеры.

Затем, когда все поняли, что есть в машине, вместе с Каспаром мы пошли в комнату, где проходят курсы первой медицинской помощи для всех желающих. Он нас научил перебинтовывать кисти рук, голову, делать массаж сердца, искусственное дыхание и различные приемы, которые в будущем могут нам помочь спасти человека.

- sākot ar nestuvēm, krēsliem pacientu pārvietošanai, līdz defibrilatoram un citai elektronikai, ko izmanto feldšeri.

Tad, kad visi saprata, kas atrodas mašīnā, kopā ar Kasparu devāmies uz telpu, kur notiek pirmās palīdzības kursi. Viņš mācīja, kā pārsiet rokas un galvu, veikt sirds masāžu, mākslīgo elpināšanu un dažādas metodes, kas var palīdzēt glābt cilvēku nepieciešamības gadījumā.

Četrus stundu laikā, kuras tur pavadījām, uzzinājām ne tikai pirmās palīdzības sniegšanu, bet arī dažādus stāstus no mūsu «ēnas devēja»: kā viņam radās ideja strādāt ātrās palīdzības mašīnā, ar kādām grūtībām ikdienā saskaras un stāstus par neparastiem pacientiem.



За четыре часа что мы находились там, мы узнали не только как оказывать первую помощь, но и различные истории от нашего «гида»: как он пришел к идее работать на «скорой», с какими трудностями он сталкивается каждый день и рассказы о необычных пациентах.

Несмотря на то, что все было довольно затянуто, мы все равно остались довольны, а также еще раз убедились в том, что медицина — это действительно то, чем мы хотели бы заниматься в будущем.

Neņemot vērā to, ka viss bija diezgan laikietilpīgi, mēs joprojām bijām apmierināti, kā arī vēlreiz pārlicinājāmies, ka medicīna patiešām ir tas, ar ko mēs vēlētos nodarboties nākotnē.

6. APRĪLIS

ĒNU DIENA NMPD

Rīgā, Ventspilī, Kuldīgā, Liepājā,
Jelgavā, Jēkabpilī, Daugavpilī, Cēsīs,
Valmierā, Rēzeknē, Gulbenē, Madonā

Pieteikšanās: www.enudiena.lv



Pievienojies

Ēnu dienai NMPD

ROMANS DUMEŠS 10.C

REIZ SAEIMĀ JEB «ĒNU DIENA»

Ikkatru gadu 5. aprīlī visā Latvijā notiek neparasts pasākums «Ēnu diena». Šinī īpatnējā dienā katram Latvijas skolēnam ir ekskluzīva iespēja «ēnot» jebkuru amatu. Tas veicina skolēnu nākotnesprofesijaspareizoizvēli, ieraugot to no iekšpusēs. Ir iespēja iepazīties ar profesijas niansēm, kā arī uzdot interesējošus jautājumus profesionāļiem savā darbā un uz vietas saņemt atbildi.

Šogad es arī nolēmu piedalīties šajā pasākumā. Bieži vien skolēni ilgi domā, kuru amatu gribētu «ēnot». Man tādas problēmas nebija, es jau no sākuma zināju, ka iešu uz Saeimu. Neliels fragments no manas motivācijas vēstules: «Pēdējo gadu, es ļoti aktīvi sekoju līdz tam kas notiek Latvijas politikā, kā arī piedalos projektā

«Adoptē deputātu!», lai iedziļinātos politikā, jo gribu saistīt savu nākotnes profesiju vai nu ar politiku, vai ar jurisprudenci.» Gan projektam «Adoptē deputātu!», gan «Ēnu dienai» es izvēlējos vienu un to pašu deputātu Alekseju Rošļikovu no partijas «Stabilitātei!».

Šeit es nestāstīšu ne par saviem poliskajiem uzskatiem, bet par pasākuma norisi gan.

Pēc plāna diena Saeimā sākās plkst. 8.30. Pusotru stundu bija reģistrācija, pēc tam mēs devāmies uz sēžu zāli, kur bija iespēja ar savām acīm ieraudzīt, kā notiek sēde, kā deputāti debatē vai arī kā daži deputāti vienkārši sēž telefonā vai datorā un neko nedara. Pēc tam mēs aizveda devāmies ekskursijā pa Saeimu, uz “Sarkano zāli”, kur notiek dažādu



komisiju sēdes, Saeimas muzeju ar dažādām dāvanām no citām valstīm un bibliotēku. Bibliotēkā mums pastāstīja, kādas grāmatas šeit ir, respektīvi, par politiku, vēsturi un jurisprudenci. Parādīja “Valsts vēstnesi” drukātā formātā. Tagad šī avīze ir elektroniskā formātā “Latvijas Vēstnesī”, bet līdz kādam brīdim tā bija drukātā formātā, kur tika drukāti visi pieņemtie lēmumi un Saeimas jaunumi. Klāstīja arī par juristu avīzi “Jurista Vārds”, kura, ja es nemaldos, ir pieejama gan papīra formātā, gan e-formātā. Šinī avīzē pauž savu viedokli Latvijas labākie juristi. Pēc ekskursijas mēs atgriezāmies sēžu zālē, kur turpinājām vērot deputāta darbu. Pārtraukumos starp sēdēm mēs kopā ar deputātiem devāmies uz viņu frakciju, kur bija iespēja baudīt dažādas uzkodas, padzerties un aprunāties ar deputātiem. Pulksten 13.00 mēs atkal bijām sēžu zālē, bet jau deputātu vietās un klausījāmies Saeimas priekšsēdētāja Smiltēna kunga uzrunu deputātu ēnām. Viņš pastāstīja par darba kārtību, par to, kā izkārtotas politiskās partijas zālē, ka atkarībā no partijas uzskatiem (viņi ir kreisie, vai labie, vai centristi), tās tiek nosēdinātas centrā, kreisajā vai attiecīgi labajā pusē. Kad mēs atkal nonācām frakcijā, Rošļikova kungs pateica, ka šī sistēma par partijas novietojumu nestrādā, jo, piemēram, partija “Stabilitātei!” ir centriskā partija, bet viņi sēž kreisajā pusē, un vietas galvenokārt bija izvēlētas pēc skaistuma un ērtuma.

Gribētu, vēl pastāstīt par, jocīgiem momentiem Saeimas sēdē. Kad pieņēma grozījumus likumprojektam par obligāto militāro dienestu, deputāts Zivtiņš visu laiku gāja debatēt, kad izgāja referents uz tribīnes, izlasīja grozījumu, Zivtiņš jau gāja debatēs, pārsvarā viņš bija vienīgais, kurš gribēja izteikties, reti pieslēdzās arī citi deputāti. Kad bijām pārtraukumā, frakcijā, deputāti teica, ka Zivtiņam jādzīvo pie tribīnes, lai nav jāskrien, jo patiešām referents tikko izlasīja, Zivtiņš jau skrien debatēt. Šādi viņš skrēja vairākos grozījumos. Kopumā bija ap 50 grozījumiem, ko Saeima apskatīja. Bija arī tāda situācija, ka deputāts gāja uz tribīni iebilst, ka tā nedrīkst, esmu pret, bet atbalstīšu šo likumu vai arī vienkārši saka, ka viņš ir pret, bet pēc tam balsošanas rezultātos, balsu sektorā, kas ir redzams tikai sēžu zālē sēdošiem, es redzēju, ka viņš nobalsoja par...

Gribu pateikt partijas “Stabilitātei!” komandai milzīgu paldies par lielisku pieredzi un iespēju izjust deputāta dienu pilnā apjomā, bija ļoti interesanti un aizraujoši vērot, klausīties un skatīties, kā notiek darbs Saeimā. Atgādināšu, ka Saeimas sēdes var vērot tiešraidē vietnē <https://www.saeima.lv/>, spiežot uz pogu “Saeimas sēde”, nodaļā “Video un audio translācijas” jāuzspiež uz pogu “Vairāk->” un tur būs pieejama tiešraide, kā arī sēžu videoarhīvs kopš 9. Saeimas. Avīze “Jurista Vārds”: <https://juristavards.lv/>.

ARTURS ZAMEROVSKIS 10.A

ĒNU DIENA RĪGAS AUSTRUMU KLĪNISKAJĀ UNIVERSITĀTES SLIMNĪCĀ

Ēnu diena 2023. gadā norisinājās 5. aprīlī. Ēnotāji tika aicināti doties ēnot Ēnu devējus klātienē. Man, 10. klases skolniecei, šogad izdevās tikt Rīgas klīniskajā universitātes slimnīcā un pamēģināt sevi biomedicīnas laboranta lomā.

Es domāju, ka daudzi jau ir dzirdējuši par šo pasākumu skolā, no draugiem vai ir redzējuši reklāmu, tomēr es gribētu vēl nedaudz par to pastāstīt. Kas tad ir Ēnu diena? Ēnu diena ir pasaulē atpazīstama un atzīta karjeras izglītības programma 1.-12. klašu skolēniem, kuras laikā skolēni apmeklē kādu darba vietu un vēro interesējošās

profesijas pārstāvja darba ikdienu. Ēnu dienas mērķis ir iepazīstināt skolēnus ar dažādu profesiju un nozaru prasībām, lai palīdzētu jauniešiem izvēlēties profesiju un atbilstoši sagatavotos darba tirgum.

Savu Ēnu dienu pavadīju Rīgas Austrumu klīniskajā universitātes slimnīcā. Dienas sākumā visi ēnotāji bija sapulcējušies vienā konferenču zālē, kur mums stāstīja par ārsta profesijas grūtībām un ikdienu. Pēc visiem stāstiem es biju pilna ar emocijām un pārliecību, ka savu dzīvi gribu saistīt ar medicīnas jomu. Pēc “konferences” katrs Ēnu devējs nosauca savu ēnotāju vārdus, tad sākās visaizraujošākā daļa.



Kad iepazīstinājāmie ar savu Ēnu devēju, mūs uzaicināja uz analīžu pieņemšanas kabinetu, kur pēc pacienta atļaujas redzējām asins ņemšanas procesu. Pēc tam aizgājām uz pašu slimnīcas laboratoriju. Tur uzzinājām daudzas nianšes un atbildes uz jautājumiem, kuri jau ilgi mūs mocīja. Ēnu dienas laikā izgājām visas asins analizēšanas stadijas no asins ņemšanas līdz jau gatavu rezultātu aizsūtīšanas. Visinteresantāk bija vērot patoloģiju piemērus un baktēriju augšanu.

Viena no Ēnu dienas unikālām opcijām ir iespējama runāšana ar speciālistiem, kuri jau visu savu mūžu strādā šajā jomā. Ārsti stāstīja, ka medicīnas sfēra ļoti strauji attīstās, iespēju daudzums ir milzīgs. Biju pārsteigta, kad speciāliste stāstīja, ka viņas prakses sākumā asins ņemšanas laikā māsa vienu adatu varēja izmantot daudzas reizes, kas mūsdienās ir nepieņemami un ir stingri aizliegts.

Mūsdienu pasaulē iespēju skaits ir tik liels, ka ir grūti izvēlēties, kur vēlies strādāt, kur gribi dzīvot un studēt. Tieši man Ēnu diena palīdzēja saprast, ka nebaidos no ilgiem studiju gadiem medicīnas universitātē, jo, skatoties uz visiem ārstiem, kuri mani mierināja un teica, kamācības ir ļoti viegli apvienojamas ar savas ģimenes veidošanu un citām interesēm, secināju, ka medicīna mani aizrauj, gribu pamēģināt nebaidīties no kļūdām un palīdzēt cilvēkiem.

Manuprāt, Ēnu diena ir lieliska iespēja uzzināt kaut ko

jaunu par profesiju, ar kuru nākotnē gribētu saistīt savu dzīvi, kā arī satikt jaunus cilvēkus, kuru intereses ir līdzīgas jūsu pašām. Kamēr mums, skolēniem, vēl ir laiks, ir jāmēģina, jāskatās, jāpēta, jākomunicē un ne no kā nav jābaidās!

VIKTORIJA PRIKULE 10.C

На один день стать “тенью”

В апреле 2023 года я приняла участие в программе карьерного образования Junior Achievement для школьников 1-12 классов - День теней. В рамках этого проекта ученики со всей Латвии имеют возможность на один день стать “тенью” работника интересующей их компании и узнать все детали. Это популярная и всемирно известная активность для подростков, и я тоже решила попробовать себя в этом.

На данный момент я учусь в 10 классе по программе хим-био, так что мой выбор пал на компанию и должность, которые соответствуют моему образованию. Я остановилась на ведущем производителе лекарственных препаратов в Латвии – компании “AS Grindeks”. Из четырёх предложенных на сайте работников я выбрала “Zāļu reģistrācijas speciālists, поскольку меня привлекает работа в бухгалтерии. Участие в проекте происходит в несколько этапов.

Сначала все участники пишут мотивационное письмо или же просто “motivāciju” - рассказ о себе; объясние, почему именно эта должность была выбрана; как эта профессия может быть полезна лично тебе. Письмо должно быть информативным, но в то же время

IESPĒJA KĻŪT PAR “ĒNU”

2023. gada aprīlī es piedalījos karjeras izglītības programmā “Junior Achievement” 1.-12. klašu skolēniem - “Ēnu dienas”. Šīs programmas ietvaros skolēniem visā Latvijā ir iespēja kļūt par “ēnu” jebkuram darbiniekam interesējošajā nozarē, un uzzināt vairāk par liela vai maza uzņēmuma darba niansēm. Šī aktivitāte pusaudžu vidū ir plaši izplatīta visā pasaulē un diezgan populāra, tāpēc arī es nolēmu pamēģināt.

Šobrīd es mācos 10. klasē ķīmijas un bioloģijas programmā, tāpēc, kā interesējošo darba vietu izvēlējos vienu no Latvijas lielākajiem zāļu ražotājiem - kompāniju “AS Grindeks”. No četriem interneta vietnē piedāvātajiem amatiem es izvēlējos “Zāļu reģistrācijas speciālists”, jo mani piesaista darbs gramatvedībā. Piedalīšanās projektā notiek dažos posmos.

Vispirms visi dalībnieki raksta motivācijas vēstuli jeb “motivāciju” – nelielo stāstu par sevi, kurā iekļauj pamatojumu, kāpēc tieši šis amats tika izvēlēts, kā šī profesija var būt lietderīga personīgi tev. Vēstulei ir jābūt informatīvai, bet tajā pašā laikā īsai, kā nelielam priekšstatam par tevi “darba devējam”.

Nākamais solis – tā ir iekļaušanās šo vēstuļu pieņemšanas termiņos. Tās tika organizēts trīs posmos: katrs

коротким, как небольшое представление самого себя “нанимателю”.

Следующий шаг — это попасть в сроки принятия этих писем. Оно происходило в три этапа: каждый период принятия длился три дня, между ними четыре дня перерыва. Если подаешь письмо на одну должность в первый этап, и его не принимают, можно подать в следующий раз, но уже на другую профессию.

Честно признаться, я не сразу разобралась. К тому же я была уверена, что моё письмо не одобряют, так как оно было написано в спешке, к самому последнему, третьему этапу конкурса. Изначально у меня вообще не было желания участвовать, но меня убедил папа – хотя бы попробовать. Каково же было моё удивление, когда мне пришло официальное письмо из “AS Grindeks” о моём утверждении: было очень волнительно.

pieņemšanas periods ilgst trīs dienas, starp tiem četru dienu pārtraukums. Ja sniedz vēstuli uz vienu amatu, un to nepieņem, var iesniegt to nākamajā reizē, bet jau citā profesijā.

Godīgi sakot, uzreiz nebiju sapratusi, kā pareizi rīkoties. Turklāt, es biju pārlicināta, ka manu vēstuli nepieņems, jo tā bija uzrakstīta steigā, un iesūtīta pēdējā - trešajā pieņemšanas posmā. Sākotnēji vispār nebija vēlmes piedalīties, bet mani pārlicināja tētis, ieteica vismaz pamēģināt. Kāds bija mans pārsteigums, kad atnāca oficiāla vēstule no “AS Grindeks” ar apstiprinājumu: tas bija ļoti aizraujoši.

Ieskatīsimies 5. aprīlī – “Ēnu dienā”, visā Latvijā. No paša rīta es devos uz Krustpils ielu 53 «AS Grindeks». Sakumā jutos nedroši, bet tikai līdz brīdim, kad satiku Ilzi – šī projekta koordinatore uzņēmumā, tieši viņa atsūtīja man e-pastu ar ziņu. Izņemot



Переместимся в 5 апреля – День теней во всей Латвии. С самого утра я поехала по адресу, указанному на сайте: Krustpils iela 53 “AS Grindek”. Сначала было страшно, пока я не встретила Илзе – ведущего координатора этого проекта на данном предприятии, как раз она прислала мне письмо с новостью. Кроме меня было ещё шестеро участников из разных школ Риги, однако мне не удалось ни с кем близко познакомиться. После небольшой вступительной беседы с Илзе нас всех отвели к работникам, с которыми мы работали.

День был очень насыщенным – я увидела весь процесс регистрации лекарств от А до Я. “Zāļu reģistrācijas speciālists” это лишь обозначение специальности, но в реальности там работает не один человек, а целый отдел. Первый из них работает с базой данных, составляет протоколы и документы. Второй работает с упаковкой – мне даже удалось собрать бумажный макет одной из коробок для таблеток. Ну а третий познакомил меня с описанием всех химических и физических реакций в процессе создания лекарств. В завершение дня нас повели на производство, показали реакторы.

Позже про нашу команду из семи человек даже написали небольшой пост на официальном аккаунте “AS Grindeks” в социальной сети “LinkedIn”:

mani, tur bija vēl seši dalībnieki no dažādām Rīgas skolām, diemžēl man neizdevās ar nevienu iepazīties. Pēc neilgas ievadsarunas ar Ilzi, mūs aizveda pie darbiniekiem, kurus mēs “ēnojām”.

Diena bija iespaidu pilna – es ieraudzīju visu zāļu reģistrācijas procesu no paša sākuma līdz beigām. Izrādās, «Zāļu reģistrācijas speciālists» - tas ir tikai profesijas apzīmējums, īstenībā tur strādā nevis viens cilvēks, bet vesela nodaļa. Viens apstrādā datu bāzi, veido dokumentus un protokolus. Cits strādā ar iepakojumu - man pat izdevās salikt papīra modeli tablešu paciņai. Savukārt, trešais iepazīstināja mani ar visu ķīmisko un fizikālo reakciju aprakstu zāļu veidošanas procesā. Dienas nobeidumā mūs aizveda paskatīties ražošanas procesu, parādīja reaktorus.

Vēlāk par mūsu septiņu skolēnu komandu pat uzrakstīja nelielu ziņu “AS Grindeks” oficiālajā kontā - sociālajā tīklā «LinkedIn»:

“5. aprīlī visā Latvijā norisinājās Ēnu diena, un pie mums, Grindekā arī viesojās 7 ēnotāji. Viens ēnotājs tika iepazīstināts ar produktu mārketinga stratēģijas vadītājas darbu, viens ēnoja Komunikācijas departamentā, 4 sekoja līdzī ķīmiķa-analītiķa darbam, savukārt viens pavadīja dienu kopā ar Reģistrācijas nodaļu.

Grindeks darbinieki atzīst, ka skolēni ir bijuši ieinteresēti izzināt darbu uzņēmumā un aktīvi iesaistījušies piedāvātajās aktivitātēs.”

“5 апреля по всей Латвии прошел День теней, и 7 «теней» также посетили нас в «Grindeks». Одна «тень» была ознакомлена с работой менеджера по маркетинговой стратегии продукта, одна посетила отдел коммуникаций, четверо следили за работой химика-аналитика, в то время как одна провела день в отделе регистрации.

Сотрудники Grindeks признаются, что учащимся было интересно узнать о работе в компании и они активно участвовали в предлагаемых активностях.”

Для меня это был очень ценный опыт, так как я смогла полностью оценить, насколько мои знания и умения подходят для подобной работы. Главный вывод этого дня такой: работать в компании намного труднее учебы в школе. Несмотря на усталость, я продуктивно провела день, вышла из зоны комфорта. Хочу выразить благодарность команде “AS Grindeks” за такое подготовленное и познавательное мероприятие.

Es ieguvu ļoti vērtīgu pieredzi, jo man bija iespēja pilnvērtīgi izvērtēt, cik labi es varu būt piemērota līdzīgam darbam. Šīs dienas galvenais secinājums ir tāds: strādāt uzņēmumā ir daudz grūtāk nekā mācīties skolā, lai arī sākumā var likties, ka ir otrādi. Neņemot vērā nogurumu, es produktīvi pavadīju laiku, “izkāpu” no savas komforta zonas. Gribu izteikt pateicību “AS Grindeks” komandai par labi sagatavotu un informatīvu pasākumu.

DARJA BAKŠA

KĀ SAGATAVOTIES EKSĀMENIEM?

Viens no veidiem, kā sagatavoties eksāmenam, ir apskatīt un izpildīt iepriekšējo gadu eksāmenu uzdevumus. Tāda veidā tu varēsi aktīvāk atkārtot mācību vielu, labāk sapratīsi eksāmena formātu, uzdevumu formulējumus un vērtēšanas kritērijus.

Katram eksāmenam ir sava noteikta uzbūve, ar kuru tu vari iepazīties VISC mājaslapā. Valsts pārbaudes darbu programmā tu atradīsi informāciju par eksāmena darba daļu īpatsvaru un izpildei paredzēto laiku, mācību saturu un uzdevumu veidiem. Zināšanas par izdevumu veidiem palīdzēs tev izvēlēties uzdevuma veikšanai piemērotākās stratēģijas.

kas ļaus ātrāk un pārliecinošāk izpildīt uzdevumu.

Pildot eksāmena daļas, pārbaudi, vai tu vari iekļauties

tam paredzētajā laikā. Ja no sākuma tev tas nav izdevies, izvērtē, vai tev nav jāmaina laika plānošanas stratēģijas:

- sāc ar tev vieglākiem uzdevumiem, izpildi tos, par kuriem esi pārliecināts. Ja esi aizķēries pie jautājuma, izvēlies atbildi, kura tev šķiet pareiza, atzīmē jautājumu un atgriezies pie tā vēlāk. Tas palīdzēt tev neizlaist kādu jautājumu, kura atbildi tu zini, bet kuram tev var nepietikt laika. Plāno laiku tā, lai tev būtu iespēja vēlreiz pārskatīt savas atbildes pirms atbilžu lapas aizpildīšanas vai darba lapas nodošanas.

- ja eksāmenā tev jāraksta eseja, atvēli laiku tās plānošanai. Tas tev palīdzēs atlasīt nepieciešamos faktus un argumentus un sakārtot materiālu, kas ļaus ātrāk un pārliecinošāk izpildīt uzdevumu.



Valsts izglītības
satura centrs

Valsts pārbaudes darbi
2022./2023. mācību gads

PILDOT UZDEVUMUS:

- rūpīgi lasi katru jautājumu un pārlicinies, ka esi sapratis uzdevumu nosacījumus. Kas tev jāizdara? Pievērs uzmanību nepieciešamām darbībām. Vai tev jāieraksta vai jāapvelk pareiza atbilde? Vai tev jāuzskata fakti, jāargumentē savs viedoklis, kaut kas jāpaskaidro vai jāizrēķina? Uzdevumā pasvītro atslēgvārdus. Tas tev palīdzēs labāk saprast, kas tev jāiekļauj savā atbildē – vai tev jāsniedz īsa vai izvērsta atbilde. Kad tu esi izpildījis uzdevumu, atgriezies pie nosacījumiem un pārbaudi, vai tu esi visu ievērojis.
- viena no stratēģijām, kura tev palīdzēs novērtēt savas prasmes un zināšanas, ir sadalīt eksāmena jautājumus trīs grupās: jautājums, par kuru pareizo atbildi es esmu pārlicināts; jautājums, uz kuru es varu atbildēt, bet neesmu pārlicināts par pareizo atbildi; jautājums, uz kuru es nevaru atbildēt. Tas varētu būt noderīgi, lai identificētu tēmas vai uzdevumu veidus, kuriem tev jāpievērš īpaša uzmanība un jāvelta papildus laiks.
- salīdzini savas atbildes ar pareizajām atbildēm (tos varēsi saņemt no sava skolotāja). Vai tu esi sniedzis pareizas atbildes jautājumos, par kuriem juties drošs? Vai tomēr ir tēmas, kuras būt jāatkārto? Vai tu esi pareizi atbildējis uz jautājumu, par kuru bijī mazāk pārlicināts? Varbūt tu esi pa zemu novērtējis savas zināšanas, un jautājums nav nemaz tik grūts?
- rūpīgi izanalizē jautājumus, kuros

tu esi kļūdijies vai nevarēji atbildēt. Izmanto kļūdas kā mācīšanas iespēju. Noteic, kādas zināšanas, prasmes un stratēģijas ir nepieciešamas, lai tu varētu pareizi atbildēt uz šo jautājumu.

VISC mājaslapā tu arī atradīsi eksāmenu vērtēšanas kritērijus, kurus tu vari izmantot pašvērtējumam. Vērtēšanas kritēriji palīdzēs tev labāk saprast, ko tieši no tevis sagaida katrā eksāmena daļā un kā vērtēs tavu sniegumu. Metodisko materiālu sadaļā atradīsi dažu iepriekšējo gadu eksāmenu rezultātu un tipisko kļūdu analīzi, ka arī ieteikumus.

Īsa instrukcija:

Tu pats vari modelēt eksāmena situāciju:

- atrodi vietu, kurā tev neviens netraucēs;
- sagatavo tikai tos palīglīdzekļus, kurus atļauts izmantot eksāmena laikā (skaties eksāmena programmu);
- sagatavo pulksteni vai taimeri, kas palīdzēs tev sekot līdzi izpildes laikam;
- izpildi eksāmenu, rūpīgi lasot un ievērojot uzdevumu nosacījumus;
- katra eksāmena daļas izpildē arī plāno laiku, lai tu varētu pārlasīt savas atbildes;
- novērtē savu darbu, izmantojot atbildes un vērtēšanas kritērijus;
- analizē jautājumus un daļas, kuru rezultāts tevi neapmierina;
- pārdomā, ko tu varētu darīt, lai pilnveidotu savas zināšanas un prasmes.

VALSTS PĀRBAUDES DARBU GRAFIKS 9. KLASĒM

2022./2023. m.g. centralizētie eksāmeni notiek vienā svešvalodā pēc izglītojamā izvēles (kombinēti), latviešu valodā (kombinēti) un matemātikā (rakstiski).

Mācību priekšmets	Rakstu daļa	Mutvārdu daļa
Matemātika	6. jūnijā	-
Latviešu valoda	29. maijā	29., 30. maijā, 1. un 2. jūnijā
Angļu valoda	24. maijā	24., 25. un 26. maijā
Vācu valoda	24. maijā	24. un 25. maijā
Franču valoda	24. maijā	24. un 25. maijā




Izglītojamiem, kuri attaisnojošu iemeslu dēļ nevar kārtot eksāmenus noteiktajā laikā, centralizētie eksāmeni notiek šādos datumos:

Mācību priekšmets	Rakstu daļa	Mutvārdu daļa
Matemātika	14. jūnijā	-
Latviešu valoda	12. jūnijā	12. jūnijā
Angļu valoda, vācu valoda vai franču valoda	16. jūnijā	16. jūnijā

VALSTS PĀRBAUDES DARBU GRAFIKS VIDUSSKOLĒNIEM

Mācību priekšmets	Rakstu daļa	Mutvārdu daļa
Matemātika		
Optimālais mācību satura apguves līmenis	1. jūnijā	-
Augstākais mācību satura apguves līmenis (1. un 2. daļa)	1. jūnijā	-
Augstākais mācību satura apguves līmenis (3. un 4. daļa)	2. jūnijā	-
Latviešu valoda		
Optimālais mācību satura apguves līmenis	15. maijā	7., 8. un 9. jūnijā
Augstākais mācību satura apguves līmenis	15. maijā	-

Angļu valodā		
Optimālais mācību satura apguves līmenis	5. jūnijā	5., 6. un 7. jūnijā
Augstākais mācību satura apguves līmenis	5. jūnijā	7., 8. jūnijā
Franču valoda		
Optimālais mācību satura apguves līmenis	6. jūnijā	6. jūnijā
Vācu valoda		
Optimālais mācību satura apguves līmenis	8. jūnijā	8. jūnijā
Augstākais mācību satura apguves līmenis	8. jūnijā	8. jūnijā
Krievu valoda		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	9. jūnijā	9. jūnijā
Vēsture		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	19. jūnijā	-
Bioloģija		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	12. jūnijā	13. jūnijā
Fizika		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	15. jūnijā	16. jūnijā
Ķīmija		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	25. maijā	26. maijā
Programmēšana		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	17. maijā	-
Sociālās zinātnes		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	19. maijā	-
Ģeogrāfija		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	22. maijā	23. maijā
Dizains un tehnoloģijas		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	29. maijā	-
Kultūra un māksla		
Augstākais mācību satura apguves līmenis	14. jūnijā	-

 Izglītojamiem, kuri attaisnojošu iemeslu dēļ nevar kārtot eksāmenus noteiktajā laikā, centralizētie eksāmeni notiek šādos datumos:

MATEMĀTIKĀ

- Optimālais mācību satura apguves līmenis - 29. jūnijā.
- Augstākais mācību satura apguves līmenis, 1. un 2. daļa - 29. jūnijā.
- Augstākais mācību satura apguves līmenis, 3. un 4. daļa - 30. jūnijā.

LATVIEŠU VALODĀ

- Augstākais vai optimālais mācību satura apguves līmenis - 26. jūnijā.

VIENĀ SVEŠVALODĀ

- Angļu, vācu vai franču valodā (optimālais vai augstākais mācību satura apguves līmenis) - 20. jūnijā.
- Krievu valodā (augstākais mācību satura apguves līmenis - 20. jūnijā.
- Svešvalodā (vācu, franču vai krievu, ja izglītojamam nepieciešams kārtot eksāmenu 2 svešvalodās) - 11. jūlijā.

PROGRAMMĒŠANĀ - 21. jūnijā.

BIOLOĢIJĀ - 22. jūnijā.

DIZAINĀ UN TEHNOLOĢIJĀS - 27. jūnijā.

SOCIĀLĀS ZINĀTNĒS - 28. jūnijā.

VĒSTURĒ - 3. jūlijā.

ĶĪMIJĀ - 4. jūlijā.

KULTŪRĀ UN MĀKSLĀ - 5. jūlijā.

FIZIKĀ - 6. jūlijā.

GEOGRĀFIJĀ - 7. jūlijā.

SKOLAS VECUMA BĒRNS UN STRESS - PAZĪMES UN IETEIKUMI TĀ MAZINĀŠANAI

Pēdējā laikā jūsu bērns aizvien sūdzas par sāpēm vēderā, bieži vien viņai vairs nav nekāda prieka, viņa negrib ēst - pat ne iemīļoto frikadeļu zupu un gandrīz katru otro vakaru viņai ir grūti iemigt? Ārsts jau ir konstatējis, ka slims viņš nav. Bet kas tad īsti notiek? Tas ir stress. Vasaras brīvlaiks ir īstais laiks, lai pirms skolas gaitu uzsākšanas vai atsākšanas dzīves ritmu mainītu. Padomus sniedz Labklājības ministrijas speciālisti.

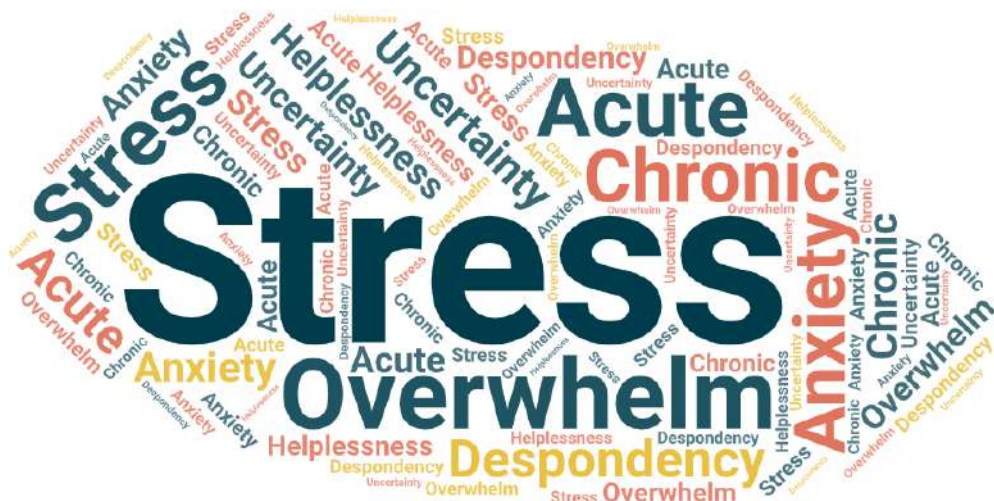
«Bērnām ir stresa simptomi,» tāda ir atbilde. Ne tikai pieaugušie, bet jau arī skolēni cieš no stresa. Un viņiem ar to tikt galā ir vēl grūtāk, jo viņi vēl īsti nezina, kā viņiem to pārvarēt. Tāpēc šī vecuma bērniem ir nepieciešama vecāku palīdzība.

Ja jums ir aizdomas, ka bērns izjūt spriedzi, vispirms padomājiet, kāds varētu būt tās iemesls: vai bērns skolā jūtas noslogots vai viņu satrauc tas, ka viņš nespēs piepildīt vecāku

vai skolotāju gaidas? Vai viņam ir problēmas ar citiem skolēniem vai arī varbūt viņš bieži tiek ķircināts? Vai viņam ir sajūta, ka viņš tiek apspiests un viņam pastāvīgi jāpakļaujas? Vai ģimenē valda spriedze vai ir konflikti? Vai ir problēmas ar brāļiem vai māsām? Varbūt viņam ir bail, ka vecāki viņu vairs nemīl? Varbūt viņa brīvais laiks ir pārāk aizpildīts vai arī viņam ir pārāk daudz mūzikas stundu vai sporta nodarbību?

STUNDU DIENĀ - BĒRNAM ĻAUJ PILNĪGU BRĪVĪBU

Ja paliek pārāk maz laika, lai izskraidītos un atslābinātos, tad «stundu plāns» jāpadara brīvāks. Sākumskolas vecuma bērniem katru dienu ir nepieciešama vismaz viena stunda, kurā viņi var darīt visu, ko grib. Izņēmumi ir televīzijas skatīšanās un datorspēles, jo šīs lietas atpūtai nav piemērotas.



Iztrakošanās svaigā gaisā ir ne tikai veselīga, bet arī palīdz atbrīvoties no stresa. Palīdziet bērnam labāk sadalīt laiku un apzināti ieviesiet «atpūtas pauzes», kurās drīkst aizmirst par visām problēmām.

Ja skolā vai saistībā ar to ir problēmas, bieži palīdzēs kaut vai tikai sarunas un liels atbalsts. Sniedziet bērnam pārlicību, ka viņš vienmēr tiks mīlēts un pieņemts, pat ja skolā kādreiz neklāsies tik labi.

Izrādiet līdzjūtību, ja pirms kontroldarba bērns sūdzas par vēdersāpēm. Pastāstiet viņam, kā jums gāja pirms pārbaudes darbiem un kas palīdzēja. Bērnam jāsaprot, ka arī neveiksmju gadījumos pasaule nesabrūk. Ja bērns ir ļoti godkārīgs, centieties nomierināt viņu. Padomājiet kopā ar bērnu, kā labāk izturēties pret klasesbiedriem. Uzmundriniet viņu un palīdziet viņam kļūt pašapzinīgākam un attīstīt pašpārlicību.

KĀPĒC NO STRESA JĀTIEK VAĻĀ

Hronisks stress bērniem var izraisīt nepatīkamas sekas - imūnsistēmas novājināšanos vai pat lēnāku augšanu, tāpēc bērnam jāiemācās atbrīvoties no stresa. Kā jau audzināšanā kopumā, arī šajā situācijā palīdz vecāku paraugs. Jūs varat bērnam paskaidrot: «Šodien tiešām bija ļoti sasprindzināta diena. Kad tagad jau beidzot sēžu uz dīvāna, es vairs neko nedomāju un atslābinos.» Vai arī: «Kad man šķiet, ka vairs

nespēju tikt galā ar darbu, es uz īsu brīdi izeju no biroja, izstaipos, dziļi ieelpoju un domāju par kaut ko skaistu».

Atverieties, ka stress ir novērojams arī mazajiem skolēniem. Daudz kustību, dažādu interešu saskaņošana, mīlestības pilna attieksme un konsekventi veselīgs uzturs var novērst iespējamās saslimšanas.

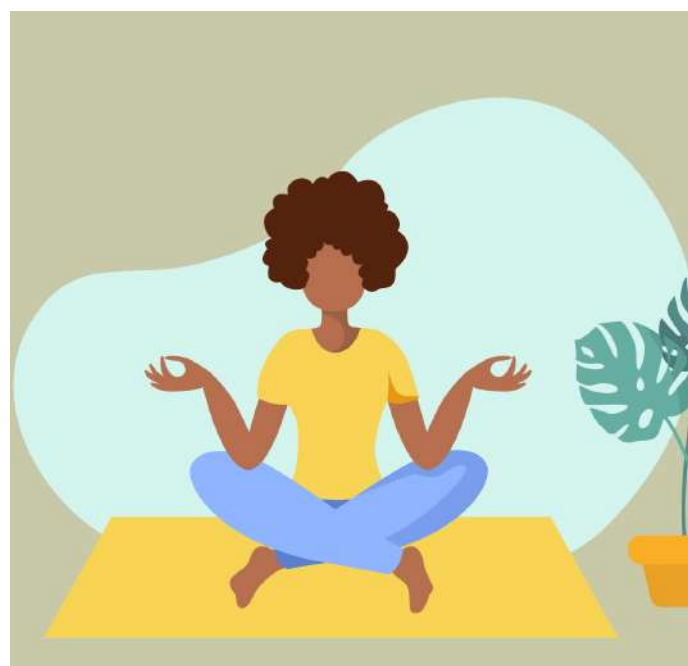
KĀ RĪTUS PADARĪT «VIEGLĀKUS»

Viss, kas tiek veikts vakarpusē, piemēram, galda uzklāšana vai somas sakārtošana, ietaupa laiku no rīta;

Ja bērns no rīta nespēj neko ieēst, būtu jāizdzer vismaz glāze augļu sulas, piena vai kakao, lai iekustinātu asinsriti;

Jo mazāk tiek apēsts brokastīs, jo sātīgākām jābūt otrajām brokastīm skolā;

Ir lietderīgi piecelties mazliet ātrāk un brokastot kopā, jo neviens labprāt neēd viens pats.



KATRAM BĒRNAM - SAVA «STRESA VALODA»

Bērni runā ar savu uzvedību, savām sajūtām un ķermeņa valodu. Viņi runā ar acu izteiksmi, sejas izteiksmi, balsi toni un ar konkrētiem vārdiem. Tātad, lielākoties paziņojumi tiek sniegti neverbāli. Katram bērnam nomācošās situācijās ir noteikta sejas izteiksme, raksturīga stāja un arī noteikta izturēšanās. Ja vecāki atpazīst kādu uzvedības kombināciju, tad viņi varētu to iztulkot. Viņi atpazīs, cik ilgi bērna uzvedība liecina par pozitīvu pielāgošanās reakciju vai pauž distresu (negatīvu stresu, kas izraisa pārpūli).

PĀRPŪLES IESPĒJAMĀS PAZĪMES

Fiziskās pazīmes: bezmiegs, vēdersāpes, pārāk liels vai pārāk mazs izsalkums, jušanās kaut kādā veidā slimam, sasprindzināta skausta un galvas muskulatūra - galvassāpes, nervozitāte, biežas saaukstēšanās,

hronisku fizisku slimību pasliktināšanās, plaukstu svīšana, grūtības pamosties.

Uzvedības pazīmes: bērniem mājās ir pārmērīgs enerģijas daudzums. Stresa reakciju gadījumā viņu mazajā ķermenī papildus izdalās hormons adrenalīns. Atšķirībā no pieaugušajiem, kas zināmos apstākļos ir iemācījušies šo enerģiju produktīvi novirzīt, bērniem ir tā, ka viņi «uzvelkas.» Viņi mēģina «sadedzināt» lieko enerģiju. To viņi dara, piemēram, ar niknuma lēkmēm, garstāvokļa maiņām, strīdiem, brāļu un māsu ķircināšanu, grūtībām koncentrēties mājas darbiem vai atteikšanos iet uz skolu.

Emocionālās pazīmes: uzvedības regresija (bēbīšiem līdzīga izturēšanās), sociāla norobežošanās, uzbudināmība un nepieklājīga uzvedība parasti nozīmē bailes, skumjas vai depresiju. Bērna stresa stratēģijas var būt noderīgas vai arī ne tik noderīgas. Jebkurā gadījumā bērns šādi mēģina paziņot: «Šī situācija man ir par daudz. Man ir nepieciešama palīdzība, lai šo situāciju izbeigtu vai tiktu ar to galā!»



Эпилог и пролог

Подходит к концу очередной учебный год. Через два месяца завершится школьная эпоха для наших 12-х классов. Это были незабываемые годы юности, наполненные радостью, переменами, переживаниями и новыми впечатлениями. В связи с этим трогательным моментом, классные руководители и ученики поделились с нами своими чувствами и эмоциями, рассказали о последних трёх годах обучения и сформировавшихся за этот период тёплых (и не очень) взаимоотношениях. Предлагаем Вам, дорогой читатель, перейти к наиболее содержательной и насыщенной части нашей статьи.

Нынешняя параллель 12-х классов стала первой, которая пошла по новой учебной программе “Школа 2030”. Учительский состав был обеспокоен и обескуражен тем, как они смогут

преподнести школьный материал в новой форме; в особенности учителя естественных наук, они были крайне озабочены изменениями в программе, которая на тот момент была несовершенна, и это создавало небольшие трудности в работе учителей.

Первыми своими впечатлениями поделился 12 «А».

В отличие от других классов, 12 “А” сам высказал свое мнение на заданные нами вопросы. Вспоминая начало 10-го класса, многие отмечают, что им было слегка некомфортно в окружении новых учеников и учениц, но были и те, кто рад знакомству и были готовы влиться в коллектив. По поводу нововведенного учебного плана ученики высказываются неоднозначно. Несколько человек (по секрету, совсем мало) заявляют, что, несмотря на



ШКОЛА
2030

DOMAT. DARIT. ZINAT.

трудности, им удалось полностью изучить материал. Но основная часть класса класса, к большому сожалению Министерства Образования Латвии, не смогла вникнуть в суть программы, что повлияло на их итоговый результат и качество усвоенных ими знаний. Обсуждая конкретный вопрос с учениками 12 «А», мы смогли выделить одну фразу, которая суммирует ту абстракцию, которую испытывает система образования в данный момент времени: «Мы как ежики в тумане, только туман – это наши «якобы полученные знания»»

12 «Б» класс, также известный как гении физико-математических наук, уже три года процветают под руководством Поповой Натальи Леонтьевны. Классный руководитель отозвался о своем классе как о добрых, отзывчивых и дружелюбных

учениках, всегда готовых к новым свершениям. Наталья Леонтьевна отметила, что ребята уже в 10-м классе осознавали надобность образования и были нацелены на плодотворную работу. За эти три года ученики сильно выросли, у них появилось чувство уверенности в своих способностях и четкое виденье собственного будущего. За свое время обучения 12 «Б» класс попробовал себя в различных проектах, олимпиадах; во многих преуспел, а также активно участвовал в школьной жизни и принимал участие в спортивных мероприятиях. Несмотря на их общие интересы, у учеников крайне разносторонние интересы: у каждого из них есть свои амбиции и желания, и их конечные результаты сильно разнятся, так же как и их виденье будущей жизни.



Когда Любовь Владимировна увидела свой 10-й «Ц» класс впервые, она ощутила, что «работа продолжается», она увидела уже знакомые лица знакомых ей детей. Большинство своих учеников она знала еще с 5-го класса, но те ученики, которые присоединились к их коллективу лишь три года назад, были тепло приняты и быстро стали такими же родными. Любовь Владимировна оценивает своих учеников как взрослых, понимающих и ответственных. С самого начала у нее было ощущение, что все будет хорошо, так оно и оказалось. Между 12-м «Ц» и их классным руководителем сложились теплые, дружеские отношения, построенные на взаимопонимании, доверии и уважении. Со своим классом Любовь Владимировна пережила много ярких моментов и получила дюжину воспоминаний на всю жизнь.

Конечно же, заключающий момент школьной жизни, это пора экзаменов. Ученики нашли разный подход к подготовке. Наиболее ответственная, по совместительству самая немногочисленная часть, активно готовится, проходя пробники прошлых лет, ходят на курсы, настраивая себя на позитивный лад. Другие личности находят свое спасение в религии. Также есть категория людей, которые предпочли не утруждать себя столь незначительными переживаниями, а предпочли прибегнуть к наиболее простому решению данной проблемы (сами догадайтесь).

Не стоит забывать и про самую известную группу: «А у меня и так прокатит!» – или же: «И так сойдет!».



Все опрошенные учителя отметили, что благодаря всеобщему пониманию и трудолюбию как ученикам, так и учителям удалось преодолеть трудности и выйти на финишную прямую. Каждый классный руководитель верит, что их ученики смогут сдать экзамены, успешно окончить школьное учебное заведение и благополучно поступить в вузы.

Не можем не отметить, что отношения между учителями и учениками в старшей школе кардинально меняются. Границы наставника и подопечного становятся в каком-то смысле размытыми. В старшей школе ученикам дают больше выбора и возможностей для принятия решений – от этого и появляется чувство ответственности. Они научились качественно распределять

время, ставя в приоритет наиболее ключевые задачи. Время от времени гимназисты приходят к своим учителям, обсуждают волнующие их вопросы, делятся мнением. Интересно то, что сами учителя замечают, что учатся у своих учеников.

Как учителя, так и ученики отметили, что им, несомненно, будет не хватать школьной атмосферы, сформировавшийся за эти годы, несмотря на все препятствия, которые пришлось преодолеть, в коллективе сложилось взаимопонимание.

Каждый класс Рижской гимназии «Золитуде» по-своему уникальный и неповторимый, но одинаково родной. Выпускной – это всегда сентиментальный и трогательный момент. Учителя желают своим ученикам удачи и успеха в их свершениях, ученики же грустят о прошедшей эпохе, и в то же время с радостью ожидают нового этапа своей жизни. От школьной газеты «ЕГОЗА», желаем Вам, наши дорогие 12-е классы, терпения, трудолюбия, смелости и умения радоваться каждому дню. Школа навсегда останется домом, где Вас всегда ждут!

Выражаем свою благодарность Попове Наталье Леонтьевне, Волковой Любовью Владимировне, а также коллективу 12 «А» за активную помощь в написании данной статьи и предоставленные ими ответы.

Экзамены – это когда внезапно начинаешь верить в Бога, приметы, удачу, судьбу и талисманы.



Ни Пуха ни пера!

Вот и все, или Прощай, школа!!!

В нашем мире всё рано или поздно подходит к своему логическому завершению, так и 12 лет, проведенные в Рижской гимназии «Золитуде», постепенно переходят из состояния настоящего в статус прошедшего – огромную вереницу приобретённых за столь долгий срок пребывания в гимназии впечатлений, полученных знаний и навыков, и, конечно же, незаменимый социальный и жизненный опыт, который останется с выпускниками на всю жизнь. За этот широкий набор академических навыков, прекрасных воспоминаний и незабываемых событий, произошедших со мной в нашей школе. Мне бы хотелось поблагодарить всех её работников: учителей, школьное руководство и технический персонал, - кто ежедневно создаёт подходящие условия не только для образовательного процесса, но и для приятного пребывания в школьной среде.

Этот долгий путь длиной в 12 лет начался для меня в 2011 году, когда я впервые очутился на пороге гимназии. Мне бы хотелось поблагодарить учителей начальной школы. Моим классным руководителем была Любовь Ивановна Корнилова, которая как никто другой, умела найти подход лично к каждому ученику. Она, как человек старой закалки, научила нас порядочности и сдержанности, что позволило мне и моим одноклассникам в будущем правильно преподнести себя обществу и корректно расставлять жизненные приоритеты.

Перейдя в 5 класс и вступив на магистраль основной школы, я столкнулся с окружившими меня со всех сторон новыми предметами: химией, биологии, географией... Именно тогда я и открыл в себе интерес к гуманитарным наукам – истории и политологии. В этом мне помогли блестящие учителя основной школы, вшие в нас широкие слои информа-





они дали нам понятия о лексикологии языка, различных исторических событиях, социальных институтах. Эти слои знаний, как семена зерновых культур, постепенно прорастали в наших вспаханных академическим инструментарием, головах. Но зёрна приходилось культивировать, а проросшие стебельки прививать, многим это удавалось, и многие из нас использовали приобретённые знания на олимпиадах и конкурсах. С 5 по 9 класс я учился в математическом классе под гордой буквой «Б», однако с математикой я не дружил и больше внимания уделял гуманитарной сфере. Нашим классным руководителем была Лидия Леонидовна Гайдаманова - хочется выразить особую благодарность за способность организовывать и направлять класс в правильное русло. Несмотря на мои проблемы с математикой, я всегда мог рассчитывать на её поддержку и совет.

Начало старшей школы для моего поколения

ознаменовала эпоха коронавируса и удалённого обучения. 10А - социальные науки и языки. Здесь собрались отличные ребята, с которыми приятно общаться не только в школе, но и за ее пределами. В средней школе у меня появился немецкий язык, который преподаёт нашей группе Тамара Вячеславовна, она же наш классный руководитель. Благодаря ее опыту работы и стараниям, у нас получился отличный коллектив единомышленников, большую роль в становлении значимой её части сыграла Тамара Вячеславовна: от нашего классного руководителя всегда можно было получить дельный совет и слова поддержки, а также Тамара Вячеславовна никогда не отказывалась предоставлять свою помощь и всегда чётко и рассудительно относилась к разрешению всех недопониманий и эксцессов, за что мне бы и хотелось бы выразить ей огромное человеческое спасибо.



Тамара Нонлова - klases audzinātāja / vācu valodas skolotāja

Поблагодарить хочется и учителей-предметников. Наталия Николаевна Моисеюк - преподаватель английского с пятого класса (целых 7 лет), мягкий и учтивый подход Наталии Николаевны позволил мне и моим одноклассникам приобрести все необходимые навыки английского языка для дальнейшего обучения и работы. Эрика Эриковна Раковска - учитель латышского языка, – один из светлейших и наидушевнейших преподавателей в нашей школе, который не только идеально обучает своему предмету, но ещё и способствует проявлению дружелюбной атмосферы в классе и сплочению коллектива. Отдельную благодарность хотелось бы выразить школьному руководству! Большое спасибо Елене Геннадьевне Ступель, которая руководит всеми мероприятиями в гимназии и делает школьные будни светлее и интереснее для всех учащихся. Веронике Геннадьевне Скрипачовой, которая следит за учебным процессом и соблюдением дисциплины, а также помогает Школьному Самоуправлению в достижении поставленных целей. Огромное спасибо нашему директору - Светлане Ивановне Семенко, без которой наша гимназия не была бы такой красивой и современной. Спасибо Рижской гимназии «Золи-туде» за незабываемые 12 лет обучения, я счастлив, что учился именно в этом месте, именно в это время!



ĒRIKA RAKOVSKA - LATVIEŠU
VALODAS SKOLOTĀJA



JEĻENA STUPELE - DIREKTORES
VIETNIECE ĀRPUSSTUNDU DARBĀ



VERONIKA SKRIPAČOVA
- DIREKTORES VIETNECE
IZGLĪTĪBAS JOMĀ

Воспоминания о школе навсегда останутся в наших сердцах.

Дорогая школа, мы, ученики 12-го «Б» класса, хотим выразить нашу благодарность тебе за предоставленную нам невероятную среду обучения и за помощь в оттачивании наших навыков в различных школьных предметах, в особенности математики и физики. Каждый день мы приходили в школу, где нас встречали преподаватели, всегда заинтересованные в своих учениках и работе, но что более важно - открытые и искренние люди, готовые помочь нам как в трудную минуту, так и в любой повседневной ситуации. Мы ценим ваше терпение и усердие, которое вы проявляли, работая с нами, особенно в те моменты, когда мы сталкивались с затруднениями, учебными и жизненными ситуациями. Мы хотим выразить слова почтения и благодарности учителям, которые окружали нас вниманием и заботой в течение всех 12 лет. Просматривая старые школьные фотографии, сразу вспомнилась классная руководительница с 1-го по 4-й класс - Панашенко Оксана Алексеевна. Именно она впервые открыла для нас двери в школу и направила нас на путь будущих свершений. Пора основной школы была незабываема и волнитель-

Нас, на тот момент, пятиклассек увлеченных математикой, взяла под свое крыло Гайдаманова Лидия Леонидовна. Под ее наставничеством мы с гордо поднятой головой закончили 9-й класс. Нам также запомнилась учительница английского языка основной школы - Круковска Ольга Петровна. Она человек истинной доброты и отзывчивости, с которым всегда можно найти общий язык и, при необходимости, прийти к компромиссу. В средней школе математику нам преподавала Шеремет Ольга Павловна, она больше всего ценит действие превыше слов; учитель, готовый работать, заставляла нас стремиться к самосовершенствованию, в ее лице мы всегда находили поддержку и заботу. Вместе с Соловьевым Дмитрием Сергеевичем мы углубились в мир физики. Как учитель, он всегда был человеком справедливым и умеющим разбавить обстановку шуткой. Его насыщенные уроки мы не забудем еще долго.

12-й «Б» класс.

О, небо, небо, ты мне будешь сниться!
Не может быть, чтоб ты совсем ослепло,
И день сторел, как белая страница:
Немного дыма и немного пепла!

Осип Мандельштам

Если долго смотреть в самую яркую точку пламени свечи, глаза начинают болеть и на них появляются слезы. Если человек спокоен, он, не опустив взгляда, переборет неприятные ощущения и продолжит смотреть на свет. Человек беспокойный, не имеющий силы воли, оставит попытки преодолеть желание закрыть глаза и сдастся. Так же обстоит дело и со всеми жизненными ситуациями. Если много работать, имея сильное стремление достичь цели, независимо от трудностей, в итоге все получится. К выводу о том, что необходимо прикладывать много усилий для достижения результатов я пришла благодаря школе, в которой проучилась 12 лет. Мне бы хотелось выразить признательность всем, кто учил меня, делился своими знаниями и опытом.

Спасибо за помощь. Не раз случалось такое, что мне был необходим совет, ответ на сложный вопрос или поддержка. Я всегда могла обратиться к людям, которые были готовы меня выслушать. С каждым годом мне все

больше и больше нравилось учиться, узнавать что-то новое. Эту любовь к знаниям привили мои учителя. Даже если случалось делать ошибки, ведь без этого никак, меня никто не ругал. Мне всегда были готовы прийти на помощь, выслушать и дать возможность исправить ошибку.

Спасибо за понимание. Во всеми известном фильме «Доживём до понедельника» сочинение главного героя состояло всего из одного предложения: «Счастье – это когда тебя понимают». Школьное время для меня всегда будет ассоциироваться со счастьем, потому что в школе меня поняли и помогли мне раскрыться, найти цель и двигаться в верном направлении.

Спасибо за возможность быть услышанной. Каждый учитель был готов посвятить мне свое время, найти решение проблемы и посодействовать. Благодаря такому отношению, я поняла, что мир не без добрых людей, что их очень много вокруг, просто надо поднять голову и оглядеться.

К сожалению, всему свойственно заканчиваться. Рано или

поздно придет время перевернуть последнюю страницу любимой книги, выбросить завядшие цветы, повзрослеть и отправиться в нелегкий путь, идя по которому лишь иногда будут всплывать воспоминания о прекрасном, беззаботном времени, проведенном в любимой школе среди замечательных людей.

POLINA SERGEJEVA 12.C

Поезд отходит!

В пятницу, 12-го мая 2023 года, в Рижской гимназии “Золитуде” прошел 36-й “Последний звонок” для 12-х классов. Каждый год — это невероятно трогательный момент, как для учеников, так и для учителей. В этот миг ученики говорят “прощай” беззаботному детству и школьной поре, далее их ждут испытания в виде экзаменов и поступления в высшее учебное заведение. Мы, корреспонденты школьной газеты “ЕГОЗА”, побывали на данном мероприятии и готовы рассказать Вам, добрый читатель, абсолютно все, в самых ярких подробностях. “На перрон “Последний звонок” прибыл поезд под названием “Жизнь”. Просим всех пассажиров проверить свой багаж перед посадкой на поезд”. А началось последнее путешествие наших двенадцатиклассников с простого - с самого начала. Вместе с классной руководительницей начальных классов Панашенко Оксаной Алексеевной, выпускники вернулись к своим истокам. Поздравить и поддержать выпускников пришли самые маленькие ученики нашего школьного общества. Они переняли эстафету, обещая идти по стопам абсолвентов. Следующая станция, на которой остановился поезд - «Основная школа». На данной станции ученики многое испытали впервые,

получили массу новых впечатлений и воспоминаний, и со своим уже почти полным багажом, они были готовы отправиться на финальную станцию. Остановка на станции «Средняя школа» была самой долгой и насыщенной. Ведущие дали слово выпускникам. Первыми на сцену вышли представители 12 “Б”. От лица всех учеников они поблагодарили учителей точных наук, сказали спасибо за все те навыки, что они переняли за годы обучения. Воспользовавшись ситуацией, гимназисты не упустили возможности “поменять роли” ученика и учителя и проверить навыки последних в решении задач на логику. Собрав общие силы, учителя без труда решили все задачи, чем приятно удивили своих подопечных. Поблагодарить учителей языков и социальных наук вышли ученики 12 “А” класса. Выпускница с выражением прочитала благодарственную речь, включая в нее все свои эмоции и чувства, пережитые за школьные годы. Вместе с девушкой весь зал прокричал свое “Спасибо” всему учительскому составу. Выпускники также не забыли высказать свое почтение учителям начальной школы и спорта. Под громкие овации зал встречал учителей, наибольшее внимание было уделено

Калашник Евгении Васильевной. Ученики показали свою искреннюю любовь к своим учителям. Дабы разбавить сложившуюся, слегка сентиментальную обстановку, 12-е классы вышли на сцену с небольшим танцевальным номером, который вызвал бурю позитивных эмоций, и вновь вернул легкую и радостную атмосферу в зал. После танца на сцену вышел бывший президент школьного самоуправления, дабы поблагодарить руководство школы за их неотъемлемый вклад в школьную жизнь и учебный процесс. Выпускники вспомнили не только нынешнее руководство, но и также тех, кто уже покинул школу. За этим следовала музыкальная пауза. Ученица 12«А» класса исполнила песню, что описывает бесконечный круговорот жизни. Песня “Сансара” Баста вызывала у всех поистине разные чувства: одни с радостью вспоминали былое и ожидали предстоящего, другие же тосковали по прошедшему, тихо подпевая со слезами на глазах. Музыка, как ничто другое, способна выявить наши самые глубокие чувства и сблизить нас как в радости, так и в горести. От лица классных руководителей с таким важным событием в жизни учеников поздравила Волкова Любовь Владимировна. Она “окутала” зал своей любовью к ученикам, в ее голосе было столько ласки и заботы!

Любовь Владимировна своей речью “дала благословение” выпускникам на будущий путь. “Да, расставание — это всегда грустно, но это не только конец одного пути, но и начало нового”. Ее 12 “Ц”, переполненный эмоциями после речи, стоя аплодировал своей классной руководительнице, чем она была очень поражена и искренне благодарна. До окончания нашего пути осталось всего две вещи. Одна из них была пламенная речь директора школы - Семенко Светланы Ивановны. Светлана Ивановна дала выпускникам веру в самих себя и в свои способности. “Все будет хорошо!”- громогласно заявил директор, тем самым подняв дух единства в зале. И вот мы и подошли к завершающей части нашего незабываемого путешествия. Примерно в 12:50 12-го мая для 12-х классов прозвенел их последний звонок, тем самым отмечая конец их пути, но в то же время начало нового, еще более невероятного и незабываемого. С этого момента каждый из них отправляется в новый путь - в путь поиска себя. Мы желаем выпускникам всех свершений и успехов, и напоминаем, что школа навсегда останется местом, где вас будут помнить и ждать с нетерпением!

Анна Уланова,
Ника Махонина
10-й «А» класс



ES ESMU JAUNIEVĒLĒTAIS PREZIDENTS

Sveicināti! Esmu Arturs Zamerovskis - jaunievēlētais mūsu ģimnāzijas skolēnu pašpārvaldes prezidents. Vēlos dalīties ar lasītājiem, kāds tad bija mans ceļš uz kandidatūru šim amatam.

Skolēnu pašpārvaldē esmu jau kopš 5. klases, kad vēl mācījos Rīgas Pārdaugavas pamatskolā. Mana darbība skolā neierobežojās tikai ar pašpārvaldi. Kopš 7. klases es biju skolas kluba "Bērns palīdz bērnam" prezidents, skolas sociālā pedagoga Zojas Kancleres vadībā, kur arī sākās mana brīvprātīgā karjera. Mēs rīkojām dažādas aktivitātes sākumskolai, sākot ar parastām viktorīnām, beidzot ar to, ka mūsu klubam vienreiz uzticēja rīkot pirmklasnieku iesvētīšanu. Viktorīnas mums bija tematiskās, kā bija svarīga bērnu drošība un nereti mēs rīkojām aktivitātes par drošību uz ceļa. Pateicoties šim klubam un Tatjanai Moisejevai kura iesaistīja mani dažādos skolas pasākumos, es attīstīju sevī publiskās uzstāšanās prasmes, kā arī pārstāju kautrēties, uzstājoties cilvēku priekšā. , kura iesaistīja mani dažādos skolas pasākumos, es attīstīju sevī publiskās uzstāšanās prasmes, kā arī pārstāju kautrēties, uzstājoties cilvēku priekšā.

Uzsākot mācības Zolitūdes ģimnāzijā, iestājos skolēnu pašpārvaldē, jo jau no iepriekš lasītā var saprast, ka darbošanās skolas pašpārvaldē ir kļuvusi par manu vaļasprieku, kuram esmu



ARTURS ZAMEROVSKIS 10.A

gatavs veltīt lielāko daļu sava brīvā laika. Esmu kļuvis par aktīvu ārējo sakaru centra dalībnieku, jo man patīk sadarboties ar dažādām organizācijām, piedalīties semināros, pārstāvēt mūsu ģimnāziju dažādās institūcijās, pirmām kārtām "Rīgas skolēnu domē", un arī kopumā šī joma man šķiet ļoti interesanta. Iegūtā pieredze iemācīja mani sadarboties ar dažādiem cilvēkiem, paplašināja manas valodas prasmes.

Šobrīd piedalos projektā “Prezidentu klubs” no “RSD”, kur diskutējam par problēmām, ar kurām saskaras dažādu skolu skolēnu pašpārvaldes un ar kopīgiem spēkiem meklējam ceļus, kā tās risināt. Ar iegūtajām zināšanām labprāt dalīšos ar jaunievēlēto padomes sastāvu.

No savas puses es kā prezidents jums piedāvāju: saglabāt un paplašināt dažādu pasākumu klāstu skolas ikdienas iekrāsošanai, plānoju kopā ar jums organizēt zibakcijas, tematiskās nedēļas, konkursus, arī talantu konkursu, viktorīnas, bet pats galvenais, es centīšos palielināt diskotēku skaitu no vienas, kā minimums līdz divām, varbūt arī līdz 3 diskotēkām viena mācību gada laikā, jo visiem gribas izklaidēties, nevar visu laiku dzīvot spriedzē, diskotēka var veicināt relaksāciju, kas ļaus jūsu organismam atpūsties, un pēc tam turpināt mācības ar jaunajiem spēkiem!

Es gribu izteikt pateicību šai pašvaldībai, kas mani, pilnīgi jaunu (vēl neiepazītu) cilvēku, laipni uzņēma un deva iespēju attīstīties tālāk. Paldies arī par interesantiem pasākumiem, piemēram, tematiskajām nedēļām ar zibakcijas elementiem, man tā bija pilnīgi jauna pieredze! Paldies Nikolajam un Renātam, par to, ka ieraudzījāt mani mērķtiecīgu, aktīvu un spējīgu cilvēku, un otrajā semestrī uzticējāt man centra priekšnieka vietnieka amatu. Paldies, ka ievēlējāt mani par prezidentu, centīšos attaisnot piešķirto uzticību!



VIDUSSKOLA VAI TEHNIKUMS? KAS JĀZINA KATRAM 9. KLASES ABSOLVENTA VECĀKAM

Pat ja 9. klases absolvents ir pilnīgi pārliecināts par savu nākotnes profesionālo izvēli, ir lietas, kas jāzina katram 9. klases absolventa vecākam. Par to stāsta karjeras konsultante Jolanta Priede. Cilvēki, kuri šobrīd ir vecāki 9. klašu skolēniem, ir auguši un savu izglītību guvuši pavisam citos laikos, nekā tas ir tagad. “90-tajos gados, kad notika milzu izmaiņas visur, arī izglītības jomā, plaši tika kultivēts viedoklis, ka uz tehnikumu vai arodskolu mācīties iet tie, kas nav spējīgi ne uz ko citu. Taču tas mūs ir novedis pie tā, ka labs santehniķis vai celtnieks ir deficīts un naudas izteiksmē saņem vairāk nekā tas, kam ir vairākas augstākās izglītības. Tas ir novērojams daudzās jomās,” stāsta speciāliste. Tāpat daudziem nav zināms, ka šobrīd profesionālās mācību iestādes ir labā stāvoklī un ar spēcīgu materiāli tehnisko bāzi. Kā norāda J. Priede, pēdējos gados šajās iestādēs ir ieguldīti lieli līdzekļi. Lai labāk orientētos izglītības iespējās jauniešiem, ir vērts zināt dažus faktus:

- Jaunākiepētījumi liecina, ka būs maz jauniešu, kam būs viena profesija visam mūžam. Tiek lēsts, ka mūsdienu jaunieši profesiju nomainīs piecas sešas reizes
- Pavisam iespējams, ka jaunieši nākotnē strādās profesijā, kuras vēl nav!
- Jau 9. klases skolēnam ir vērts

uzzināt savu profesionālo tipu. Tas palīdzēs jau laicīgi izvēlēties, kuru izglītības ceļu iet – iegūt vidējo vai vidējo profesionālo izglītību. Uzsākot mācības vidusskolā, ir vēlams iepazīties ar skolotājiem, kas pasniegs mācību priekšmetus izvēles grozos, lai noskaidrotu, vai ar šiem skolotājiem veidosies laba sadarbība. “Tas ir īpaši svarīgi, ja jauniešiem ir skaidri zināms, ka noteiktie priekšmeti, piemēram, fizika, matemātika, spēlēs izšķirošu lomu nākotnes profesijā. Jā, šis ir neierasts ieteikums, bet tas ir ļoti būtiski, lai jauniešiem iegūtu maksimumu no izglītības,” stāsta J. Priede. Lai tas būtu vēl labāk iespējams, speciāliste iesaka sarunāt arī kādu privātstundu pie šiem pedagogiem, lai saprastu, kādas būs sadarbības iespējas. Kā novērojusi J. Priede, arvien biežāk parādās tendence, ka jaunieši jau ir gatavi apgūt profesiju jau pēc 9. klases. Lasi arī: 6 veidi, kā palīdzēt jauniešiem izlemt, kur mācīties. Kad ir vērts domāt par profesijas apgūšanu jau pēc 9. klases. Ja jauniešiem interesē vairākas savstarpēji nesaistītas profesijas, tad profesionālās izvēles ceļš (tehnikums, arodskola) ir apspriešanas vērts. Par plašajām interesēm nevajadzētu stipri satraukties – tas sasaucas ar pētījumiem, ka jauniešiem nākotnē

nāksies mainīt profesijas vairākas reizes; Ja jaunietim personības testā kā dominējošais izkristalizējas praktiskais vai radošais profesionālais tips, tad, iespējams, mācības vidusskolā, kas ir gana akadēmiskas un bez praktiskas un radošas iesaistes, nesniegs gandarījumu; Ja absolventu patiesi interesē kāda profesija, kuru var apgūt jau pēc 9. klases, tad to noteikti var mēģināt. “Tas var ietaupīt laiku. Savā praksē esmu saskārusies ar 12. klašu skolēniem, kas pēc trim vidusskolā pavadītiem gadiem saprot, ka šo profesiju varēja apgūt jau ātrāk,” tā J. Priede. Viņa min piemēru, ka arī, pēc 9. klases iegūstot elektriķa kvalifikāciju, tas neliedz iet pēc tam augstākā līmenī apgūt kādu citu, nesaistītu jomu – uzņēmējdarbību, kultūru vai tamlīdzīgi.

**KARJERAS KONSULTANTE
JOLANTA PRIEDE**

PIE AVĪZES STRĀDĀJA:

GALVENĀ REDAKTORE – VALENTĪNA
BORISOVA

AUTORI:

1. KSENIJA NIKITINA 10.A
2. KRISTĪNE DOMBROVSKA
3. ALISE TUMULE 10.A
4. ROMANS DUMEŠS 10.C
5. ARTURS ZAMEROVSKIS 10.A
6. VIKTORIJA PRIKULE 10.C
7. DARJA BAKŠA
8. ANNA ULĀNOVA 10.A
9. NIKA MAHOŅINA 10.A
10. RENĀTS BUDILOVIČS 12.A
11. 12.B KLASE
12. POLINA SERGEJEVA 12.C

DIZAINERI:

1. ALISE TUMULE
2. ARTURS ZAMEROVSKIS