



**Notikumu
kaleidoskops**

2.-5. lpp.



Esi viens no mums

7.-8. lpp.



Mūsu absolventi stāsta

9.-15. lpp.



**Mūsu skolas sporta
lēģenda**

17.-18. lpp.



**Ziemas sports, kas
iedvesmo**

20.-25. lpp.

Sveiks, lasītāj!



Laiks paskrējis vēja spārniem! Līdz ar pirmo sniegu mēs ne tikai sagaidām gadalaiku maiņu, bet arī apstājamies uz mirkli, lai padomātu par aizvadīto un to, ko vēlamies sasniegt jaunajā gadā. Ziema ir pārdomu laiks, kad tumšākie vakari ļauj iedegt gaismu sevī – cerībās, sapņos un jaunās apņemšanās.

Jaunais gads skolēniem nozīmē jaunu sākumu: iespēju mācīties labāk, kļūt drošākiem, atrast jaunus draugus vai drosmīgi izmēģināt ko līdz šim nepiedzīvotu. Varbūt kāds beidzot uzdrošinās piedalīties skatuves runas konkursā, cits pievienosies sporta komandai, bet vēl kāds uzrakstīs

pirmo stāstu skolas avīzei. Sapņi sākas ar nelielu soli, un tieši ziema ir īstais laiks šo soli spert.

Arī mūsu skolas dzīve ziemā kļūst īpaši rošīga. Decembris atnes svētku koncertus, radošās darbnīcas un labdarības akcijas, kas māca dalīties un rūpēties citam par citu. Ziema ir pateicības laiks – laiks, kad novērtēt skolotāju ieguldījumu, vecāku atbalstu un draugu klātbūtni. Mēs katrs esam daļa no lielākas kopības, un tieši kopā mēs varam radīt siltumu pat aukstākajā dienā. Reizēm pietiek ar labu vārdu, smaidu gaitenī vai palīdzīgu roku klasesbiedram, lai kādam šī diena kļūtu gaišāka.

Sagaidot ziemu un jauno gadu, atcerēsimies, ka katrs no mums ir svarīga mūsu skolas daļa. Lai šis laiks ir piepildīts ar labiem darbiem, drosmīgiem sapņiem un siltu attieksmi vienam pret otru. Lai sniegpārslas atnes mieru, bet jaunais gads – iedvesmu augt, mācīties un ticēt saviem spēkiem. 2026. gadu iesākot, mīļajiem avīzes "Šokolāde" lasītājiem novēlu mazāk skumīgu dienu, daudz izdzertas tējas un laimes putekļišu ikdienā!

**Amanda Piļeiviča, skolas avīzes
"Šokolāde" galvenā redaktore**

Skenē



Lasiet skolas avīzi arī savā telefonā!

Atrodi caur skolas mājaslapu:

[Skolas mājaslapa](#) / [Svarīgi zināt](#) / [Skolas avīze "Šokolāde"](#)

Notikumu kaleidoskops

Jēkabpils 2.vidusskolas 1.-12. klašu skolēni un skolotāji ar sirsnību iesaistījās Jēkabpils novada Bērnu un jauniešu centra rīkotajā labdarības akcijā "Radi svētkus sev un citiem". Tās laikā tika sagatavotas īpašas drosmes kastes bērniem, kuri ārstējas Jēkabpils reģionālajā slimnīcā.



17.12.2025. 7.b, 7.c, 9.a kl. tiešsaistē piedalījās viktorīnā "Ziemassvētki kanonā 2025" par Latvijas kultūras kanona tēmām.

19.12.2025.notika Ziemassvētku pasākums 7.-12.klasei. Īpaši patika muzikālie priekšnesumi, kuros skanēja pazīstamas Ziemassvētku melodijas. Notika arī spēles un konkursi. Tas radīja jautru un draudzīgu atmosfēru. Šis pasākums palīdzēja sajūst svētku tuvošanos un stiprināja skolas kopienas vienotību.





Šogad Pasaules diktāts latviešu valodā nenotika, taču Jūrmalas valsts ģimnāzijas direktore Ieva Taranda kopā ar domubiedriem radīja jaunu tradīciju – Tautas diktātu. Tautas diktāts notika 13.12.2025. arī Jēkabpils 2.vidusskolā. Rakstīšanai bija atvēlēta viena stunda, kuras laikā grāmatu autore, tulkoņas un redaktore Silvija Brice sagatavotu tekstu lasīja Dailes teātra aktrise Madara Vilčuka. Diktāta laikā dalībniekiem bija jāklausa teksts un precīzi jāpieraksta dzirdētais, pievēršot uzmanību pa reizrakstībai un pieturēm. Daudzi no mums vēlāk atzina, ka tas bija gan izaicinoši, gan interesanti, jo lika aizdomāties par valodas nianšiem, kurām ikdienā nepievēršam tik lielu uzmanību.



23. janvārī Jēkabpils 2.vidusskolā notika Barikāžu aizstāvju atceres dienai veltīts pasākums 6.-12.kl.skolēniem kopā ar Nacionālo bruņoto spēku orķestri. Orķestra profesionālais sniegums un patriotiskais repertuārs ļāva sajust Latvijas brīvības ideju un radīja īpašu noskaņu un paliekošas emocijas.



30.janvārī Jēkabpils 2.vidusskolas jaunieši, trīs 10.a klases pārstāvji, devās uz Jēkabpils pilsētas bibliotēku, lai tiktos ar jauno mākslinieci Paulu Bobrovu. Jēkabpiliete Paula Bobrova tikšanās laikā stāstīja par sevi, saviem nākotnes plāniem, kā arī par animācijas filmas "Straume" tapšanu.



9. februārī Jēkabpils 2. vidusskolas 5. m un 5. u klases skolēni piedalījās Jēkabpils Vēstures muzeja lekcijā "100 iemesli lepoties ar Jēkabpili". Lekcija norisinājās par godu Jēkabpils pilsētas dibināšanas gadadienai.



13.02.2026.Jēkabpils 2.vidusskolas 3. klašu skolēni ar lielu aizrautību un radošumu piedalījās pasākumā "Popiela". Mūsu skolā patiešām aug talantīgi, radoši un uzņēmīgi bērni.



09.02.2026. 1.klašu pasākums "100 dienas skolā" Jaunajā ielā 44 un 11.02.2026. 1.klašu pasākums "100 dienas skolā" Rīgas ielā 200. Pirmklasniekiem 100 dienas skolā ir īpašs notikums, kas ir nozīmīgs posms viņu dzīvē. Šī ir lieliska iespēja atzīmēt savus pirmos panākumus un veidot pozitīvu attieksmi pret mācībām. Pirmklasniek, lai vēl ilgi turpinās Tavs veiksmīgi uzsāktais starta mūsu skolā!



24.februārī Jēkabpils Tautas namā norisinājās Jēkabpils novada izglītības iestāžu Skolēnu skatuves runas konkursa 1. kārtā. Piecās dažādās vecuma grupās šajā mācību gadā Jēkabpils 2.vidusskolu pārstāvēja 13 dalībnieki. Lepojamies ar Martinu Jurjānu (1.b kl., skolotāja J.Januškeviča), Renātu Sadovņikovu (3.a kl., skolotāja B.Sprindža) un Zinti Kovaļevski (3.u kl., skolotāja A.Jaksone), kuri saņēma Augstākās pakāpes diplomu un piedalīsies Jēkabpils novada Skolēnu skatuves runas konkursa 2.kārtā.

Rakstu sagatavoja Arvis Arājs, 10.a klase



Vai jau satiki jaunos skolotājus?

Mūsu skolotāju pulkam pievienojušies jauni pedagogi, kuri gatavi dalīties savās zināšanās, idejās un pieredzē un kuri jau pamazām kļūst par daļu no mūsu skolas saimes. Jaunie skolotāji jau ir satikti gaitēnos un klasēs. Kas slēpjas aiz jaunajām sejām skolā? Kāds ir viņu stāsts? Un mēs nolēmām viņus iepazīt tuvāk! Kā viņi izvēlējās kļūt par skolotājiem?

1. Kādos trīs vārdos jūs sevi raksturotu?
2. Kā jūs nolēmāt kļūt par skolotāju?
3. Kas jūs visvairāk iedvesmo šajā profesijā?
4. Vai jums bija skolotājs, kurš ietekmēja jūsu karjeras izvēli?
5. Ja jūs nebūtu skolotājs, kādu profesiju izvēlētos?
6. Ja jūs varētu mācīt jebkur pasaulē, kur tas būtu un kāpēc?
7. Kas jums vislabāk palīdz "atslēgties" no darba?
8. Kāda ir jūsu svarīgākā dzīves atziņa?

- Kafija vai tēja?
- Rīts vai vakars?
- Grāmata vai filma?
- Vasara vai ziema?
- Klusums vai kņada?

- Ceļojums vai mājas miers?
- Ja jūs būtu krāsa, kāda tā būtu?
- Ja varētu doties ceļojumā jebkur pasaulē – kurp?
- Kādu superspēju jūs vēlētos uz dienu?

Aija Bračka-Pinne

Angļu valodas skolotāja

1. Es sevi raksturotu, kam nekad nav miera, meklēt izaicinājumus, kāpt ārā no komforta zonas.

2. Pēc vidusskolas iestājos filologos, gadu nomācījos, pametu, jo nebija skaidrības, vai patīk. Uz dzīvi skatos reāli, kad sāku saprast, kas padodas, kur ir mans talants. Tad iestājos otrreiz studēt. Tas bija laiks, kad jau bija jāpaspēj apvienot ģimenes pienākumi ar studijām. Starposmā daudz ceļoju, tulkoju, nebiju nopietna.



3. Lielākoties iedvesmo gandarījums, ja redzu, ka kāds aiziet priecīgs, ka ir sapratis, iemācījies, pārvarējis savas bailes vai nevarēšanu. Bailes bloķē cilvēku domāšanu, spēju iemācīties, tāpēc jebkurā man uzticētajā apmācāmo grupā cenšos izklaidēt šaubas, bailes, lai atbrīvotu ceļu spējai iemācīties lietas, tad tikai var sākt runāt par pašu mācību procesa uzsākšanu.

4. Tā nevarētu teikt, tomēr labi piemēri dzīvē ir bijuši. Esmu daudz mācījusies no OVĢ skolotājas Dātovas, kas mani pamanīja un veltīja laiku un pūles, mācīja man angļu valodu, kamēr dzīvoju Ogrē.

5. Tūrisma nozarē- gids, vai arī strādātu kaut kur viesmīlības nozarē, varbūt nopirktu kādu īpašumu Spānijā, Itālijā vai citā valstī un vadītu savu viesu namu vai restorānu.

6. Esmu savā zemē, man te ļoti patīk, bet pielāgoties spētu pilnīgi jebkur. Esmu bijusi ASV. Labprāt dzīvotu, strādātu tur, varētu arī jebkur Eiropā. Vienmēr ir apziņa, ka savā zemē esmu saimnieks, citur – tomēr tikai viesis.

7. Man palīdz mana ģimene, vīra radi (viņu ir daudz un visi viens par otru rūpējas, daudz satiekamies, ko vērtēju ļoti augstu), patīk aizbraukt paslēpot, izpētīt jaunas zemes, dažreiz laba filma, teātris, koncerti.

8. Uzdrieksties sapņot, esi patiess, tiecies pēc saviem mērķiem, neklausies, ja kāds tevi noniecina! Tas nozīmē, ka viņiem ir bail uzdrīkstēties. Dzīve ir viena, dzīvo, lai nav jānožēlo, ka nemēģināji!



- **Kafija** no rīta, pēcpusdienā **tēja**.
- **Rīts** brīvdienās, tad ir laiks sev klusumā, **vakars** darba dienās, jo tas nozīmē, ka darbi ir padarīti un beigušies.
- **Grāmata**, kad ir visa diena brīva. Nepatīk pārtraukt. Kad sāku lasīt, ir jāizlasa līdz galam, tāpēc darba periodā - **filma**.
- **Vasara**, jo patīk siltums.
- **Klusums**. Troksnis mani "beidz nost".
- **Mājas** miers pēc laba ceļojuma. Jo vairāk ir redzēts un piedzīvots, jo vairāk novērtēju savas mājas.
- **Zilā** – jūra, kalni, debesis, cerības.
- Uz **Japānu, Koreju, Ķīnu, Āfriku, Austrāliju**, jo nekur no tām neesmu bijusi.
- **Domu lasīšanu**.

Nina Čehoviča

Sākumskolas skolotāja



1. Es raksturotu sevi kā drošu, stabilu un laimīgu cilvēku.

2. Diemžēl radu būšanā un ģimenē jau no bērnības tika skandinātas divas profesijas- policists vai skolotājs, tāpēc pēc vidusskolas nolēmu būt skolotāja, jo tā tomēr ir sievišķīga profesija.

3. Es apzinos, ka mana iedvesma tomēr ir atlieksmē un vērtībās, kas paliek bērnos uz ilgu laiku, kā arī katra diena ir pilnīgi savādāka. Šai profesijā ne tikai es mācu, bet arī pati mācos.

4. Nē.

5. Policiste - nepilngadīgo lietu inspektors.

6. Tikai un vienīgi Latvijā, jo mana valsts ir vis-skaistākā, labākā un drošākā.

7. Man palīdz mana sirds-meita, mājdzīvnieki un pa retam treniņi, kā arī gludināšana un mā-jas uzkopšana.

8. Netiekties patikt visiem vai kādam, jo tā tu pazaudē sevi!

Interviju sagatavoja Anastasija Jeršova, 11.b

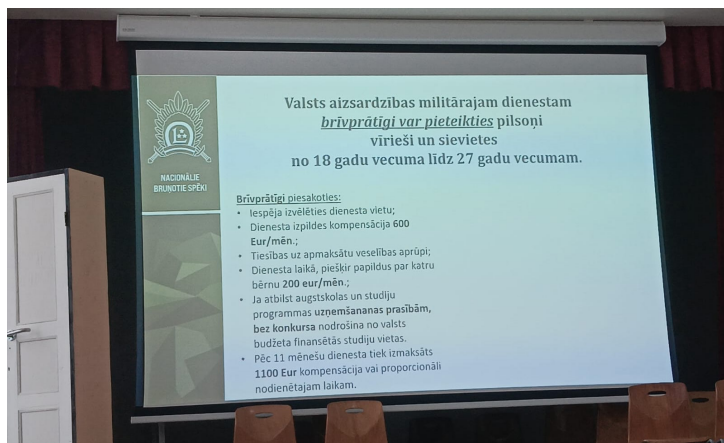
- **Kafija**, jo ļoti garšo.
- **Rīts**, jo nemāku ilgi gulēt.
- **Filmas**, jo var paslinkot un likt strādāt ausīm un acīm.
- Noteikti **vasara**, esmu siltummīle.
- **Klusums**, jo patīk ieklausīties savā elpā, ķermeņa sajūtās.
- **Mājas miers**, mājās jutos droša, mīlēta un vajadzīga.
- **Zaļa** - dzīvība un miers.
- **Pemba (Zanzibārā)**, jo tur ir tropisks klimats, skaistas baltas smiltis un dzidra jūra.
- **Sasaldēšanas spēju**.

Esi viens no mums



13. janvārī Jēkabpils 2. vidusskolā 11. un 12.kl. skolēniem bija iespēja noklausīties lekciju par dienesta un mācību iespējām NBS. Galvenie NBS atrodas Ādažos (Sauszemes spēki), Rīgā un Liepājā (Jūras spēki), kā arī Lielvārdē (Gaisa spēki). Lai kļūtu par karavīru, ir jāiztur stingra atlase, kurā pārbauda fizisko sagatavotību, piemēram, skriešanu un peldēšanu, kam seko trīs mēnešu pamatapmācība. Jaunieši var izvēlēties 11 mēnešu dienestu (VAD) un saņemt kompensāciju, vai arī studēt Aizsardzības akadēmijā, lai kļūtu par virsniekiem. Armijā ļoti svarīga ir disciplīna un fiziskā forma, bet karjera var ilgt pat līdz 60 gadu vecumam. Lekcija sniedza vērtīgu ieskatu par to, ko nozīmē dienēt valsts labā, kā arī par iespējām iegūt izglītību un atbilstīgu karjeru aizsardzības nozarē. Lekcijas laikā skolēni uzzināja, ka Nacionālie bruņotie spēki rūpējas par valsts drošību, aizsardzību un palīdzību sabiedrībai ārkārtas situācijās. Karavīri piedalās ne tikai militārajās operācijās, bet arī glābšanas darbos, katastrofu seku likvidēšanā un starptautiskajās misijās. Tika uzsvērts, ka dienests attīsta disciplīnu, fizisko sagatavotību,

līderības prasmes un spēju strādāt komandā. Lekcija lika mums, skolēniem, aizdomāties par savām nākotnes iespējām un par to, kā katrs var dot ieguldījumu sabiedrības drošībā. Daudzi atzina, ka iepriekš nav zinājuši, cik daudzveidīgas karjeras iespējas piedāvā bruņotie spēki. Pēc lekcijas skolēni atzina, ka iegūtā informācija bija gan interesanta, gan noderīga. Lai noskaidrotu viņu iespaidus un domas par dienesta iespējām, uzrunājām dažus skolēnus un uzdevām viņiem dažus jautājumus.



Kura specialitāte tev patiktu labāk -snaiperis, izlūks vai autovadītājs?

Matīss Šadeika: Man vislabāk patiktu būt par snaiperi, jo, pēc manām domām, kļūt par snaiperi būtu diezgan interesanti un nopietni. Būt par to nav diezgan viegli, jo ir jābūt ļoti nopietnam, akurātam, atbildīgam un uzmanīgam. Mācīties šo specialitāti, domāju, vajadzētu diezgan ilgi, tas nav viegli, kā citi domā. Autovadītājs arī nebūtu slikts, bet manu uzmanību vairāk pievērta snaipera specialitāte.

Vai tu spētu izturēt atlasi (peldēšanu, skriešanu un gājienu ar smagu somu)?

Markuss: Ja man būtu iespējā peldēt ,skriet un iet ar smagu somu, es būtu ar mieru pamēģināt.

Kas lekcijā tevi visvairāk pārsteidza vai lika aizdomāties?

Diāna: Mani visvairāk pārsteidza tas, ka ir ļoti plašas iespējas dienēt, var izvēlēties sev piemērotāko. Es labāk vispār nedienētu, bet, ja jau ir jāizvēlas, tad laikam Gaisa spēkos.

Kā lekcija mainīja tavu priekšstatu par NBS un aizsardzības dienestu?

Viktorija: Lekcijā es uzzināju daudz jauna par NBS un aizsardzības dienestu. Mani pārsteidza, ka dienests palīdz attīstīt ne tikai militārās prasmes, bet arī raksturu, disciplīnu, izturību un spēju pieņemt ātrus lēmumus. Es uzzināju arī, ka dienestā maksā atalgojumu gan obligāti iesauktajiem, gan tiem, kas pievienojas brīvprātīgi. Tas lika aizdomāties par atbildību un gatavību aizstāvēt savu valsti.

Lekcija par dienestu Nacionālajos bruņotajos spēkos palīdzēja mums, skolēniem, labāk izprast valsts aizsardzības nozīmi un katra pilsoņa lomu tajā. Iegūtā informācija rosināja domāt par atbildību, drošību un nākotnes iespējām. Iespējams, tieši šī tikšanās iedvesmos kādu jauniešu nākotnē izvēlēties ceļu, kas saistīts ar kalpošanu Latvijai.

Interviju sagatavoja Ieva Semjonova, 11.b klase



Konference “Jānim Akurateram – 150. Dzejnieks un laikmets”

14. janvārī Jēkabpils Vēstures muzejā notika aizraujoša un saturiski bagāta konference, kas bija veltīta latviešu rakstniekam Jānim Akurateram. Pasākums pulcēja skolēnus, skolotājus un literatūras interesentus, piedāvājot daudzpusīgu ieskatu rakstnieka dzīvē, daiļradē un viņa laikmeta kultūras vidē. Arī mums, Jēkabpils 2.vidusskolas 11.b klases skolēniem-Lucie Sabo, Ievai Semjonovai, Danielam Bērziņam un Karolīnei Veikšānei-bija iespēja piedalīties šajā konferencē.

Konference sākās ar īsfilmu, kurā tika izcelti Akuratera populārākie darbi: “Degošā sala”, “Kalpa zēna vasara”, “Šis un tas -it nekas”, “Viesturs” un citi. Filma atgādināja, cik plašs un



emocionāli piesātināts ir viņa literārais mantojums.

Viena no interesantākajām lekcijām bija par Akuratera dzejas skanējumu. Tika uzsvērts, ka viņš bieži izmantojis vīrišķās atskaņas, turklāt izvēlēties tādas, kuras nav viegli paredzamas. Tas piešķir viņa dzejai īpašu ritmu un negaidītu melodiskumu.

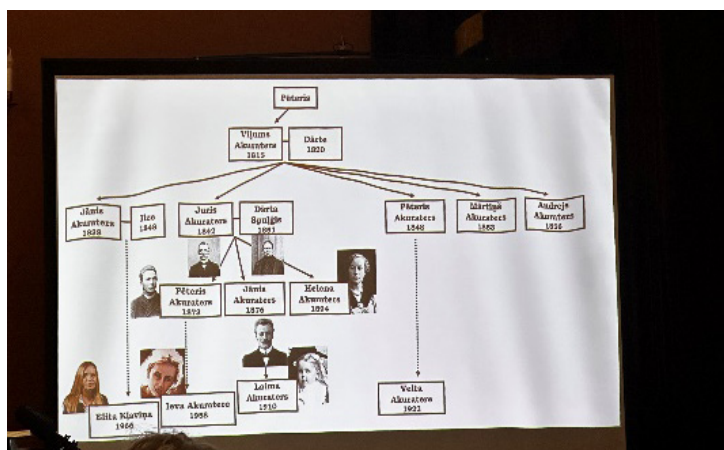
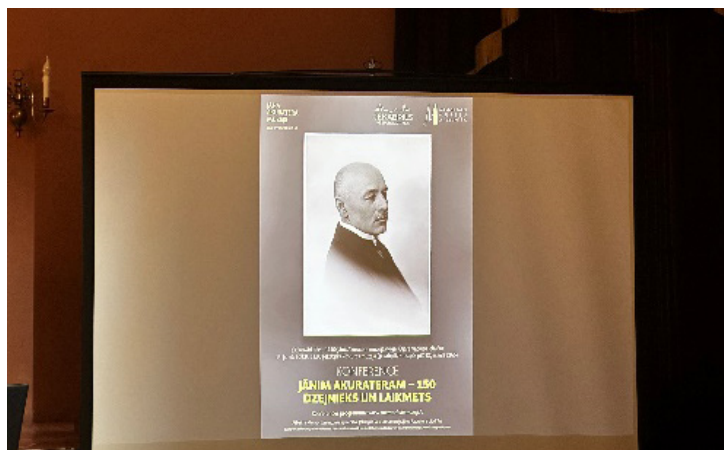
Atsevišķa runa bija veltīta Akuratera dzimtas kolkam – viņa vecākiem, radniekiem un dzimtajai vietai. Klausītāji uzzināja vairāk par rakstnieka ģimenes saknēm Sēlijā, kas būtiski ietekmējušas viņa pasaules iziūtu un literāro rokrakstu.

Konferencē izskanēja arī fakti par Jēkabpils vēsturiskajām fabrikām, kas daudziem bija jauns. Pilsētā savulaik darbojusies alus darītava, Alfrēda Kena liķiera fabrika, kas vēlāk saistīta ar Kena parka izveidi, Kugrēnu instrumentu fabrika, kurā mēnesī saražoja ap 3000 mūzikas instrumentu. Šie stāsti spilgti parādīja, ka Akurātera laiks Jēkabpilī bija arī nozīmīgu rūpniecības attīstības gadu posms.

Īpaši sirsnīga bija daļa par Akuratera un Kārļa Skalbes draudzību. Lai gan viņu literārie stili atšķīrās, viņi vienmēr spējuši papildināt viens otru – Skalbe ar savu ētisko mieru, Akuraters ar emocionālo intensitāti. Viņu savstarpējā cieņa kļuva par vienu no konferences emocionālajiem akcentiem.

Noslēgumā tika atgādināts, ka Akurateram ir izveidots dzimtas koks, piemiņas vietas (tostarp Brodos) un Akuratera taka, kas ļauj iepazīt viņa dzīvesvietas un bērnības ainavas dabā.

Rakstu sagatavoja Lucie Sabo, 11.b klase



Mūsu absolventi stāsta

Pēc skolas beigšanas katram sākas jauns posms, bet atmiņas par skolu ir paliekošas un veido pamatu nākotnei. Lai arī dzīve pēc skolas viņus aizvedusi dažādos virzienos, absolventi atzīst, ka skolas gadi ir bijis nozīmīgs pamats viņu turpmākajam ceļam. Šeit iegūtās zināšanas, draudzības un pieredze paliek uz visu mūžu. Absolventi uzsver, ka studiju sākums var būt izaicinošs – jauna vide, jauni cilvēki. Taču vienlaikus tas ir arī aizraujošs un iespēju pilns laiks. Studijas sniedz ne tikai profesionālās zināšanas, bet arī dzīves gudrību. Absolventi mācās pieņemt lēmumus, aizstāvēt savu viedokli un uzņemties atbildību par savu nākotni. Viņi sastop jaunus

draugus, iepazīst dažādas kultūras un paplašina redzesloku.

Šajā rubrikā mūsu 2024./2025.m.g. absolventes-Evelīna Cakule, Jekaterina Gorpiņiča, Angelina Krasovska, Arina Veličko, Gabriela Girgina un Indra Geidāne- dalās atmiņās par skolas gadiem, stāsta par studiju pieredzi un sniedz vērtīgus padomus tiem, kuri vēl tikai spers savus pirmos solus ceļā uz nākotni.

1. Ja Tev būtu jānosauc viena diena skolā, ko nekad neaizmirsīsi – kura tā būtu?
2. Ko Tu novērtēji tikai pēc skolas absolvēšanas?
3. Ko Tu dari šobrīd un kā līdz tam nonāci?
4. Ko Tu darītu citādi, ja varētu atgriezties skolas laikā?
5. Kāds ir Tavs galvenais padoms šī brīža skolēniem?
6. Ko Tu ieteiktu tiem, kuri vēl nezina, ko darīt pēc skolas?
7. Ja Tava skolas dzīve būtu seriāls – kāds būtu pirmās un pēdējās sērijas nosaukums?
8. Ja Tu varētu piedzīvot vienu skolas dienu vēlreiz – kuru Tu izvēlētos un kāpēc?
9. Kas ir viena lieta, ko Tu skolā neiemācījies, bet dzīvē ļoti vajadzēja?
10. Vai Tavas sapņu studijas izrādījās tādas, kā biji iedomājusies?

Gabriela Girgina

2024./2025.m.g. absolvente



1. Tā būtu diena, kad mēs ar klasesbiedriem un klases audzinātāju prezentējām lugu "Soliņš ir liecinieks". Tā ir neaizmirstama diena. Mēs piedzīvojām visdažādākās emocijas. Uztraukums sīta augstu vilni, bet visi kopā to paveicām un pēc tam ar gandarījumu apēdām kļīnģeri.

2. To, cik ļoti skolotāji un skola kopumā patiešībā rūpējās. Skolas laikā tas šķiet pašsaprotami, bet vēlāk saproti, cik reti ir sastopama vide, kurā tik daudzi cilvēki vēlas, lai tev izdodas.

3. Šobrīd studēju Latvijas Universitātē par angļu valodas skolotāju. Negaidīju, ka tā sanāks, jo angļu valoda nebija mana pirmā prioritāte, bet tagad esmu priecīga par to, jo viss notiek uz labu.

4. Es mazāk baidītos kļūdīties un vairāk uzdotu jautājumus. Mazāk domātu par to, "ko citi padomās", bet vairāk par to, ko pati patiesi gribu izmēģināt.

5. Nebaidieties būt ziņkārīgi un aktīvi! Atzīmes ir svarīgas, bet vēl svarīgāk ir iemācīties domāt,

sadarboties un nepadoties, kad kaut kas neizdodas.

6. Tas ir pilnīgi normāli. Izmēģiniet dažādas lietas, runājiet ar cilvēkiem, praktizējiet, brīvprātīgi iesaistieties! Skaidrība bieži rodas darbībā, nevis domājot vien.

7. Pirmā sērija: "Kas mani sagaida?", pēdējā sērija: "Gatava nākamajam līmenim"

8. Pavasarī, kad mums bija sporta stunda kopā ar Lidiu Agafonovu. Es labprāt vēlreiz paklausītos viņas ieteikumus par veselīgu uzturu un sporta aktivitātēm, uzspēlētu badmintonu ar klasesbiedriem. Un visbeidzot aizbrauktu ar draudzenēm uz Lidl, lai apēstu krūsas ar šķiņķi un sieru.

9. Vēl pateikt nevaru.

10. Es nezināju, ko sagaidīt, bet studiju dzīve seriālos un realitātē atšķiras. Galdi ir savādāki nekā rāda kino, ir dažādas grūtības.. bet tas neatņem prieku par paveikto darbu un iegūtajām zināšanām.

Arina Veličko

2024./2025.m.g. absolvente



1. Izlaiduma diena — sajūta, ka viss beidzies un vienlaikus tikai sākas.
2. Skolotāju ieguldīto laiku un skolas ikdienas stabilitāti.
3. Šobrīd studēju Latvijas Universitātē. Izvēli izdarīju, balstoties uz savām interesēm un izmēģinot dažādas iespējas.
4. Mazāk uztrauktos par sākumiem un vairāk izmantotu piedāvātās iespējas.
5. Nebaidīties jautāt, mēģināt un kļūdīties.
6. Piedalīties Ēnu dienā — tā ir lieliska iespēja izpētīt sev interesējošo studiju virzienu, izmēģināt to praksē, izpētīt un pieņemt pārdomātu lēmumu bez steigas.
7. Pirmā sērija: "Pirmais zvans un lielās cerības", pēdējā sērija: "Izlaidums — sākums jaunam ceļam".
8. Pēdējā skolas diena — atmosfēras un emociju dēļ.
9. Finanšu plānošana ikdienā.
10. Jā — studijas lielākoties atbilda manām gaidām un apstiprināja, ka izvēlētais virziens bija pareizs.

Indra Geidāne

2024./2025.m.g. absolvente



1. Man atmiņā paliks vairāki nozīmīgi brīži — 1. septembris 1. klasē Jēkabpils Valsts ģimnāzijas telpās un arī 10. klase Jēkabpils 2. vidusskolā, kad viss bija jauns: skola, cilvēki un vide. Neaizmirstami ir arī skolas svētki, pasākumi, darbošanās Skolas pašpārvaldē, teātra uzvedums "Solīšs ir liecinieks", kā arī garie starpbrīži skolotājas un klases audzinātājas Ludmilas Movčanes klasē, spēlējot "Uno" un "Mafija", un našķi, ar kuriem skolotāja mūs lutināja. Atmiņu ir daudz, tāpēc katrs no šiem mirkļiem man ir bijis neaizmirstams.

2. Es sapratu, cik svarīgi ir plānot savu laiku un nebaidīties lūgt palīdzību. Skolas laikā daudz ko atliku uz pēdējo brīdi, tāpēc bieži pietrūka laika sev un tuvajiem. Laika plānošana palīdz saglabāt līdzsvaru starp mācībām, darbu un personīgo dzīvi.

3. Es šobrīd studēju Rīgas Stradiņa universitātē programmā "Māszinības" un paralēli strādāju viesnīcā par administratori. Dzīvoju RSU kopmītnēs, mācos apvienot studijas ar darbu un vairāk rūpējos par savu veselību, hobijiem un ģimeni. Lai gan neesmu savās sapņu studijās, plānoju vēlreiz ar pilnu sparū stāties "Fizioterapijā" vai varbūt kādā citā studijā, kas mani ieinteresēs. Tāpēc šobrīd dzīve mainās, mācos no kļūdām un turpinu nepadoties.

4. Es vairāk koncentrētos mācībām, mazāk laika pavadītu telefonā un savlaicīgāk gatavotos pārbaudes darbiem. Tāpat vairāk novērtētu apkārtējos cilvēkus un pieņemtu lēmumus, balstoties uz savām vērtībām, nevis citu ietekmi. Atcerētos, ka Tu pats esi savas dzīves noteicējs un nemēģināt izpatikt ikvienam, jo "īstie" cilvēki tevi vienmēr atradīs, un nekad nevajag izdarīt kaut ko perfekti, bet tas, ka centies, jau ir viens liels solis uz priekšu!

5. Nekad nepārstājiēt sapņot! Sapņi reizēm var piepildīties, tikai ir jābūt liels, liels griesspēkam un neatlaidībai. Stāties pretī sa-

vām bailēm! Reizēm, izejot no komforta zonas, mēģinot un kļūdoties, Tu iegūsti daudz, daudz vairāk mācību un patīkamas emocijas, nekā nemēģinot, jo nekad nav par vēlu ko jaunu apgūt - kādu sporta veidu, hobiju, atklāt lietas, ko iepriekš nezināji, uz ko esi spējīgs. Nestrīdieties ar saviem tuviniekiem, novērtējiet tos! Plānojiet savu laiku, neatstājiet visu uz pēdējo brīdi un izmantojiet to kvalitatīvi! Noteikti novēlu tiem, kuriem šogad jākārtoto eksāmeni, pašus labākos rezultātus un ceru, ka tiksiet universitātēs, kur gribējāt, un nekad nepadodieties un mācīties no katra kritiena, kļūdām un vienmēr piecelieties, pat ja tas ir grūti!

6. Noteikti iesaku saprast, kas ir lietas, kas tev patīk un kas – nē, kā arī to, kas tev rada prieku. Ja darbs, ko darīsi, būs ar degsmi un prieku, tas būs interesants un nekad nekļūs garlaicīgs. Apmeklē izstādi Ķīpsalā, kur vari iepazīt dažādas universitātes un studiju programmas, dodies pie skolas karjeras konsultantes, piedalies Ēnu dienās, Atvērtu durvju dienās un pasākumā "Iekāp studenta kurpēs".

Ievāc informāciju par profesijām, kas interesē, izvērtē to plusus un mīnus un pamēģini iedomāties sevi šajā darbā – vai tas sagādātu prieku arī pēc vairākiem gadiem. Izpildi karjeras testus, uzjautā ChatGPT, aprunājies ar tuviniekiem un padomā, vai vēlies strādāt ar cilvēkiem, būt neatkarīgs, veidot savu uzņēmumu vai strādāt attālināti un ceļot. Vienkārši sakot – ja darbs tiks darīts ar mīlestību, tas dos dzīvei jēgu un piepildījumu!

7. Pirmās sērijas nosaukums – "Ko jūs no manis gribat?", "Kas tas ir?", "Jūs nopietni?", "Es neko nesaprotu!". Tas ir posms, kad viss vēl ir jauns — bail kļūdīties, kaut ko pateikt, viss tracina, ir pirmās simpātijas, vilšanās un asaras. Taču ar katru gadu mēs pilnveidojamies. Pēdējās sērijas nosaukums – "Atbildība? Universitāte? Ģimene?", "Es vēlos piepildīt savus sapņus – augt

un attīstīties", "Man šis sāk patīkt!". Tas ir laiks, kad sevi iepazīsti arvien vairāk, uzņemies lielāku atbildību un sāk patstāvīgi veidot savu dzīvi. Reizēm gribas atgriezties bērnībā vai skolas laikā, kad rūpju bija mazāk, bet šis ir daļa no procesa.

8. Noteikti tas būtu 1. septembris 1. klasē, jo es praktiski neko neatceros, un ir lietas, ko būtu darījusi citādi, īpaši attiecībā uz cilvēkiem, ar kuriem pavadītu vairāk laika. Taču patiesībā es neko nemainītu, jo katrs cilvēks, kas ir bijis manā dzīvē, ir tās neatņemama daļa. Dažādas dzīves situācijas un mainīgas draugu kompānijas mūs veido, un tas ir pavisam normāli.

Liels paldies manai ģimenei, draugiem, skolotājiem un deju skolotājām, kas man deva degsmi, dzīves piepildījumu un palīdzēja atrast to, ar ko aizraujos. Novēlu ikvienam atrast savu mazo lietiņu, kas iepriecina un dod dzīvei jēgu, kā arī paldies visiem, kas bija ar mani šajos vidusskolas gados.

9. Jau minēšu atkārtoti- laika plānošana. Šobrīd to pamazām mācos uzlabot, lai gan joprojām gadās "all nighters", kad viss atstāts uz pēdējo brīdi. Tomēr viss ir iespējams, ja prot plānot savu laiku. Tas ir ļoti svarīgi, ja gribas gan atpūsties, gan izgulēties un just mieru, zinot, ka viss ir izdarīts laikā.

Noteikti vajadzēja vairāk klausīties bioloģijas un matemātikas stundās, jo tagad daudz kas jāapgūst pašmācības ceļā. Tāpēc klausieties skolotājos, jautājiet, ja kaut kas nav skaidrs, un mācieties — jo, kā mēdz teikt, mēs nekad nepārstājam mācīties.

10. Tās nav manas sapņu studijas, taču es neko nenožēloju, jo tās man daudz ko iemācīja. Uzlaboju komunikācijas prasmes, apguvu jaunus priekšmetus, īpaši anatomiju, kur bija iespēja strādāt ar īstiem cilvēku kauliem. Pirms kolokvijiem mācījos dažādos veidos — pārlasot materiālus, skaļi atkārtojot un veidojot flashcards, kas ļoti palīdzēja.

Man patīk šī jaunā dzīve — cilvēki, vide, pasākumi un Rīga ar daudzām iespējām. No šī gada septembra vēl redzēšu, kur un kādās studijās būšu, taču ticu, ka pat tad, ja pirmajā gadā netiec tur, kur gribēji, vienmēr ir iespēja mēģināt vēlreiz. Nekad nav par vēlu sākt no jauna, tāpēc galvenais- nepazaudējiet sevi un nekad nepārstājiet mācīties, tas ir mans novēlējums tiem, kas šo lasa vai jau izlasīja!



Evelīna Cakule

2024./2025.m.g. absolvente

1. Viena no dienām, kuru es noteikti nekad neaizmirsīšu, bija absolventu vakars, kad pēc neskaitāmiem mēģinājumiem mēs izrādījām savu iestudēto teātra uzvedumu. Pieredze, kuru ieguvu šajā procesā, nenoliedzami ir pilnveidojusi mani kā cilvēku – komandas darbs, sadarbšanās, kritikas pieņemšana. Pēc paveiktā darba gandarījums bija neaprakstāms, kas vienmēr kalpos kā pierādījums, ka pūles bija tā vērtas!

2. Tikai pēc absolvēšanas es novērtēju mūsu sagatavošanu patstāvīgiem un grupu darbiem, jo augstskolā to ir ļoti daudz.

3. Šobrīd es esmu 1. kursa studente Vidzemes Augstskolā, kurā apgūstu visu par un ap medijiem un žurnālistiku. Mācību process ir aizraujošs un ļoti daudzveidīgs! Pie šī lēmuma es nonācu 12. klases vidū, kad kādā dienā nolēmu veikt pamatīgu izpēti par Latvijas augstskolu piedāvātajām studiju programmām. Neteikšu, ka biju 100% pārliecināta par savu izvēli, taču zināju, ka interese par šādiem procesiem man ir. Tagad, kad esmu aklimatizējusies un piedzīvojusi šīs lielās pārmaiņas, es varu apgalvot, ka par savu izvēli esmu vairāk pārliecināta nekā nepārliecināta, jo ar katru dienu es atklāju ko jaunu gan par savu izvēlēto ceļu, gan par sevi.

4. Ja es varētu atgriezties skolas laikā, neko citādāk nedarītu, jo uzskatu, ka katra veiktā izvēle mani veido tādu, kāda esmu.

5. Mans padoms šī brīža skolēniem – nebaidieties riskēt! Mērķējiet augstu un, ja saprotat, ka veiktā izvēle nav īstā – kļūdfities ir cilvēcīgi. Turpiniet meklēt sevi un savu īsto vietu.

6. Tiem, kuri vēl nezina, ko darīt, iesaku savu metodi - veikt pamatīgu (tiešām pamatīgu) izpēti par Latvijas augstskolu piedāvātajām studiju programmām. Galvenais ir noskaidrot jomu, kas rada kaut nelielu interesi, un doties tās virzienā.

7. Pirmā sērija sauktos "Pamatīgs satraukums" un pēdējā, bez šaubām, - "Uzvara!"

10. Manas studijas izrādījās daudz aizraujošākas un daudzveidīgākas, nekā es iedomājos. Mēs esam braukuši ekskursijās, darbojušies radoši un grupās, kā arī, protams, daudzās lekcijas, kas sniedz interesantas teorētiskās zināšanas.



Angelina Krasovska

2024./2025.m.g. absolvente



1. Manuprāt, tā bija Skolotāju diena! Lai cik tas smieklīgi neizklausītos, tieši šajā dienā es savus skolotājus uztvēru kā personības, kurām ir tiesības būt tādiem, kādi viņi patiesībā ir. Tas bija elpu aizraujoši.

2. Es novērtēju to tikai tad, kad viss jau bija beidzies, kā piemēram, sajūtu, ka skola bija manas otrās mājas! Vieta, kur draugi bija blakus katru dienu, nevis tikai tad, kad dzīve ļauj satikties. Skolotājus, pie kuriem varēja gūt ne tikai zināšanas, bet arī saņemt atbalstu un sapratni. Laiku, kurā mēs kļūdījāmies, mums piedeva, kur kļūdas bija ceļš uz izaugsmi, nevis sods. Un tikai pēc absolvēšanas es sapratu, cik dārgi patiesībā bija tie otrie iespēju mirkli, jo īstajā pasaulē tos vairs nedod tik dāsni. Tāpēc tagad es skatos uz šo laiku ar pieticību, jo tieši tur es iemācījos būt cilvēks.

3. Šobrīd es vēl neesmu nonākusi vienā konkrētā punktā, es joprojām meklēju. Ne tāpēc, ka man trūkst sapņu! Ilgu laiku es domāju, ka pēc skolas beigšanas ir jāzina tieši, kurp doties un par ko kļūt. Taču dzīve man iemācīja ko citu - nezināt arī ir daļa no ceļa! Es kļuvu par to "nestandarta" cilvēku, kurš uzreiz neizvēlējās vienu virzienu. Ne tāpēc, ka būtu padevusies, bet tāpēc, ka baidījies veikt nepareizu izvēli. Un tomēr tieši šeit sākas īsta izaugsme, kad tu saproti, ka tikai pats vari atrast savu ceļu.

4. Ja es varētu atgriezties skolas laikā, es noteikti mainītu savu attieksmi pret grāmatām. Toreiz šķita, ka pēc skolas tās vairs nelasīšu, jo viss jau ir telefonā un sociālajos tīklos. Bet patiesībā pēc skolas tu saproti, cik tukši kļūst ekrāni un cik īslai-cīgas ir ātrās ziņas. Tu arvien vairāk gribi būt ar sevi, ar draugiem, ar vecākiem, pavadīt laiku, kas atstāj patiesu nospiedumu. Un tieši tad grā-

matas kļūst par patiesu atklājumu - tās kļūst par sarunu ar pasauli un ar sevi. Tās māca domāt, saprast un iedvesmoties. Tāpēc, ja es varētu ko mainīt, es sāktu lasīt agrāk, ne tikai kā pienākumu, bet kā dāvanu sev un savai nākotnei!

5. Dzīve ir viena, un no tās var paņemt visu, ko vēlies. Jo īpaši, ja vēlies iet citu ceļu, nekā pārējie - nekautrējies, riskē, meklē savu unikālo pieredzi un iespējas, bet neaizmirsti, dzīve neatļauj kļūdas, un tās cena tiek maksāta ar laiku.

6. Tiem, kuri vēl nezina, ko darīt pēc skolas, es teiktu: "Nepārdzīvojiet!" Ir pilnīgi normāli nesa-prast visu uzreiz. Dzīve nav lineāra, un ceļi, kas šķiet pareizi tagad, ne vienmēr ved uz īsto galamērķi. Jūsu laiks vēl nāks, un tieši jūsu pieredze būs tā, kas veidos jūs par unikālu cilvēku!

7. Pirmais sērijas nosaukums: Es gribu atrast sevi...

(kad viss šķiet neskaidrs, sapņi lido, un pasaule ir pilna iespēju, bet tu vēl neesi gatava izvēlēties savu ceļu)

Pēdējais sērijas nosaukums: Es vēl atradīšu sevi!

(kad saproti, ka ceļš tikai sākas, kļūdas ir mācība, un dzīve turpina dot iespējas atrast savu vietu un balsi, ja pat skola beidzās)

8. Absolventu vakars, jo tad varētu dzirdēt un uzzināt, kā dzīve veidojusies vecākajai paaudzei, lai paņemtu no viņu pieredzes mācību sev.

9. Skolā viss bieži ir precīzi – viena pareiza atbilde, viena formula, bet dzīvē pat pareizie lēmumi ne vienmēr dod precīzu rezultātu, un to jāiemācās pieņemt. Mēs mēdzam būt radoši savās izvēlēs, mērķos un sapņos, bet formulas rāda, ka daži dzīves pamatprincipi tomēr pastāv, un struktūra nezaudē savu nozīmi.

10. Ziniet, dzīve nav tikai par to, kas tika iecerēts - tā ir par to, ko mēs spējam atrast starp likločiem. Es atrodu laiku sev, kaut kam citam: beidzot iegūstu autovadītāja tiesības, pavadu laiku ar vecākiem, satiekos ar draugiem, un pat no skolas! Mana dzīve, lai arī pilna nenoteiktības un pārsteigumu, ir piepildīta ar aktivitātēm, prieku un maziem brīnumiem. Un tieši šie mirkli, šī kustība, šī sajūta dod man dzīvei jēgu, padara to bagātu un skaistu, pat ja tā neizskatās pēc sākotnējā sapņa! Kā redzat, es priecājos un atīstos tāpat kā cilvēki, kuri jau ir atraduši savu ceļu, bet tikai savādāk!

Jekaterina Gorpiņča

2024./2025.m.g. absolvente



1. Manuprāt, viena no neaizmirstamākajām dienām skolā bija lugas "Soliņš ir liecinieks" iestudēšana. Tā bija pieredze, kas saliedēja klasi un paliks atmiņā uz ilgu laiku.

2. Pēc skolas absolvēšanas es patiesi novērtēju brīvo laiku. Iestājoties augstākās izglītības iestādē, tā kļūst arvien mazāk un, atgriežoties mājās brīvdienās, visbiežāk gribas vienkārši atpūsties no mācībām.

3. Šobrīd es gandrīz katru dienu intensīvi mācos. Es sapratu, ka disciplīnas trūkums un mācīšanās pēdējā brīdī nedod labus rezultātus, tāpēc, lai sasniegtu savus mērķus, man nākas sevi motivēt un piespiest strādāt regulāri.

4. Ja varētu atgriezties skolas laikā, es noteikti lietderīgāk pavadītu savu brīvo laiku, nevis vienkārši gulētu gultā. Tagad saprotu, cik grūti ir atrast laiku saviem hobijiem.

5. Mācīties nevis vecāku vai radnieku dēļ, bet

gan sevis dēļ. Tas ievērojami atvieglos jūsu ceļu nākotnē. Plānojiet savu laiku un neiegremdējieties mācībās pilnībā, lai saglabātu spēkus turpmākajām studijām.

6. Pirms iestāšanās augstskolā padomājiet par savām interesēm, hobijiem vai par to, ar ko jums patika nodarboties bērnībā. Iespējams, tieši tur slēpjas jūsu īstais "es".

7. 1. sērija: "Pirmais solis lielajā ceļā", bet pēdējā sērija: "Tur, kur sākās mūsu "mēs".

8. Es atgrieztos Pēdējā zvana dienā — laikā, kad beigas jau ir tik tuvu, bet vēl var izbaudīt siltus un skaistus mirkļus. Man ļoti pietrūkst skolas, savas klases un klases audzinātājas — viņi man bija kā otrā ģimene.

9. Skolā es neiemācījos efektīvi plānot savu laiku. Manuprāt, tā ir viena no svarīgākajām prasēm pieaugušo dzīvē.

10. Jā, viss izrādījās tieši tā, kā biju iedomājusies — es zināju, uz ko eju :)

Mūsu absolventu stāsti pierāda – katrs sapnis ir sasniedzams, ja tajā iegulda darbu un neatlaidību, mūsu absolventu ceļi turpinās, bet skolas gaisma paliek viņu sirdīs. Tā atgādina: sapņi ir sasniedzami, nākotne ir atvērta, un katrs solis, kas sperts ar ticību sev, ved pretī panākumiem. Un ceļš uz nākotni sākas tieši šeit – skolas solā.



Interviju sagatavoja Diāna Skeranska (12.a), Viktorija Līce-Līcīte(12.a) un Amanda Piļļeviča(12.a)



Festivāls "Sēlijas frekvence"

2026.gada 27.janvārī Jēkabpils novada Leimaņu Tautas namā notika Sēlijas novada izglītības iestāžu vokāli - instrumentālo ansambļu, instrumentālo ansambļu, popgrupu un solistu festivāls "Sēlijas frekvence". Koncertā piedalījās ap 120 dalībniekiem. Klausītājiem bija iespēja dzirdēt dažādu stilu un žanru mūziku. Izskanēja skanīgas latviešu komponistu dziesmas, ukraiņu komponistu un ukraiņu tautas dziesmas. Pasākumā piedalījās kolektīvi no Jēkabpils, Viesītes, Aizkraukles, Skrīveriem. No Jēkabpils 2.vidusskolas piedalījās divi kolektīvi - 4.klašu ansamblis "Puķu bērni"(vadītāja, Kristīne Studāne-Indriksone), 5.klašu ansamblis "Varavīksne"(vadītāja Aija Rumjanceva), kā arī 4.g klases skolnieces Dārta Cankale, Ieva Artemjeva, Darja Boiko, kuras pārstāvēja BJC Ukrainu kultūras un tradīciju klubu (vadītāja Kristīne Studāne-Indriksone).

Koncertu klausījās, kā arī izteica savas domas par dzirdētajiem priekšnesumiem profesionāli eksperti mūzikā – Santa Kasparsons (mūzikas skolotāja, dziedātāja, komponiste), Oskars Elksnis (Jēkabpils BJC direktors un mūziķis), Gints Audzītis (Leimaņu tautas nama vadītājs, mūziķis). Ekspertu simpātiju balvu saņēma divi kolektīvi – Jēkabpils BJC muzikantu kopa "Trapa Natan" un Aizkraukles novada interešu izglītības centra popgrupa "Atspoles".

Kopīga muzicēšana bērnos un jauniešos sniedz piederības sajūtu, pozitīvas emocijas, un tā ir neatņemama būtiska muzikālās meistarības izaugsmes sastāvdaļa. Nobeigumā visi dalībnieki kopā ar ekspertiem un kolektīvu vadītājiem vienoties kopīgā dziesmā.

Katra kolektīva priekšnesums izstaroja prieku, muzikālo degsmi un enerģiju!

Uz tikšanos nākošgad!

Kultūras izpratnes un pašizpaušmes mākslā mācību jomas vadītāja Kristīne Studāne-Indriksone



Mūsu skolas sporta leģenda



2026.gada 30. janvārī Jēkabpils Sporta hallē svinīgā atmosfērā norisinājās "Jēkabpils novada Sporta laureāts 2025", kurā tika godināti aizvadītā gada izcilākie sportisti, treneri, komandas, sporta organizācijas un sporta dzīves atbalstītāji. Par 1. vietu Baltijas čempionātā vieglatlētikā vecmeistariem tika sveikta **Aivita Ķiploka**. Šis sasniegums apliecina ne tikai viņas izcilās sportiskās prasmes, bet arī mērķtiecību, disciplīnu un neatlaidību, kas ir iedvesma visiem mūsu skolēniem. Aivita Ķiploka ir ne tikai izcila sportiste, bet arī aizrauģīga un atbalstoša skolotāja. Viņas enerģija, entuziasms un prasme spēj iedvesmot citus. Viņas panākumi Baltijas mērogā ir lielisks piemērs tam, ka smags darbs un mērķtiecība nes augļus. Mēs, Jēkabpils 2.vidusskola, lepojamies ar sporta skolotājas Aivitas Ķiplokas sasniegumiem un ceram, ka viņas stāsts iedvesmos vēl vairāk skolēnus aktīvi piedalīties sportā un tiekties pēc saviem sapņiem – neatkarīgi no vecuma un iepriekšējās pieredzes.

Kā Jūs sākat nodarboties ar vieglatlētiķi?

Es dzīvoju un mācījos Jelgavā. Sporta skolotājs, kas bija arī vieglatlētikas treneris, uzaicināja mani uz treniņiem, man iepatikās un es turpināju.

Ko Jūs šodien darāt gudrāk kā jaunībā?

Tagad vairāk ieklausos savā ķermenī, savā pašsajūtā, domāju ilgtermiņā, rezultāts vairs nav pats svarīgākais, vairāk baudu procesu.

Kāds ir Jūsu galvenai motivācijas avots?

Kustos, lai labi justos! Es patiešām mēģinu ļoti daudzveidīgi pavadīt brīvo laiku. Man patīk iet

pārgājienos, braukt ar velosipēdu, peldēt, uzspēlēt basketbolu, piedalīties sacensībās utt. Ja ir bijis pietiekams daudzums kustību, vienmēr labi jutos.

Vai ir bijuši brīži, kad gribējās padoties?

Sportā noteikti ir brīži, kad treniņi šķiet par smagu, kaut kas neizdodas kā iecerēts, patraucē trauma un citi sīkumi, tomēr vienmēr izrādījās, ka tieši tas ir norādījis visvairāk un neļāvis padoties, gluži otrādi, par spīti visam līcis turpināt.

Kā Jūs pārvarat stresu pirms starta?

Agrāk stresu vairāk, jo tad ļoti svarīgi bija uzrādīt labu rezultātu. Ar gadiem tas ir mainījies, tagad vairāk tas ir priekams.

Kas sacensībās ir svarīgāks - fiziskā sagatavotība vai mentālais spēks?

Svarīgi ir abi, bet atbildīgos un izšķirošos brīžos arvien lielāka loma ir tam, cik labi spēj „sakārtot galvu”.

Kas šajās sacensībās bija visgrūtākais?

Baltijas valstu vecmeistaru sacensības vieglatlētikā norisinājās Klaipēdā, lija lietūs, sektors slapjš, diska slīd arī no rokas, viens metiens jau neieskaitīts, jo tīklā.... visgrūtāk bija mierīgi noskaņoties uz pēdējo metienu. Pēdējā mēģinājumā izdevās disku aizvest tālāk par visām konkurentēm un savā vecuma grupā izcīnīt 1.vietu.

Kādas bija Jūsu pirmās emocijas, uzzinot, ka esat ieguvusi 1.vietu Baltijas čempionātā vieglatlētikā vecmeistariem?

Es biju ļoti priecīga, jo tieši pēdējā mēģinājumā izdevās sasniegt savu izvirzīto mērķi.



Kā jutāties , saņemot šo atzinību?

Esmu priecīga , ka joprojām varu piedalīties vecmeistaru sacensībās un izcīnīt godalgotas vietas gan diska mešanā, gan šķēpa mešanā.

Ko Jums nozīmē tikt suminātai pasākumā „Jēkabpils novada Sporta laureāts 2025?”

Lepojos, ka varu pārstāvēt Jēkabpili un Latviju. Esmu labs piemērs saviem bērniem, mazbērniem, skolēniem, līdzilvēkiem.

Kā izdodas apvienot skolotāja darbu ar sportu?

Viss ir vienkārši- ja ir interese un vēlme izkustēties, tad laiks atrodas, precīzāk, tas tiek ieplānots, ja tas tā nav, tad atrodas iemesli nedarīšanai.

Kādu smieklīgu vai negaidītu notikumu no sacensībām Jūs vēl šodien atceraties?

Braucot uz sacensībām un no tām, ar komandu ir bijuši daudz un dažādi, spilgti , smieklīgi atgadījumi, kuriozas situācijas. Ja runā tieši par mačiem, tad pirms vairākiem gadiem, vasarā, sacensības stadionā sākās kā ierasts, bet pēc kāda laiciņa piedzīvojām īsu, bet neierasti spēcīgu lietusu un vēja vētru/virpuli. Visos sektoros inventārs tika nests pa gaisu, nojumes tika salauztas un aizpūstas. Viss ātri sākās un ātri beidzās. Pēc sektoru sakopšanas sacensības varēja turpināties. Tas bija diezgan baisi, jo saproti, ka daba trako un tajā brīdī esi bezspēcīgs . Kaut ko tādu līdz tam nebiju piedzīvojusi, bet kopā ar citiem sportistiem to pārdzīvojām drošāk.

Ja Jums būtu jādod viens padoms skolēniem, ko iemācījis sports, kāds tas būtu?

Sports ir daudz vairāk nekā tikai kustība un veselība. Tas ir disciplīna, pacietība, neatlaidība, personīgā izaugsme. Tas ir sadarbība, zaudēju-



ma rūgtums, patīkamie prieka un gandarījuma mirkļi.

Ko Jūs ieteiktu jauniešiem, kuri vēlas nodarboties ar sportu, bet šaubās par savām spējām?

Iesaku izmēģināt vairākus sporta veidus, lai saprastu , kas patiešām interesē, padodas, ar kuru būtu vērts nodarboties nopietnāk. Brīvajā laikā iesaku visiem vairāk kustēties, nekautrēties izmēģināt visdažādākās aktivitātes, inventāru, būt ārā, svaigā gaisā. Ja sportošana galīgi nav jūsu, atrodi sev piemērotu vaļasprieku, kas ikdienu padarīs piepildītāku, interesantāku un jautrāku.

Skolotājas Aivitas Ķiplokas panākumi ir ne tikai personisks sasniegums, bet arī skolas lepnums. Viņas stāsts rāda, ka **ar neatlaidību, mērķtiecību un mīlestību pret sportu var sasniegt pat visaugstākos mērķus.** Mēs ticam, ka Aivitas Ķiplokas piemērs iedvesmos mūsu skolēnus aktīvi piedalīties sportā, pārvarēt grūtības un nekad nebaidīties no izaicinājumiem. Lai katrs solis trasē un dzīvē būtu tikpat pārliecinošs kā viņas uzvara – **jo īsta uzvara sākas ar ticību sev!**



Interviju sagatavoja Elīna Aleta Ozola-Ozoliņa(11.b)
un Anastasija Jeršova(11.b)

Literārā lappusīte

Zelta janvāris.

Vecais gads beidzas,
Un jaunais gads sākas.
Pirmais nāk janvāris,
Un vai tev ir brīvs brīdis?

Janvāris atjāj uz kumeļa stalta,
Cerību un laimi tas vieš.
Un zeme kļūst balta,
Kamēr tas iespējas sēj.

Te pārsla par kalnu izaug.
Būs tikai laime un pārticība,
Pasaule nostājas līdzsvarā.
Nebūs kalns, kas netiks pārvarēts!

Janvāris saviem ļaudīm teic,
Kamēr tie cits citu sveic.
Un uz spārnotā kumeļa tas ņem tevi,
Tālāk, uz piepildīto sapņu zemi!

Kur zelta Saule ausīs!

Ziemas sonets.

Baltie kupenu vaļņi veļas,
Kokos ziemeļvēji skan,
Jaunās dvēseles smejas,
Un prieki rodas man.

Gulbji projām trauc,
Vien vārnas un žagatas slinko,
Jāsēd vien ragavās un jābrauc,
Tur, kur siltās svinības rīko.

Pie durvīm jau klauvē,
Laidiet tik iekšā!
Pirms klauvētājs vēl netaurē.

Paties prieks redzams viešņā,
Kad vārošā tējkanna taurē,
Šis vakars būs neaizmirstams - veidā tiešā.

Arvis Arājs, 10.a klase

Vokālās mūzikas konkurss/skate "Balsis"

Vokālās mūzikas konkurss „Balsis” šogad notiek jau 20. reizi. Bērnu un jauniešu interese par vokālo mākslu un aizrautīgā akustiskā muzicēšana, kā arī pedagogu profesionālais darbs un atsaucība sekmējusi konkursa „Balsis” tradīcijas nostiprināšanos un apliecinājusi tā pastāvēšanas ilgtspēju.

2026.gada 18.februārī Jēkabpils Tautas namā notika vokālās mūzikas konkurss/skate “Balsis” 1.kārta, kurā piedalījās Jēkabpils novada izglītības iestāžu 14 vokālie ansambļi. No Jēkabpils 2.vidusskolas piedalījās četri ansambļi.

Konkursa mērķis ir bērnu un jauniešu kultūras izpratnes un pašizpaušmes mākslā lietpratības veicināšana, sekmējot viņu zināšanas un prasmes vokālajā muzicēšanā, raisot interesi par latviešu tautas dziesmu un oriģināldziesmu apgušanu un mākslinieciski emocionālu izpildījumu. Konkursa dalībnieki gatavoja trīs dziesmas: - viena ir sava kultūrvēsturiskā novada tautas dziesma a cappella unisonā, otrā un trešā ir brīvas izvēles latviešu tautasdziesmas apdare, kurā izmantoti mūsdienīgi izteiksmes līdzekļi vai latviešu autora oriģināldziesma. Dalībniekus vērtēja žūrija, kuras sastāvā bija mūziķis Aigars



**Kultūras izpratnes un pašizpaušmes mākslā mācību
jomas sadarbības grupas vadītāja K.Studāne-Indriksone**



Hobiji ziemā palīdz uzturēt labu noskaņojumu, stiprina veselību un ļauj atklāt jaunus talantus. Tie ir lielisks veids, kā atpūsties no mācībām, pavadīt laiku ar draugiem un ģimeni un padarīt tumšos vakarus gaišākus un interesantākus. Šajā skolas avīzes numurā ielūkosimies dažādās ziemas nodarbēs un noskaidrosim, kā skolēni un pedagogi izvēlas pavadīt savu brīvo laiku aukstajos ziemas mēnešos. Uz sarunu aicinājām Andri Lazdiņu, fizikas skolotāju, Vandu Lovčinovsku, matemātikas skolotāju, Dairu Voičonu, sociālo zinību skolotāju un 9.a klases skolēnu Daniilu Veļičko, 9.c klases skolēnu Marku Kārklīnu un 9.d klases skolēnu Raiti Bisenieku.



A man is swimming in dark, choppy water that is partially covered with ice. He is holding onto a metal ladder that leads down from a wooden dock. The dock is made of dark brown wooden planks. In the background, there are more wooden planks floating on the water's surface. The man has a surprised or excited expression on his face.

Lai uzzinātu vairāk par skolotāja Andra Lazdiņa aizraušanos ar slēpošanu, uzdevu skolotājam dažus jautājumus.

Kā jūs sākāt nodarboties ar slēpošanu – tas bija hobijs vai nopietnāks sports?

Noteikti nebija nopietns sports, drīzāk atbalstīju savu sievu.

Kurš slēpošanas veids jums patīk visvairāk – distanču, kalnu vai varbūt biatlons?

Pa televizoru skatos biatlonu, bet pats drīzāk nevienu neizvēlētos.

Kas slēpošanā sagādā vislielāko prieku – ātrums, daba vai fiziskais izaicinājums?

Dabas skati.

Cik bieži ziemā dodaties slēpot?

Skatoties pēc ziemas. Pagājušajā gadā nevienu reizi nesanāca paslēpot, bet šogad divas, trīs reizes nedēļā, jo diezgan laba ziema.

Vai mācību stundās kādreiz izmantojat slēpošanu kā piemēru fizikas tematiem?

Jā, noteikti, piemēram biatlonā ir fizika, berzes spēks, tagad 10. klasei tēma.

Ja slēpošana nebūtu sports, bet fizikas uzdevums, cik balles jūs pats sev ieliktu?

4 balles. Būšu godīgs – nav mīļākais sporta veids, labāk patīk slidot.

Vanda Lovčinskā



Slēpošana nav tikai sporta veids — tā ir sajūta. Tā ir kraukšķoša sniega skaņa zem slēpēm, aukstais gaiss, kas piepilda plaušas, un brīdis, kad, slīdot lejup pa nogāzi, aizmirstas visi ikdienas sīkumi. Katrs nobrauciens iemāca ko jaunu — drosmi, līdzsvaru, neatlaidību. Un, atgriežoties mājās ar sārtiem vaigiem un patīkamu nogurumu, paliek gandarījums par paveikto. Varbūt tieši tāpēc slēpošana kļūst par īstu ziemas prieku — tā vienlaikus stiprina ķermeni, iedvesmo prātu un atgādina, cik skaista var būt ziema, ja ļaujamies tās piedzīvojumiem.

Lai uzzinātu vairāk par matemātikas skolotājas Vandas Lovčinskā aizraušanos ar slēpošanu, uzdevu skolotājai dažus jautājumus.

Skolēns saka: “Man fizika nekad dzīvē nenoderēs!” Ko jūs viņam atbildētu, stāvot uz slēpēm?

Nu, bet tu stāvi uz savām slidām un nekrīti gar zemi, tā ir fizika, tomēr tev noder fizika.

Šāds skolotāja piemērs parāda, ka ziema nav tikai aukstums un tumši vakari — tā var kļūt par piedzīvojumu pilnu gadalaiku. Varbūt tas iedvesmos arī skolēnus piecelties no dīvāna, uzvilkt cimdus un doties savā ziemas piedzīvojumā!



Interviju sagatavoja Laura Vilkaste, 11.b

Kā jūs sākāt nodarboties ar slēpošanu – vai tas bija hobijs vai nopietnāks sports?

Studējot Daugavpils institūtā (tagad – universitātē), es nopietni nodarbojos ar sporta orientēšanos. Ziemā kartes uz laiku tika noliktas malā, bet to vietā talkā nāca slēpes – kā neatņemama treniņu sastāvdaļa.

Kurš slēpošanas veids jums patīk visvairāk – distanču, kalnu vai varbūt biatlons?

Jaunībā mani visvairāk aizrāva kalnu slēpošana – pat divas reizes devos uz Karpatiem, lai izbaudītu nobraucienus no kalniem. Šobrīd gan priekšroka tiek dota mierīgākai baudai – klasiskajai distanču slēpošanai.

Cik bieži ziemā dodaties slēpot?

Viss ir atkarīgs no laikapstākļiem un sniega kvalitātes. Šajā ziemā slēpes jau ir “izvestas pastaiģā” trīs reizes.

Vai slēpojot jūs galvā skaitāt trajektorijas un leņķus?

Slēpojot cenšos neskaitīt ne leņķus, ne trajektorijas – tas ir brīdis, kad galva beidzot var atpūsties.

Ja slēpošana nebūtu sports, bet matemātikas uzdevums, cik balles jūs pati ieliktu?

Ja slēpošanu pārvērstu matemātikas uzdevu-

mā, tad, ņemot vērā pieredzi un vecumu, sev ieliktu godīgu rezultātu – 50 uz 50.

Cik procentu no veiksmīga nobrauciena ir tehnika un cik – veiksmē?

Šobrīd svarīgākais veiksmīgam nobraucienam nav ne tehnika, ne veiksmē, bet gan vēlēšanās vispār doties slēpot.

Pabeidziet teikumu: "Labs slēpotājs ir tas, kurš prot..."

Labs slēpotājs ir tas, kurš prot ne tikai slēpot, bet arī laikus un pareizi nokrist.

Interviju sagatavoja Anete Solvita Bisniece, 11.b

Daira Voičonoka



Ziema lielākajai daļai cilvēku nozīmē siltu tēju, biezās jakas un centienus pēc iespējas mazāk uzturēties aukstumā. Taču ir cilvēki, kuri tieši pretēji — apzināti meklē ledainu ūdeni un drosmīgi lien āliņģī. Šajā intervijā sarunājamies ar Dairu Voičonoku, sociālo zinību skolotāju, kura ziemas peldēšanu pārvērtusi par neatņemamu savas dzīves daļu, lai uzzinātu, kāpēc viņa to dara, kādas sajūtas tas sniedz un ko vajadzētu zināt tiem, kuri vēl tikai apsver iespēju izmēģināt šo aukstuma izaicinājumu.

Kā sākt nodarboties ar peldēšanu āliņģī?

Pēc dabas esmu azartisks cilvēks. Tieši tā arī vairāk kā pirms gada aizsākās mana aizraušanās ar ziemas peldi. Viss sākās kādā ziemas purva pārgājienā, kad uz purva celma sadūru savus skaistos, dzeltenos zābaciņus un visu pārgājienā nācās iet slapjām kājām. Pārgājienam noslēdzoties, draudzene teica: "Ja jau tu ziemas laikā izgāji purvu slapjām kājām, tad tu varētu

pievienoties ziemas peldēšanai." Uz ko es atsmēju: "Nav problēmu, zvani, kad nākamreiz iesi peldēt, es pievienošos." Tā arī notika. Dažas dienas pēc pārgājiena saņēmu uzaicinājumu pievienoties peldēšanai.

Kādas bija sajūtas, kad pirmo reizi iegājāt aukstā ūdenī?

Pirmajā reizē bailes, neziņa mijās ar interesi. Bet kā jau teicu - esmu azartisks cilvēks, tāpēc interese un adrenalīns ņēma virsroku. Ienākot ūdenī, ķermeni pārņēma stindzinošs aukstums, kas aizsita elpu. Te saņēmu savu pirmo mācību - elpo dziļi, lai nomierinātu savu ķermeni un prātu. Tas mani nenobiedēja, pirmajā reizē ūdenī pavadīju minūti un 45 sekundes.

Vai īpaši gatavojaties pirms iešanas āliņģī?

Īpaša gatavošanās pirms peldes man nav nepieciešama, vienīgais, kam es pievēršu uzmanību, ir ērts apģērbs un silta tēja pēc peldes.

Vai ir kāds īpašs rituāls pirms vai pēc peldes?

Galvenais rituāls ir pati pelde - kopā būšana ar domubiedriem un tējas malkošana pēc peldes.

Kādi drošības noteikumi jāievēro?

Lai arī daudzos avotos varam lasīt par tās pozitīvo ietekmi uz veselību, jāatceras, ka ķermeņa temperatūra strauji pazeminās ziemas peldēšanas laikā, un tas var radīt zināmus riskus veselībai. Tāpēc, pirms uzsākt ziemas peldi, vispirms jāpārliedzinās par savu veselības stāvokli, peldes laikā ļoti jāieklausās sajūtās, ko pauž ķermenis, tāpat vienmēr jāpatur prātā arī tas, ka, pazeminoties ķermeņa temperatūrai, tas kļūst mazāk jūtīgs, un neuzmanoties nemanāmi var gūt fiziskus savainojumus - sagriezties ar ledu.

Kā ģimene un draugi reaģē uz jūsu hobijs?

Man tuvo cilvēku reakcija uz manu aizraušanos ar ziemas peldi, tāpat kā ar daudzām citām izklaidēm ir dažāda. Citi uz to raugās ar apbrīnu, bet citi neizprot manu vajadzību pēc tādām aktivitātēm.

Ko jūs teiktu cilvēkiem, kuri gribētu pamēģināt ziemas peldi?

Cilvēkiem, kas to vēlas pamēģināt, es noteikti ieteiktu to darīt, jo nekad nevar zināt, vai tas tev der, ja neesi pamēģinājis. Tikai darīt to apdomīgi, prātīgi, izvērtējot savu veselības stāvokli un iespējamos riskus. Katrs dzīvojam savu vienīgo laimīgo dzīvi, tādēļ katram jādara tas, kas viņu dara laimīgu, nepadarot nelaimīgus citus.

Interviju sagatavoja Elīze Laura Bisniece, 10.a

Ripas lido, sapņi aug

Ziemas sporta veidi ne tikai stiprina ķermeni, bet arī māca disciplīnu, draudzību un cīņas spar — īpaši jaunajiem sportistiem. Arī mūsu skolā un pilsētā ziema nav iedomājama bez hokeja. Jaunie sportisti ar neatlaidību un degsmi pierāda, ka ziemas sporta veidi ir ne tikai izaicinājums, bet arī liels prieks. Hokejs jauniešu vidū ir vairāk nekā tikai sports — tas ir aizraujošs piedzīvojums uz ledus. Katrs treniņš māca neatlaidību, ātru domāšanu un spēju sadarboties ar komandu. Uzvelkot ķiveri un izslidojot laukumā, ikdienas rūpes paliek aiz borta, bet vietā nāk azarts, ātrums un vēlme sasniegt kopīgu mērķi.

Hokejs stiprina ne tikai fizisko sagatavotību, bet arī raksturu. Tas māca disciplīnu, atbildību un draudzību, kas bieži turpinās arī ārpus laukuma. Uzvaras prieks un pat zaudējumi kļūst par vērtīgu pieredzi, kas palīdz augt un pilnveidoties.

Mūsu skolā ir daudz skolēnu, kuri ar lielāko prieku nodarbojas ar hokeju. Uz sarunu aicinājām Daniilu Veļičko(9.a), Marku Kārklīņu(9.c) un Raiti Bisenieku(9.d), lai noskaidrotu, kas viņus pamudināja nodarboties ar šo sporta veidu.

Marks Kārklīņš (9.c)

Kā tu sāki nodarboties ar hokeju?

Komandā, kurā tagad spēlēju, pirms kāda laika bija sākušies atvērtie treniņi, kuri mani ieinteresēja, un es aizgāju sevi izmēģināt hokejā.

Cik bieži tev ir treniņi?

2 reizes nedēļā, viens treniņš ilgst 1 h.

Kas hokejā ir visgrūtākais, bet kas – visjautrākais?

Visgrūtākais ir iemācīties labi slidot un mest ripu vārtos. Visjautrākais ir slidināties un spēlēt jautru hokeju.

Kāda ir tava pozīcija laukumā?

Mana pozīcija ir kreisais uzbrucējs.

Kā tu raksturotu savu komandu trīs vārdos?

Spēks, cīņa, nepadošanās.

Ko jūs darāt, lai pirms spēles sajostos kā viena komanda?

Motivējam cits citu un apspriežam spēles plānu.

Kurš hokejists tevi visvairāk iedvesmo?

Konors Bedārds (angļu: Connor Bedard; dzimis 2005. gada 17. jūlijā) ir kanādiešu hokejists, centra uzbrucējs, pašlaik (2026) spēlē Nacionālās

hokeja līgas klubā Čikāgas "Blackhawks".

Kāds ir tavs lielākais sapnis hokejā?

Spēlēt Latvijas izlasē.

Ja tu varētu nospēlēt vienā komandā ar jebkuru hokejistu, kurš tas būtu?

Ar Konoru Bedārd.

Kā tev izdodas apvienot skolu ar treniņiem?

Tas nav grūti, jo treniņi man ir vakaros, tāpēc laika pietiek, lai atbrauktu mājās un izdarītu visu, ko vajag.

Ko tu ieteiktu bērniem, kuri domā sākt spēlēt hokeju?

Nebaidīties un iet trenēties spēlēt, jo šis sporta veids ir ļoti interesants un iedvesmojošs. Varbūt pirmais solis uz ledus ir mazs, taču tas var kļūt par sākumu lielam piedzīvojumam.

Raitis Bisenieks (9.d)



Kā tu sāki nodarboties ar hokeju?

Braucu līdz tētim uz hallēm, un man iepatikās, līdz es vienu dienu sāku apmeklēt treniņus. Es sāku nodarboties ar hokeju jau 2022. gadā, bet nodarboties ar hokeju mani iedvesmoja tētis, kurš arī jau ļoti ilgi spēlē hokeju komandā HK Jēkabpils/Daugava.

Cik bieži tev ir treniņi?

Treniņi man notiek piecas reizes nedēļā, un brīvdienās reizēm ir spēles.

Kas hokejā ir visgrūtākais, bet kas – visjautrākais?

Visgrūtākais ir treniņos, ja galīgi nekas nesanāk, tad saņemt sevi grožos un turpināt darbu. Toties

spēlēs visgrūtākais ir atspēlēties no zaudējuma. Visjautrākais, protams, ir svinēt uzvaras un būt kopā ar komandu, bet treniņos jautrākais ir atmosfēra.

Kāda ir tava pozīcija laukumā?

HS Baltu Lūši- aizsargs, HS Falcons-uzbrucējs.

Kā tu raksturotu savu komandu trīs vārdos?

Jautra, neatlaidīga, izturīga.

Ko jūs darāt, lai pirms spēles sajostos kā viena komanda?

Parasti mēs kopā iesildāmies, kopā pasakām runu un klausāmies enerģisku mūziku.

Kurš hokejists tevi visvairāk iedvesmo?

Īsti neviens, jo mani visvairāk iedvesmo mana ģimene.

Kāds ir tavs lielākais sapnis hokejā?

Noteikti tas būtu tikt NHL, bet tas tā ļoti skaļi teikts, tāpēc mans sapnis ir tikt kādā jauniešu izlasē- U18 vai U20, vai Latvijas izlasē.

Ja tu varētu nospēlēt vienā komandā ar jebkuru hokejistu, kurš tas būtu?

Ar Lauri Dārziņu.

Kā tev izdodas apvienot skolu ar treniņiem?

Tas nav viegli, bet, ar nelielām piepūlēm un centību tas sanāk.

Ko tu ieteiktu bērniem, kuri domā sākt spēlēt hokeju?

Noteikti pamēģiniet, jo, ja nepamēģināsiet, tad nezināsiet. Vēl gribu piebilst, ka šis sports ir ļoti azartisks un ātrs, tāpēc noteikti iesaku izmēģināt, jo tās emocijas, ko rada šis sporta veids, ir lieliskas. Progress nenotiek vienā dienā, bet ar neatlaidību rezultāti noteikti būs.



Daniils Veļičko (9.a)



Kā tu sāki nodarboties ar hokeju?

Kad man bija 4 gadi, es sāku nodarboties ar hokeju.

Cik bieži tev ir treniņi?

Man treniņi ir katru dienu, 2-3 reizes dienā.

Kas hokejā ir visgrūtākais, bet kas – visjautrākais?

Visgrūtākais manā gadījumā ir "iedzīvoties" traumā, bet visjautrākais-uzvarēt spēlē.

Kāda ir tava pozīcija laukumā?

Es esmu vārtsargs.

Kā tu raksturotu savu komandu trīs vārdos?

Jautra, draudzīga, labākā.

Ko jūs darāt, lai pirms spēles sajostos kā viena komanda?

Apspriežam taktiku.

Kurš hokejists tevi visvairāk iedvesmo?

Artūrs Šilovs (latviešu hokejists, vārtsargs. 2025. gadā pārstāv Nacionālās hokeja līgas (NHL) komandu Pitsburgas "Penguins". Iepriekš no 2023. līdz 2025. gadam pārstāvēja Vankūveras "Canucks" un tās fārmklubu Amerikas hokeja līgā (AHL) Ebotsfordas "Canucks". A. Šilovs ir 2023. gada Pasaules čempionāta bronzas medaļas ieguvējs Latvijas hokeja izlases sastāvā, kā arī čempionāta labākais vārtsargs un vērtīgākais spēlētājs.).

Kāds ir tavs lielākais sapnis hokejā?

Spēlēt Latvijas izlasē.

Ja tu varētu nospēlēt vienā komandā ar jebkuru hokejistu, kurš tas būtu?

Ar Sergeju Bobrovski.

Kā tev izdodas apvienot skolu ar treniņiem?

Viegli, jo treniņi ir pēc skolas.

Ko tu ieteiktu bērniem, kuri domā sākt spēlēt hokeju?

Nebaidies mēģināt! Sākumā viss var šķist grūts — slidošana, nūjas kontrole un spēles noteikumi. Tas ir pilnīgi normāli. Ar laiku prasmes uzlabosies. Svarīgākais ir prieks par kustību, ātrumu un spēli. Uzvaras ir patīkamas, bet vēl svarīgāka ir pieredze un draudzība.

Ziemas sports ir vairāk nekā tikai sacensības. Tas māca ticēt sev, cienīt komandas biedrus un nepadoties arī tad, kad ir grūti. Katrs treniņš uz ledus ir solis tuvāk sapņiem, un katrs jaunais sportists ir pierādījums tam, ka ar darbu un aizrautību var sasniegt lielas lietas. Lai ledus vienmēr ir drošs, komanda — vienota, un sapņi — augsti.

*Interviju sagatavoja Daniels Bajārietis(10.a)
un Mihails Turčaņinovs(12.a)*

Mūsu panākumi Jēkabpils novada skolu sporta sacensībās

Voljebols

Vidusskolas jauniešiem – 4.vieta

8.-9.klašu zēnu komandai – 2.vieta



6.-7.klašu zēnu komandai – 1.vieta



4.-5.klašu zēnu komandai – 1.vieta



6.-7.klašu meiteņu komandai – 2.vieta



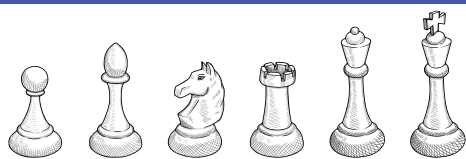
4.-5.klašu meiteņu komandai – 2.vieta



Šaha turnīrs

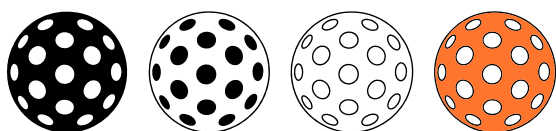
Andrejs Romāņivs – 2.vieta

Lina Penskaja – 3.vieta



Florbols

Piedalījās divas jauktās komandas un izcīnīta 1. un 2.vieta.



Telpu futbols

Vidusskolas jaunieši piedalījās arī Latvijas skolu telpu futbola kausa izcīņā.



Avīzes redakcija:

Amanda Pitīļeviča - galvenais redaktors

Avīzes korespondenti:

Arvis Arājs, Anastasija Jeršova, Ieva Semjonova, Lucie Sabo, Diāna Skeranska, Viktorija Līce - Līcīte, Elīna Aleta Ozola - Ozoliņa, Laura Vilkaste, Anete Solvita Bisniece, Elīze Laura Bisniece, Daniels Bajārietis, Mihails Turčaņinovs.

Avīzes konsultante un korektore:

Vineta Mežaraupe

Tehniskais redaktors:

Artjoms Bogdanovs