



Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk?

Padomi veiksmīgai
karjeras izvēlei

Grāmata izdota ar Eiropas Sociālā fonda un Latvijas valsts budžeta finansiālu atbalstu ESF nacionālās programmas 3.2.7.1. „Atbalsts profesionālās orientācijas un karjeras izglītības ieviešanai izglītības sistēmā” projekta „Karjeras izglītības programmu nodrošinājums izglītības sistēmā” ietvaros

Informatīvā materiāla saturu sagatavoja:

Ineta Daiktere, Mg. psych., Latvijas Universitātes lektore

Inguna Raituma, Mg. paed., Talsu ģimnāzijas direktore

Baiba Gabranova, Zasas vidusskolas skolotāja

Atbildīgā par izdevumu Brigita Miķelsone

Literārā redaktore Mārīte Treijere

Māksliniece Līga Delvera

Maketētājs Andris Auzenbahs

Dizains, makets: aģentūra “DUE”

Iespiests “Jelgavas tipogrāfijā”

ISBN 978-9934-8012-1-1

© Valsts izglītības attīstības aģentūra, Karjeras atbalsta departaments, 2008

Saturs

Ievads	5
Izzini Sevi!.....	6
1. Valodas	7
2. Matemātika.....	17
3. Dabaszinības	25
4. Mākslas: literatūra, mūzika, vizuālā māksla	45
5. Sports un veselības mācība.....	61
6. Mājturība un tehnoloģijas.....	81
7. Sociālās zinības.....	91
8. Kuri mācību priekšmeti jāapgūst?	97
9. Karjeras plānošana.....	105
Karjeras vīzija	107
Ceļa vārdi veiksmīnīkam.....	108
Jēdzienu vārdnīca.....	109
Ieteicamā literatūra un avoti.....	111



Ievads

Cilvēka darba mūžs ilgst vidēji 20 - 35 vai pat 40 gadus, tāpēc pieņemt lēmumus par savas profesijas izvēli nav viegli. Mēdz teikt, ka informācija, zināšanas un gudrība ir vērtības, kuras neviens zaglis nespēs mums atņemt. Tāpēc šī grāmata ir veidota kā informatīvs materiāls, kurā apkopotas zināšanas par dažāda veida karjeras iespējām, kas tev palīdzēs pieņemt pamatotus lēmumus, izvēloties sev piemērotu izglītības iestādi, kā arī strādāt savā „sapņu” profesijā.

Ikvienam skolēnam ir kāds mācību priekšmets, kurš viņam patīk un padodas labāk par citiem. Kāds no taviem draugiem ar prieku apgūst matemātiku, savukārt kāds cits visu savu brīvo laiku velta mākslai vai tehnikai. Cilvēkiem patīk nodarboties ar visdažādākajām lietām. Viņi ir gatavi veltīt savu laiku tam, kas viņiem sagādā prieku un padodas vislabāk. Bet kam priekšroku dod tu? **Kurš mācību priekšmets tev patīk vislabāk?** Atbilde uz šo jautājumu var kļūt par starta punktu, izvēloties profesionālās karjeras ceļu. Tavas izvēles iespējas ir neierobežotas. Grāmatā tu atradīsi noderīgu informāciju par:

- nepieciešamo izglītību, lai strādātu savā izvēlētajā profesijā;
- galvenajiem pienākumiem, kurus veic atbilstošās profesijas pārstāvis;
- galveno mācību priekšmetu uzskaitījumu, kurus nepieciešams apgūt skolā;
- kādas prasmes un zināšanas vēl ir vēlams pilnveidot izvēlētajā profesijas kvalitatīvai īstenošanai;
- radniecīgām profesijām;
- specialitātes iegūšanas, darba iespēju un karjeras izaugsmes piemēriem.

Tie, protams, ir tikai daži piemēri karjeras iespēju plašajam klāstam tavā izvēlētajā jomā. Izpēti arī aprakstus par citiem mācību priekšmetiem, lai noskaidrotu plašāku iespējamo profesiju piedāvājumu!

Skolas piedāvātās izglītības programmas var būt atšķirīgas, tāpēc, iespējams, ka tu neesi saskāries ar visiem no turpmākajās nodaļās minētajiem mācību priekšmetiem. Noskaidro, kuri mācību priekšmeti tev būs nepieciešami, iestājoties izvēlētajā mācību iestādē, apgūstot izvēlēto profesiju. Tas dos iespēju izvēlēties pareizo mācību programmu vidusskolā vai ģimnāzijā. Iespējams, ka tev būs jāapsver pašreizējās izglītības iestādes maiņa, vai arī kāds no mācību priekšmetiem būs jāapgūst patstāvīgi vai ar skolotāju palīdzību un jākārtos eksāmens, lai apliecinātu savas zināšanas.

Domājot par to, kādu izglītības iestādi vai profesiju izvēlēties, tu vari apsvērt, vai mācību priekšmets, kurš tev patīk, varētu kalpot par ceļvedi karjeras izvēlē. Šajā izdevumā atrodamas norādes par to, cik daudzveidīgas izvēles tev paveras.

Šī grāmata veidota tā, lai dotu padomus un palīdzētu tev pieņemt nozīmīgus lēmumus veiksmīgas karjeras izvēlē. Noderīgi ir iepazīties arī ar to profesionālo sfēru aprakstiem, kas tevi šobrīd neinteresē, jo cilvēki visbiežāk dod priekšroku tam, ar ko viņi ir iepazinušies un kas šķiet pazīstams. Tomēr darba tirgū ir vieglāk konkurēt to profesiju pārstāvjiem, kuru skaits valstī ir neliels. Informatīvais materiāls var tikt izmantots projektu nedēļās, arī mācību un audzinātāja stundās, kuras veltītas karjeras izglītības jautājumiem, rosinot skolēnus izpētīt un izdiskutēt atsevišķas nodaļas un veidot savus iecerētās horizontālās un vertikālās karjeras piemērus vai plānot soļus, kuri sperami, lai sasniegtu nospraustos mērķus.

Izzini sevi!

Vienalga, vai tu tici, ka vari, vai tici, ka nevari, tev ir taisnība.
H. Fords

Ikviens mācību priekšmets, kuru tu apgūsti skolā, attīsta un pilnveido tavas spējas un prasmes, kas būs nepieciešamas tavas veiksmīgās karjeras īstenošanai.

Strādājot ar šo izdevumu, piedāvājam tev izveidot savu „Veiksminieka dienasgrāmatu”. Meklē atbildes uz sevi interesējošiem jautājumiem un pieraksti tās savā „Veiksminieka dienasgrāmatā”! Tāpat ieraksti tajā jautājumus, uz kuriem tev vēl nav gatavu atbilžu!

Noskaidro, kuri mācību priekšmeti tev patīk vislabāk, ko tu dari brīvajā laikā un kāda ir tava pieredze, izmēģinot dažādus darbus. Atbildi sev uz jautājumiem!

- Par ko es interesējos?
- Kuri mācību priekšmeti man padodas?
- Kuri mācību priekšmeti man sagādā grūtības?
- Kas ir mans lielākais sasniegums?
- Kas man palīdzēja to sasniegt?

- Par ko es vēlos kļūt?
- Kāpēc esmu izvēlējies šo profesiju?
- Kas dara šo profesiju pievilcīgu?
- Ko es jau protu?
- Kas mani motivē/ iedvesmo?
- Kādos apstākļos es vislabāk varu sasniegt mērķi?

- Kādas ir manas vērtības?
- Kādas ir manas prasmes un spējas?
- Kā es sevi raksturotu (kādas personības iezīmes man piemīt)?
- Kādi darba apstākļi man nav piemēroti?
- Par kurām profesijām man ir vismazākais priekšstats?

- Kādas darba prasmes man jau ir?
- Kāda praktiska darba pieredze man jau ir?
- Kādas papildu prasmes (kursos, praksē, projektos) esmu jau ieguvis vai gribētu apgūt?
- Kādam dzīves stilam (veidam) es dotu priekšroku?
- Kāds darbs man būtu nepiemērots?

Veiksmīgs profesionālās karjeras ceļš sākas ar sevis iepazīšanu un zināšanām par to, kas tu esi un ko tu vari piedāvāt savam nākamajam darba devējam. Pilnīgāk izzinot sevi, tu uzzināsi par savām prasmēm un personības iezīmēm, kā arī labāk izpratīsi savu motivāciju, intereses, vērtības un darba vides apstākļus, kas ir piemēroti tieši tev. Uzzini vairāk par to, kas tevi interesē, un sper pirmos soļus savu sapņu realizācijā!

Lai izdodas!

1. Valodas

Valodas

Valodas ir mācību priekšmeti, ko ir apguvis ikviens, jo latviešu valoda un vismaz divas svešvalodas ir iekļautas obligātajā pamatskolas programmā. Tāpēc tev varētu būt jau izveidojies savs viedoklis par to, cik ļoti tev patiktu vai nepatiktu saistīt savu dzīvi ar valodām.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- labi izteikties,
- izvēlēties atbilstošas skaņas un frāzes,
- izprast gramatiku,
- interesēties par to kultūru, kas saistīta ar atbilstošo valodu,
- apgūt pietiekamu vārdu krājumu, izteicienu un frāžu apjomu,
- apmeklēt valstis, kur šo valodu lieto saziņai,
- izteikt savas idejas un izjūtas gan rakstiski, gan mutiski,
- ceļot un atklāt jaunas vietas,
- klausīties svešvalodas dažādās skaņas,
- sarunā izmantot dažādus izteicienus.

Saskaiti, cik apgalvojumu tu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 - 10 apgalvojumiem, valodas tev padodas un vari apsvērt, kā savos nākotnes plānos izmantot valodu mācību priekšmetos apgūtās zināšanas, prasmes un iemaņas.

Ja apgalvojumu summa ir 4 - 6 punkti, visticamāk, tu vēl nedomā par valodu studijām, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā ir jāmācās valodas, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad tevi interesējošo mācību priekšmetu vidū nebūs valodu. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ mācīties latviešu valodu? Mācīties latviešu valodu ir noderīgi, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudzas spējas un prasmes. Skolēns, kas labi apguvis latviešu valodu:

- prot iesaistīties sarunā, pamatot savu viedokli, izmantojot dažādus argumentācijas paņēmienus;
- prot veidot monologu, dialogu (mutvārdu un rakstveida formā), publiski uzstāties, iesaistīties diskusijā, organizēt to;
- prot iegūt valodniecisku vai kulturoloģisku informāciju no dažādiem avotiem - apkopot, strukturēt, izvērtēt - un izmantot to valodas apguves procesā un savā pieredzē;
- prot rakstīt dažādu žanru tekstus: pārspriedumu, argumentētu eseju, tēzes, referātu, dzīves gaitas aprakstu (CV), darījuma vēstules;
- prot analizēt un vērtēt tekstu no literārās valodas normu stila un žanra prasību viedokļa;
- apzinās dzimtās valodas nozīmi tautas vērtību sistēmā; apzinās valodas lomu sabiedrībā; izprot latviešu valodu kā valsts valodu Latvijas Republikā un tās vietu Eiropas Savienībā.

Latviešu valoda un kāda no svešvalodām obligāti jāapgūst visiem pamatskolu, vidusskolu un arodvidusskolu audzēkņiem.



padomā

Kādēļ mācīties svešvalodas? Mācīties svešvalodas ir gan interesanti, gan arī noderīgi, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudzās spējas un prasmes. Skolēns, kurš labi apguvis svešvalodas:

- saprot un uztver plašu informāciju, dažādus teksta veidus; prot uztvert, atlasīt, sistematizēt un apkopot informāciju dažādiem mērķiem;
- prot izmantot jaunākās informācijas tehnoloģijas, kurās lietoto svešvalodu;
- spēj piedalīties dažāda veida sarunās un diskusijās;
- prot precīzi paust un argumentēt savu viedokli un attieksmi runā un rakstos atbilstoši situācijai;
- prot secīgi un loģiski prezentēt daudzpusīgu informāciju dažādām mērķauditorijām;
- izprot kopīgo un atšķirīgo dzimtās valodas un citu valodu sistēmās un normās;
- izprot un lieto visas valodau prasmes, stratēģijas un kompetences;
- var izmantot svešvalodu citu mācību priekšmetu apgūvē;
- spēj plānot, veikt un izvērtēt projektus un pētnieciskos darbus.

Apģūt valodas ir īpaši svarīgi, jo, stājoties Latvijas augstākajās mācību iestādēs, gandrīz visās studiju programmās tiek pieprasīti CE sertifikāti latviešu valodā un vienā no svešvalodām (visbiežāk angļu valodā).

Visiem civilās un militārās aizsardzības sfēras darbiniekiem ir jāprot valsts valoda un vēl vismaz viena svešvaloda.

Valodu prasmes ir nozīmīgas gandrīz ikvienā profesijā - apkalpojošā sfērā, veselības aprūpē, zinātnē, mākslā un kultūrā, sportā u.c.



Ja tevi interesē valodas, tad tava izvēlētā specialitāte varētu būt kādā no šīm jomām.

Izglītības pakāpe	Filoloģija	Žurnālistika	Pedagoģija	Sabiedriskās attiecības	Tūrisms	Komerczinības un administrēšana
Arodizglītība	• iespiedējs					
Profesionālā vidējā				<ul style="list-style-type: none"> • biroja darbinieks • lietvedis • reģistrators • reklāmas aģents • reklāmas speciālists • sekretārs 	<ul style="list-style-type: none"> • ceļojumu konsultants • gids • reģistrators • tūrisma aģents • viesnīcu servisa darbinieks 	
Augstākā	<ul style="list-style-type: none"> • arhivārs • bibliogrāfs • bibliotekārs • korektors • literatūrkritiķis • literārais redaktors • scenārists • rakstnieks • tulkotājs • tulks • valodnieks 	<ul style="list-style-type: none"> • diktors • izdevējs • korespondents • laikraksta redaktors • raidījuma vadītājs • reportieris • žurnālists 	<ul style="list-style-type: none"> • latviešu valodas skolotājs • lektors • logopēds • pasniedzējs • svešvalodu skolotājs 	<ul style="list-style-type: none"> • preses sekretārs • sabiedrisko attiecību konsultants 		<ul style="list-style-type: none"> • galvenais redaktors • izglītības iestādes vadītājs • kultūras pasākumu organizators • kultūras tūrisma organizators • mārketinga un tirdzniecības speciālists • menedžeris • raidījumu producents • viesnīcas administrators

Ja esi izvēlējies **filoloģijas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Bibliotekārs	Augstākā	Sniedz informāciju par autoriem un grāmatām, palīdz cilvēkiem atrast meklētās grāmatas un citus materiālus, tos sakārto, konsultē apmeklētājus	Latviešu valoda, vēsture, kultūras vēsture, mākslas vēsture, svešvalodas, ģeogrāfija, ētika	Savaldība, spēja uzmanīgi klausīties, precizitāte, akurātība, loģiskums, noteiktu sistēmu radīšana, laba atmiņa	Bibliotēkās un arhivos	Bibliogrāfs, bibliotēku informācijas speciālists, arhivārs, bibliotekāra asistents, datu bāzes redaktors
Filologs	Augstākā	Pēta kādas tautas valodu, folkloru un literatūru, pēta valodu attīstību, struktūru, kopj literāro valodu, pēta literāros procesus, salīdzina, analizē un interpretē daiļdarbu tekstus	Latviešu valoda, literatūra, svešvalodas, loģika, vēsture	Spēja iedziļināties pētāmajā materiālā, pacietība, labas komunikācijas prasmes, spēja loģiski argumentēt, izteikt domu rakstiski, laba valodas izjūta	Zinātniski pētnieciskajās iestādēs, izglītības iestādēs	Antropologs, tulkotājs, literārais redaktors, redaktors, pasniedzējs, korektors
Iespiedējs	Arodizglītība	Sastāda, organizē, drukā, apstrādā un iesien dokumentus	Latviešu valoda, svešvalodas, mākslas	Uzmanība, akurātība	Preses izdevumu un grāmatu iespīestuvēs	Grāmatcēji, izdevējs, rakstlietis, poligrāfijas mašīnas operators
Literārais redaktors	Augstākā	Nodarbojas ar tekstu literāru rediģēšanu, tekstu sakārtošanu un gatavo manuskriptu iesniegšanu izdevniecībā	Latviešu valoda, literatūra, svešvalodas, informātika, biznesa ekonomiskie pamati	Spēja vākt un apstrādāt informāciju, laba valodas izjūta – to var veicināt, rakstot domrakstus, lasot daiļliteratūru	Valsts un privātās izdevniecībās	Filologs, tulkotājs, korektors
Rakstnieks	Augstākā	Radoša darba rezultātā veido literārus darbus prozā, dzejā, dramaturģijā, publicistikā	Latviešu valoda, ģeogrāfija, vēsture, kultūras vēsture, svešvalodas	Radošums, zinātkāre, interese par cilvēkiem un notikumiem	Valsts un privātās izdevniecībās	Dzejnieks, dramaturgs, žurnālists, tulkotājs, izdevējs, scenārists
Tulkotājs	Augstākā	Tulko rakstītu tekstu (grāmatas, rakstus, vēstules, pētījumus, atskaites, līgumus, dokumentus, filmas) no vienas valodas otrā, var tulkot un veidot subtitrus	Svešvalodas, latviešu valoda, vēsture, ģeogrāfija	Interese par literatūru, dažādu tautu kultūru, paražām un dzīves veidu	Valsts, ES un privātās iestādēs un aģentūrās, kas nodarbojas ar tulkošanu, izdevniecībās	Skolotājs, tulkotājs, literārais redaktors, pasniedzējs, valodnieks
Tulks	Augstākā	Cilvēku sacīto tulko no dzimtajās valodas uz svešvalodu un otrādi, kā arī no vienas svešvalodas otrā	Svešvalodas, latviešu valoda, vēsture, ģeogrāfija.	Valodas zināšanas, uzturēšanās dažādā kultūras vidē un kontaktēšanās ar citu tautību cilvēkiem	Valsts, ES un privātās iestādēs un aģentūrās, kas nodarbojas ar tulkošanu, tūrisma aģentūrās	Ģids, lektors, pedagogs, svešvalodu pasniedzējs, tulkotājs, surdotulks, žurnālists, literārais redaktors, korektors

Tulkotājam, protams, ir ļoti būtiski labi zināt to svešvalodu, no kuras viņš tulko, taču vēl labāk jāzina sava dzimtā valoda, lai spētu tajā pilnvērtīgi izteikties uz lai spētu precīzi un saprotami izteikt tulkojamā teksta domu.

Tulka darbs prasa ne vien teicamas valodas zināšanas, bet arī spēju nodibināt labu kontaktu ar cilvēkiem, pārzināt tulkojamo tematu, piemēram, arhitektūru, medicīnu vai tirgziņības, jo nereti nav iespējams pārtulkot „vārds vārdā” valodas vārdu neatbilstības dēļ. Tādās situācijās tulkam jāprot izteikt doma, piemēklējot precīzus jēdzienus dzimtajā valodā.

Ir cilvēki, kas valodniecībai (valodas pētīšanai) veltījuši visu savu mūžu. Atceries pazīstamākos latviešu valodniekus – Jāni Endzelīnu un Kārli Mīlenbahu –, atceries viņu devumu latviešu valodas izpētē un attīstībā!



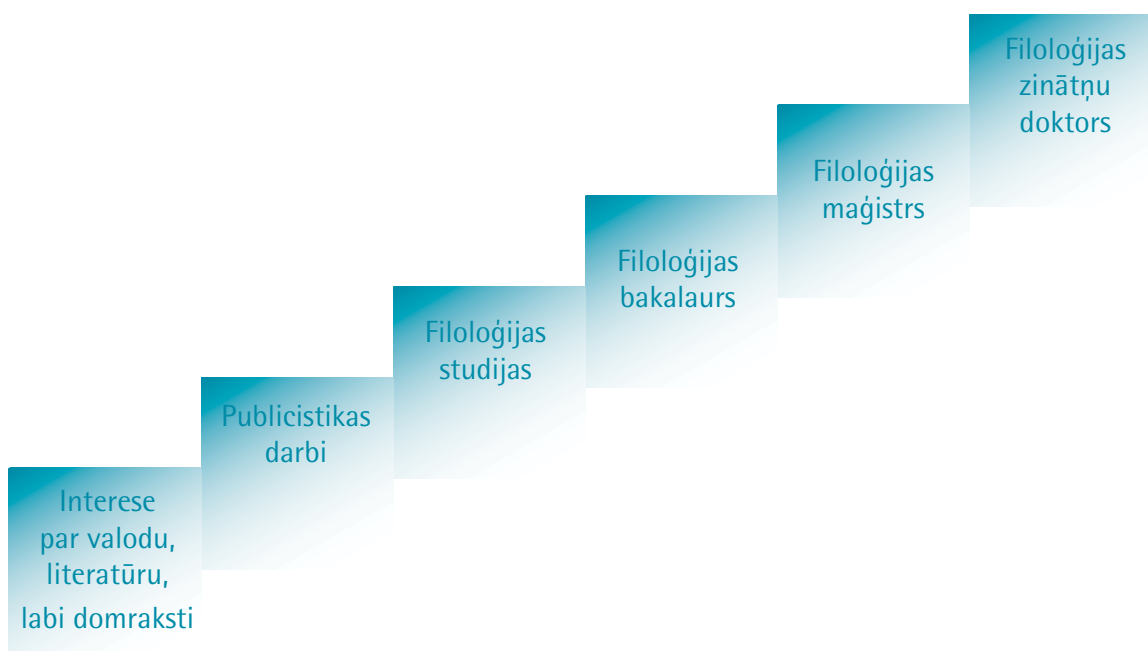
secini

Uzskaiti, ar kādiem vārdiem tu varētu raksturot savu draugu vai kā tu atbildētu uz jautājumu par to kā šobrīd jūties. Cilvēks ar plašu vārdu krājumu šādās situācijās var lietot no dažiem desmitiem līdz pat dažiem simtiem dažādu apzīmējumu.

Tu bieži būsi dzirdējis sakām: viņam piemīt laba valodas izjūta. Arī tu to vari attīstīt un veicināt, lasot daiļliteratūras darbus, rakstot domrakstus, izmēģinot savus spēkus dzejoļu un prozas darbu radīšanā, sacerot ludziņas tekstu klases vai skolas izrādei.



Vertikālās karjeras piemērs filoloģijas jomā



Ja esi izvēlējis žurnālistikas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Iespiedējs	Arodizglītība	Sastāda, organizē, drukā, apstrādā un iesien dokumentus	Latviešu valoda, svešvalodas, mākslas	Uzmanība, akurātība	Preses izdevumu un grāmatu iespēstuvēs	Grāmatcēvējs, izdevējs, rakstlicis, poligrāfijas mašīnas operators
Producents	Augstākā	Plāno, organizē, vada projektus: rada idejas, plāno izdevumus un ienākumus, piesaista finansējumu, piesaista dažādu jomu profesionāļus, noformē juridiskus un administratīvus dokumentus	Biznesa ekonomiskie pamati, matemātika, svešvalodas, psiholoģija, politika un tiesības	Prasme radoši domāt un uzdrīkstēties, organizatora prasmes, spēja uzņemties atbildību, spēja strādāt komandā, prasme uz klausīt kritiku	Valsts un privātās iestādēs, kas nodarbojas ar radošu projektu īstenošanu	Redaktors, kultūras pasākumu organizators
TV raidījuma moderators	Augstākā	Vada ziņu raidījumus – lasa ziņu tekstus, pieteikumus sižetiem, vada tiešraides no studijas, piedalās ziņu tekstu sagatavošanā	Latviešu valoda, literatūra, svešvalodas, psiholoģija, ētika	Labas komunikāciju prasmes, prasme izteikties raiti, orientēties un būt erudītam daudzās jomās	Valsts un privātās televīzijās	Žurnālists, interviju raidījuma vadītājs, radio ziņu moderators, diktors, surdotulks

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Žurnāla redaktors	Augstākā	Organizē un pārrauga darbu plašsaziņas līdzekļos (presē, radio, televīzijā, elektroniskajos medijos), īsteno izdevuma koncepciju (ieceri, pamatideju) un vada žurnālistu darbu	Latviešu valoda, literatūra, svešvalodas, informātika, ētika, politika un tiesības	Labas komunikācijas prasmes, darbu vadīšana un organizēšana, laika plānošana, radoša domāšana, iniciatīva, vēlme izzināt un noskaidrot, godprātīga attieksme pret veicamo darbu	Valsts un privātu laikrakstu un žurnālu izdevniecībās	Žurnālists, korespondents, reportieris, sabiedrisko attiecību speciālists, galvenais redaktors
Žurnālists	Augstākā	Strādā laikrakstā, žurnālā, radio vai televīzijā: pēta, sagatavo/prezentē ziņas, radio (televīzijas) aprakstus un viedokļu rakstus	Latviešu valoda, svešvalodas, sociālās zinības	Interese par cilvēkiem, zinātkāre, neatlaidība, spēja just, kas ir ziņu vērts, prasme veidot labu ziņu materiālu	Valsts un privātās laikrakstu un žurnālu izdevniecībās, radio, televīzijā	Diktors, rakstnieks, redaktors, izdevējs, kritiķis, reportieris, ziņu pārraižu žurnālists

Intervijas jautājumus žurnālisti sagatavo jau iepriekš, taču nereti tos nākas mainīt. Tādēļ žurnālistiem jābūt apveltītiem ar erudīciju un plašām zināšanām dažādās sfērās.

Horizontālās karjeras piemērs žurnālistikā



Ne viens vien no mums ir skatījies televīziju vai klausījies radio un jūsmojis par drosmīgiem un asprātīgiem žurnālistiem, taču bez regulāra un sistemātiska darba, entuziasma, pat fanātisma - pozitīvā nozīmē - neviens nekļūst par slavenību savā izvēlētajā darba jomā.

Profesionāls un veiksmīgs žurnālists ne tikai labi pārzina dzimto valodu, bet regulāri izkopj un paplašina savu vārdu krājumu un pilnveido savu personību veido plašu un dziļu kultūras slāņu skarošu skatījumu uz pasauli, cilvēku attiecībām un norisēm.

Vertikālās karjeras piemērs žurnālistikā



Ja esi izvēlējies **pedagoģijas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev skolā noteikti jāapgūst.

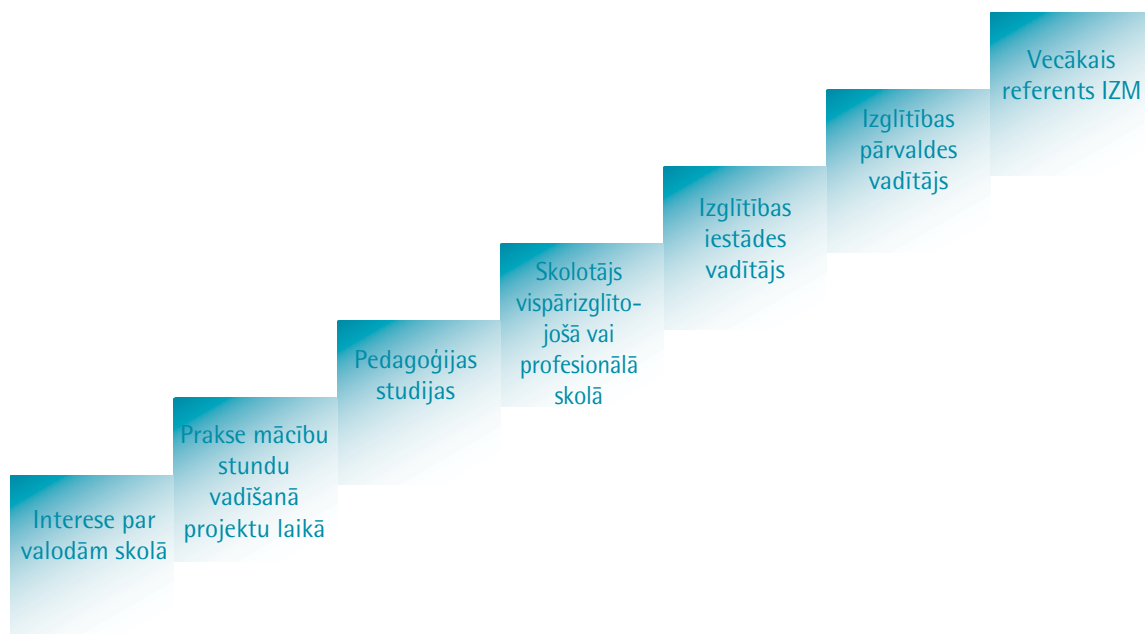
Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Lektors	Augstākā	Mācībspēks augstākās izglītības iestādēs un tālākizglītības iestādēs, vada studiju kursus	Latviešu valoda, literatūra, psiholoģija, informātika, svešvalodas	Labas komunikācijas prasmes, prasme skaidri izklāstīt savas domas, spēja noturēt klausītāju uzmanību	Valsts, pašvaldību, nevalstisko organizāciju mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, skolotājs, pieaugušo izglītības pedagogs
Logopēds	Augstākā	Māca, palīdz apgūt valodu cilvēkiem, kuriem ir runas defekti	Latviešu valoda, svešvalodas, psiholoģija, ētika, informātika	Prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju, prasme ieinteresēt, zināšanas psiholoģijā, labas komunikācijas prasmes	Valsts, pašvaldību un privātās mācību iestādēs, sociālās palīdzības centros	Izglītības iestādes vadītājs, valodu skolotājs, profesionālās izglītības skolotājs, pasniedzējs
Pasniedzējs	Augstākā	Mācībspēks augstākajās izglītības iestādēs, vada studiju kursus, izveido mācību kursu programmas un realizē to ikdienas mācību un prakses darbā: lasa lekcijas, konsultē studentus prakses, kursa darbu, diplomprojektu un zinātnisko pētījumu, darbu (piemēram, bakalaura, maģistra darbu) izpildes laikā	Latviešu valoda, literatūra, psiholoģija, informātika, svešvalodas	Labas komunikācijas prasmes, prasme skaidri izklāstīt savas domas, spēja noturēt klausītāju uzmanību	Valsts un privātās augstākajās mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, skolotājs, pieaugušo izglītības pedagogs
Valodu skolotājs	Augstākā	Māca valodu mācību priekšmetus, organizē mācību darbu, izmanto dažādas mācību metodes, izstrādā un uzdod pārbaudes darbus, regulāri uzdod un pārbauda mājas darbus	Latviešu valoda, literatūra, svešvalodas, psiholoģija, ētika, informātika	Prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju, ieinteresēt skolēnus, dziļa interese un zināšanas savā mācību priekšmetā, labas komunikācijas prasmes	Valsts, pašvaldību un privātās mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, profesionālās izglītības skolotājs, pasniedzējs, logopēds

Vertikālās karjeras piemērs pedagogijā

idejas



sarunai



svarīgi

Svešvalodu skolotāji ir ļoti pieprasīti Latvijas skolās, tomēr skolotāja profesija prasa ļoti augstu atbildības izjūtu, izturību un iecietību. Mūsdienās valodu apgūst pavisam citādi nekā pirms 100 vai 150 gadiem. Valodu apguvē mūsdienās lieto modernās tehnoloģijas, un tiek meklēti veidi, kā skolēniem ikdienā vairāk būt svešvalodas vidē – skatīties filmas oriģinālvalodā, sarunāties/sarakstīties ar vienaudžiem viņu dzimtajā valodā, kādu laiku dzīvot vai strādāt ārzemēs.

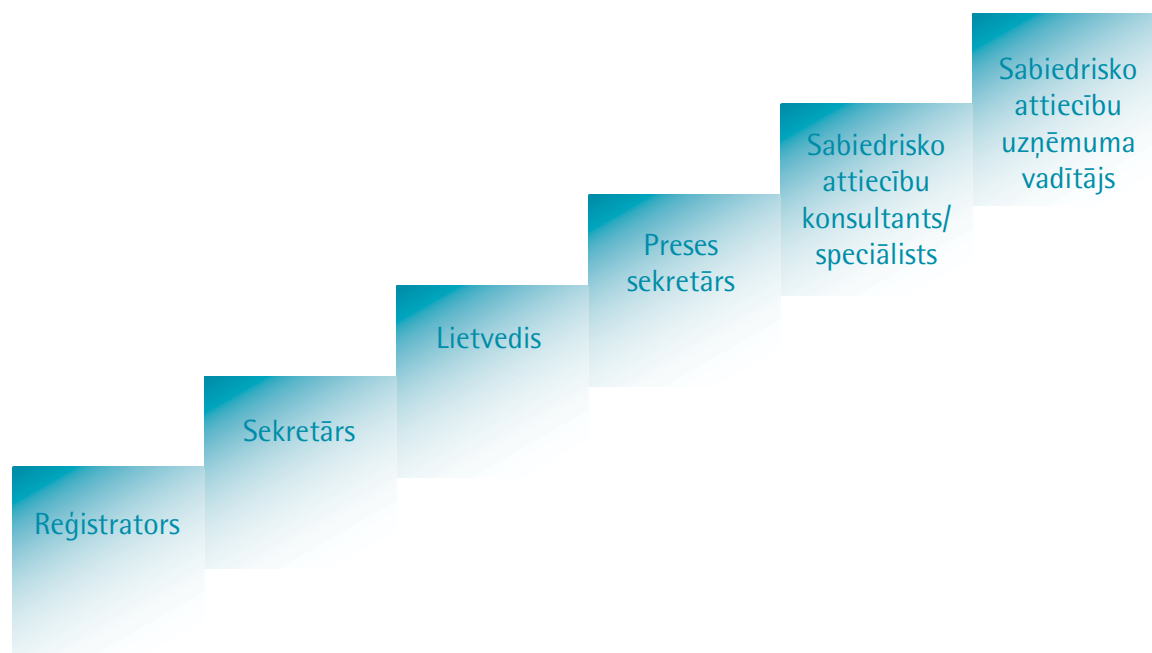
Lai sekmīgāk sadarbotos ar cilvēkiem no citām zemēm, vēlams arī iepazīties ar šo zemju kultūru un tradīcijām, jo ikvienam ir patīkami, ja ciena viņa valsti un kultūru, saprot uzvedības īpatnības un rituālus.

Ja esi izvēlējies **sabiedrisko attiecību jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev skolā noteikti jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Reģistrators	Profesionālā vidējā	Viesnīcas vai citas iestādes darbinieks, kas uzņem viesus, pieņem istabu pasūtījumus, sastāda rēķinus, atbild uz jautājumiem un izskata klientu sūdzības	Valsts valoda, ģeogrāfija, vēsture, svešvalodas	Skaidri un saprotami izteikties, kontaktēšanās ar cilvēkiem	Viesnīcās vai citās iestādēs, kas nodarbojas ar viesu uzņemšanu	Sekretārs, lietvedis, viesnīcas darbinieks, klientu apkalpošanas servisa darbinieks
Reklāmas aģents	Profesionālā vidējā Augstākā	Veido reklāmas, publikāciju un plašsaziņas materiālus	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, uzņēmējdarbības pamati, mājturība	Labā iztēle, mākslinieciska domāšana, kontaktēšanās ar cilvēkiem	Valsts un privātos uzņēmumos, kas nodarbojas ar reklāmu un kompānijas tēla izstrādi un publicēšanu	Reklāmas speciālists, sabiedrisko attiecību speciālists
Reklāmas speciālists	Profesionālā vidējā Augstākā	Masu informācijas līdzekļos prezentē pozitīvu un dinamisku savas kompānijas tēlu, sniedz padomus un organizē produktu reklāmu vai to ražošanas izvērsanu	Matemātika, svešvalodas, mājturība, māksla, tehniskā grafika	Masu informācijas līdzekļu darba specifika, pārzināšana, prasme veidot attiecības ar sabiedrību, labas komunikācijas prasmes	Valsts un privātos uzņēmumos, kas nodarbojas ar reklāmu un kompānijas tēla izstrādi un publicēšanu	Sabiedrisko attiecību konsultants

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Sabiedrisko attiecību konsultants	Augstākā	Palīdz uzņēmumiem un organizācijām veidot un uzturēt pozitīvu publisko tēlu, plāno tikšanās ar sabiedrības pārstāvjiem, palīdz izstrādāt amatpersonu runas dažādiem pasākumiem, gatavo informāciju un preses relīzes	Latviešu valoda, svešvaloda, psiholoģija, biznesa ekonomiskie pamati, loģika	Skaidri un saprotami izteikties, laba literārās valodas pārvaldīšana, spēja saskatīt būtisko, būt radošam, spēja uzņemties iniciatīvu, saskarsmes prasme, prasme saprasties ar dažādiem cilvēkiem un risināt konfliktsituācijas	Valsts, pašvaldības un privātos uzņēmumos kā palīgs amatpersonām	Preses sekretārs, menedžeris, mārketinga un tirdzniecības speciālists

Vertikālās karjeras piemērs sabiedrisko attiecību jomā



Labas svešvalodu zināšanas tev var palīdzēt labāk izprast izvēlēto studiju programmu, iegūt papildu informāciju, mācību materiālus studijām, kā arī sniegt iespēju izbaudīt praksi un pieredzes apmaiņu ārzemēs.



Ja esi izvēlējies tūrisma jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev skolā noteikti jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Ceļojumu konsultants	Profesionālā vidējā	Strādā ar kultūras mantojumu saistītās vietās, tūrisma birojos vai tulkošanas centros	Valsts valoda, ģeogrāfija, vēsture, svešvalodas	Labas saskarsmes prasmes, prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju	Valsts un privātās ceļojumu aģentūrās	Gids, viesu uzņēmējs, viesnīcas darbinieks, klientu apkalpošanas servisa darbinieks
Reģistrators	Profesionālā vidējā	Viesnīcas vai citas iestādes darbinieks, kas uzņem viesus, pieņem istabu pasūtījumus, sastāda rēķinus, atbild uz jautājumiem un izskata klientu sūdzības	Valsts valoda, ģeogrāfija, vēsture, svešvalodas	Labas saskarsmes prasmes, prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju	Viesnīcās vai citās iestādēs, kas nodarbojas ar viesu uzņemšanu	Sekretārs, lietvedis, viesnīcas darbinieks, klientu apkalpošanas servisa darbinieks
Tūrisma aģentūras darbinieks	Profesionālā vidējā	Strādā kūrortā vai arī ar tūristu grupu, organizē naktsmitnes, risina jebkuru problēmu, kas var gadīties tūristiem, atpūtniekiem	Svešvalodas, mājturība, uzņēmējdarbības pamati, bioloģija, valsts valoda, māksla, vēsture, ģeogrāfija	Prasme būt pacietīgam, izkoptas organizatora spējas, komunikāciju prasme	Valsts un privātās ceļojumu aģentūrās	Atpūtas organizēšanas speciālists, gids
Tūrisma gids	Profesionālā vidējā, augstākā	Pavada tūristu grupas un sniedz vispusīgu informāciju par kultūrvēsturisko mantojumu un apskates objektiem	Latviešu valoda, svešvalodas, vēsture, kultūras vēsture, mākslas vēsture	Komunikabilitāte, izkopta runas prasme, dokumentu noformēšana	Valsts un privātās ceļojumu aģentūrās	Ekskursiju gids, tulkotājs – gids, kultūras tūrisma organizators
Viesnīcas darbinieks	Profesionālā vidējā	Veic dažāda veida darbus viesnīcā vai viesu namā, uzņem viesus, pieņem norēķinus par sniegtajiem pakalpojumiem, sagatavo istabas viesu izvietojumam, apkalpo viesus restorānā un bārā	Mājturība, svešvalodas, ētika, psiholoģija	Spēja skaidri un saprotami izteikties, kontaktēšanās ar cilvēkiem	Viesnīcās	Viesmīlis, bārmenis, viesnīcas administrators

Vertikālās karjeras piemērs tūrisma jomā



Labas valodas zināšanas tev var noderēt arī studentu apmaiņas programmās, meklējot vasaras darbu ārzemēs vai tepat Latvijā – uzņēmumā, kas sadarbojas ar partneriem ārzemēs.

Svešvalodu zināšanas tev var palīdzēt atrast labu darbu; arī tavā CV viena no obligāti aizpildāmajām sadaļām ir valodu prasmes.

2. Matemātika



Matemātika

Matemātiku ir mācīties ikviens, jo šis mācību priekšmets ir iekļauts obligātajā pamatskolas programmā. Tāpēc tev varētu būt jau izveidojies savs viedoklis par to, cik ļoti tev patīktu vai nepatīktu saistīt savu dzīvi ar matemātiku.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- precīza un uzmanīga attieksme pret veicamo darb, vērība pret detaļām;
- uzdevumi, kuri prasa plānošanu un loģisku spriešanu;
- ātri rēķināt galvā;
- apsvērt, kurš no piedāvātajiem variantiem ir izdevīgāks;
- atrast kļūdainus secinājumus citu cilvēku teiktajā;
- pamanīt dažādas likumsakarības, cēloņus un to sekas;
- tekstu pārvērst plāna punktus vai tabulās;
- veikt nelielus eksperimentus un pārbaudīt savus pieņēmumus;
- mācību priekšmeti, kur jādarbojas ar skaitļiem un aprēķiniem, piemēram, fizika, ķīmija, ģeometrija, algebra, ekonomika u.tml.;
- saprast dažādas sistēmas un struktūras, analizēt informāciju.

Saskaiti, cik apgalvojumu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 - 10 apgalvojumiem, matemātika tev padodas un vari apsvērt, kā savos nākotnes plānos izmantot matemātikas un loģiskās spriešanas spējas.

Ja atzīmēji 4 - 6 apgalvojumus, visticamāk, tu vēl nedomā par matemātikas studijām, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā ir jāmācās matemātika, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad tavu mīļāko mācību priekšmetu vidū nebūs matemātikas. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ mācīties matemātiku? Mācīties matemātiku ir ne tikai interesanti, bet arī noderīgi, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudzas spējas un prasmes. Skolēns, kurš labi apguvis eksaktos priekšmetus:

- pārvalda matemātiskās (precīzās) spriešanas spējas;
- ir apveltīts ar vēlmi izpētīt pasauli un izskaidrot tajā notiekošo racionālā veidā;
- spēj veidot pamatojumus un pētījumus;
- prot atrast nepieciešamo informāciju dažādos ziņu avotos, novērtēt tās pietiekamību un derīgumu;
- izprot pierādījumu nepieciešamību, būtību un struktūru, lieto dažādus pierādījuma veidus;
- izvērtē iegūtos rezultātus, to ticamību un atbilstību kontekstam, novērtē izvēlēto problēmu risinājumu, iesaka uzlabojumus, piedāvā citu risinājumu;
- izmanto informācijas tehnoloģijas (IKT) informācijas apkopošanai, sakārtošanai, pārveidošanai un aprēķiniem;
- spēj izvērtēt un pārveidot informāciju, novērtējot dažādu variantu priekšrocības un trūkumus, kā arī izvēlēties vai izveidot problēmai atbilstošu matemātisko modeli;

- prot formulēt, argumentēt un pamatot viedokli;
- prot vizuāli noformēt savus iegūtos datus un secinājumus tā, lai tie būtu vieglāk uztverami un saprotami citiem.

Matemātika ir jāapgūst visiem pamatskolu, vidusskolu un arodvidusskolu audzēkņiem, savukārt atsevišķas matemātikas nozares ir iekļautas daudzu augstskolu mācību programmās.

Parasti matemātikai priekšroku dod zēni. Viņi to labprāt mācās vidēji trīs vai pat četras reizes biežāk nekā meitenes. Tomēr vēstures fakti liecina, ka ir bijušas daudzas slavenas sievietes – matemātiķes, fiziķes un ķīmiķes –, kuras savos darbos nebūt nav atpalikušas no saviem laikabiedriem vīriešiem.

Ja tevi interesē **matemātika**, tad tava izvēlētā specialitāte varētu būt kādā no šim jomām.

Izglītības pakāpe	Matemātikas zinātne	Tehniskās specialitātes	Pedagoģija	Inženierzinātnes	Ekonomika un statistika	Komerczinības un administrēšana
Profesionālā vidējā		<ul style="list-style-type: none"> • kartogrāfs rasētājs • mērnieks • sistēmadministrators • tehniķis • tehnologs 			<ul style="list-style-type: none"> • grāmatvedis 	
Augstākā	<ul style="list-style-type: none"> • matemātiķis • pētnieks 	<ul style="list-style-type: none"> • optometrists • sistēmadministrators 	<ul style="list-style-type: none"> • fizikas un matemātikas skolotājs • lektors • matemātikas skolotājs • pasniedzējs • sākumskolas skolotājs 	<ul style="list-style-type: none"> • ainavu arhitekts • arhitekts • būvinženieris • elektroinženieris • gaisa satiksmes dispečers • kartogrāfs • programētājs • telekomunikāciju inženieris u.c. 	<ul style="list-style-type: none"> • aktuārs • apdrošināšanas speciālists • ekonomists • finanšu analītiķis • grāmatvedis • nodokļu inspektors • risku analītiķis • sociologs • statistiķis 	<ul style="list-style-type: none"> • izglītības iestādes vadītājs • mārketinga un tirdzniecības speciālists • menedžeris • zinātniskā institūta/laboratorijas vadītājs

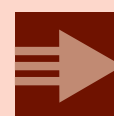
Ja esi izvēlējies **matemātikas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Matemātiķis/ pētnieks	Augstākā	Pēta matemātikas zinātnes dažādas nozares un to attīstību, prot lietot iegūtās zināšanas, brīvi izmanto datoru. Pārzina dažādu uzdevumu matemātiskās risināšanas metodes, orientējas dabas zinātņu pamatos un prot izmantot matemātikas zināšanas dabas zinātņu, tehnikas un sociālo procesu matemātiskai modelēšanai	Algebra, ģeometrija, fizika	Spēja iedziļināties pētāmajā materiālā, pacietība, precizitāte, spēja loģiski spriest un argumentēt	Zinātniski pētnieciskajās iestādēs, izglītības iestādēs	Aktuārs, statistiķis, analītiķis

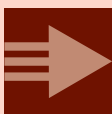
Tas, ka tabulā ir tikai viens ieraksts, var radīt maldīgu iespaidu par to, ka matemātiķi nav pieprasīta profesija. Tāpat reizēm par matemātiķiem kļūdaini domā, ka viņu darbs ir garlaicīgs un nedod ieguldījumu sabiedrības attīstībā un labklājībā. Tomēr tā nav, jo matemātikas, īpaši statistikas speciālisti, piedalās nozīmīgos pētījumos par to, kā iegūt videi draudzīgākas tehnoloģijas, kā uzlabot ikdienā lietojamu priekšmetu dizainu, strādā pie finanšu prognožu un risku aprēķināšanas banku un apdrošināšanas jomā, noskaidro, kādi medikamenti ir efektīvāki slimību ārstēšanā, un daudzās citās sfērās, kurās ir nozīmīgi pārbaudīt, cik labi ir jaunie produkti un ko tie mums spēj dot.



atceries



svarīgi



svarīgi



idejas
sarunai

Šobrīd apgūt matemātiku ir īpaši izdevīgi, jo inženierzinātņu un tehnisko specialitāšu profesionāļi ir īpaši pieprasīti darba tirgū ne tikai Latvijā, bet pasaulē kopumā. Lai rosinātu jauniešus tās izvēlēties, kā arī nodrošinātu finansiālu atbalstu, eksakto un tehnisko zinātņu studentiem tiek piešķirts lielāks skaits valsts finansēto studiju vietu, tāpat ir plašākas iespējas pieteikties uz dažādām stipendijām un finansējumu pētījumu projektiem.

Matemātika ir cieši saistīta ar dabaszinātnēm, tāpēc daudz vērtīgu ierosmju tu atradīsi arī citās šī izdevuma nodaļās. Lasi vairāk par fiziku, inženierzinātnēm, būvniecību u.c. jomām!

Vertikālās karjeras piemērs matemātikas jomā



Horizontālās karjeras piemērs matemātikā



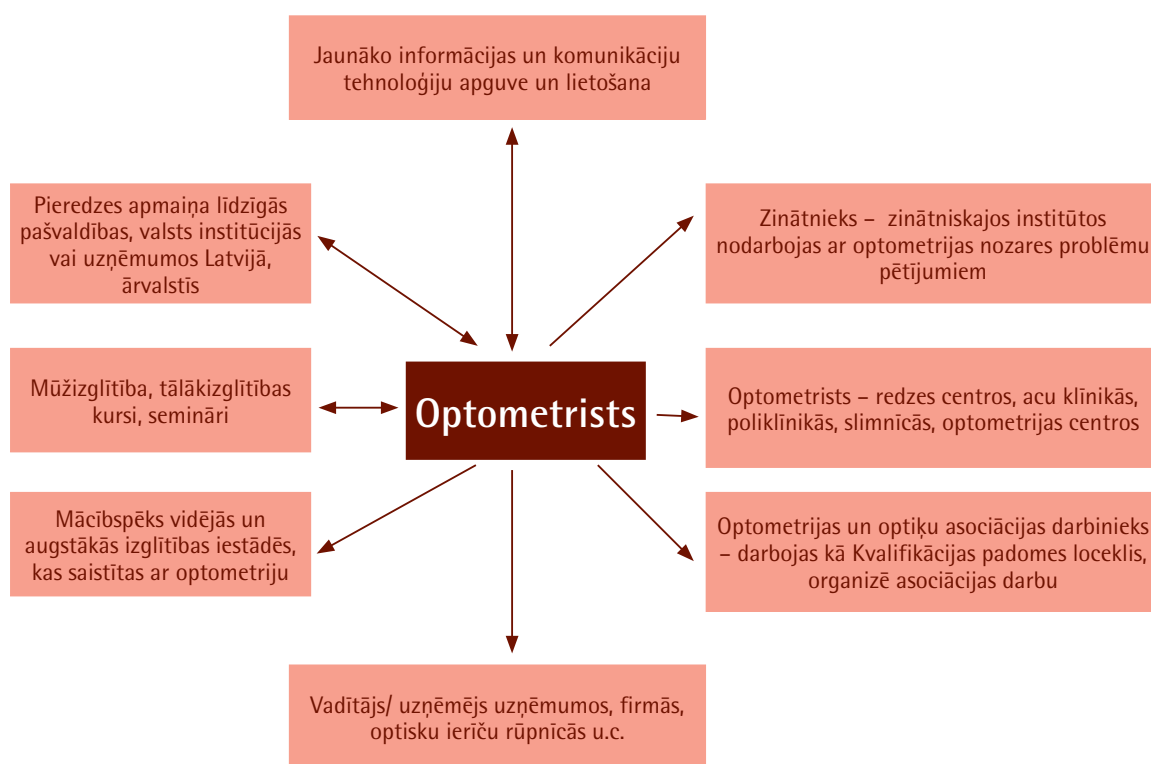
idejas
sarunai

Ja esi izvēlējies **matemātikas un tehnisko specialitāšu jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

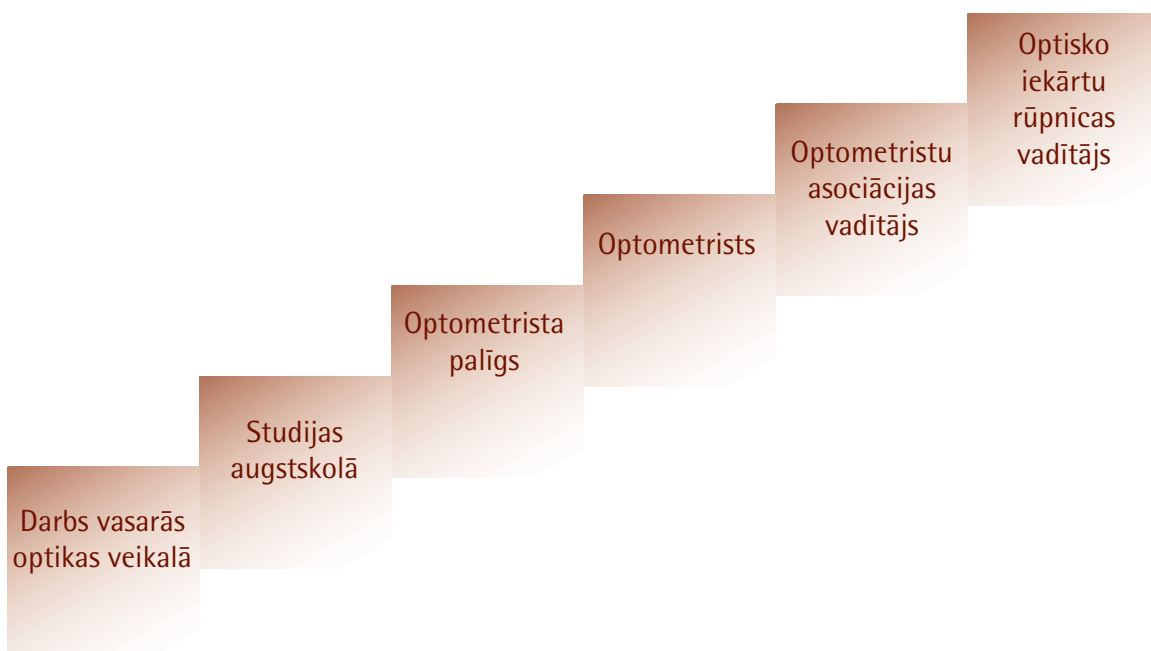
Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Kartogrāfs rasētājs	Vidējā speciālā	Sagatavo oriģinālus kāda noteikta sauszemes, ūdens vai debess posma attēlošanai kartēs, piemēram, pilsētu plānus, valsts ģeogrāfiskās, topogrāfiskās, administratīvā iedalījuma, kartes	Ģeogrāfija, astronomija, tehniskā grafika, vizuālā māksla, matemātika, informātika	Precizitāte, akurātība, prasme vadīt automašīnu, pieredze darbā ar datoru	Valsts, pašvaldību un privātās iestādēs, kas nodarbojas ar nekustamo īpašumu un projektēšanu	Rasētājs, kartogrāfs, mērnieks, arhitekts, ainavu arhitekts
Mērnieks	Vidējā speciālā	Veic zemes teritoriju mērīšanu, izveido un papildina teritorijas kartes un plānus, zīmē apvidus plānu iemēritai teritorijai	Ģeogrāfija, astronomija, tehniskā grafika, vizuālā māksla, matemātika, informātika	Uzmanība, akurātība, prasme vadīt automašīnu, pieredze darbā ar datoru	Valsts, pašvaldību un privātās iestādēs, kas nodarbojas ar nekustamā īpašuma uzmērīšanu	Rasētājs, kartogrāfs, arhitekts, ainavu arhitekts
Optometrists	Augstākā	Nodarbojas ar profesionālu acs un redzes sistēmas aprūpi, ieskaitot redzes optisko defektu korekciju, optisko materiālu izplatīšanu, acu slimību diagnostiku un aprūpi, kā arī redzes sistēmas rehabilitāciju	Matemātika, fizika, bioloģija, psiholoģija, sociālās zinības	Zināšanas par mērinstrumentu lietošanu, prasme izmantot datoru, labas komunikācijas prasmes, spēja vadīt un organizēt darbu, spēja plānot laiku, godprātīga attieksme pret veicamo darbu	Valsts un privātos optikas veikalos, optisku ierīču rūpniecās	Ārsts optometrists
Sistēmadministrators	Profesionālā vidējā, augstākā	Veic programmu instalāciju datoros, veido un konfigurē datortikus un apkalpo serverus	Matemātika, fizika, informātika, loģika	Spēja strādāt komandā, saskarsmes prasmes, svešvalodu zināšanas, pieredze klientu apkalpošanā	Valsts un privātās iestādēs, kas nodarbojas ar komunikāciju pakalpojumiem vai kurās ir iekšējās saziņas tīkls, serveri	Programmētājs, informātikas pasniedzējs
Tehniķis	Profesionālā vidējā	Veic dažāda veida praktiskus darbus, kas saistīti ar tehnisku ierīču uzstādīšanu, iedarbināšanu, apkalpošanu, remontu un demontāžu	Matemātika, fizika, informātika, mājturība	Labas komunikācijas spējas, labas praktiskā darba iemaņas, spēja strādāt komandā, pieredze darbā ar elektriskām ierīcēm, fiziskā izturība un spēks	Valsts, pašvaldību un privātos uzņēmumos, mājāsaimniecībās	Elektriķis



Horizontālās karjeras piemērs tehnisko specialitāšu jomā



Vertikālās karjeras piemērs optometrijā



Matemātiku vajadzēs apgūt mācību iestādēs, kurās realizē vidējās izglītības programmu.

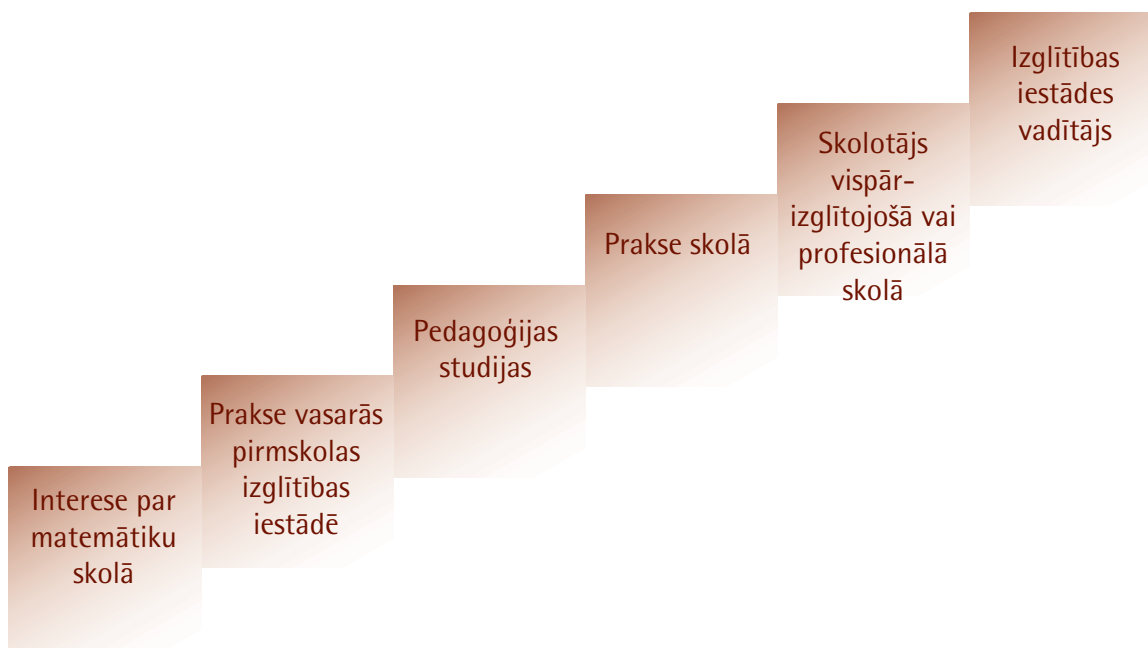
Matemātika var būt viens no mācību priekšmetiem arī tad, ja izvēlēties profesionālās izglītības iestādes, kurās sagatavo auto apkopes, apdares darbu, būvdarbu, šūšanas, metālapstrādes, galdniecības, ēdināšanas un elektronikas nozares speciālistus.

Ja esi izvēlējies **matemātikas un pedagogijas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Lektors	Augstākā	Mācībspēks augstākās izglītības iestādēs un tālākizglītības iestādēs, vada lekciju kursus	Algebra, ģeometrija, fizika, psiholoģija, ētika, informātika, filozofija, svešvaloda	Labas komunikācijas prasmes, prasme skaidri izklāstīt savas domas, spēja noturēt klausītāju uzmanību	Valsts, pašvaldību un privātās mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, skolotājs, pieaugušo izglītības pedagogs
Matemātikas/fizikas un matemātikas skolotājs	Augstākā	Māca matemātiku, organizē mācību darbu, izmanto dažādas mācību metodes, izstrādā un uzdod pārbaudes darbus, regulāri uzdod un pārbauda mājas darbus	Algebra, ģeometrija, fizika, psiholoģija, ētika, informātika, filozofija	Vēlme un prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju, ieinteresēt skolēnus, dziļa interese un zināšanas savā mācību priekšmetā, labas komunikācijas prasmes	Valsts, pašvaldību un privātās mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, profesionālās izglītības skolotājs, pasniedzējs, mājaskolotājs
Pasniedzējs	Augstākā	Mācībspēks augstākās izglītības iestādēs, vada mācību kursus, izveido mācību kursu programmas un realizē to ikdienas mācību un prakses darbā: lasa lekcijas, konsultē studentus prakses, kursa darbu, diplomprojektu un zinātnisko pētījumu, darbu (piemēram, bakalaura, maģistra darbu) izpildes laikā	Algebra, ģeometrija, fizika, psiholoģija, ētika, informātika, filozofija, svešvaloda	Labas komunikācijas prasmes, prasme skaidri izklāstīt savas domas, spēja noturēt klausītāju uzmanību	Valsts un privātās augstākajās mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, skolotājs, pieaugušo izglītības pedagogs
Sākumskolas skolotājs	Augstākā	Audzina un izglīto vairākos mācību priekšmetos 1. - 4. klašu skolēnus	Latviešu valoda, algebra, fizika, ģeometrija, psiholoģija, ētika, informātika, mākslas	Prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju, prasme ieinteresēt, zināšanas psiholoģijā, labas komunikācijas prasmes, fiziskā izturība	Valsts, pašvaldību un privātās mācību iestādēs	Izglītības iestādes vadītājs, mājaskolotājs, pasniedzējs

Matemātiku ikdienā lieto ikviens cilvēks - aprēķinot, cik jāņem, lai laikus paspētu uz skolu vai darbu, kāda būs maksājuma summa pie kases vai cik dziesmas varēs ierakstīt vienā CD matricā u.c. Ne vien zinātnē, bet arī mākslā lieto matemātiku, meklējot harmoniju, ritmu un proporcijas, kur slēpjas „skaistuma formula”.

Vertikālās karjeras piemērs pedagogijā



Ja esi izvēlējies matemātikas un ekonomikas/statistikas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Aktuārs	Augstākā	Aktuārs ir matemātiķis ar ekonomista zināšanām, kas spēj analizēt pagātni, novērtēt pašreizējos riska momentus un modelēt nākotni, tādējādi kļūstot par profesionāli ar prasmi prognozēt ilgtermiņa finanšu darījumu rezultātus	Algebra, ģeometrija, fizika, psiholoģija, biznesa ekonomiskie pamati, loģika	Saskarsmes prasmes, prasme izmantot datoru, labas komunikācijas prasmes, spēja vadīt un organizēt darbu, spēja plānot laiku, godprātīga attieksme pret veicamo darbu	Valsts, pašvaldības un privātos uzņēmumos kā speciālists dzīvības apdrošināšanā, riska apdrošināšanā, veselības apdrošināšanā, sociālajā sfērā, pensiju fondos	Matemātiķis, statistiķis, tirgus analītiķis, ekonomists
Statistiķis	Augstākā	Apkopo, sistematizē, klasificē, sakārto tabulās un ievada datorā matemātiskai apstrādei, analizē un interpretē aptaujās, eksperimentos, pārbaudēs, atskaitēs u.c. dokumentos sniegto informāciju	Algebra, ģeometrija, fizika, biznesa ekonomiskie pamati, loģika	Spēja iedziļināties pētāmajā materiālā, pacietība, precizitāte, spēja loģiski spriest un argumentēt	Valsts, pašvaldības un privātos uzņēmumos kā speciālists dzīvības apdrošināšanā, riska apdrošināšanā, veselības apdrošināšanā, sociālajā sfērā, pensiju fondos, statistikas pārvaldē, sabiedrisko aptauju centros	Matemātiķis, statistiķis, tirgus analītiķis, ekonomists



Matemātika var būt nepieciešama studiju programmās, kas sagatavo speciālistus, kuru nosaukumā atrodami vārdi: „komercdarbinieks”, „tehniķis”, „inženieris”, „operators”, reizēm arī „speciālists” un „meistars”.

Ja esi izvēlējies inženierzinātņu jomu, aplūko iespējamās profesiju variantus arī nodaļā „Dabaszinības”!

Aktuāra profesiju šobrīd Latvijā vēl nav iespējams apgūt, tāpēc uzzini vairāk par studiju iespējām ārzemēs.

Speciālisti statistikā ir ļoti pieprasīti banku un apdrošināšanas sektorā.

Matemātikas nozares - statistika un varbūtību teorija - ir jāapgūst augstskolu studentiem, jo tās lieto pētījumu datu apstrādē. Studenti pētījumus veic studiju darbu, kursa darbu, kvalifikācijas, bakalaura, maģistra un promocijas darba ietvaros.

Vertikālās karjeras piemērs ekonomikas un statistikas jomā



Ja esi izvēlējies komerczinību un administrēšanas jomu, aplūko iespējamās profesiju variantus nodaļā „Sociālās zinības”. Izpēti arī aprakstus par citiem mācību priekšmetiem, lai noskaidrotu plašāku iespējamo profesiju piedāvājumu.





3. Dabaszinibas

Dabaszinības

Dabaszinības - bioloģija, ķīmija, fizika, ģeogrāfija, vides izglītība - veido un veicina interesi par dabas sistēmu un procesu pētīšanu, izpratni par dabas daudzveidību un vienotību, sekmē labvēlīgu attieksmi vides un veselības saglabāšanā un uzlabošanā, sekmē līdzatbildīgas attieksmes veidošanos vides saglabāšanai un uzlabošanai, izzinot fizikālās parādības, bioloģiskus, ķīmiskus procesus, to cēloņus un likumsakarības.

Dabaszinības ir mācīties ikviens gan obligātajā pamatskolas programmā, gan apgūstot vidējās izglītības programmu, apgūstot bioloģiju, ķīmiju, fiziku kā atsevišķus mācību priekšmetus un dabaszinības kā integrētu kursu. Tāpēc tev jau varētu būt izveidojies savs viedoklis par to, vai tev patiktu vai nepatiktu saistīt savu dzīvi ar dabaszinību jomu. Ja tev patīk mācību priekšmeti no dabaszinību jomas, tad tev, iespējams, ir padziļināta interese par organismu daudzveidību un uzbūvi, procesiem un likumsakarībām dabā, tev ir interese par līdzdalību sabiedrības ilgtspējīgā attīstībā.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- datu/ informācijas iegūšana, apkopošana, analizēšana;
- datu/ informācijas skaidrošana, piedāvājot jaunus, nebijušus atrisinājumus un iespējas;
- precīza un akurāta uzmanības pievēršana detaļām;
- analizēt dažādus viedokļus, izvērtējot faktus, un argumentēti aizstāvēt savu viedokli, izmantojot dabas zinībās balstītu argumentāciju;
- rast problēmas risinājumu, izmantojot piemērotas stratēģijas un precīzus secinājumus;
- loģiska un abstrakta domāšana;
- secināt un interpretēt dotos tekstus, grafikus un tabulas;
- izzināt pasaules daudzveidību un dažādību, prast vispārināt, domāt globāli;
- atpazīt cēloni un sekas dabas procesos;
- līdzdarboties vides aktivitātēs, vides projektos, pētnieciskos procesos;

Saskaiti, cik apgalvojumu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 - 10 apgalvojumiem, dabaszinības tev padodas un vari apsvērt, kā savos nākotnes plānos izmantot dabaszinību priekšmetos apgūtās zināšanas, prasmes un iemaņas.

Ja piekriti 4 - 6 apgalvojumiem, visticamāk tu vēl nedomā par studijām saistībā ar dabaszinībām vai kādu no tām, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā ir jāmācās dabaszinības, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad tevi interesējošo mācību priekšmetu vidū nebūs dabaszinību. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ mācīties dabaszinības? Mācīties dabaszinības ir gan interesanti, gan arī noderīgi, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudz spējas, prasmes un talantus. Jaunietis, kas labi apguvis dabaszinības:

- pārvalda matemātiskās (precīzās) spriešanas spējas;
- saprot un uztver plašu informāciju, dažādus teksta veidus;
- prot uztvert, atlasīt, sistematizēt un apkopot informāciju dažādiem mērķiem;
- prot izmantot jaunākās informācijas tehnoloģijas;

- attīsta un pilnveido loģisko un abstrakto domāšanu, kas var noderēt tālākas karjeras veidošanā arī tad, ja to nesaista ar kādu no dabas zinātnēm;
- attīsta sevī izziņas darbības un pētnieka garu;
- prot secīgi un loģiski veidot viedokli un prezentēt to dažādām mērķauditorijām;
- izprot dabas daudzveidīgos procesus, norises un likumsakarības;
- prot veiksmīgi sintezēt esošās zināšanas un prasmes ar jaunām;
- spēj plānot, veikt un izvērtēt projektus un pētnieciskos darbus.

Ja tevi interesē dabaszinības, tad tava izvēlētā specialitāte varētu būt kādā no šīm jomām.

Izglītības pakāpe	Lauksaimniecība, mežsaimniecība un zivsaimniecība	Elektrotehnika, elektronika, telekomunikācijas, enerģētika	Dabas, vides zinības	Būvniecība	Transports	Rūpniecība	Komerzcinības un administrēšana
Speciālie kursi	• kinologs						
Arodizglītība	<ul style="list-style-type: none"> • lauksaimniecības palīgstrādnieks • lauku strādnieks lopkopībā • lauku strādnieks augkopībā 	<ul style="list-style-type: none"> • autoelektriķis • siltumtīklu operators 			<ul style="list-style-type: none"> • sliežu ceļu/mašīnu un mehānismu regulētājs • kuģu motoru mehāniķis 		
Profesionālā vidējā	<ul style="list-style-type: none"> • dārzkopis • parka dārznieks • zivkopis • ainavu tehniķis • stādauudzēšanas tehniķis • zirgkopis • mežsaimniecības tehniķis/tehnologs • lauksaimnieks • dārznieks • dārzkopības speciālists • hipologs • kokkopis • mežsaimniecības tehnikas mehāniķis • biškopis 	<ul style="list-style-type: none"> • autoelektriķis • elektriķis • siltumtīklu operators • telesakaru tehniķis 		<ul style="list-style-type: none"> • elektriķis • būvdarbu vadītājs • būvelektriķis • ēku inženiertīklu tehniķis • namdaris 	<ul style="list-style-type: none"> • sliežu ceļu/mašīnu un mehānismu regulētājs • kuģu motoru mehāniķis 	<ul style="list-style-type: none"> • mehatroniķis • mehāniķis • papīra tehnologs • stikla tehnologs • ķīmijas tehnologs 	<ul style="list-style-type: none"> • mazumtirdzniecības komercdarbinieks • dārzkopības komercdarbinieks • lauku īpašuma apsaimniekotājs • projektu vadītājs • agrouzņēmuma komercdarbinieks • loģistikas speciālists • loģistikas struktūrvienības vadītājs • sauszemes transportlīdzekļu tehniskais vērtētājs • rūpniecības komercdarbinieks • transporta pārvadājuma komercdarbinieks • sabiedrisko attiecību menedžeris • kvalitātes vadības sistēmu vadītājs
Augstākā	<ul style="list-style-type: none"> • lauksaimniecības enerģētikas inženieris • mežsaimniecības inženieris • agronoms • veterinārārsts • zootehniķis 	<ul style="list-style-type: none"> • apsildes, ventilācijas un saldēšanas/mehānikas inženieris • elektriķis • elektronikas inženieris • enerģētiķis • radio un televīzija sakaru inženieris 	<ul style="list-style-type: none"> • biologs • dabas aizsardzības vecākais speciālists • fiziķis • meteorologs • mikrobiologs • vides inženieris • ģeologs • ķīmiķis 	<ul style="list-style-type: none"> • ainavu arhitekts • arhitekts • būvmateriālu tehnologs • elektriķis • ventilācijas un saldēšanas/mehānikas inženieris • hidrotehnikas būvinženieris • ģeodēzists 	<ul style="list-style-type: none"> • auto-transporta inženieris • aviācijas inženieris • loģistikas speciālists • transporta grafika analītiķis • vagonu remonta inženieris • mašīnu/motoru inženieris 	<ul style="list-style-type: none"> • biotehnologs • farmācijas tehnologs • inženieris • keramikas tehnologs • konstruktors • kuģu būves inženieris • mehatroniķis • papīra tehnologs • stikla tehnologs • ķīmijas tehnologs 	

Ja tevi interesē bioloģija un tu esi izvēlējies mežsaimniecības jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Kokaudzēšanas tehniķis	Profesionālā vidējā, augstākā	Ar dažādām metodēm pavairo kokus un krūmus, kopj tos un sagatavo pārdošanai vai stādīšanai. Organizē siltumnicu un lauku sagatavošanas darbus. Seko līdzi augu augšanas fāzēm, organizē nepieciešamos augu aizsardzības pasākumus pret slimībām un kukaiņiem, šķiro izaugušos augus pēc to lieluma un sagatavo tos realizācijai	Bioloģija, ķīmija, sports	Spēja tehniiski precīzi izpildīt norādījumus, spēja ieklausīties dabā, spēja izzināt dabas procesus un pamanīt pat vissīkākās pārmaiņas tajā	Kokaudzētavās, mežsaimniecībās, stādu audzētavās, siltumnicās, dārzu centros, botāniskajā dārzā, dārzkopības preču realizācijas vietās, dārzu ierīkošanas un apzaļumošanas uzņēmumos, augu aizsardzības dienesta struktūrās	Dārzkopis, parka dārznieks, dārzkopības speciālists
Meža taksators	Profesionālā vidējā	Izmantojot īpašas metodes, veic mežu novērtējumu – meža inventarizāciju – un izstrādā meža apsaimniekošanas plānu	Bioloģija, ģeogrāfija, matemātika, informātika	Precizitāte un rūpīgums, veicot mērījumus un apstrādājot datus, spēja labi orientēties dabā	Meža taksācijas firmās, valsts un pašvaldības mežu pārvaldes institūcijās, pašnodarbinātais	Mežzinis, mežsaimniecības inženieris, mežsaimniecības tehniķis, mežsaimniecības konsultants
Mežsargs	Profesionālā vidējā	Pārrauga Meža likuma un Medību likuma ievērošanu mežos, pārzina konkrētu meža teritoriju (apgaitu), regulāri apskata savu apgaitu, pārliecinoties, vai tajā netiek nelikumīgi izcirsti koki, kurināti uguns kuri vai medīti dzīvnieki. Ja izceļas ugunsgrēks, izsauc ugunsdzēsēju brigādes un pats piedalās dzēšanā	Bioloģija, ģeogrāfija, latviešu valoda, matemātika	Dabas mīlestība, spēja labi orientēties, laba fiziskā sagatavotība	Dažādās Valsts meža dienesta pakļautībā esošās mežniecībās un virsmežniecībās	Mežzinis, meža tehniķis, mežkopis
Mežsaimniecības inženieris	Augstākā	Kontrolē un koordinē mežziņu darbu, pārzina un organizē darbus mežaudžu atjaunošanā, to aizsardzībā pret kaitēkļiem un slimībām, meža drošības pasākumos, medību jautājumos	Bioloģija, ģeogrāfija, matemātika, informātika	Spēja uzņemties iniciatīvu sarežģītās situācijās, pamatot un pierādīt savu viedokļa pareizību, dabas mīlestība	Valsts un pašvaldības mežu pārvaldes institūcijās, mežizstrādes un mežu apsaimniekotāju firmās, mežniecībās, laboratorijās un institūtos pie zinātniskajiem pētījumiem mežsaimniecības nozarē	Mežkopis

Cilvēks ar savu rīcību apdraud pats savu nākotni. Procesi vidē – ozona caurumi, globālā sasilšana – liecina par ekoloģiskas katastrofas tuvošanos, un tikai cilvēks pats var no tās izvairīties. Zinātnieki mēdz teikt – mums doti 40 gadi, lai glābtu Zemi.



Cilvēks mūsdienās apdzīvo visu pasauli un izmanto resursus no visas zemeslodes, taču dabas izmantošana ir ļoti atšķirīga: vienā polā ir kultūras, kas dzīvo līdzsvarā ar dabu, otrā – attīstītas industriālās kultūras, kas dažviet izraisa tik lielas vides izmaiņas, ka var runāt pat par ekoloģisku katastrofu. Tev ir iespēja, pilnveidojot savus talantus, intereses, spējas un padziļinot zināšanas, savu karjeru saistīt ar ilgstpējīgas sabiedrības attīstību.

Cilvēks ar saimnieka apziņu saprot, ka kaut ko gribēt vien ir par maz. Lai vēlēšanās piepildītos, ir jāstrādā.

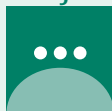
Ja tevi interesē bioloģija un tu izvēlēties lauksaimniecības vai zivsaimniecības jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Agronoms	Augstākā	Konsultē lauksaimniekus augkopības kultūru audzēšanas jautājumos, ieskatot un organizējot kultūraugu sēšanu un stādīšanu, sekojot līdzi to augšanai, ražai, novākšanas un uzglabāšanas procesam, sastāda darbu plānu attiecīgam lauksaimniecības darbu periodam un organizē tā izpildīšanu, sadarbojas ar kompānijām, kas audzē un ievāc lauksaimniecības produkciju, ražo ķīmikālijas, tehniku	Bioloģija, ķīmija, matemātika, biznesa ekonomiskie pamati	Precizitāte un rūpība, spēja plānot un analizēt informāciju, kas ietverta skaitļos un dažādos faktū materiālos, izcilas saskarsmes spējas	Izmēģinājumu un selekcijas stacijās, privātzņēmumos, valsts iestādēs, pētniecības institūtu un universitāšu laboratorijās, agrorūpniecības un pakalpojumu uzņēmumos, kā pašnodarbinātais, sniedzot konsultācijas zemniekiem	Biologs, dārznieks, augu speciālists, stādaudzēšanas speciālists, lauksaimniecības speciālists, ražas izpētes speciālists
Biškopis	Profesionālā vidējā	Rūpējas par bišu saimēm, nodrošina tām barību un ievāc bišu produktus: bišu vasku, medu, propolisu un ziedputekšņus	Bioloģija, veselības mācība	Spēja izprast dabas ritmus, spēja saglabāt mieru jebkurā situācijā, māka darboties nesteidzīgi un apdomīgi	Pašnodarbinātais, privātzņēmējs	Agronoms, dārznieks, lauku īpašumu apsaimniekotājs
Dārznieks	Profesionālā vidējā	Organizē un pārrauga dažādu augu stādīšanu un kopšanu, kā arī ražas novākšanu un uzglabāšanu	Bioloģija, ķīmija	Spēja uzņemties atbildību, spēja visu iesāktu paveikt līdz pozitīvam rezultātam, iemaņas plānot darbu izpildes secību, novērošanas un analīzes spējas	Saimniecībās, siltumnīcās, botāniskajos dārzos, dārzkopības izmēģinājumu stacijās, apzaļumošanas uzņēmumos, pašnodarbinātais	Ainavu tehniķis, stādaudzēšanas tehniķis, lauksaimnieks
Kinologs	Speciālie kursi	Pārzina suņu kopšanu, audzēšanu, ieskaitot dresūru un trenēšanu konkrētu uzdevumu pildīšanai. Audzē un dresē suņus speciālu uzdevumu veikšanai - darbam policijā pēdu dzīšanai, cilvēku aizturēšanai, glābšanai, narkotiku atrašanai, jaunprātīgas dedzināšanas atklāšanai, neredzīgu cilvēku pavadīšanai. Konsultē citus suņu audzētājus	Bioloģija, ķīmija, psiholoģija, mājturība	Pacietība, prasme organizēt savu laiku, spēja iesāktu paveikt līdz galam, būt atbildīgam	Suņu audzētavās, suņu sporta skolās, suņu klubos, policijā, muižā, robežsardzē, leslodzījuma vietu pārvaldē	Dresētājs, dzīvnieku vērtēšanas eksperts
Veterinārārsts	Augstākā	Ārstē dažādu sugu dzīvniekus un putnus, konsultē dzīvnieku un putnu aprūpētājus/īpašniekus par preventatīvajiem jeb aizsargājošiem pasākumiem, veic gan praktisko ārstēšanas darbu, gan konsultē dzīvnieku un putnu aprūpētājus/īpašniekus	Bioloģija, ķīmija, fizika, sports	Mīlestība pret dzīvniekiem, iecietība, pacietība un prasme kontaktēties ar dzīvniekiem, iemaņas regulāri un prasmīgi rūpēties par dzīvnieku ikdienišķajām vajadzībām	Veterinārās klīnikās, poliklīnikās, stacionāros, valsts iestādēs, ražošanas uzņēmumos, zvēraudzētavās, privātpraksē	Veterinārārsta asistents
Zirkopis	Profesionālā vidējā	Kopj zirgus atbilstoši zoohigiēniskajām prasībām, audzē zirgus atbilstoši ciltsdarba (šķirnes saglabāšanas) prasībām un apkaļ tos, apmāca jaunzirgus, palīdz trenerim zirgu trenēšanā	Bioloģija, ķīmija, mājturība, sports	Pacietība, prasme organizēt savu laiku, spēja iesāktu paveikt līdz galam, fiziskā izturība	Dažādās ar zirgu audzēšanu, turēšanu un izmantošanu saistītās saimniecībās, zirgu izjādes punktos, atpūtas bāzēs, pašnodarbinātais	Lopkopis, zirgu treneris

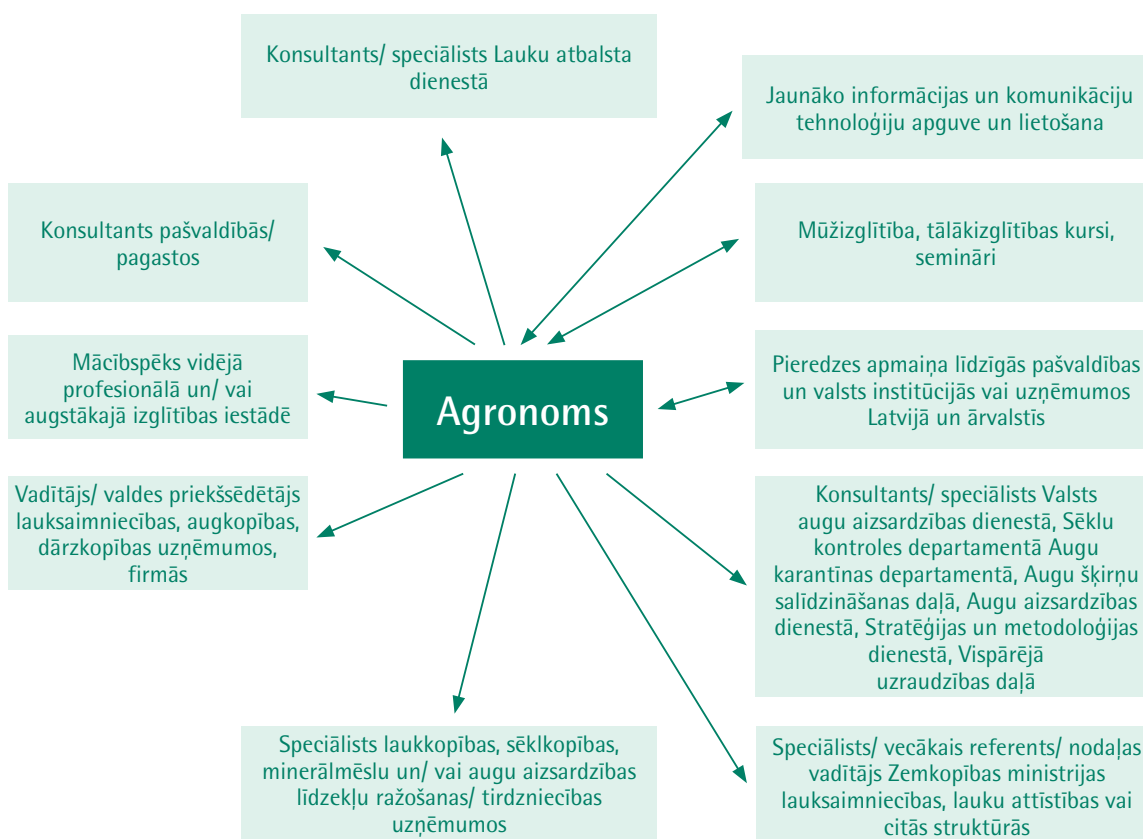
Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Zootehniķis	Augstākā	Kontrolē, kā dzīvnieku un mājlopu audzētāji ievēro to audzēšanas un kopšanas prasības, veic zootehnisko uzskaiti, dzīvnieku produktivitātes uzskaiti, dzīvnieku identifikāciju, pārrauga dzīvniekus un novērtē tos	Bioloģija, ķīmija, mājturība, biznesa ekonomiskie pamati	Pacietība, prasme organizēt savu laiku, spēja iesākt paveikt līdz galam, interese par dzīvnieku paradumiem, kopšanas niansēm, veiklība, fiziskā izturība	Dažādās ar dzīvnieku audzēšanu saistītās saimniecībās un organizācijās, privātuzņēmumos, pašnodarbinātais	Lopkopis, zirgkopis
Zivkopis	Profesionālā vidējā	Audzē zivis no ikrēm līdz pieaugušām zivīm, izmanto un kopj dīķus un zivju audzēšanas iekārtas atbilstoši audzēšanas tehnoloģijai, uzrauga zivju un vēžu audzēšanas procesu, ievērojot visas nepieciešamās prasības	Bioloģija, ķīmija, mājturība, biznesa ekonomiskie pamati	Pacietība, prasme organizēt savu laiku, spēja iesākt paveikt līdz galam, interese par dzīvnieku paradumiem, kopšanas niansēm, veiklība, laba fiziskā sagatavotība	Zvejniecības un zivkopības uzņēmumos, zivju audzētavās, dīķsaimniecībās	Zvejnieks

Horizontālās karjeras piemērs lauksaimniecībā

idejas



sarunai



Ja tevi interesē dabas zinātnes, īpaši, bioloģija un vides zinātnes un tu izvēlies dabas aizsardzības un vides zinību jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Biologs	Augstākā	Pēta visas dzīvības formas – cilvēkus, dzīvniekus un augus, to izcelsmi, attīstību, ķīmisko un fizikālo formu, struktūru, sastāvu, dzīvības un reproduktīvos (vairošanās) procesus	Bioloģija, ķīmija, fizika, ģeogrāfija, veselības mācība, matemātika, svešvalodas	Zinātkāre, mērķtiecība, pacietība	Zinātniski pētnieciskos institūtos, vides kontroles un uzraudzības dienestos, produkcijas kontroles dienestos, mācību iestādēs, pārtikas un farmaceitisko preparātu ražošanas firmās, notekūdeņu un atkritumu pārstrādes dienestos, zoodārzos, īpaši aizsargājamās dabas teritorijās, meža dienestā, muzejos	Ķīmiķis, biokīmiķis, ģeogrāfs, biotehnologs, dabas aizsardzības vecākais speciālists
Dabas aizsardzības vecākais speciālists	Augstākā	Piedalās vides un dabas aizsardzības projektu izstrādē un ieviešanā, plāno un izpilda dabas aizsardzības programmās paredzētās darbības, sniedz konsultācijas par ķīmiskiem, fizikāliem, bioloģiskiem faktoriem apkārtējā vidē, uzrauga īpaši aizsargājamo dabas teritoriju pārvaldīšanu, kontrolē sugu un biotopu izmantošanu un aizsardzību, izskata sūdzības par dabas aizsardzības pārkāpumiem un, ja nepieciešams, sauc vainīgās personas pie administratīvās atbildības, aprēķina videi nodarītos zaudējumus un sagatavo prasības pret vainīgajām personām	Bioloģija, ķīmija, ģeogrāfija	Spēja izprast dabā notiekošos procesus un likumsakarības un to, kā nodarītais kaitējums videi iedarbosies uz turpmākajiem procesiem dabā, spēja konfliktsituācijās saglabāt mieru un rast risinājumu, spēja būt atbildīgam par saviem vārdiem un darbiem	Vides aizsardzības iestādēs, aizsargājamo teritoriju pārvaldes organizācijās	Ķīmiķis, biologs, ekoloģis, vides pārvaldes speciālists
Fiziķis	Augstākā	Pēta apkārtējā pasaulē esošos objektus un tajā notiekošās parādības, var specializēties noteiktos virzienos – elementārdaļiņu fizikā, astrofizikā, atomfizikā, kondensētas vides fizikā, bioloģiskā fizikā u.c.	Fizika, bioloģija, ķīmija, informātika, svešvalodas	Prasme novērot, izcilas matemātikas zināšanas, zināmi priekšstati filozofijā, prasme orientēties dažādos informācijas avotos, svešvalodas zināšanas un prasmes	Zinātniski pētnieciskās laboratorijās, izglītības iestādēs, dažādu firmu zinātniski pētnieciskās laboratorijās	Programmētājs, matemātiķis
Meteorologs	Augstākā	Novēro un pēta atmosfērā notiekošos fizikālos procesus – gaisa kustības virzienu un ātrumu, spiedienu, temperatūru, mitrumu, mākoņu veidošanos, nokrišņus, saules radiāciju. Pēta datus, kas iegūti meteoroloģiskajās stacijās. Sagatavo laika kartes un prognozes	Ģeogrāfija, fizika, matemātika	Prasme rīkoties ar lielu informācijas daudzumu, spēja izprast dažādu procesu sakarību ķēdes, precizitāte, atbildība, spēja ārkārtas situācijās reaģēt operatīvi un secīgi	Valsts iestādēs, kas veic meteoroloģiskā dienesta funkcijas	Novērotājs, sinoptiķis, aeorologs, klimatologs, hidrologs

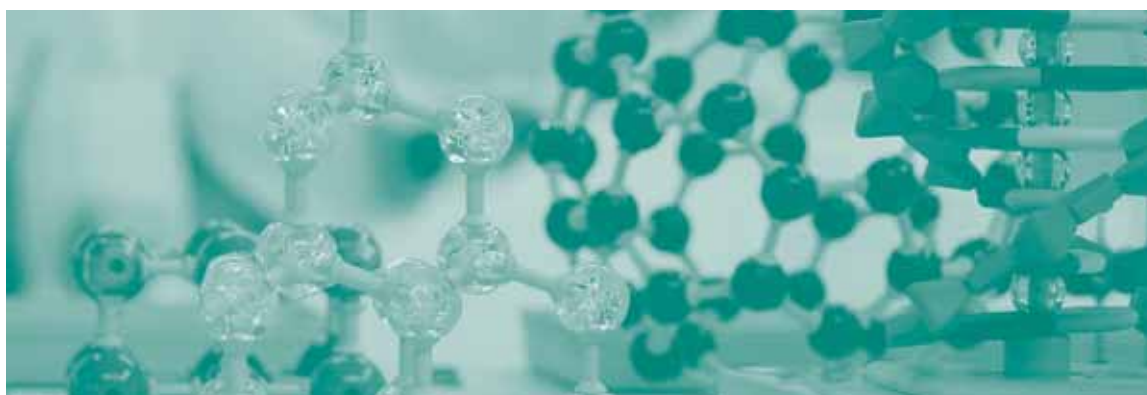
Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Mikrobiologs	Augstākā	Pēta baktērijas, rauga un pelējuma sēnītes, kā arī vīrusus, to uzbūvi, funkcijas un nozīmi, izstrādā veidus, kā dabā pastāvošos mikroorganismus varētu izmantot cilvēku labā. Pēc specializēšanās ir ģēnu inženieri, medicīnas mikrobiologi vai pārtikas rūpniecības mikrobiologi	Ķīmija, fizika, bioloģija un matemātika	Pacietība, roku veiklība, spēja pieņemt lēmumus, spēja noteikt, kādā svarīguma secībā ko darīt, analītiskā domāšana	Kliniskās, slimnīcās, zinātniskajos institūtos, pārtikas rūpniecības uzņēmumu laboratorijās un vides aizsardzības iestādēs	Ķīmiķis, biologs, biotehnologs, ķīmijas tehniķis, pārtikas ķīmiķis, bakteriologs
Vides inženieris	Augstākā	Strādā ar vides tehnoloģijām: ūdens attīrīšanu, gaisa kvalitātes nodrošināšanu, augsnes attīrīšanu, atkritumu apsaimniekošanu. Organizē un piedalās vidi aizsargājošo un vidi draudzīgo tehnoloģiju projektēšanā, iekārtu konstruēšanā un montāžā, uzrauga to darbību, organizē un vada tehnisko iekārtu kontroli un pārraudzību. Veic vides piesārņojuma pārbaudes, vada sev pakļauto darbinieku kolektīvu	Matemātika, fizika, ķīmija, bioloģija, ģeogrāfija, tehniskā grafika, informātika, svešvalodas	Attīstīta tehniskā domāšana un zināšanas, spēja loģiski domāt, atrast problēmu cēloni, izprast iekārtu darbības likumsakarības, prasme saprasties ar dažādiem cilvēkiem, izskaidrot viņiem veicamos uzdevumus, izanalizēt radušos situāciju un pieņemt atbilstošos lēmumus	Dažādos valsts un privātajos uzņēmumos, pašvaldībās un valsts institūcijās	Vides pārvaldības speciālists, atkritumu un ūdenssaimniecības speciālists, dabas aizsardzība vecākais speciālists
Ģeologs	Augstākā	Pēta ģeofiziskos procesus, izstrādā un attīsta teorijas, koncepcijas un pētniecības metodiku ģeoloģijas un ģeofizikas nozarēs. Pēta Zemes garozas sastāvu un struktūru, kalnu minerālus, derīgos izrakteņus, izstrādā kartes	Ģeogrāfija, fizika, matemātika, ķīmija, bioloģija	Vēlme izzināt, prasme atrast sakarības, pamanīt nianšes, prasme darboties komandā, neatlaidība, mērķtiecība, precizitāte, zinātkāre	Valsts iestādēs, privāto uzņēmumos, kas nodarbojas ar ģeoloģisko izpēti un derīgo izrakteņu iegūvi, vides aizsardzības iestādēs, zinātniskajos institūtos	Dabas aizsardzības vecākais speciālists
Ķīmiķis	Augstākā	Sintezē (rada) dažādus jaunus ķīmiskus savienojumus, pārbauda dažādas vielas, lai noteiktu to sastāvu un/vai kaitīgās sastāvdaļas tajās, veic vielu, ķīmisko savienojumu un produktu kvalitatīvu (pēc īpašībām) un kvantitatīvu (pēc apjoma) analīzi, rada jeb sintezē organiskos savienojumus (līdzīgus tiem, kas pastāv dabā, piemēram, citronskābe, vitamīni), un attīra tos	Ķīmija, fizika, matemātika, svešvalodas	Pacietība un precizitāte, prasme patstāvīgi domāt un izdarīt secinājumus, laba intuīcija, roku veiklība, labas svešvalodu prasmes	Laboratorijās, ražošanas uzņēmumos, zinātniski pētnieciskos institūtos	Bioķīmiķis, mikrobiologs, biotehnologs, ķīmijas tehniķis, pārtikas ķīmiķis, medicīnas laborants

Daudziem no mums ir izveidojies priekšstats, ka fiziķiem, bioloģiem un ķīmiķiem karjeras attīstības iespējas saistāmas tikai ar pedagoga darbu skolā, taču tā nebūt nav. Šo speciālistu darba un karjeras iespējas ir ļoti plašas un daudzveidīgas.

Cilvēks spēj gūt labumu ne tikai no dabas bagātībām, bet arī pilnveidot dabas resursu izmantošanas veidus un paņēmienus, un tā ir viņa panākumu atslēga.

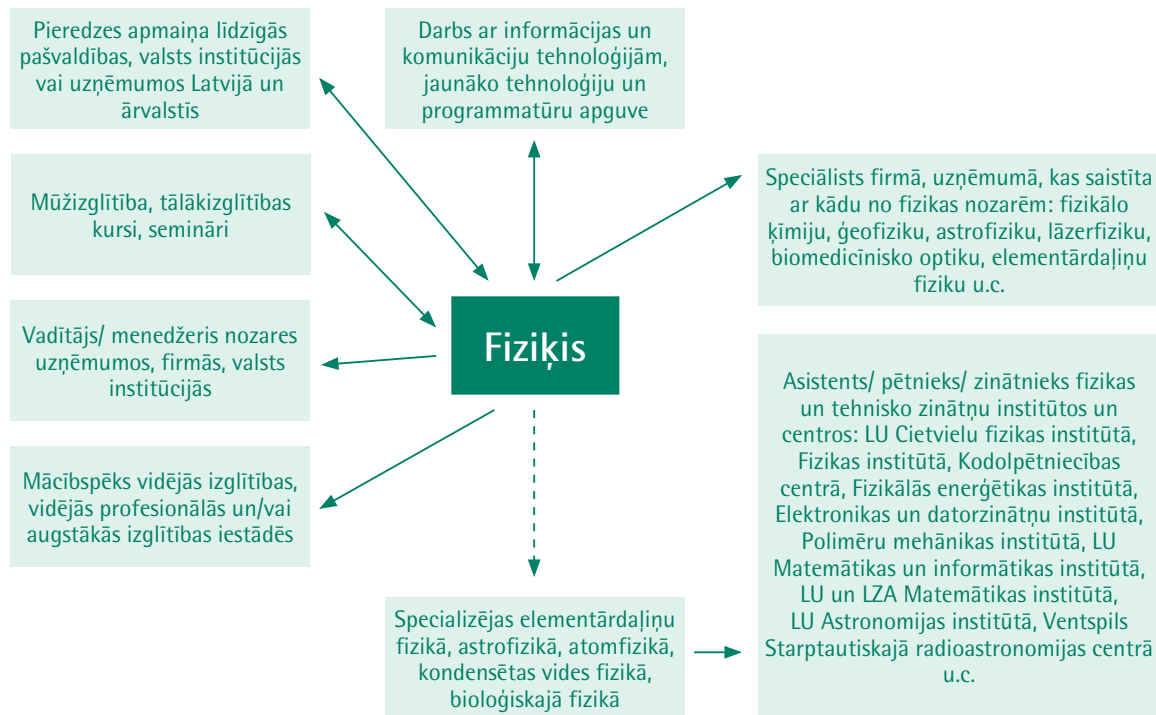


svarīgi





Horizontālās karjeras piemērs dabas zinātnēs



Ciņā par vides saglabāšanu visi cilvēki ir līdzdalībnieki. Ciņā pret dabas iznīcināšanu ir jāmaina attieksme pret tās cēloņiem, un rītdienas cilvēka uzvedības pamatā jāliek ētiska, zinātniski pamatota attieksme pret dabu un apkārtējo pasauli.

Ja tevi interesē dabaszinības un tu izvēlēties **būvniecības jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Ainavu arhitekts	Augstākā	Plāno labāko neapbūvētas zemes izmantošanu dzīvojamo masīvu, sabiedrisko ēku, tirdzniecības centru, autoceļu, parku, atpūtas vietu un ražošanas kompleksu projektēšanai. Plāno jebkādu būvju apkārtnes ainavu un uzrauga šīs ainavas izveides darbu veikšanu. Sniedz ieteikumus par zemes izmantošanu, analizē vietas dabiskās īpatnības un sadarbojas ar arhitektiem, lai pieskaņotu ēku (vai jebkādu citu būvējamo objektu) apkārtējai videi	Bioloģija, matemātika, tehniskā grafika, fizika, ķīmija, vizuālā māksla, informātika, ģeogrāfija, kultūras vēsture	Prasme kontaktēties ar cilvēkiem, precizitāte un rūpīgums, spēja patstāvīgi pieņemt lēmumus	Būvuzņēmumos, arhitektu birojos, kā pašnodarbināta persona, valsts un pašvaldības institūcijās, kas atbildīgas par pilsētu vai citu apdzīvotu vietu plānošanu, dzīvojamo rajonu attīstību	Dārznieks, daiļdārznieks, arhitekts
Arhitekts	Augstākā	Projektē dažādas ēkas – dzīvojamās mājas, komerciālās un ražošanas būves. Iesaistīts visos projektēšanas un būvniecības posmos, sākot jau ar pirmo vispārējo būvniecības ideju pārrunāšanu ar klientu un beidzot ar ēkas nodošanu ekspluatācijā	Matemātika, fizika, tehniskā grafika, vizuālā māksla, kultūras vēsture, mākslas vēsture	Radoša domāšana, vizuālā māksla, mākslinieciskas spējas, precizitāte un akurātība, telpiskā uztvere, spēja patstāvīgi pieņemt lēmumus, prasme kontaktēties ar cilvēkiem, spējas, strādāt komandā	Būvniecības, remonta un restaurācijas uzņēmumos, nekustamā īpašuma uzņēmumos, kā pašnodarbinātais, valsts vai pašvaldību institūcijās, kas atbildīgas par apbūvi, teritorijas plānošanu, apdzīvotu vietu attīstību, piemēram, pilsētas būvvaldē	Ainavu arhitekts, interjerists, restaurācijas arhitekts, ceļu projektētājs



Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Apsildes, ventilācijas un saldēšanas/mehānikas inženieris	Augstākā	Plāno un projektē apsildes, ventilācijas un saldēšanas iekārtas dažādām telpām	Matemātika, fizika, tehniskā grafika, vizuālā māksla	Zināšanas par ēku būvkonstrukcijām, spēja orientēties dažādu celtniecības darbu specifiskā, priekšstats par likumbām, pēc kādām funkcionē un tiek uzstādītas dažādas iekārtas un mehānismi. Attīstīta telpiskā un tehniskā domāšana, spēja izprast dažādas tehniskas shēmas	Apsildes, ventilācijas un saldēšanas iekārtu ražošanas un uzstādīšanas firmās, celtniecības uzņēmumos	Siltumtehnikas inženieris, siltumenerģētikas inženieris
Būvdarbu vadītājs	Profesionālā vidējā, augstākā	Atbild par būvdarbu norisi būves būvniecības laikā, būvobjektā vada būvdarbus, organizē tur strādājošos speciālistus - būvtehniķus, metinātājus, mūrniekus, betonētājus, būvstrādniekus	Matemātika, fizika, tehniskā grafika, biznesa ekonomiskie pamati	Spēja uzņemties atbildību, pieņemt svarīgus lēmumus, labas komunikācijas prasmes, lai saprastos un sadarbotos ar dažādiem cilvēkiem, celtniecības darbu praktiskās iemaņas	Privātu uzņēmumu, valsts iestādēs, projektēšanas birojos, būvmateriālu ražošanas uzņēmumos, kā pašnodarbināta persona	Būvzinženieris, apdares darbu tehniķis
Būvelektriķis	Profesionālā vidējā	Būvlaukumos, jaucenjamās vai renovējamās ēkās, dzīvokļos ievieš elektriskos vadus, uzstāda rozetes un gaismekļus	Fizika, tehniskā grafika, matemātika	Precizitāte, pacietība, radošums problēmu risināšanā, abstraktā un telpiskā domāšana, pirkstu veiklība, iemaņas izprast un lasīt tehniskos zīmējumus	Celtniecības uzņēmumos, būvfirmās	Elektromontieris, elektrotīklu elektriķis, apgaismes elektriķis
Būvmateriālu tehnologs	Augstākā	Atbild par būvmateriālu (piemēram, cementa, ķieģeļu, gāzbetona bloku) ražošanas vadību un visiem darba procesiem, sākot no izejvielu piegādes līdz produkcijas piegādei klientam	Ķīmija, matemātika, fizika, informātika, biznesa ekonomiskie pamati, tehniskā grafika	Precizitāte, spēja pieņemt lēmumus un būt par tiem atbildīgam, spēja domāt stratēģiski un paredzēt notikumu attīstības gaitu. Labas komunikācijas prasmes, lai saprastos, sadarbotos un vienotos ar dažādiem cilvēkiem - izejvielu piegādātājiem, produkta patērētājiem	Būvmateriālu ražošanas uzņēmumos - rūpniecās, ražošanas cehos, dzelzsbetona rūpniecā, cementa rūpniecā, keramisko flīžu ražotnēs u.tml.	Ķīmiķis, būvzinženieris, būvniecības tehnologs, ražošanas tehnologs
Hidrotehnikas būvzinženieris	Augstākā	Izstrādā dažādu hidrotehnisko būvju projektus (piemēram, dzīvojamu māju ūdens apgādes un kanalizācijas sistēmas, kanālus, aizsprostus, ostas, piestātnes, krastmalas, molus, ūdenssporta būves), vada to celtniecību un izmantošanu, kā arī organizē un veic to rekonstrukcijas pasākumus. Ievieš vides saglabāšanas prasības, novērtē, kādu ietekmi uz vidi atstās būvējamais objekts	Fizika, matemātika, tehniskā grafika, loģika	Precizitāte darbu izpildē, prasme pieņemt lēmumus un tos realizēt	Valsts un privātajos projektēšanas un būvniecības uzņēmumos, kā pašnodarbinātais	Doku un ostu būvzinženieris, hidroloģijas būvzinženieris, apūdeņošanas būvzinženieris



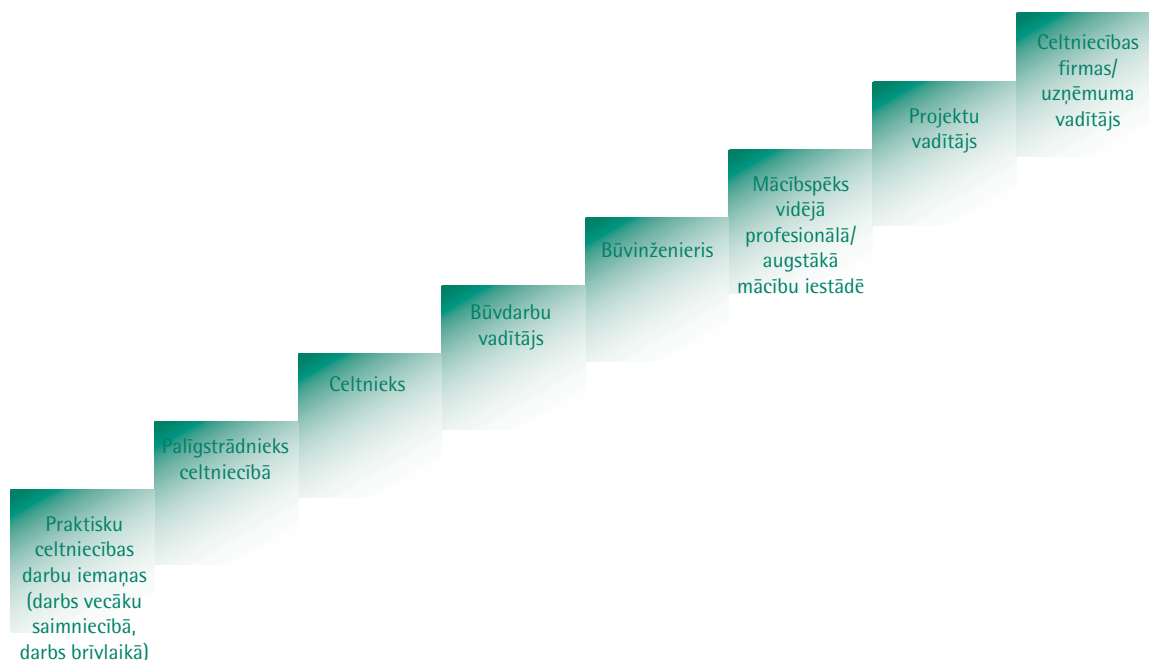
Gaumīgu lietu izvēlei, radošu ideju noformējumam interjerā ne vienmēr ir tieša saistība ar finansiālām iespējām. Par to droši vien nereti esi pārliecinājies arī tu, ja tev prieku sagādā rūpes par savu tuvāko vidi, savas istabas interjera veidošana un labiekārtošana.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Ģeodēzists	Augstākā	Veic mērījumus un aprēķinus, kas ļauj matemātiski un grafiski aprakstīt Zemes virsmu, tās formu un izmērus	Matemātika (ieteicams padziļināti apgūt ģeometriju un trigonometriju), fizika, ģeogrāfija	Skaitļošanas prasmes, pierakstu un darbu noformēšana, zināšanas un izpratne par Zemes formu	Valsts uzņēmumos, kas nodarbojas ar augstākās ģeodēzijas uzdevumiem, mērniecības un būvniecības uzņēmumos, kam nepieciešams ģeodēzistu darbs, – atbalsta punktu ierīkošana un būvju ģeodēziskā kontrole	Mērnieks, kadastra inženieris, ģeoinformātikas inženieris
Namdaris	Profesionālā vidējā	Montē gatavas koka būvkonstrukcijas, ierīko koka vai ģipškartona starpsienas un griestus, koka grīdas, montē un iebūvē durvis, logus, palodzes, izbūvē koka karkasa sienas, kā arī jumta konstrukcijas vai terases, novērtē kokmateriālu kvalitāti un, ja nepieciešams, novērš defektus	Matemātika (sevišķi ģeometrija), ķīmija, tehniskā grafika, sports	Prasmīgas rokas, precizitāte, labs acumērs, abstraktā domāšana un telpiskā uztvere, fiziskā izturība	Būvniecības, remonta un restaurācijas uzņēmumos, kā pašnodarbināta persona	Mēbeļu galdnieks, jumīķis, grīdas klājējs, būvizstrādājumu galdnieks
Ēku inženiertīklu tehniķis	Profesionālā vidējā	Organizē un vada cauruļvadu montāžu (ūdens, kanalizācijas un apkures cauruļvadu ierīkošanu), gaisa ventilācijas cauruļvadu sistēmas ierīkošanu un elektrības instalācijas darbus, plāno ikdienas darbus un saskaņo tos ar būvdarbu vadītāju, pārzina montāžas darbu tehniskās nianšes, piemērotākos materiālus un to izmantošanas tehnoloģijas, plāno racionālu materiālu patēriņu un uzglabāšanu, izvēlas piemērotāko tehnisko aprīkojumu	Matemātika, fizika, tehniskā grafika, informātika	Izlēmīgums un ass prāts, prasme sadalīt uzmanību, sistēmiskā domāšana, spēja izprast kartes un diagrammas, rūpīgums un precizitāte	Privātu uzņēmumos, valsts iestādēs, kā pašnodarbināta persona	Būvdarbu vadītājs, būvniecības tehnoloģis, būvtehniķis
Elektriķis	Profesionālā vidējā, augstākā	Instalē (ierīko), uztur un remontē elektrisko vadu sistēmas, skaitītājus, sadalītājus un elektroiekārtas, labo dažādas elektriskās iekārtas	Matemātika, fizika, ķīmija	Spēja izprast iekārtu uzbūvi, spēja rast efektīvus risinājumus tehniskām problēmām	Uzņēmumos, kas apkalpo elektrotīklus vai piedāvā sadzīves pakalpojumus, firmās, kurām ir nepieciešams savs speciālists	Elektromontieris, elektronikas inženieris, telesakaru tehniķis



Vertikālās karjeras piemērs būvniecības jomā

idejas



Katrs, kam ir prasmes un zināšanas par to, ko tu neproti, tiek pie iespējas pelnīt uz tava rēķina.

Mūsdienu straujā attīstība piedāvā bezgala plašas iespējas būvniecībā – jaunas tehnoloģijas, jauni materiāli, sabiedrības augstākas prasības pēc komforta, funkcionalitātes vai izsmalcinātības sabiedriskajā un personiskajā vidē. Līdz ar to šī nozare nemītīgi pilnveidojas un tajā vienmēr būs vajadzīgi visu veidu būvniecības speciālisti.

Ja tevi interesē dabaszinības, īpaši fizika un tu izvēlēties **transporta, loģistikas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Autotransporta inženieris	Augstākā	Izstrādā un uzlabo autotransporta un loģistikas sistēmas, automašīnu remonta un ekspluatācijas tehnoloģijas, organizē mācības personālam, nodarbojas ar pētniecības un izglītošanas darbu autotransporta nozarē, plāno un uzrauga darbus un atbild par rezultātu kvalitāti	Fizika, matemātika, tehniskā grafika, informātika	Tehniskā un loģiskā domāšana, prasme strādāt ar komplicētu (sarežģītu) informāciju, pamatzināšanas par automašīnu uzbūvi, darbības principiem un praktiskas iemaņas, prasme sadarboties ar dažādiem cilvēkiem, prasme saprotami izklāstīt sarežģītu informāciju, pamatot savu viedokli	Iestādēs un uzņēmumos, kas nodarbojas ar kravu pārvadājumiem, automobiļu tirdzniecību, remontu, ekspluatāciju, satiksmes drošības jautājumiem, automobiļu tehnisko ekspertīzi, projektēšanas, pētniecības un izglītības iestādēs, kas saistītas ar autotransporta sistēmu	Kvalitātes inženieris, plānošanas inženieris, dzelzceļa pārvadājumu inženieris

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Aviācijas inženieris	Augstākā	Organizē gaisa kuģu tehnisko apkopi un veic ekspluatācijas dokumentācijas uzturēšanu, seko konkrētās aviosabiedrības ekspluatācijā esošo gaisa kuģu tehniskajam stāvoklim, uzrauga, vai gaisa kuģa lietošana saskan ar tā tehniskajā aprakstā paredzētajiem noteikumiem, seko līdz visiem ar gaisa kuģu ekspluatēšanu (lietošanu) un tehnisko aprūpi saistītiem jaunumiem	Fizika, matemātika, tehniskā grafika, ķīmija, loģika, svešvalodas	Tehniskā domāšana, praktiskas iemaņas darbā ar dažādiem mehānismiem, spēja koncentrēties precīzai darba izpildei, prasme konstruktīvi un precīzi formulēt savu viedokli gan vārdos, gan rakstiski, augsta atbildības izjūta	Komerציālo avioliņiju kompānijās un aviācijas tehniskās apkalpošanas uzņēmumos, gaisa kuģu izgatavošanas uzņēmumos un organizācijās	Gaisa kuģu tehniķis
Loģistikas speciālists	Augstākā	Rūpējas, lai uzņēmumam nepieciešamās izejvielas un rezerves daļas tiktu pasūtītas un sagādātas nepieciešamajā apjomā un norunātajā laikā, organizē uzņēmuma saražotās produkcijas piegādāti klientiem vajadzīgajā laikā un vajadzīgajā vietā, organizē finansiāli izdevīgākus kravu transportēšanas darbus	Matemātika, biznesa ekonomiskie pamati, loģika, fizika, svešvalodas	Matemātiskā un loģiskā domāšana, organizatora prasmes, spēja izprast klientu un savu kolēģu vēlmes, pieņemt lēmumus un risināt problēmas	Ražošanas un tirdzniecības uzņēmumos, sadzīves pakalpojumu uzņēmumos, firmās, kuru darbība ir saistīta ar preču vai izejvielu transportēšanu, iepakojšanu, šķirošanu, komplektēšanu vai uzglabāšanu	Transporta grafika analītiķis, sagādes daļas vadītājs, preču izplatīšanas vadītājs
Sliežu ceļu defektoskopists	Profesionālā vidējā	Kontrolē un pārbauda sliežu, pārmiju un sametināto sliežu salaidumu tehnoloģiskā procesa kvalitātes parametrus, izmantojot defektoskopu	Fizika, ķīmija, tehniskā grafika, matemātika	Tehniskā domāšana, precizitāte, spēja ilgstoši koncentrēties, noturīga uzmanība, izlēmīgums, spēja izvērtēt situācijas nopietnību un pieņemt lēmumus	Dzelzceļa infrastruktūras uzņēmumos	Sliežu ceļu/mašīnu un mehānismu regulētājs, ritošā sastāva regulētājs, metinātājs
Sliežu ceļu/mašīnu un mehānismu regulētājs	Arodizglītība	Uztur darba kārtībā sliežu ceļu ekspluatācijas tehniku un tehnisko aprīkojumu (mazo mehānizāciju), regulē, uzrauga, remontē sliežu ceļu mašīnas un mehānismus, nodrošinot to vienmērīgu darbību, laikus novērš iespējamus bojājumus, veicot ierīču un mehānismu profilaksi	Fizika, tehniskā grafika, ķīmija, matemātika, sports	Tehniskā domāšana, precizitāte, prasmīgas rokas, laba veselība, tehniskās zināšanas un iemaņas, fiziskā izturība	Uzņēmumos, kas nodarbojas ar sliežu ceļu uzturēšanu un izmanto tā ekspluatācijai dažādu tehniku	Ritošā sastāva atslēdznieks, iestatītājs
Vilciena vadītājs	Profesionālā vidējā	Vada pasažieru un kravas vilcienus	Fizika, tehniskā grafika, matemātika, sports	Tehniskā domāšana, precizitāte darbu izpildē un izteikti augsta atbildības izjūta, labs veselības stāvoklis un fiziskā sagatavotība, spēja kontaktēties ar dažāda rakstura cilvēkiem	Dažādos pasažieru un kravu pārvadājumu uzņēmumos, stacijās, kur notiek vilcienu manevri	Dzelzceļa mašīnas vadītājs, lokomotīves vadītājs, karjera/mašīnu vadītājs, vilces līdzekļa vadītājs/instruktors

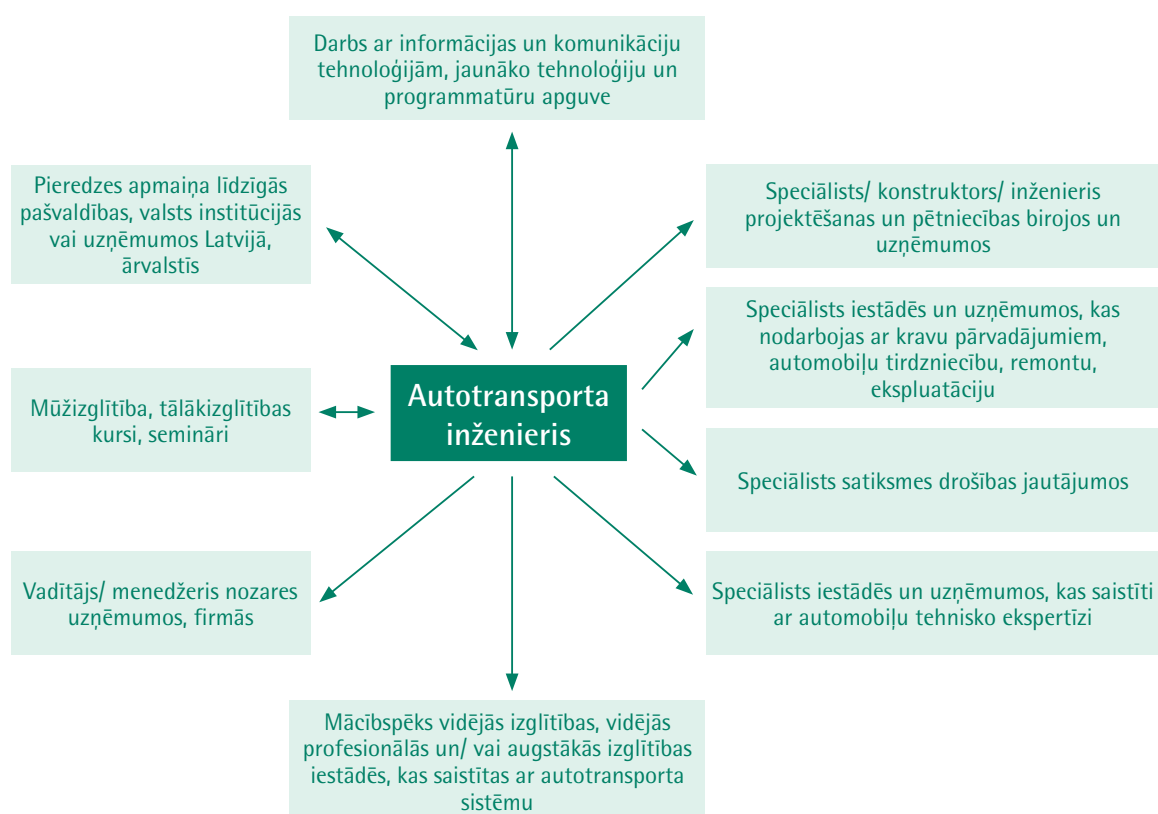
Vai esi kādreiz aizdomājies par to, kā, piemāram, preces nokļūst līdz veikaliem vai avīzes un žurnāli līdz kioskiem? Daudzu cilvēku saskaņotas darbības rezultātā mēs varam baudīt dažādas ērtības un pakalpojumus, iegādāties mums nepieciešamās lietas un nokļūst visdažādākajos pasaules nostūros.



svarīgi



Horizontālās karjeras piemērs transporta jomā



Karjeras iespējas transporta jomā ir un allaž būs plašas un daudzveidīgas, jo sabiedrībā vienmēr pastāvēs vēlme pēc ērta un komfortabla, droša, ātra un interesanta pārvietošanās veida. Turklāt mainās sabiedrība un mainās arī tās vajadzības.

Ja tevi interesē dabaszinības, īpaši fizika un tu izvēlēties **elektrotehnikas, elektronikas, telekomunikāciju vai enerģētikas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Apsildes, ventilācijas un saldēšanas/ mehānikas inženieris	Augstākā	Plāno un projektē apsildes, ventilācijas un saldēšanas iekārtas dažādām telpām, zīmē projekta skices	Matemātika, fizika, tehniskā grafika, vizuālā māksla	Zināšanas par ēku būvkonstrukcijām, spēja orientēties dažādu celtniecības darbu specifiskā, priekšstatī par likumībām, pēc kādām funkcionē un tiek uzstādītas dažādas iekārtas un mehānismi, attīstīta telpiskā un tehniskā domāšana, spēja izprast dažādas tehniskas shēmas	Apsildes, ventilācijas un saldēšanas iekārtu ražošanas un uzstādīšanas firmās, lielākos celtniecības uzņēmumos	Gaisa kondicionēšanas mehānikas inženieris, saldēšanas iekārtu mehāniķis, siltumenerģētikas inženieris, siltumiekārtu ekspluatācijas inženieris
Auto-elektriķis	Arodizglītība, profesionālā vidējā	Veic automobiļu elektroierīču, elektrisko vadības sistēmu elektroinstalācijas pārbaudi, remontu vai nomaiņu, automobiļus aprīko ar papildu elektroierīcēm vai elektroniskām sistēmām, ievērojot ražotāju rūpniecību noteiktās remontu un tehnoloģiskās prasības	Fizika, ķīmija, tehniskā grafika, matemātika, informātika	Precizitāte un pacietība, spēja kontaktēties, strādāt komandā	Automobiļu tirdzniecības, tehniskās apkopes uzņēmumos un remontdarbnīcās	Programmētājs



Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Elektriķis	Profesionālā vidējā, augstākā	Instalē (ierīko), uztur un remontē elektrisko vadu sistēmas, skaitītājus, sadalītājus un elektroiekārtas, labo dažādas elektriskās iekārtas	Matemātika, fizika, ķīmija	Spēja izprast iekārtu uzbūvi, spēja rast efektīvus risinājumus tehniskām problēmām	Uzņēmumos, kas apkalpo elektrotīklus vai piedāvā sadzīves pakalpojumus, firmās, kurām ir nepieciešams savs speciālists	Elektromontieris, elektronikas inženieris, telesakaru tehniķis
Elektronikas inženieris	Augstākā	Vada, kā arī pats veic elektronisko sistēmu un iekārtu montāžas darbus, apkalpošanu un remontu, pārzina elektronikas pamatelementus, elektroniskos blokus, shēmas, elektroniskās iekārtas un sistēmas, kā arī to ražošanas procesus, konsultē jaunos speciālistus	Matemātika, fizika, tehniskā grafika, ķīmija, informātika	Prasme izstrādāt projektus, lasīt rasējumus, automātisko projektēšanas datorprogrammu pārzināšana, vērīgums, pacietība, precizitāte, neatlaidība	Visa veida ražošanas uzņēmumos, pakalpojumu sniegšanas uzņēmumos	Elektronikas tehnologs, elektroinženieris, radio un telesakaru iekārtu speciālists
Enerģētiķis	Augstākā	Organizē un vada uzņēmuma speciālistu grupu (inženierus, tehnologus, mehāniķus), kas nodrošina raitu un drošu uzņēmuma elektroapgādes, siltumapgādes, ūdensapgādes, ventilācijas un kanalizācijas sistēmu darbību, organizē elektrisko un siltumtehniko mērinstrumentu iestatīšanu un kalibrēšanu, konsultē jaunos speciālistus	Fizika, tehniskā grafika, matemātika, svešvalodas	Spēja ilgstoši koncentrēties, spēja būt precīzam sīku darbu veikšanā, labas komunikācijas spējas, iemaņas tehnisko zīmējumu lasīšanā, telpiskā uztvere, abstraktā domāšana	Dažādos ražošanas uzņēmumos, namu apsaimniekošanas uzņēmumos	Būvzinženieris, elektroinženieris, siltumenerģētiķis inženieris, sanitārtehnikas būvzinženieris
Radio un televīzijas sakaru inženieris	Augstākā	Apkalpo tehnoloģiskās iekārtas un aparatūru, kas nodrošina radio un televīzijas programmu pārraidi no radio un televīzijas studijām, kur raidījumi tiek gatavoti, uz katra iedzīvotāja mājokli, konsultē jaunos speciālistus	Fizika, matemātika, informātika, mājturība, svešvalodas	Labas saskarsmes prasmes, organizatora spējas	Valsts un privātajos sakaru uzņēmumos, radio stacijās, TV kanālos, atsevišķās ministrijās	Elektrosakaru inženieris, datorzinību inženieris
Siltumtīklu operators	Arodizglītība, profesionālā vidējā	Piedalās siltuma ražošanas procesā termoelektrostacijā, siltumcentrālē vai katlu mājā, uzrauga siltumtehnikās iekārtas, seko iekārtu darbam, izmantojot siltumtehniko iekārtu vadības pultī, datorsistēmas, uzrauga mēraparātu rādījumus	Fizika, tehniskā grafika, matemātika	Tehniskā domāšana, precizitāte, vērīgums, piesardzīgums darbā ar tehniku	Termoelektrostacijās, siltumcentrālēs, katlu mājās	Turbīnas iekārtu operators, tvaika mašīnas operators, rūpnīcas/ katlu kurinātājs
Elektrosakaru tehniķis	Profesionālā vidējā, augstākā	Veic sakaru un datu pārraides iekārtu tehnisko apkalpi un remontu, apkalpo uzņēmumā esošās sakaru iekārtu sistēmas, kurās ietilpst tālruņa tīkli vai bezvadu sakaru ierīces, remontē, regulē, programmē tālruņa aparātus, tālruņa centrāles un rācījas	Matemātika, fizika, informātika, loģika, tehniskā grafika	Precizitāte, rūpīgums, attīstīta tehniskā domāšana un loģika, spēja orientēties jaunāko tehnisko risinājumu piedāvājumā, analītiska spējas	Ražošanas uzņēmumos, biroju centros, bankās	Elektroniķis, elektrosakaru tehniķis, datoru speciālists, datortehnikas tehniķis, sakaru kabeļu montētājs

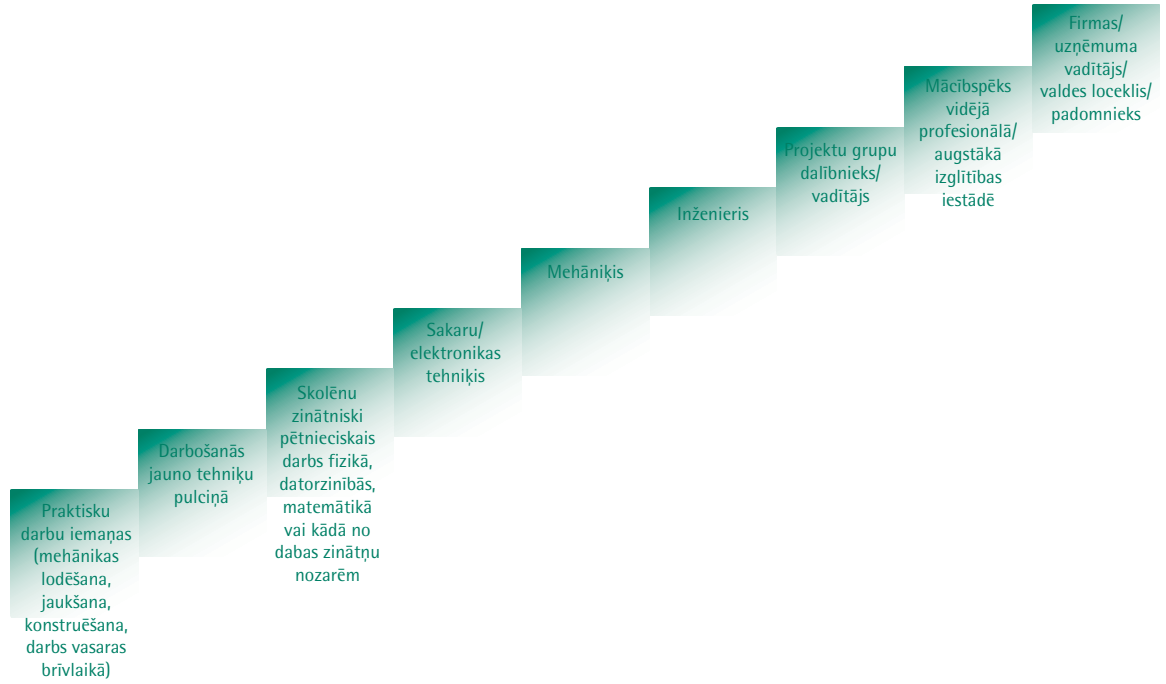
Elektronikas un telekomunikāciju nozare ir viena no tām zinātnes un tautsaimniecības nozarēm, kas attīstās visstraujāk, un tieši šajā nozarē zinātnieki prognozē drīzā nākotnē jaunus un ļoti lielus atklājumus.

Elektrosakari ir kā cilvēku nervu kopums. Kad saziņas līdzekļi darbojas, cilvēks tos uztver kā pašus par sevi saprotamus, bet, kad tie pārtrūkst, cilvēki kļūst nervozi un pat neprognozējami.

Elektronika un telekomunikācijas ļauj cilvēkam iekļauties, neapjukt un aktīvi darboties mainīgajā un straujajā pasaules globalizācijas procesā. Tās ļauj veidot savu karjeru jebkurā pasaules valstī un tajā pašā laikā būt viena telefona zvana vai elektroniskās vēstules attālumā no savas ģimenes vai draugiem.



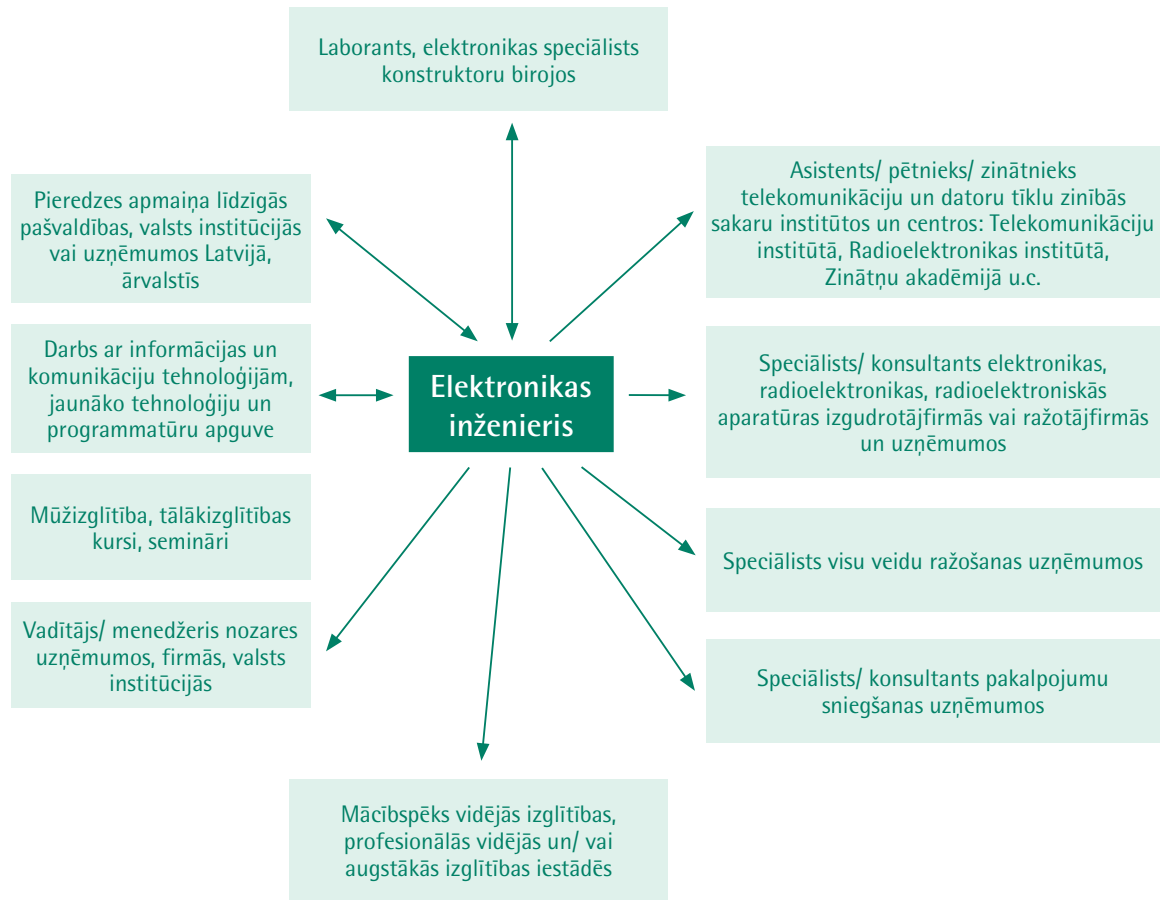
Vertikālās karjeras piemērs inženierzinātnēs, elektronikas un telekomunikāciju jomā



Sakaru tehnoloģijas attīstās, tās izmanto sadzīvē, darījumu kārtošānā, cilvēku izsekošanā un daudzās dažādās dzīves jomās. Mainās arī veids, kā mēs norunājam tikšanos un korigējam plānus pēdējā brīdī, jo tas viss un daudz kas cits ir iespējams, lietojot modernās tehnoloģijas.



Horizontālās karjeras piemērs elektronikas jomā





Pasaule ir daļa no mums, tāpat kā mēs esam daļa no pasaules. Nestāsimies tai pretī kā ienaidnieki. Pētījumi dabaszinībās, inženierzinātnēs, elektronikas un telekomunikāciju jomā ļauj pasauli uzvert nevis kā šķēršļu virkni, bet dod plašāku apvāršni. To pavērt esi aicināts arī tu!

Ja tevi interesē dabaszinības – fizika, ķīmija vai bioloģija – un tu izvēlēties kādu rūpniecības (mašīnbūve, metālapstrāde, vieglā, poligrāfijas, ķīmiskā rūpniecība) jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

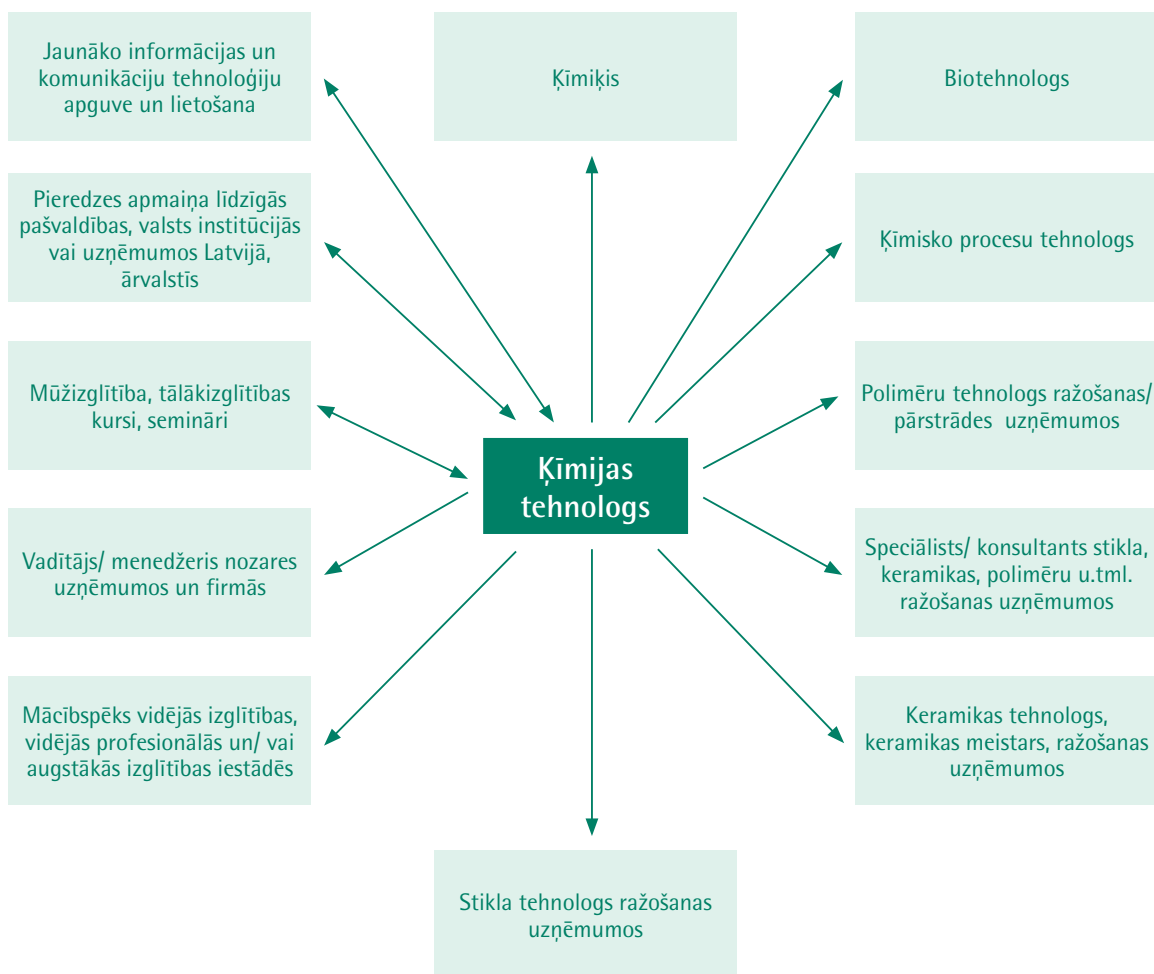
Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Biotehnologs	Augstākā	Pēta un izstrādā metodes dzīvo šūnu un audu audzēšanai un savairošanai, kā arī tautsaimniecībai vajadzīgu vielu un produktu iegūšanai, veic pētījumus, izstrādā, organizē un vada biotehnoloģiskos procesus, raugās, lai šo procesu galarezultāts būtu kvalitatīvs, konsultē šo procesu veicējus	Bioloģija, ķīmija, fizika, veselības mācība, ētika, svešvalodas, informātika, matemātika	Atbildības izjūta, pacietība, rūpība un precizitāte, plašas zināšanas dabas zinātnēs, labas plānošanas spējas, prasme skaidri izklāstīt savu viedokli un pārliecināt par to citus, spēja dinamiski pieņemt lēmumus, spēja labi orientēties lielā informācijas apjomā, būtiskāko filozofijas un ētikas jautājumu pārzināšana	Bioķīmiskajā rūpniecībā, zāļu ražošanas rūpniecībā, pārtikas rūpniecības uzņēmumos, zinātniski pētnieciskajās laboratorijās	Bioķīmiķis, mikrobiologs, farmācijas tehnologs, ķīmijas tehniķis, ķīmijas procesu tehniķis, pārtikas tehnologs
Farmācijas tehnologs	Augstākā	Uzrauga ķīmisko vielu (zāļu) ražošanas tehnoloģisko procesu organizāciju, t.i., tehnologu vai ražošanas vadītāju darbu, un seko līdzi, lai tas atbilstu noteikto likumu un normatīvu prasībām	Ķīmija, bioloģija, fizika, matemātika, informātika, svešvalodas	Rūpīgums, atbildības izjūta, precizitāte, kā arī prasme plānot un paredzēt darbību galarezultātu, prasme organizēt savu un citu laiku, pašdisciplīna, spēja aizstāvēt savas intereses un viedokli	Farmācijas ražošanas uzņēmumos	Ķīmiķis, ķīmisko procesu tehnologs, farmaceits, pārtikas un dzērienu tehnologs
Inženieris	Augstākā	Izstrādā, ievieš un vada apstrādes tehnoloģiskos procesus ražošanā, rada kāda produkta izstrādes pamatideju, sadala to pa izstrādes posmiem un organizē pašu izstrādi, pārbauda visu ražošanas procesu kopumā	Fizika, ķīmija, matemātika, tehniskā grafika, vizuālā māksla, svešvalodas	Rūpīgums, atbildības izjūta, prasme plānot un paredzēt darbību galarezultātu, telpiskās uztveres un abstraktās domāšanas iemaņas, interese par jaunumiem tehnoloģiju attīstībā, līdera dotības un spēja organizēt cilvēkus, pieredze projektu vadīšanā	Ražošanas uzņēmumos, konstruktoru birojos, kā pašnodarbinātais, strādājot līgumdarbus	Elektronikas inženieris, mehānikas inženieris, mehatronikas inženieris, inženieris tehnologs
Keramikas tehnologs	Profesionālā vidējā, augstākā	Organizē un kontrolē keramikas izstrādājumu ražošanas procesu. Izstrādā shēmu (tehnoloģisko karti), kuru ievērojot, tiks radīts keramikas izstrādājums, pilnveido esošo keramikas izstrādājumu ražošanas procesu, rada idejas jaunu izstrādājumu ražošanai	Ķīmija, fizika, matemātika, tehniskā grafika, svešvalodas	Rūpīgums, precizitāte, atbildības izjūta, prasme plānot un paredzēt darba rezultātu, prasme dinamiski pieņemt svarīgus lēmumus, meklēt risinājumus problēmsituācijām un orientēties lielā informācijas apjomā, prast izskaidrot savas idejas	Privātuzņēmumos, valsts iestādēs, zinātniskajos institūtos	Stikla tehnologs, keramikas meistars

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Konstruktors	Profesionālā vidējā, augstākā	Rada un attīsta idejas par kāda produkta ražošanas uzsākšanu, izstrādā ražošanas procesa tehnoloģiju, saņem darba uzdevumu no inženiera un veic visus nepieciešamos detaļu rasējumus un aprēķinus	Matemātika, fizika, loģika, tehniskā grafika, vizuālā māksla	Precizitāte, akurātība, radoša domāšana, loģika, vizuālā mākslas un tehniskā grafikas prasme, orientēšanās lielā informācijas apjomā, spēja sakārtot un prast praktiski izmantot iegūto informāciju, spēja izteikt savas domas precīzi un strukturēti	Ražošanas uzņēmumos, konstruktoru birojos, kā pašnodarbinātais, veicot līgumdarbus	Metrologs, projektētājs, tāmētājs
Kuģu būves inženieris	Augstākā	Izstrādā rasējumus un tehnisko dokumentāciju, kas nepieciešama, lai tiktu uzsākta kuģa vai arī cita peldoša līdzekļa ražošana, izstrādā jau sagatavota kuģa projekta atsevišķu detaļu tehnisko dokumentāciju – skices un rasējumus	Matemātika, fizika, svešvalodas, tehniskā grafika	Abstraktā domāšana, telpiskā uztvere, tehniskā domāšana un loģika, atbildības izjūta, augsta precizitāte un koncentrēšanās, spēja strādāt raiti un pašam plānot savu laiku un veicamos darbus, labas saskarsmes prasmes un svešvalodu zināšanas	Kuģu būves rūpniecībā, kuģu būves projektēšanas uzņēmumos, metāla konstrukciju un transporta būves un projektēšanas uzņēmumos	Kuģu ekspluatācijas inženieris, kuģu remontu tehnologs
Kuģu motoru mehāniķis	Arodizglītība, profesionālā vidējā	Nodrošina kuģa galvenā dzinēja un palīgdzinēju tehnisko apkopi un remontē tos vai nu uz kuģa jūrā, vai arī kuģu remontdarbnīcā krastā, kuģa motortelpā veic dažādus mērījumus, piemēram, pārbauda eļļas līmeni un spiedienu, sūkņu darbību, dzesēšanas sistēmu darbību saldētavās	Fizika, matemātika, ķīmija, mājturība, tehniskā grafika, svešvalodas, sports	Precizitāte, rūpīgums, koncentrēšanās spēja, atbildības izjūta, roku veiklība, prasme lasīt tehniskos zīmējumus, laba fiziskā sagatavotība	Kuģu būves un remonta uzņēmumos, transportbūves uzņēmumos un celtniecībā, par motoristu uz kuģa	Kuģu ekspluatācijas speciālists, kuģu ekspluatācijas inženieris
Mehatroniķis	Profesionālā vidējā	Projektē mehatroniskās sistēmas (iekārtas, kas elektroniski vada kustību, darbību, piemēram, konveijera līnija, veļas mašīna, mikroviļņu krāsns) un ievieš tās ražošanā	Matemātika, fizika, informātika, loģika, tehniskā grafika	Precizitāte, rūpīgums, tehniskā domāšana un loģika, neatlaidība, prasme strādāt individuāli un komandā	Metālapstrādes, mašīnu un aparātu būves, kokapstrādes, enerģētikas, pārtikas rūpniecības un citu nozaru uzņēmumos, kuros izmanto mehatroniskās sistēmas un automatiskās iekārtas, klientu servisa uzņēmumos	Mehāniķis, ražošanas tehniķis, elektroniķis
Mehāniķis	Profesionālā vidējā	Mehānikas inženiera uzdevumā remontē un apkalpo mašīnu un iekārtu mehāniskās sistēmas un to mezglus, veic iekārtu remontus un mehānisko mezglu profilaktisko apkopi	Fizika, matemātika, informātika, ķīmija, sports	Precizitāte, akurātums, tehniskā domāšana un loģika, konstruēšanas un modelēšanas iemaņas, fiziskā izturība	Ražošanas uzņēmumos, servisa kompānijās un darbnīcās	Mehatroniķis, montāžas darbu atslēdznieks, mašīnapstrādātājs

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Papīra tehnologs	Augstākā	Plāno un pārrauga papīra ražošanas procesu, seko, lai katrā ražošanas posmā galaprodukts atbilstu noteiktām kvalitātes normām un parametriem	Ķīmija, fizika, matemātika, svešvalodas	Interese un iemaņas, eksperimentējot ar dažādiem līdzekļiem un krāsām, materiālu sajaukumu, žāvēšanas metodēm, ķīmisko procesu izpratne, rūpīgums, precizitāte, atbildības izjūta, prasme plānot un paredzēt veicamo darbību galarezultātu	Papīra, papīra izstrādājumu ražotnēs, uzņēmumos, kas izgatavo papīra ražošanai nepieciešamās iekārtas, izejmateriālus un ķimikālijas, zinātniskajos institūtos, dažādos pētnieciskajos projektos	Ķīmisko procesu tehnologs, šķiedru tehnologs, polimēru tehnologs
Stikla tehnologs	Augstākā	Organizē stikla ieguves tehnoloģijas galvenos posmus: šihtas (izejvielu maisījums) sagatavošanu, šihtas kausēšanu, stikla masas izgatavošanu jeb stikla vārišanu, stikla atzdesēšanu, kā arī stikla izstrādi jeb stikla izstrādājumu izgatavošanu un atlaidināšanu, uzrauga ražošanas procesu	Ķīmija, fizika, informātika, svešvalodas	Augsta atbildības izjūta, precizitāte, izlēmīgums, laba, atbilstoša veselība	Akciju sabiedrībās, privātzņēmumos	Keramikas tehnologs
Ķīmijas tehnologs	Profesionālā vidējā, augstākā	Atbildīgs par uzņēmumā saražoto vai iepirkto vielu kvalitātes pārbaudi, ražošanā kontrolē izejvielas, starpproduktus un galaproduktu	Bioloģija, ķīmija, fizika, svešvalodas, loģika	Spēja ilgstoši koncentrēt uzmanību, prasme saskatīt kopsakarības, attīstīta analītiskā domāšana, loģiskā domāšana, prasme strādāt komandā	Farmācijas uzņēmumos, medikamentu sintezēšanas laboratorijās, gaisa piesārņojuma kontroles institūcijās, muižas laboratorijās, informācijas tehnoloģiju jomā, pārtikas ražošanas uzņēmumos, ūdens apgādes uzņēmumos, zinātniskās un dabas pētniecības iestādēs	Ķimikis, biologs, biotehnologs



Horizontālās karjeras piemērs rūpniecības jomā



Visi dabas procesi liecina par evolūcijas radošo spēku. Jebkurām vides pārmaiņām vienmēr seko dzīvo organismu pārmaiņas. Mūsdienu ekosistēma ir atbilde uz miljoniem gadu ilgām pārmaiņām vidē.

Ekoloģiski pareizas rīcības pamatā ir ne vien zināšanas, bet arī noteikts labklājības līmenis. Ilgtspējīgas attīstības pamatā ir ekoloģiska darbība. Tajā darboties esi aicināts arī tu.



A young woman with blonde hair tied back, wearing a floral-patterned dress and a black choker, is playing a saxophone. She is positioned in profile, facing right. The background shows an outdoor setting with plants and a building. A large blue rectangular area is overlaid on the right side of the image.

4. Mākslas

Mākslas: literatūra, mūzika, vizuālā māksla

Mākslas jomas mācību priekšmeti ir mūzika, vizuālā māksla, literatūra, mākslas un kultūras vēsture, daļēji arī tehniskā grafika. Mūzika, vizuālā māksla un literatūra ir iekļauta obligātajā pamatskolas programmā, mākslas un kultūras vēsturi, kā arī tehnisko grafiku iespējams apgūt vidusskolā. Daudzi no šiem priekšmetiem ir jau labi pazīstami, tādēļ tev varētu būt izveidojies savs viedoklis par to, cik ļoti patiktu vai nepatiktu saistīt savu dzīvi ar mākslas jomas priekšmetiem.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- pozitīvi novērtēt dzīves māksliniecisko un radošo pusi;
- izrādīt vēlmi pēc pašizpaušmes un būt gatavam šīs prasmes pilnveidot;
- būt radošam un mākslinieciskam;
- radoši darboties mākslā un mūzikā;
- interesēties par to, kas bija Mikelandželo, Leonardo, Donatello un Rafaels;
- viegli iztēloties kādu priekšmetu vai ainavu;
- novērtēt labu mūziku visās tās formās;
- izprast atšķirību starp toņiem un nokrāsām;
- analizēt un novērtēt mūzikas un mākslas darbus;
- attīstīt un rosināt savas personības mākslinieciskās un izteikšanās aspektus.

Saskaiti, cik apgalvojumu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 - 10 apgalvojumiem, kāds vai vairāki no mākslas jomas priekšmetiem tev padodas, un vari apsvērt, kā savas spējas un intereses izmantot savos nākotnes plānos.

Ja apgalvojumu summa ir 4 - 6 punkti, visticamāk, tu vēl nedomā par mākslas jomas priekšmetu studijām, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā tie varētu noderēt kā papildu prasmes, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad mākslas jomas priekšmeti nav starp tiem, kas tevi īpaši interesētu. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ mācīties mākslas un kultūras jomas priekšmetus? Mācīties mākslas un kultūras jomas priekšmetus ir interesanti un aizraujoši, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudzas spējas un prasmes. Skolēns, kas labi apguvis mākslas un kultūras jomas priekšmetus:

- izprot kultūras jēdziena daudzveidīgo lietojumu un kultūras veidošanās nosacījumus, kultūras, civilizācijas un dabas mijiedarbību;
- izprot zīmes un simbolus kā kultūras valodu, kultūru kā vērtību sistēmu un apzinās tās daudzveidīgo raksturu;
- izprot tradīciju lomu kultūrā, apzinās kultūras mantojuma nozīmību pasaules un Latvijas kultūras pastāvēšanā;
- spēj salīdzināt kultūras laikmetiem raksturīgākos mākslas darbus un raksturot tos kultūrvēsturiskā kontekstā, kultūras daudzveidīgās izpaušmes formās;
- prot argumentēti paust savu viedokli par kultūras attīstību, apzinās sevi kā kultūras procesu dalībnieku;

- prot salīdzināt, sistematizēt un analizēt kultūras informatīvos avotus un liecības, lietot nozīmīgākos kultūras jēdzienus, izvērtēt dažādus viedokļus par kultūru veidošanas mijiedarbību;
- ir motivēts un atbildīgi iesaistās kultūrvides veidošanas procesos;
- ir iecietīgs pret dažādām kultūrām un prot veidot pozitīvas attiecības ar dažādu kultūru un reliģiju pārstāvjiem.

Māksla ir joma, kurā lieliski sadzīvo gan atzīti klasiska skaistuma paraugi, gan savdabīgais un pat īpatnējais. Mākslai nekad nebūs robežu, jo arvien atradīsies kāds/-a, kas meklēs jaunus izpausmes veidus.

Ja tevi interesē mākslas, tad tava izvēlētajā specialitātē varētu būt kādā no šīm jomām.

Izglītības pakāpe	Literatūra	Kino / TV	Mūzika / dejas	Teātris	Vizuālā/ lietišķā māksla	Mode	Pedagoģija	Komerzciniņas un administrēšana
Profesionālā vidējā		<ul style="list-style-type: none"> • animators • fotogrāfs • gaismu operators • grima mākslinieks • operators • reklāmas speciālists 	<ul style="list-style-type: none"> • dejojājs • dziedātājs • mūziķis 	<ul style="list-style-type: none"> • grima mākslinieks • kostīmu mākslinieks 	<ul style="list-style-type: none"> • amatnieks • datordizainers • dizainers • gleznotājs • grafiķis • ilustrators • interjerists • juvelieris • karikatūrists • keramiķis • muzeja darbinieks • reklāmas speciālists • restaurators • stikla pūtējs • tēlnieks 	<ul style="list-style-type: none"> • fotomodelis • modelis • modelētājs • modes dizainers • stilists 		
Augstākā	<ul style="list-style-type: none"> • dramaturgs • dzejnieks • literatūrkritiķis • rakstnieks • scenārists • tulkotājs 	<ul style="list-style-type: none"> • kinokritiķis • aktieris • režisors • skaņu operators • TV raidījumu vadītājs 	<ul style="list-style-type: none"> • diriģents • horeogrāfs • komponists • muzikologs • mūzikas kritiķis 	<ul style="list-style-type: none"> • aktieris • režisors • scenogrāfs 	<ul style="list-style-type: none"> • arhitekts • interjera dizainers 	<ul style="list-style-type: none"> • modes dizainers • stilists 	<ul style="list-style-type: none"> • deju kolektīva vadītājs • deju skolotājs • dramatisko kopu vadītājs • kultūras metodiķis • literatūras skolotājs • mūzikas skolotājs • vizuālās mākslas skolotājs 	<ul style="list-style-type: none"> • kultūras menedžeris • kultūras pasākumu organizētājs • mākslas izstāžu kurators • muzeja pārzinis • producentis • svētku režisors

Iespējams, ka no mākslas jomas priekšmetiem tevi īpaši saista **literatūra**. Skolēns, kas labi apguvis literatūru:

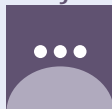
- izprot latviešu literatūras attīstību saistībā ar pasaules literatūras likumsakarībām, prot salīdzināt dažādu tautu literatūras parādības, vērtēt mūsdienu latviešu literatūras parādības, saskatīt antīkās, renesanses, romantisma, reālisma, modernisma un postmodernisma literatūras iezīmes;
- apzinās literatūras nozīmi nacionālās un individuālās identitātes attīstībā, atzīst literatūru kā kultūras vērtību;
- prot raksturot literārā darba virziena, veida un žanra mākslinieciskās iezīmes, literārā darba tēmu, problēmu un ideju, izprot un raksturo tēlu daudzveidīgumu literārajos darbos, kompozīcijas un formas īpatnības literārajā darbā; spēj vērtēt valodu kā tēlojuma līdzekli literārajā darbā;
- izprot literatūras un citu mākslasveidu uztveres atšķirību, apzinās literāro darbu lasīšanu kā savas pilnveides iespēju; apzinās un izjūt literārā darbā ietvertās garīgās vērtības, prot izvēlēties un ar izpratni lasa dažāda virziena, veida un žanra literāros darbus, prot analizēt un vērtēt savu lasīšanas pieredzi;
- prot rakstīt dažādus tekstus (recenzijas, pārspridumus, pētnieciskos un jaunrades darbus), izkopj individuālo stilu, apzinās vajadzību vērtēt un pilnveidot savas radošās prasmes.

Ja esi izvēlējies literatūras jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Rakstnieks	Augstākā	Radoša darba rezultātā veido literārus darbus prozā, dzejā, dramaturģijā, publicistikā	Dzimtā valoda, ģeogrāfija, vēsture, kultūras vēsture, svešvalodas, eksaktās zinātnes	Radošs, zinātkārs, interesējas par cilvēkiem un notikumiem	Radošas izpausmes un darbs izdevniecībās	Dzejnieks, dramaturgs, žurnālists, tulkotājs, izdevējs, scenārists
Tulkotājs	Augstākā	Tulko rakstīto tekstu (grāmatas, rakstus, vēstules, pētījumus, atskaites, līgumus, dokumentus, filmas) no vienas valodas otrā, var tulkot un veidot subtitrus	Svešvalodas, latviešu valoda, vēsture, ģeogrāfija, konkrēti eksaktie priekšmeti	Interese par literatūru, dažādu tautu kultūru, paražām un dzīvesveidu	Valsts un privātās izdevniecībās, kino jomā	Vidējās izglītības skolotājs, tulkis, literārais redaktors, pasniedzējs, valodnieks

Vertikālās karjeras piemērs literatūras jomā

idejas



sarunai



Jau skolas laikā vari pilnveidot savas prasmes radošu literāru darbu, dzejas, prozas rakstīšanas un publicistikas jomā. Piedalies skolas avīzes veidošanā, raksti domrakstus, veido literārās lappusītes klases un skolas literārajā žurnālā, veic kaut vai regulārus ierakstus savā personiskajā dienasgrāmatā!



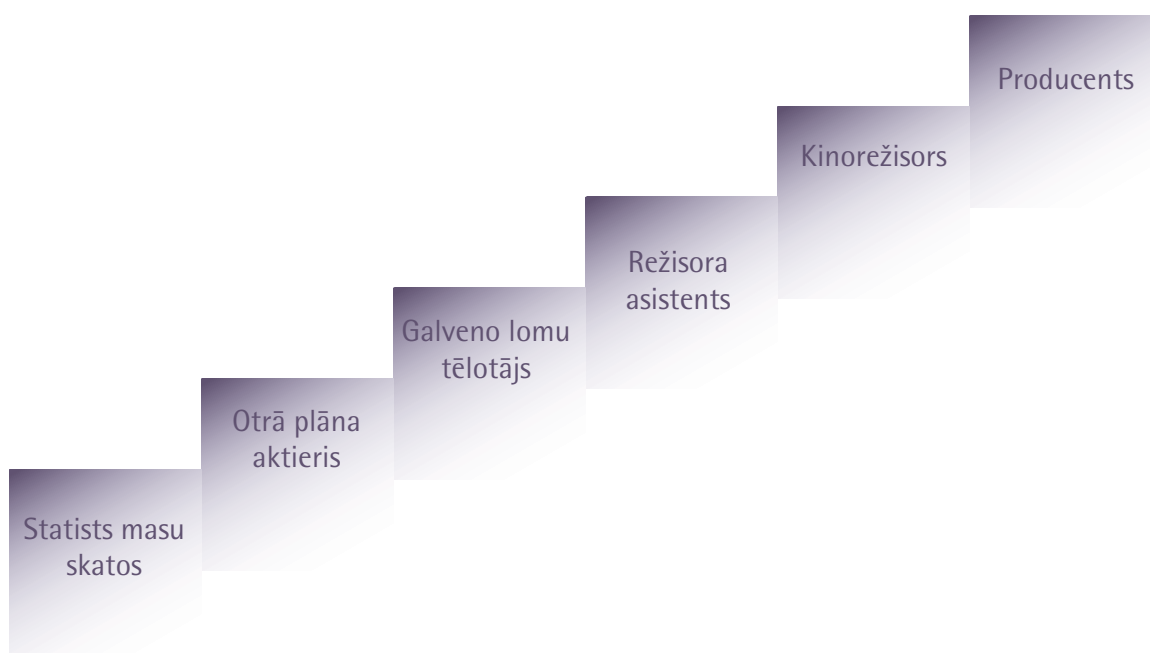
Ja esi izvēlējies kino un TV jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Aktieris	Augstākā	Interpretē lomu vai scenāriju uz skatuves, filmas uzņemšanas laukumā vai televīzijā, izmanto mīmiku, kustības, balsi, dažādus rekvizītus, cenšas nodot skatītājiem un klausītājiem iecerēto vēstījumu	Latviešu valoda, literatūra, kultūras vēsture, svešvalodas, psiholoģija	Talants, augstas darba spējas, izturība, plašu zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, prasme sastrādāties ar citiem māksliniekiem, prasme uz klausīt kritiku	Profesionālie un amatieru teātra kolektīvi, kino joma	Režisors, producers, mūziķis, dejojotājs, horeogrāfs
Animators	Augstākā	Kustīgu tēlu veidošana, izmantojot klasiskus paņēmienus (atsevišķus zīmējumus vai elementus) vai datorprogrammas	Vizuālā māksla, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Izkopts mākslinieciskais stils	Kinostudijas un televīzijas	Ilustrators, mākslinieks, gleznotājs
Fotogrāfs	Profesionālā vidējā, augstākā	Organizē fotografēšanu, apstrādā un attīsta fotogrāfijas komerciāliem mērķiem (reklāmu materiāliem, afišām, žurnāliem, bukletiem, grāmatām), kā arī iemūžina cilvēku portretus un dzīves notikumus gan fotosalonus, gan notikuma vietā	Vizuālā māksla, mākslas vēsture, fizika, informātika	Radošums, jaunāko tehnoloģiju, uzņēmējdarbības pamatu pārzināšana, talants ieraudzīt interesanto, skaisto un neparasto ikdienišķās lietās, prasme ar attēla palīdzību nodot skatītājam izjūtas, noskaņu un informāciju	Masu mediji, modes biznesa, fotosaloni	Žurnālists, reklāmas/uzņēmējdarbības pakalpojumu speciālists, teksta maketētājs, dekorētājs un dizainers, foto dizainers
Gaismu operators	Profesionālā vidējā	Uzstāda, vada un apkalpo dažādu elektronisko aparatūru, kas izmantota radio/televīzijas pārraidēs, koncertos, teātra uzvedumos, mūzikas ierakstos, kinofilmās	Māksla, valsts valoda, fizika, matemātika, informātika	Roku veiklība un dotības darbā ar elektriskajām, elektroniskajām un mehāniskajām sistēmām, spēja iedomāties kādas ainas vai situācijas vizuālo attēlojumu	Teātri, televīzijas, filmu uzņemšana	Skaņu režisors
Grima mākslinieks	Profesionālā vidējā	Strādā kopā ar režisoru vai producentu, lai izveidotu grīmu aktieriem teātra izrādēs, filmās, koncertos	Māksla, valsts valoda, vēsture, bioloģija, ķīmija	Radošs, ar māksliniecisku izjūtu, izpratne par teātra mākslu un apgaismošanas iespējām	Teātri, televīzijas, filmu uzņemšana	Scenogrāfs, kostīmu mākslinieks
Operators	Profesionālā vidējā, augstākā	Strādā televīzijas studijā vai filmēšanas laukumā – kontrolē un ieraksta skaņu, regulē apgaismojumu, montē videoierakstu un strādā ar kamerām	Māksla, fizika	Prasme strādāt komandā, radošums	Valsts un privātās kinostudijas	Fotogrāfs
Reklāmas speciālists	Profesionālā vidējā, augstākā	Masu informācijas līdzekļos prezentē pozitīvu un dinamisku uzņēmuma tēlu, sniedz padomus un organizē produktu reklāmu vai to ražošanas izvēšanu	Matemātika, svešvalodas, fizika, informātika, mājturība, māksla, tehniskā grafika	Zināšanas par masu informācijas līdzekļu darbu, prasme veidot attiecības ar sabiedrību, labas komunikācijas spējas	Valsts un privātie uzņēmumi	Sabiedrisko attiecību konsultants
Režisors	Augstākā	Veido izrādes, filmas vai raidījumus, izvēlas aktierus, vada iestudēšanas procesu, dod norādījumus aktieriem, sadarbojas ar scenogrāfiem, komponistiem, filmēšanas speciālistiem	Latviešu valoda, literatūra, kultūras vēsture, svešvalodas, psiholoģija	Talants, augstas darba spējas, izturība, attīstīta iztēle, plaša zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, prasme sastrādāties ar citiem māksliniekiem, prasme uz klausīt kritiku	Profesionālie un amatieru teātra kolektīvi, kino joma	Kustību režisors, kinofilmu režisors, skaņu režisors, režisora asistents, dramatisko kopu vadītājs, amatiereteātra kolektīva vadītājs

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Skaņu tehniķis	Profesionālā vidējā	Strādā ar aparāturu un iekārtām, lai ierakstītu, sinhronizētu, saliktu vai atskaņotu mūzikas, balsu un skaņas efektus ierakstu studijās, sporta arēnās, teātra izrādēs, kinofilmās un videofilmās	Matemātika, fizika, informātika	Roku veiklība, dotības darbā ar elektriskajām, elektroniskajām un mehāniskajām sistēmām	Teātri, televīzijas, radio studijas	Gaismu operators
TV raidījuma moderators	Augstākā	Vada ziņu raidījumus – lasa ziņu tekstus, pieteikumus šizētiem, vada tiešraides no studijas, piedalās ziņu tekstu sagatavošanā	Latviešu valoda, literatūra, svešvaloda, psiholoģija, ētika	Labas komunikāciju spējas, prasme izteikties raiti, spēja orientēties un būt erudītam daudzās jomās	Valsts un privātās televīzijas	Žurnālists, interviju raidījuma vadītājs, radio ziņu moderators, diktors, surdotulks

Neapšaubāmi, mākslas, mūzikas, dejas un teātra jomā ļoti liela nozīme ir talantam, tomēr ļoti daudz cilvēks var sasniegt ar savu darbu.

Vertikālās karjeras piemērs kino un TV jomā



Iespējams, ka no mākslas jomas priekšmetiem tevi īpaši saista **mūzika**. Skolēns, kas labi apguvis mūziku:

- prot raksturot dažādu laikmetu mūziku, dažādu mūzikas kultūru mijiedarbību mūsdienās;
- ir iepazinis un prot raksturot Latvijas mūzikas un mākslas novitātes, apzinās mūziku kā vērtību kultūras identitātes veidošanā;
- prot raksturot populārās mūzikas attīstības virzienus Latvijā un pasaulē, prot raksturot tradicionālās mūzikas attīstības virzienus mūsdienās;
- zina un prot raksturot dažādu laikmetu nozīmīgākos mūzikas žanrus, izprot to veidošanās priekšnosacījumus;
- zina un prot lietot ar mūzikas vēsturi un žanriem saistītos nozīmīgākos jēdzienus un terminus;
- prot raksturot mūzikas tēlainību, apzinās mūzikas estētiskās vērtības;

- prot analizēt mūzikas izteiksmes līdzekļus, zina un prot lietot ar mūzikas izteiksmes līdzekļiem saistītos nozīmīgākos jēdzienus un terminus;
- prot raksturot mūzikā uztverto, izprot mūzikas dažādās funkcijas cilvēka dzīvē, nosaka un pamato sev nozīmīgas vērtības mūzikā, prot paust savu attieksmi pret tām;
- interesējas par koncertiem, muzikālā teātra izrādēm un mūzikas aktualitātēm, attīsta muzicēšanas prasmes;
- prot daudzveidīgi izmantot savu radošās darbības pieredzi, pilnveido muzikālās spējas.

Mūzika ir tavas ikdienas sastāvdaļa; ierakstu klausīšanās nodrošina patīkamu fonu citām tavām nodarbēm. Ja tevi neinteresē mūzikas radīšana, mūzikas instrumentu spēlēšana, vari nākotnē darboties ar tās analīzi, apkopšanu, mūzikas ierakstu izdošanu.

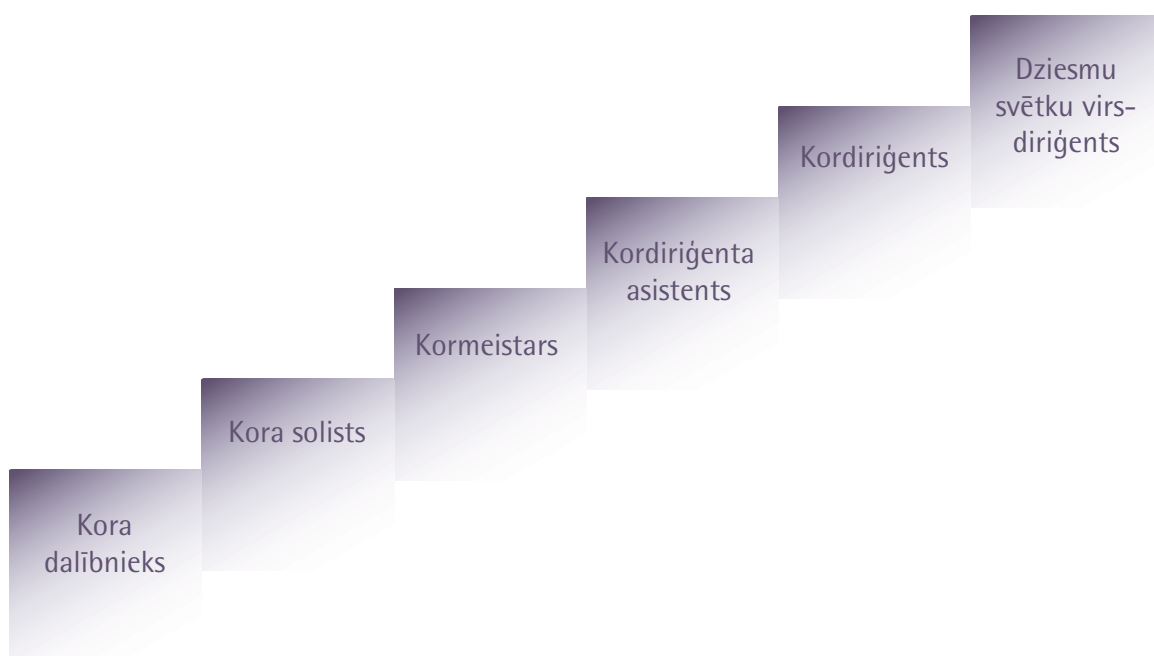
Ja esi izvēlējies mūzikas un dejas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Dejotājs	Profesionālā vidējā	Izpilda dejas, izmanto savu ķermeni, tā plastiku un kustības, pauž skatītājam vēstījumu, ko iecerējis dejas radītājs. Uzstājas kolektīvā, viens pats vai duetā ar partneri	Mūzika, māksla, kultūras vēsture, sports	Kustību koordinācija, lokanība, spēja interpretēt	Teātri, balets, deju kolektīvi	Baleta solists, baleta mākslinieks, kustību režisors
Diriģents	Augstākā	Vada orķestru un muzikālo grupu darbu, organizē mūziķu noklausīšanos un atlasī, vada mēģinājumus un uzstāšanos	Mūzika, māksla, svešvalodas, mākslas un kultūras vēsture	Talants, radošās spējas, gribasspēks	Koru un orķestru vadīšana	Mūziķis, komponists, dziedātājs/solists, kora vadītājs
Dziedātājs/vokālists	Profesionālā vidējā, augstākā	Izpilda muzikālus skaņdarbus, izmantojot savas zināšanas par balsis iespējām, melodiju un labskanīgumu	Mūzika, mākslas vēsture	Talants, radošās spējas, gribasspēks, balss vingrināšana un pilnveidošana	Orķestri, mūzikas grupas, teātri, radoši projekti	Kultūras pasākumu organizators, muzikologs
Horeogrāfs	Augstākā	Rada dejas vai uzveduma ideju, piemeklē mūziku vai sacer deju jau zināmam skaņdarbam, izdomā kustības un to secību	Sports, mūzika, mākslas vēsture, kultūras vēsture, literatūra	Radoša domāšana, iztēle, spēja analizēt un interpretēt	Teātri, profesionālie un amatieru deju kolektīvi, kino	Baleta solists, baleta mākslinieks, kustību režisors
Komponists	Augstākā	Sacer jaunus skaņdarbus, piemēram, simfonijas, operas, sonātes, dziesmas, ar harmonijas, ritma, melodiju un tonkārtu palīdzību savas idejas pārvērš skaņdarba notis	Mūzika, māksla, svešvalodas, mākslas un kultūras vēsture	Talants, radošās spējas, gribasspēks	Mūzikas grupas, teātri, radio, televīzija, radoši projekti	Mūziķis, dziedātājs/solists, diriģents, komponists, mūzikas kritiķis
Mūziķis	Profesionālā vidējā, Augstākā	Mūzikas aranžējumu izpildīšana, rakstīšana vai komponēšana	Mūzika, māksla, svešvalodas, mākslas un kultūras vēsture	Talants, radošās spējas, gribasspēks, vēlme vingrināties un mēģināt vairākas stundas dienā	Orķestri, mūzikas grupas, teātri, radoši projekti	Dziedātājs/vokālists, diriģents, komponists, mūzikas kritiķis
Producents	Augstākā	Plāno, organizē, vada projektus: rada idejas, plāno izdevumus un ienākumus, piesaista finansējumu, piesaista dažādu jomu profesionāļus, noformē juridiskus un administratīvus dokumentus	Biznesa ekonomiskie pamati, matemātika, svešvalodas, psiholoģija, politika un tiesības	Prasme radoši domāt un uzdrīkstēties, organizatora prasmes, spēja uzņemties atbildību, prasme strādāt komandā, prasme uz klausīt kritiku	Radošu projektu īstenošana valsts, pašvaldību un privātos pasākumos	Redaktors, kultūras pasākumu organizators
Skaņu tehniķis	Profesionālā vidējā	Strādā ar aparāturu un iekārtām, lai ierakstītu, sinhronizētu, saliktu vai atskaņotu mūzikas, balss un skaņas efektus ierakstu studijās, sporta arēnās, teātra izrādēs, kinofilmās un videofilmās	Matemātika, fizika, informātika	Roku veiklība, dotības darbā ar elektriskajām, elektroniskajām un mehāniskajām sistēmām	Teātri, televīzija, radio, mūzikas grupas	Gaismu operators

Vai populārie deju šovi nav tevi rosinājuši izmēģināt spēkus pašam? Tikai atceries, ka dejošana ietver ne tikai krāšņus tērpus un publikas atsaucību, bet arī smagu darbu ilgus treniņos, reizēm neizdošanos un visa sākšanu no sākuma.



Vertikālās karjeras piemērs mūzikas un dejas jomā



Muzikalitāte ir viena no dabas dāvanām – talants, ar kuru arī tu varētu būt apveltīts. Izmanto savu talantu, sagādājot prieku sev un apkārtējiem!

Mūzikas un dejas jomā cilvēkiem nākas rēķināties ar vecuma ierobežojumiem, taču pēc aktīvās mūziķa un baletdejojāja karjeras beigām vari pievērsties mūzikas un dejas pedagogijai.

Neviens par slavenu mūziķi, aktieri, kinoaktieri nekļūst uzreiz. Lai iegūtu skatītāju un klausītāju atzinību, nepieciešams talants, ilgstoša pieredze un smags darbs.

Māksla nav tikai radošs process. Lai mākslinieka radītais atrastu savu ceļu līdz klausītājam, skatītājam vai lasītājam, nepieciešami cilvēki, kuri organizē grāmatu izdošanu, izrāžu iestudēšanu, koncertu rīkošanu un izstāžu veidošanu. Ne visiem radošiem cilvēkiem patīk šī savas sfēras puse, tāpēc viņi labprāt atrod aģentus, producentus un organizatorus, kuri darbojas kā starpnieki starp mākslinieku un mākslas baudītāju.

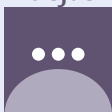
Ja esi izvēlējies **teātra jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Aktieris	Augstākā	Interpretē lomu vai scenāriju uz skatuves, filmas uzņemšanas laukumā vai televīzijā, izmanto mimiku, kustības, balsi, dažādus rekvizītus, cenšas nodot skatītājiem un klausītājiem iecerēto vēstījumu	Latviešu valoda, literatūra, kultūras vēsture, svešvalodas, psiholoģija	Talants, augstas darba spējas, izturība, plašu zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, prasme sastrādāties ar citiem māksliniekiem, prasme uz klausīt kritiku	Profesionālie un amatieru teātri	Režisors, producers, mūziķis, dejojātājs, horeogrāfs
Grima mākslinieks	Profesionālā vidējā	Strādā kopā ar režisoru vai producentu, lai izveidotu grīmu aktieriem teātra izrādēs, filmās, koncertos	Māksla, valsts valoda, vēsture, bioloģija, ķīmija	Radošs, ar māksliniecisku izjūtu, izpratne par teātra mākslu un apgaismošanas iespējām	Teātri, kino, radoši projekti	Scenogrāfs, kostīmu mākslinieks

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Kultūras pasākumu organizators	Profesionālā vidējā, augstākā	Plāno un organizē dažādus kultūras un atpūtas pasākumus, meklē iespējas ideju īstenošanai, finanses, telpas, tehnisko nodrošinājumu, organizē dalībnieku piesaistišanu, reklāmas pasākumus un notikuma atspoguļošanu medijos	Biznesa ekonomiskie pamati, svešvalodas, kultūras vēsture, psiholoģija	Interese par kultūru, patika vadīt citu cilvēku darbu, panākot savu mērķu sasniegšanu ar iesaistišanu, lietpratīgu attieksmi, aizrautību un mērķtiecību, prasme uzņemties atbildību	Radošu masu pasākumu un projektu īstenošana	Kultūras pasākumu vadītājs, kultūras metodiķis, kultūras pasākumu režisors, svētku režisors, kultūras menedžeris
Producents	Augstākā	Plāno, organizē, vada projektus: rada idejas, plāno izdevumus un ienākumus, piesaista finansējumu, piesaista dažādu jomu profesionāļus, noformē juridiskus un administratīvus dokumentus	Biznesa ekonomiskie pamati, matemātika, svešvalodas, psiholoģija, politika un tiesības	Prasme radoši domāt un uzdrīkstēties, organizatora prasmes, spēja uzņemties atbildību, prasme strādāt komandā, prasme uz klausīt kritiku	Radošu projektu īstenošana	Redaktors, kultūras pasākumu organizators
Režisors	Augstākā	Veido izrādes, filmas vai raidījumus, izvēlas aktierus, vada iestudēšanas procesu, dod norādījumus aktieriem, sadarbojas ar scenogrāfiem, komponistiem, filmēšanas speciālistiem	Latviešu valoda, literatūra, kultūras vēsture, svešvalodas, psiholoģija	Talants, augstas darba spējas, izturība, attīstīta iztēle, plaša zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, prasme sastrādāties ar citiem māksliniekiem, prasme uz klausīt kritiku	Profesionālie un amatieru teātra kolektīvi, kino	Kustību režisors, kinofilmu režisors, skaņu režisors, režisora asistents, dramatisko kopu vadītājs, amatiereteātra kolektīva vadītājs
Scenogrāfs	Augstākā	Strādā kopā ar režisoru vai producentu, lai izveidotu dekorācijas lugām vai citām izrādēm	Māksla, tehniskā grafika, fizika, vēsture, angļu valoda, mājturība	Radošs, ar māksliniecisku izjūtu, izpratne par teātra mākslu un apgaismošanas iespējām	Teātri, kino, radoši pasākumi un projekti	Grima mākslinieks, kostīmu mākslinieks



idejas



sarunai

Vertikālās karjeras piemērs teātra jomā



Iespējams, ka no mākslas jomas priekšmetiem tevi īpaši saista **vizuālā māksla**. Skolēns, kas labi apguvis vizuālo mākslu:

- apzinās mākslas procesu nozīmību sabiedrībā, ir iepazinis vizuālās mākslas daudzveidību mūsdienās, ir ieinteresēts vizuālās mākslas darba saturā un vēsturiskā konteksta izziņāšanā, ir iepazinis kopsakarības Latvijas, Eiropas un pasaules vizuālās mākslas vēsturē, zina nozīmīgus vizuālās mākslas darbus un kolekcijas Latvijā un pasaulē;
- ir iepazinis un radoši izmanto daudzveidīgas vizuālās mākslas tēla izpausmes, prot saskatīt un raksturot ideju, vēstījumu un tēlu vizuālās mākslas darbā, izprot un raksturo vizuālās mākslas izteiksmes līdzekļu kopumu kā mākslas darba saturā izteicēju;
- ir iepazinis un radoši izmanto dažādus vizuālās mākslas veidus un tiem raksturīga vizuālās īpašības, pēta un izmanto daudzveidīgus mākslinieciskos un kultūrvēsturiskos izteiksmes līdzekļus, prot vizuāli interpretēt atšķirīgus tēlus, tēmas un idejas, spēj izvēlēties piemērotāko vizuālās mākslas tehniku, eksperimentē ar materiālu salikumiem un izteiksmes formām, izstrādā un patstāvīgi īsteno radošu ideju, prot prezentēt to;
- apzinās savu individualitāti un vajadzību pilnveidot radošās spējas, interesējas par vizuālās mākslas vidi kā iespēju sevi pilnveidot, prot vērtēt kultūrvidi, mākslas procesus un to atsevišķus piemērus pēc dažādiem kritērijiem, prot izvēlēties un pamatot sev nozīmīgas vērtības mākslā un pašizpaušmē;
- interesējas par mākslas aktualitātēm, apmeklē izstādes un muzejus, kā arī iesaistās mākslas pasākumos.

Iespējams, ka no mākslas jomas priekšmetiem tevi īpaši saista **tehniskā grafika**. Skolēns, kas labi apguvis tehnisko grafiku:

- prot atbilstoši lietot tehniskās grafikas piederumus, instrumentus un ierīces, veikt precīzus mērījumus ar mērinstrumentiem;
- izprot datorgrafikas būtību, lietošanas specifiku un iespējas grafisko dokumentu izstrādē;
- prot konstruēt grafiskās konstrukcijas un spēj tās kombinēt dažādu priekšmetu grafiskajos attēlos, prot novērtēt grafisko risinājumu, izprot detaļas vai kopsalikuma rasējuma veidošanos;

- izprot tehniskā zīmējuma nozīmi, prot to grafiski pareizi izpildīt un lietot;
- lasa, analizē, salīdzina un novērtē dažādu nozaru grafiskos dokumentus, prot raksturot profesionālās grafikas daudzveidību, pilnveido prasmes grafiskās informācijas ieguvē, apstrādē un apmaiņā, prot izmantot grafisko dokumentu izstrādes prasmes tehnoloģiskā procesa projektēšanā un produkta prezentācijā.

Teātra jomā tu vari izkopt savas dramatiskās dotības, arī piedaloties klases vai skolas ludziņās un uzvedumos, skatuves runas konkursos, skolas pasākumu organizēšanā un vadīšanā. Teātra māksla nav tikai klasisko lugu iestudējumi. Katrs jauniets var atrast ko aizraujošu mūsdienīgās teātra izrādēs, mūziklos, rokoperās.

Tehniskā grafika tev noteikti noderēs ne tikai apgūstot mākslas jomas priekšmetus, bet arī visās inženiertehniskajās profesijās, kā arī sadzīvē, plānojot savas dzīves vietas remontu, iekārtojot dārzus, atpūtas vietas u.c.

Ja esi izvēlējies vizuālās un lietišķās mākslas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Amatnieks	Profesionālā vidējā	Modelē un veido keramikas, stikla, koka, ādas un citu materiālu darinājumus	Māksla, tehniskā grafika inženierzinātnes, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Mākslinieciskās spējas, vēlamas arī uzņēmējdarbības prasmes	Valsts un privātie uzņēmumi, tautas daiļamata organizācijas	Keramiķis, juvelieris, stikla pūtējs
Animators	Profesionālā vidējā, augstākā	Kustīgu tēlu veidošana, izmantojot klasiskus paņēmienus (atsevišķus zīmējumus vai elementus) vai datorprogrammas	Vizuālā māksla, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Izkopts mākslinieciskais stils	Kinostudijas, televīzija	Ilustrators, mākslinieks, gleznotājs
Arhitekts	Augstākā	Visu veidu ēku dizaina izstrāde. Celtniecības projektu izpildes konsultēšana un pārraudzība	Māksla, tehniskā grafika, uzņēmējdarbības pamati, fizika, informātika vēsture, angļu valoda, mājturība	Tehniskas prasmes, radoša izdoma	Valsts un privātās arhitektūras kompānijas	Ainavu arhitekts, dizainers
Dator-dizainers	Profesionālā vidējā, augstākā	Nodarbojas ar vizuāla attēla, kustīga attēla, telpiska modeļa apstrādi un modelēšanu digitālā formātā, reklāmas un poligrāfijas vajadzībām, veic WEB lapas ieceres vizuālā risinājuma plānošanu, lapas izveidi un uzturēšanu	Vizuālā māksla, matemātika, informātika	Labā krāsu un telpas izjūta, telpiskā domāšana	Valsts un privātās iestādes	Programmētājs, datorgrafīķis, interjera un reklāmas dizainers
Dizainers	Profesionālā vidējā, augstākā	Rūpējas par vides sakārtošanu un labiekārtošanu, veido iekštelpu iekārtojumu, vidi brīvā dabā, izstrādā sadzīves priekšmetu, apģērbu, tehnikas vizuālo tēlu un veic to izstrādi rasējumos un maketos	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, kultūras vēsture, mākslas vēsture, informātika	Plaša zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, fantāzija, prasme plānot savu laiku, sevi disciplinēt	Valsts un privātie uzņēmumi, kas saistīti ar vides labiekārtošanu	Arhitekts, ainavu arhitekts, vizuālā tēla stilists, vides dizainers, mākslinieks vizuāli plastiskajās mākslās
Gleznotājs	Profesionālā vidējā, augstākā	Rada mākslas darbus uz plaknes – audekla, papīra, koka, apmetuma, plastmasas vai citām virsmām, izmantojot pigmentus jeb krāsas	Vizuālā māksla, mākslas vēsture, kultūras vēsture	Spilgta iztēle, spēja vērot un saskatīt krāsu un gaismu spēles, radošas spējas, talants, plašas zināšanas par mākslas attīstību un nozīmi dažādos laikos	Dažādu radošu projektu īstenošana	Mākslas izstāžu kurators, interjerists, dizainers, restaurators



Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Grafīkis	Profesionālā vidējā, augstākā	Rada mākslas darbus izstādēm, ilustrē un noformē žurnālus, laikrakstus, sludinājumus, katalogus, brošūras, strādā specifiski grafikas mākslas jomā vai grafiskajā kompozīcijā, dobspiedes tehnikās – vara gravīrā un litogrāfijā – un augstspiedes tehnikās – sietspiedē, poligrafikā, datorgrafikā, fotogrāfijā	Vizuālā māksla, mākslas vēsture, kultūras vēsture	Attīstīta un spilgta iztēle, spēja vērot un saskatīt krāsu un gaismu spēles, interesantas formas, radošās spējas, talants, plašas zināšanas par mākslas attīstību un nozīmi dažādos laikos	Dažādu radošu projektu īstenošana	Mākslas izstāžu kurators, interjerists un dizainers, restaurators, ilustrators
Grima mākslinieks	Profesionālā vidējā	Strādā kopā ar režisoru vai producentu, lai izveidotu grīmu aktieriem teātra izrādēs, filmās, koncertos	Māksla, valsts valoda, vēsture, bioloģija, ķīmija	Radošs, ar māksliniecisku izjūtu, izpratne par teātra mākslu un apgaismošanas iespējām	Teātri, kino, radošu projektu īstenošana	Scenogrāfs, kostīmu mākslinieks
Ilustrētājs	Profesionālā vidējā, augstākā	Ilustrē publikācijas vai humoristiski komentē aktuālus notikumus	Vizuālā māksla, mājturība	Apņēmīgs, ar radošu talantu un humora izjūtu apveltīts	Grāmatu, žurnālu, laikrakstu izdevniecības	Karikatūrists
Interjera dizainers	Profesionālā vidējā, augstākā	Izstrādā un noformē pilnīgu dizaina shēmu dzīvojamām mājām, birojiem, viesnīcām utt., piedāvā dažādus krāsu, materiālu, mēbeļu izvietojuma un iekārtojuma risinājumus	Māksla, tehniskā grafika, uzņēmējdarbības pamati, fizika, matemātika, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Dziļas zināšanas par krāsām, materiāliem un audumiem, prasme sadarboties ar klientiem	Valsts un privātie interjera dizaina uzņēmumi	Arhitekts
Keramiķis	Profesionālā vidējā	Veido no dažādu šķirņu māliem keramikas vai podniecības izstrādājumus: kaminu un krāsns podiņus, dekoratīvo keramiku, vāzes, krūzes, bļodas, podus, svečturus, saimniecībā lietojamus un dekoratīvus traukus	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, ķīmija, matemātika, mājturība	Spēja orientēties izgatavojamo priekšmetu tehniskajos parametros un ķīmiskajā sastāvā, matemātiskā domāšana	Tautas daiļamata studijas, privātu radošu projektu īstenošana	Stikla pūtējs, porcelāna formētājs, porcelāna mākslinieks
Mākslinieks	Profesionālā vidējā, augstākā	Rada mākslas darbus un meklē jaunus izteiksmes līdzekļus, izmantojot mākslas mantojuma izpēti, piemēram, klasiskos glezniecības, tēlniecības vai grafikas principus un tehnikas	Vizuālā māksla, mākslas vēsture, kultūras vēsture	Attīstīta un spilgta iztēle, spēja vērot un saskatīt krāsu un gaismu spēles, interesantas formas, radošās spējas, talants, plašas zināšanas par mākslas attīstību un nozīmi dažādos laikos	Dažādu radošu projektu īstenošana	Mākslas izstāžu kurators, interjeristi un dizaineri, restaurators
Muzeja pārzinis	Profesionālā vidējā, augstākā	Galerijas, apgabala padomes vai citas organizācijas mākslas programmas izstrāde un īstenošana	Vizuālā māksla, mākslas un kultūras vēsture, vēsture, svešvalodas	Ideju bagātība, spēja organizēt gan sponsorēšanas un līdzekļu nodrošinājumu, gan publicitāti	Valsts un privātie muzeji	Muzeja kurators
Mūzikas/vizuālās mākslas/mājturības skolotājs	Augstākā	Māca atbilstošu mācību priekšmetu, organizē mācību darbu, izmanto dažādas mācību metodes, izstrādā un uzdod pārbaudes darbus, regulāri uzdod un pārbauda mājas darbus	Mūzika, māksla, svešvalodas, mākslas un kultūras vēsture, mājturība, psiholoģija	Vēlme un prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju, ieinteresēt skolēnus, dziļi ieinteresētība un zināšanas savā mācību priekšmetā, labas komunikācijas prasmes	Vispār-izglītojošās un profesionālās mācību iestādes	Pasniedzējs
Restaurators (gleznu u.c.)	Profesionālā vidējā, augstākā	Atjauno un saglabā senas kultūras vērtības un dod tām iespēju atkal kalpot cilvēkiem, veic restaurējamā objekta izpēti, nosaka bojājumu rašanās iemeslus un novēršanas paņēmienus, objektu nostiprina, dezinficē un tīra	Mākslas vēsture, kultūras vēsture, vizuālā māksla, vēsture, ķīmija	Labas veidošanas un vizuālās mākslas iemaņas, pacietība, precizitāte	Muzeji, pils, mākslas galerijas	Koka būvju restaurators, keramiķis, tēlnieks

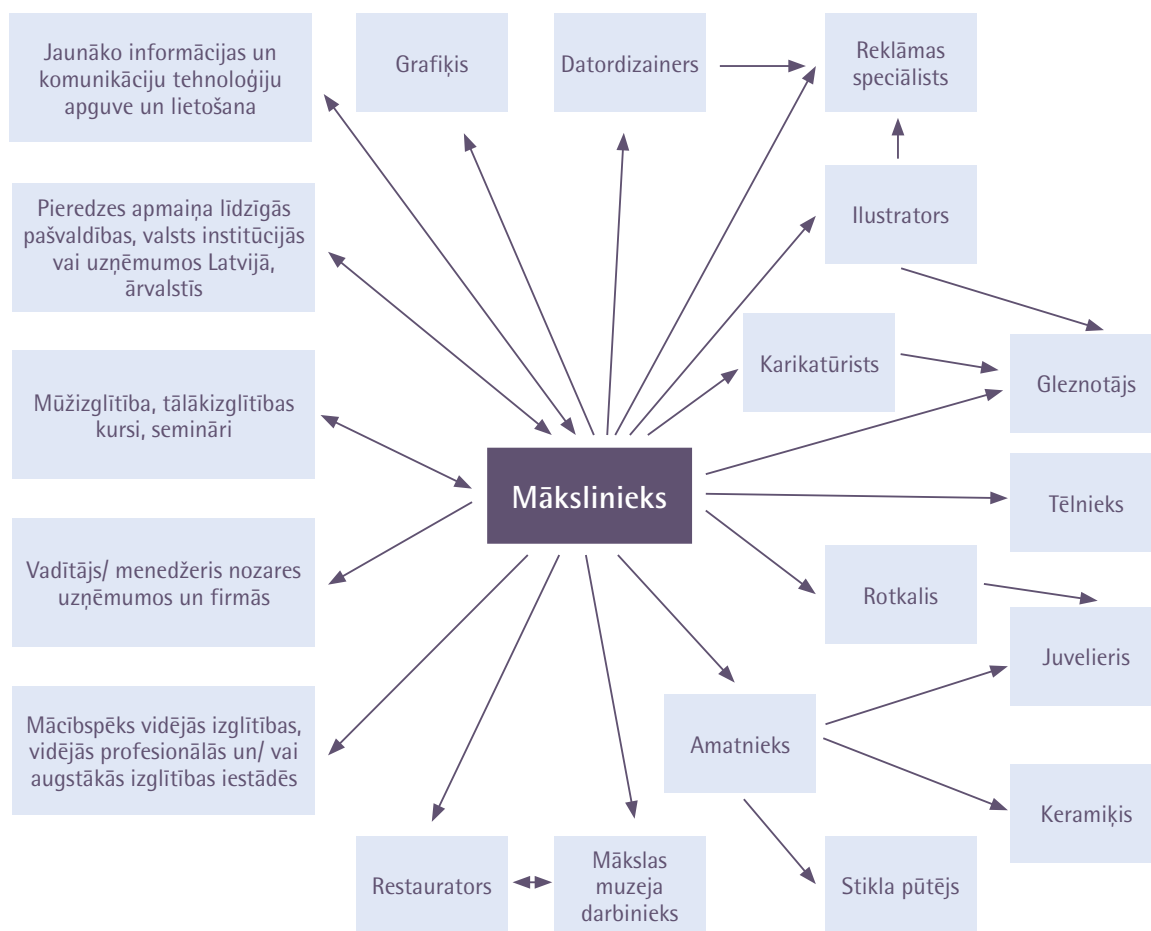
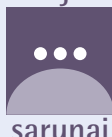
Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Reklāmas aģents	Profesionālā vidējā, augstākā	Veido reklāmas, publikāciju un plašsaziņas materiālus	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, uzņēmējdarbības pamati, fizika, informātika, mājturība	Labā iztēle, mākslinieciska domāšana un prasme kontaktēties ar cilvēkiem	Valsts un privātie uzņēmumi, radoši projekti	Reklāmas speciālists, sabiedrisko attiecību speciālists
Scenogrāfs	Augstākā	Strādā kopā ar režisoru vai producentu, lai izveidotu dekorācijas lugām vai citām izrādēm	Māksla, tehniskā grafika, fizika, vēsture, angļu valoda, mājturība	Radošs, ar māksliniecisku izjūtu, izpratne par teātra māksla un apgaismošanas iespējām	Teātri, kino, radošu projektu īstenošana	Grima mākslinieks, kostīmu mākslinieks
Stikla pūtējs	Profesionālā vidējā	Izgatavo stikla izstrādājumus no karstās stikla masas, stikla caurulītēm vai stienišiem	Ķīmija, fizika, vizuālā māksla, mājturība, sports	Apveltīts ar labu formas izjūtu, padodas veidošana un vizuālā māksla, attīstīta kustību precizitāte un telpiskā domāšana, laba fiziskā sagatavotība, pēc iespējas lielāks plaušu tilpums	Tautas daļamata studijas, privātu radošu projektu īstenošana, stikla rūpnīcas	Vitrāžists, keramiķis, dekoratīvo darbu stiklinieks, stikla mākslinieks
Tēlnieks	Profesionālā vidējā, augstākā	Rada trīsdimensiju mākslas darbus no māla, akmens, betona, ģipša, stikla, koka vai kāda cita materiāla, īstenojot materiālā savas mākslinieciskās idejas vai pasūtījumu	Vizuālā māksla, mākslas vēsture, kultūras vēsture	Attīstīta un spilgta iztēle, spēja vērot un saskatīt krāsu un gaismu spēles, interesantas formas, radošās spējas, talants, plašas zināšanas par mākslas attīstību un nozīmi dažādos laikos	Dažādu radošu projektu īstenošana	Mākslas izstāžu kurators, interjerists un dizainers, restaurators

Pirmsākumi tavām mākslinieciskajām interesēm droši vien meklējami jau bērnībā, bet nopietni tu vari pievērsties māksliniecisko dotumu attīstīšanai skolā – vizuālās mākslas stundās un olimpiādēs, piedaloties pulciņos un apmeklējot mākslas skolas nodarbības.



Horizontālās karjeras piemērs vizuālās un lietišķās mākslas jomā

idejas



Tehniskā grafika nav tikai mākslas jomas priekšmets. Tai ir ļoti liela saistība arī ar precīzajām jeb eksaktajām zinātnēm. Tehniskajā grafikā ļoti noder telpiskā domāšana, kā arī spēja iztēloties divās un trīs dimensijās.

Vertikālās karjeras piemērs vizuālās un lietišķās mākslas jomā

idejas



Telpiskā domāšana tev var palīdzēt matemātikas (ģeometrijas) priekšmeta apguvē.

Moderno tehnoloģiju attīstība ļauj māksliniekam izveidot datorskices saviem darbiem, kurās redzamas dažādas nianšes un ēnojumi. Strādājot ar tiem, iespējams radīt tieši tādu darbu, kādu mākslinieks to bija paredzējis.

Ja esi izvēlējies **modes jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Foto modelis	Profesionālā vidējā	Izrāda un reklamē tērpus, preces, pakalpojumus, piedalās fotosesijās vai filmēšanās, kuru rezultāts ir reklāmas attēli	Svešvalodas, sports, psiholoģija, veselības mācība	Izturīgs, pacietīgs un ar augstu paškontroli, labas komunikācijas prasmes, prasme plānot savu laiku	Modeļu aģentūras	Mākslas modelis, modes modelis, reklāmas modelis, tērpu demonstrēšanas modelis, tērpu demonstrētājs
Modelētājs	Profesionālā vidējā, augstākā	Modelē preces un produkciju masveida ražošanai rūpnieciskām vai komerciālām vajadzībām	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, biznesa ekonomiskie pamati, matemātika, fizika, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Iemaņas zinātnēs, tehnoloģijās un mākslās	Modes saloni, radošu projektu īstenošana	Modes dizainers, dizainers
Modelis	Profesionālā vidējā	Demonstrē apģērbus modes skatēs, televīzijā, un fotosesijās un citos reklāmas pasākumos	Māksla, mūzika, svešvalodas, sports	Sportiskums, izturība, spēja uz klausīt kritiku	Modeļu aģentūras gan Latvijā, gan ārzemēs	Fotomodelis, reklāmas modelis, tērpu modelis
Modes dizainers	Profesionālā vidējā, augstākā	Modelē apģērbus, izmantojot audumus un aksesuārus, un kontrolē to ražošanu	Māksla, tehniskā grafika, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Māksliniecisks talants, tehnisko paņēmieni pārzināšana, zināšanas par uzņēmējdarbības pamatprincipiem	Modes saloni, radošu projektu īstenošana	Modelētājs, drēbnieks
Stilists	Profesionālā vidējā, augstākā	Skaistumkopšanas speciālists, veido klienta individuālo vizuālo tēlu un koptēlu, veido klienta personīgo stilu, nosaka klienta krāsu paleti, iesaka frizūru un tērpa siluetu, matu un ādas tipam atbilstošus kosmētikas līdzekļus, zīmē konkrēto piedāvājumu skices	Psiholoģija, vizuālā māksla, kultūras vēsture, mākslas vēsture, ētika	Krāsu un gaumes izjūta, artistiskums, pārliecināšanas spējas	Veikali, skaistumkopšanas saloni, radošu projektu īstenošana	Skaistumkopšanas speciālists (kosmetoloģija – manikīrs, pedikīrs), frizieris, grimētājs, vizāžists

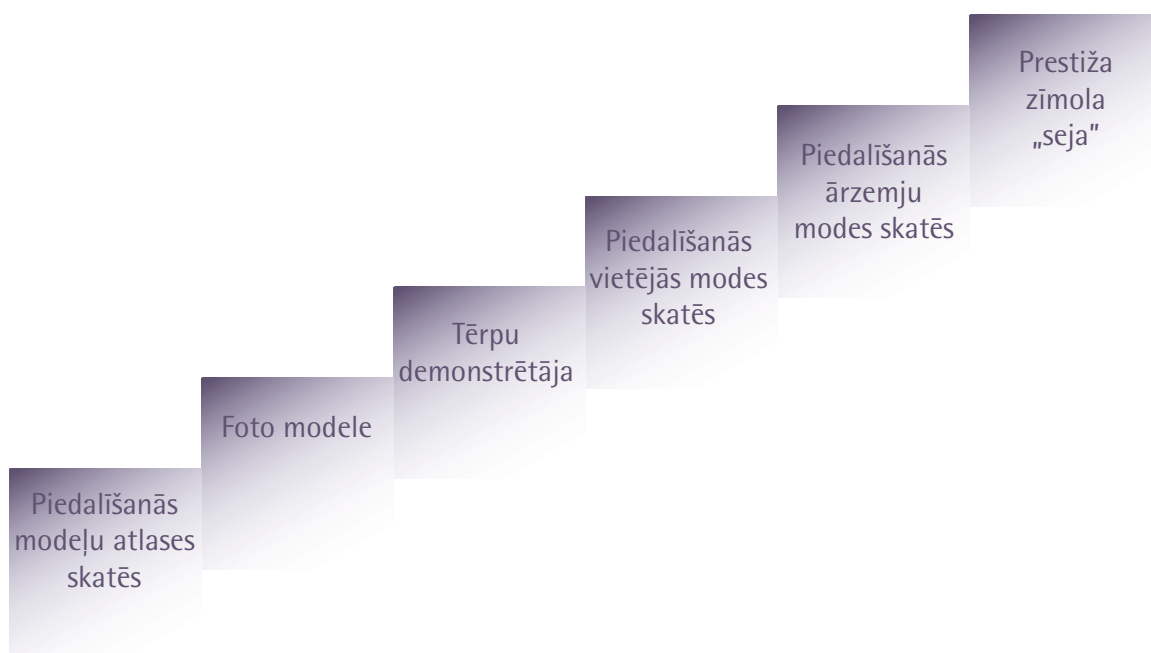


Vertikālās karjeras piemērs modes jomā

idejas



sarunai



padomā

Mode nekad nestāv uz vietas. Tāpēc, ja izvēlēties modes jomu, tava profesija nenovecos, taču tev nemitīgi vajadzēs papildināt savas zināšanas un prasmes šajā jomā.

Esi radošs, nebaidies eksperimentēt! Daudzi radoši cilvēki tika atzīti par trakiem un nelabā apsēstiem un atzinību, kā arī apbrīnu saņēma tikai daudzus gadus pēc viņu nāves.

Izpēti arī aprakstus pie citiem mācību priekšmetiem, lai noskaidrotu plašāku iespējamo profesiju piedāvājumu!



A woman with blonde hair, wearing a white t-shirt, light-colored shorts, and a safety harness, is climbing a rope net obstacle course. She is positioned in the center of the frame, looking down at the ropes. The course is made of thick white ropes knotted together in a grid pattern. In the background, there are several tires hanging from the ropes, and a large wooden wheel is visible. The setting is a forest with trees and foliage. A solid yellow rectangular block is positioned on the right side of the image, partially overlapping the woman's right arm and the rope net.

5. Sports un veselības mācība

Sports un veselības mācība

Sports

Ik dienas cilvēks veic ļoti daudz dažādu kustību, lai pārvietotos, kaut ko satvertu vai noliktu, lai pārvarētu šķēršļus vai pārvietotu lietas un veiktu visdažādākās darbības. Sporta nodarbības skolā tiek organizētas, lai skolēni izkoptu savas kustības un attīstītu ķermeņa veiklību, lokanību un izturību. Iespējams, ka tev no visiem mācību priekšmetiem visvairāk patīk sports.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- aktīvi darboties kustībā;
- sadarboties ar citiem kopīga mērķa vārdā;
- iemācīt citiem deju soļus;
- izskaidrot, kāpēc pēc fiziskas slodzes mēdz sāpēt muskuļi;
- mācīties sporta spēļu noteikumus;
- zināt pasaules rekordus vieglatlētikas disciplīnās;
- uzlabot savu fizisko formu;
- vērot citu cilvēku kustības;
- sastādīt treniņu programmu draugiem;
- novadīt aerobikas treniņu.

Saskaiti, cik apgalvojumu tu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 - 10 apgalvojumiem, sports tev padodas un vari apsvērt, kā savos nākotnes plānos izmantot fiziskās spējas.

Ja apgalvojumu summa ir 4 - 6 punkti, visticamāk, tu vēl nedomā par profesionāla sportista karjeru, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā ir jāizmanto ķermeņa spēks un veiklība, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad tavu iecienītāko mācību priekšmetu vidū nebūs sports. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ pievērsties sportam? Nodarboties ar sportu ir ne tikai interesanti, bet arī noderīgi, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudzas spējas un prasmes. Skolēns, kas labi apguvis sporta pamatus un attīstījis fizisko spēku un kustību koordināciju, spēj:

- izprast fizisko aktivitāšu lomu savas veselības nostiprināšanā un saglabāšanā, izprast ergonomijas noteikumu ievērošanas nozīmīgumu, izprast dopinga vielu kaitniecisko iedarbību. Pilnveidot izpratni par iesildīšanās un atsildīšanās nozīmi sporta nodarbībās;
- turpināt pilnveidot izvēlēto sporta veidu tehniku, taktiku un fizisko sagatavotību;
- patstāvīgi turpināt attīstīt savas radošās spējas, pilnveidot prasmi analizēt savu un partnera veikumu gan individuālā izpildījumā, gan komandu sniegumā;
- dažādu uzdevumu veikšanā sadarboties ar citiem cilvēkiem - ieklausīties otrā, pieņemt otra viedokli, godīgi izturēties sportā gan pret komandas biedriem, gan pretiniekiem;
- izvēlēties sev piemērotākas fiziskās aktivitātes un patstāvīgi nodarboties ar tām ārpus skolas. Spēj patstāvīgi darboties kā tiesnesis klases (skolas) sacensībās;

- prot darboties komandā, pielāgojoties citu spēlētāju spēkiem un vajadzībām. Spēj iesaistīties dažādu skolas sporta pasākumu projektu izstrādāšanā;
- analizēt un novērtēt dažādas situācijas sporta nodarbībās, pamatoti argumentējot savu viedokli un paskaidrojot, kā vajadzētu rīkoties vienā vai otrā gadījumā, kādi ir galvenie iemesli uzvaras vai zaudējuma gadījumā. Prot diskutēt ar cilvēkiem, kuriem ir atšķirīgs viedoklis;
- būt godīgs dažādās sacensību situācijās, ar cieņu izturēties pret sevi, saviem komandas biedriem, sacensību pretinieku, nosodot gan fizisku, gan morālu rupjību.

Tāpēc sports ir jāapgūst visiem pamatskolu, vidusskolu un arodvidusskolu audzēkņiem, kā arī sports tiek piedāvāts augstskolu studentiem kā brīvās izvēles kurss ar iespēju iegūt kredītpunktus.

Veselības mācība

Veselības mācība šobrīd ir iekļauta sociālo zinību kursā, taču nereti par šiem jautājumiem runā arī bioloģijas un klases audzinātāja stundās.

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- izskaidrot, kā izplatās dažādas saslimšanas;
- sniegt pirmo palīdzību cietušajam;
- nosaukt galvenos veselīga uztura principus;
- izprast veselības uzturēšanas un atjaunošanas priekšnosacījumus;
- ķīmija, fizika, bioloģija, valodas;
- apkopt brūces un rūpēties par sasirgušajiem;
- iegaumēt dažādu medikamentu nosaukumus;
- vērot operācijas un medicīniskas procedūras;
- konsultēt draugus ādas kopšanas un higiēnas jautājumos;
- atbalstīt cilvēkus smagos brīžos.

Saskaiti, cik apgalvojumu tu esi atzīmējis!

Ja piekrīti 7 - 10 apgalvojumiem, veselības aprūpe tevi interesē un vari apsvērt, kā savos nākotnes plānos izmantot šīs spējas.

Ja esi piekritis 4 - 6 apgalvojumiem, visticamāk, tu vēl nedomā par ārsta, psihologa, kosmetologa vai veterināra karjeru, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā ir jāizmanto zināšanas par to, kā darbojas mūsu ķermenis un kā saglabāt fizisko un psihisko veselību, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad tavu iecienītāko mācību priekšmetu vidū nebūs veselības mācības. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kāpēc mācīties veselības mācību? Ja būsī apguvis veselības mācību, tad:

- labāk apzināsies savas un citu vajadzības, to ietekmi uz fizisko un psihisko attīstību;
- apzināsies sevi kā sava dzimuma pārstāvi un kā personību;
- zināsi par augšanu un attīstību, fizioloģiskajām norisēm ķermenī;

pārbaudi



sevi

- zināsi un izpratīsi, ka pašcieņa un pārliecība par sevi ir faktori, kas veicina negatīvā psiholoģiskā spiediena atvairīšanu;
- zināsi, kas ir narkomānija un kādas ir tās sekas un nozīme HIV vīrusa un AIDS izplatīšanā;
- zināsi, kā notiek saslimšana ar infekcijas slimībām (piemēram, ērcu encefalītu, tuberkulozi, difteriju, seksuāli pārnēsājamām slimībām), kā var no tām izvairīties. Zināsi, kā izplatās HIV vīruss un kas ir AIDS tests;
- zināsi un izpratīsi, kā vairumā gadījumu izvairīties no negadījumiem (arī no traumām);
- pratīsi novērtēt veselības un uztura režīma savstarpējo sakarību;
- pratīsi novērtēt personiskās veselības stāvokli un uzmanīt to, būsi informēts par veselības saglabāšanu;
- pratīsi sevi pilnveidot fiziskajā, emocionālajā, garīgajā, tikumiskajā un sociālajā aspektā;
- izpratīsi emocionālos stāvokļus, kas cilvēkiem traucē pareizi rīkoties ārkārtējās situācijās;
- pratīsi pārvaldīt savu emocionālo stāvokli un dalīties ar draugiem un ģimenes locekļiem šajā prasmē;
- pratīsi veidot un īstenot ikdienā plānus dabas resursu taupīšanai un vides veselības veicināšanai.

Ja tevi interesē **sports un veselība**, tad tava izvēlēta specialitāte varētu būt kādā no šīm jomām.

Izglītības pakāpe	Sports	Medicīna	Civilā un militārā aizsardzība	Māksla	Pedagoģija	Rehabilitācija	Psiholoģija un sociālais darbs	Komerzcinības un administrēšana
Speciāli kursi/ treniņi	<ul style="list-style-type: none"> • profesionāls sportists 	<ul style="list-style-type: none"> • medmāsas palīgs 	<ul style="list-style-type: none"> • cietuma uzraugs • kareivis • kārtībnieks • miesassargs • sargs 	<ul style="list-style-type: none"> • akrobāts • mīms • žonglieris • modelis 			<ul style="list-style-type: none"> • sociālais aprūpētājs 	
Profesionālā vidējā		<ul style="list-style-type: none"> • feldšeris • medmāsa • zobu tehniķis 	<ul style="list-style-type: none"> • ugunsdzēsējs • policijas inspektors 			<ul style="list-style-type: none"> • kosmētiķis 		
Augstākā	<ul style="list-style-type: none"> • sporta komentētājs • sporta tiesnesis 	<ul style="list-style-type: none"> • ārsts • dietologs • farmaceits • ģimenes ārsts • homeopāts • katastrofu mediķis • kosmetologs • neatliekamās palīdzības ārsts • ortodonts • ortopēds • sporta ārsts • stomatologs • veterinārs • zobu higiēnists 	<ul style="list-style-type: none"> • policists • komandieris • muitnieks • inspektors • darba aizsardzības un drošības speciālists 	<ul style="list-style-type: none"> • aktieris • dejotājs • horeogrāfs 	<ul style="list-style-type: none"> • lektors • logopēds • pasniedzējs • sākumskolas skolotājs • sporta/ deju skolotājs • treneris • speciālais pedagogs • sociālo zinību skolotājs 	<ul style="list-style-type: none"> • fizioterapeits • masieris 	<ul style="list-style-type: none"> • garīdznieks • psihologs • psihoterapeits • sociālais darbinieks • sociālais pedagogs • sociālās palīdzības organizētājs 	<ul style="list-style-type: none"> • galvenais ārsts; • menedžeris • slimnīcas/ nodaļas vadītājs • sporta centra vadītājs • sporta komiteju vadītājs • zinātniskā institūta/ laboratorijas vadītājs



Karjera profesionālajā sportā neilgst visa mūža garumā, tāpēc savlaicīgi jādomā arī par turpmākajiem karjeras soļiem. Tas ir iemesls, kāpēc daudzi profesionāļi izvēlas iegūt nepieciešamo izglītību, lai varētu sagatavot jauno sportistu paaudzi vai kļūtu par tiesnesi. Iespējama arī gandrīz jebkura cita karjera. Iespējams, ka tavi vienaudži jau būs ieguvuši izglītību un uzsākuši strādāt, tāpēc tavi kursa biedri var būt apmēram desmit gadus jaunāki. Atceries, ka studijām augstskolās tev būs nepieciešams vidējās izglītības atestāts un centralizēto eksāmenu sertifikāti!

Ja esi izvēlējies sporta jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Profesionāls sportists	Augstākā	Vingrinās konkrētā sporta disciplinā un piedalās sacīkstēs, turnīros un sporta spēlēs, lai parādītu savus sasniegumus un sacenšos ar citiem sportistiem. Ikdienā veic regulārus treniņus, rūpējas par fiziskās formas un pozitīvas attieksmes saglabāšanu	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija)	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, spēja sevi motivēt un pārvarēt neveiksmes	Individuālie vai grupas sporta veidi. Pēc studijām augstskolā iespējams arī strādāt par treneri, sporta pedagogu vai tiesnesi, arī sporta komentētāju	Sporta treneris/skolotājs, deju skolotājs, kareivis, policists, miesassargs, apsargs
Sporta komentētājs	Augstākā	Vēro sacīkstes, turnīrus un sporta spēles, komentē norisi, pievēršot uzmanību detaļām un īpašiem sasniegumiem, stāsta par sporta vēsturi, intervē sportistus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas, vēsture	Labas saskarsmes prasmes, lieliska atmiņa, prasme noturēt skatītāju uzmanību, ētikas un farmakoloģijas pārzināšana	TV, radio, laikraksti, žurnāli, sporta federācijas u.tml.	Žurnālists, reportieris, sportists
Sporta tiesnesis	Augstākā	Specializējas konkrētā sporta disciplinā un piedalās sacīkstēs, turnīros un sporta spēlēs, lai sekotu līdzi noteikumos un nolikumos aprakstītajām prasībām un fiksētu rezultātus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija) vēsture, svešvalodas, dzimtā valoda	Augsta pašdisciplīna, precizitāte, spēja sadarboties komandā, ētikas pārzināšana, godīgums	Parasti strādā sporta federācijās vai profesionālās apvienībās	Sporta treneris/skolotājs, sporta komentētājs

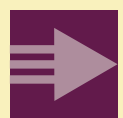
Tabulā dotie pāris ieraksti var radīt maldīgu iespaidu, ka, izvēloties sportu par savas dzīves aicinājumu, ir visai ierobežotas karjeras iespējas. Tomēr tā nav, jo ir ļoti daudz dažādu sporta veidu. Katrs no tiem izvirza noteiktas prasības attiecībā uz ķermeņa garumu, svaru, lokanību, arī tādām spējām kā kustību koordinācija un veiklība. Dažus sporta veidus izpilda komandas, tāpēc jāattīsta arī spēja darboties grupā.

Profesionāla sportista karjera sākas agri. Var pat teikt, ka sākot ar 4 - 6 gadu vecumu, kad jāsāk apmeklēt treniņu grupas. Tāpēc jābūt ļoti organizētam un atbildīgam, lai paralēli mācībām skolā, gūtu panākumus arī sportā. Sportista diena sākas agrāk un beidzas vēlāk nekā vairumam vienaudžu.

Sportistu gada ienākumi šķiet vilinoši augsti, tomēr jāērēķinās, ka labi pelna tikai augstākā līmeņa sportisti un arī viņiem nereti nākas izlaist kādu sezonu nopietnu savainojumu dēļ. Profesionāļu izdevumu sarakstā ir maksa par treneru, masieru, sporta psihologa pakalpojumiem, ceļojumiem, kā arī maksa par sporta bāžu izmantošanu un īpašo sportista pārtiku.

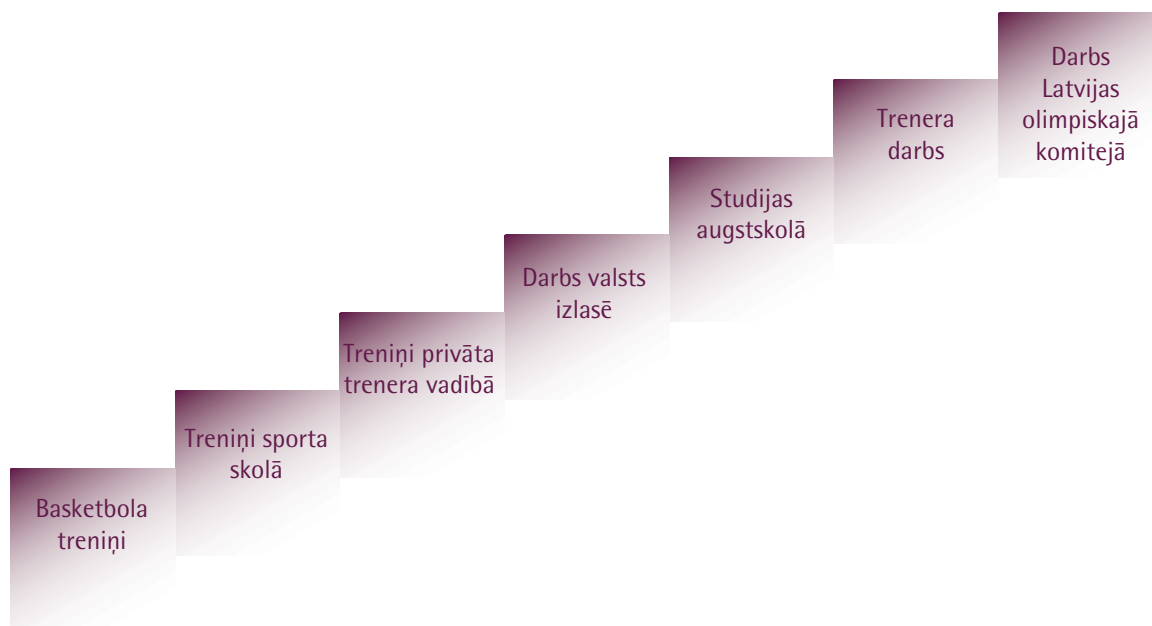
Nereti profesionāliem sportistiem nākas atteikties no nakts izklaides pasākumiem vai ballītēm, kurās tiek lietots alkohols un neveselīgs uzturs. Sportistam ne vien jāprot teikt "nē", bet viņam jāpiemīt labai humora izjūtai un jāspēj uzturēt omulīga gaisotne un runāt par visdažādākajām tēmām.

Sportisti ļoti bieži ar savu attieksmi un ļoti labiem rezultātiem pauž pozitīvu ziņu pasaulei par savu dzimto zemi, savu valsti, mēs lepojamies ar to, bet jaunieši cenšas līdzināties savām autoritātēm.



svarīgi

Vertikālās karjeras piemērs sporta jomā



Sportisti diezgan lielu daļu sava aktīvā sporta mūža pavada atšķirtībā no ģimenes un mājām. Savus draugus viņi atrod nometnēs un treniņos. Vientulība, atbalsta un sapratnes trūkums var radīt nomāktību, depresiju un nonākšanu atkarību (alkohola, narkotiku, azartspēļu) varā.

Sports ne tikai nostiprina veselību, bet jo īpaši attīsta tādas labas rakstura īpašības kā godīgums, gribasspēks, mērķtiecība u.c.

Sports disciplinē un iemāca veiksmīgi plānot laiku.

Horizontālās karjeras piemērs sporta jomā





Veselības aprūpes darbinieki būs vajadzīgi vienmēr, jo cilvēce sastopas ar jaunām un arvien sarežģītākām saslimšanām un to paveidiem.

Ja esi izvēlējies medicīnas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Ārsts/ ģimenes ārsts	Augstākā	Ģimenes ārsti ārstē slimus cilvēkus un nodarbojas ar slimību profilaksi, slēdz līgumus ar pacientiem par visas ģimenes veselības aprūpi. Viņi iepazīst visus konkrētās ģimenes locekļus un kļūst par viņu pastāvīgajiem ārstiem un konsultantiem medicīnas jautājumos. Ārsti pēdējos studijuursos un internatūrā specializējas noteiktā sfērā, piemēram, ķirurģijā	Bioloģija, ķīmija, fizika, sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija, dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Veselības aprūpes speciālists, sporta ārsts
Dietologs	Augstākā	Nodarbojas ar ķermeņa uzbūves un struktūras diagnostiku, uztura un fizisko aktivitāšu programmas izstrādi	Bioloģija, ķīmija, fizika, sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija, dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, spēja sadarboties, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Veselības aprūpes speciālists
Farmaceits	Augstākā	Izgatavo un pārdod pircējiem ārstu izrakstītus medikamentus, tirgo brīvi pārdodamās zāles, ārstniecības augus, higiēnas preces, slimnieku kopšanas līdzekļus, pārsienamos materiālus	Bioloģija, ķīmija, fizika, sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija, dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, precizitāte, spēja sadarboties, lielska atmiņa, godīgums	Aptiekas, zāļu ražošanas firmas, laboratorijas, zāļu lieltirgotavas, slimnīcas, poliklinikas vai arī kā aptieku īpašnieki	Veselības aprūpes speciālists
Feldšeris	Profesionālā vidējā	Piedalās slimu cilvēku ārstēšanā, veic profilakses darbu, kā arī sniedz pirmo medicīnisko palīdzību	Sports, bioloģija, ķīmija, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija, dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Medmāsa, ārsts
Homeopāts	Augstākā	Izzina pacienta stāvokli un izmanto homeopātiskos līdzekļus paša organisma aizsargspēju stimulēšanai un normalizēšanai	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija, dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, precizitāte, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam, godīgums	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Veselības aprūpes speciālists

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Katastrofu mediķis, neatliekamās palīdzības ārsts	Augstākā	Sniedz pirmo medicīnisko palīdzību pacientiem kritiskā stāvoklī vai nelaiemes gadījumos cietušiem, ievainotiem cilvēkiem	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts un pašvaldību medicīnas un rehabilitācijas iestādes, katastrofu medicīnas centri, glābšanas stacijas	Veselības aprūpes speciālists
Kosmetologs	Augstākā	Novērš kosmētiskos trūkumus un ārstē ādas un matu slimības – pinnes, seboreju, pāragru matu izkrišanu u.c.	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts un pašvaldību medicīnas un rehabilitācijas iestādes, katastrofu medicīnas centri, glābšanas stacijas	Veselības aprūpes speciālists
Medmāsa	Profesionālā vidējā, augstākā	Rūpējas par slimiem un ievainotiem, palīdz cilvēkiem kļūt veselīgiem, kvalificēti izpilda ārsta rīkojumus. Ilgstoši atrodas kopā ar slimnieku un sniedz pirmo palīdzību, ja pacienta pašsajūta vai veselības stāvoklis pasliktinās	Sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), bioloģija, dzimtā valoda, svešvalodas, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Feldšeris, ārsts
Medmāsas palīgs	Specializēti kursi, profesionālā vidējā	Palīdz rūpēties par slimiem, ievainotiem, sakropļotiem un nespējīgiem cilvēkiem, kvalificēti izpildot medicīnas māsas rīkojumus	Sports, bioloģija, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija)	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes	Medmāsa, sociālais aprūpētājs
Ortodonts	Augstākā	Ortodonts nodarbojas ar zobu korekciju bērniem, ar speciālām metodēm labo zobu sakodienu, maina atsevišķu zobu augšanas virzienu, regulācijas rezultātā iegūst pareizu zobu rindu	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts un pašvaldību medicīnas un rehabilitācijas iestādes, katastrofu medicīnas centri, glābšanas stacijas	Veselības aprūpes speciālists

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Sporta ārsts	Augstākā	Sniedz pirmo medicīnisko palīdzību sportistiem kritiskā stāvoklī vai nelaimes gadījumos cietušiem, ievainotiem cilvēkiem, ārstē sporta traumas	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija), dzimtā valoda, svešvaloda, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Parasti strādā sporta federācijās vai profesionālās apvienībās, medicīnas centros, sporta centros	Veselības aprūpes speciālists
Stomatologs	Augstākā	Diagnosticē un ārstē zobu un mutes dobuma slimības, slimos zobus un daļēji vai pilnīgi zobu rindu aizvieto ar mākslīgiem zobiem	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija), dzimtā valoda, svešvaloda, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam	Valsts un pašvaldību medicīnas un rehabilitācijas iestādes, privātklinikas	Veselības aprūpes speciālists, zobu higiēnists
Veterinārs	Augstākā	Ārstē slimus un ievainotus dzīvniekus, nodarbojas arī ar dzīvnieku slimību profilaksi, izraksta medikamentus, veic ķirurģiskās operācijas, vakcinē dzīvniekus, noskaidro to nāves cēloņus, konsultē dzīvnieku saimniekus dzīvnieku kopšanas un pareizas ēdināšanas jautājumos	Ķīmija, matemātika, bioloģija, fizika, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā), psiholoģija), dzimtā valoda, svešvaloda, sports	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties komandā, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, citīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam, emocionāli izturētam, autovadītāja apliecība	Veterinārās klinikas un poliklinikas	Zootehniķis, veterināra palīgs

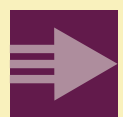
Tabulā ir minēti tikai atsevišķi piemēri, taču ārsti var specializēties ļoti dažādās nozarēs. Uzsākot studijas, topošie ārsti apgūst medicīnas pamatus, bet vēlāk nozarei specifiskus kursus.

Mediķa izglītība visā pasaulē tiek uzskatīta par cienījamu, prestižu un labi apmaksātu profesiju. Lai kļūtu par ārstu, ir jāmacās vidēji 11 gadus, regulāri atjaunojot/ paaugstinot savu kvalifikāciju. Mediķa darbs ir ļoti atbildīgs, jo no ārsta lēmumiem ir atkarīga cilvēku dzīvība un veselība.

Ārsta darbā ir ļoti daudz emocionālu brīžu – gan patīkamu, gan sāpīgu –, tāpēc nepieciešama augsta garīgā līdzsvarotība un spēja regulēt savas un pacientu emocijas. Tas ir darbs, kurā jāziedo sevi citu cilvēku veselībai un labsajūtai, reizēm citu vajadzības stādot augstāk par savējām.

Ārstam ir jābūt ar ļoti labu atmiņu, jo jāspēj atcerēties tūkstošiem dažādu slimību nosaukumi un to simptomu uzskaitījumi, kā arī visdažādāko medikamentu nosaukumi un to sastāvs, nesaderība un virkne citu fakti.

Mediķim, tāpat kā daudzu citu profesiju pārstāvjiem, ir jāspēj labi sadarboties komandā, jābūt elastīgam savā domāšanā un radošam. Tāpēc jau skolas gados ir nozīmīgi izkopt savus darba paradumus un personības iezīmes.



svarīgi

Vertikālās karjeras piemērs medicīnas jomā

idejas



sarunai



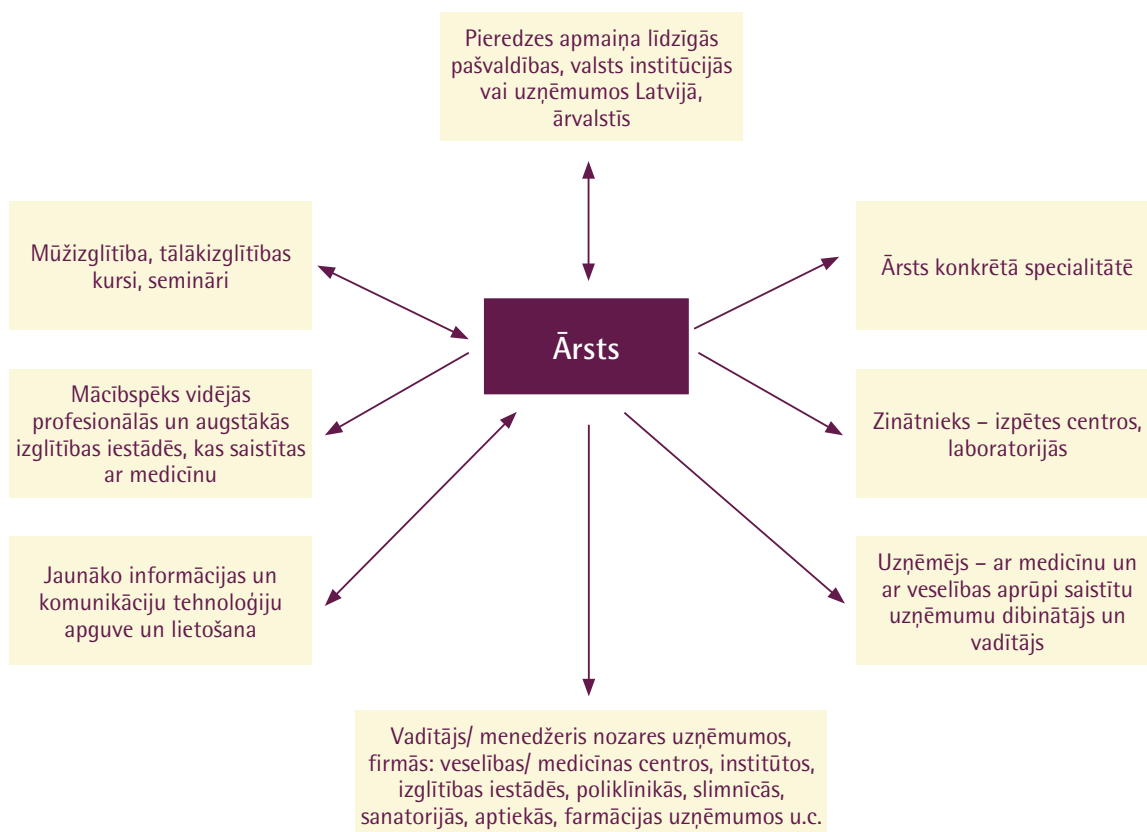
Ārsta darbs nereti ir arī fiziski smags, nākas strādāt naktī, brīvdienās, garas darba stundas. Tāpat ir augsta bīstamības pakāpe saslimt ar infekcijas slimībām.

Horizontālās karjeras piemērs medicīnas jomā

idejas



sarunai





Vienota veselības jēdziena nav. Dažādos vēsturiskos periodos cilvēkiem ir bijis atšķirīgs priekšstats par veselību, kas atbilst pieņemtajām normām, personiskai pieredzei, kultūras un ekonomikas attīstības līmenim, reliģiskai pārliecībai utt. Tev ir iespēja, pilnveidojot savus talantus, intereses, spējas un padziļinot zināšanas, savu karjeru saistīt ar medicīna profesiju un veicināt veselīgas sabiedrības attīstību.

Ja esi izvēlējies **civilās un militārās aizsardzības jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Cietuma uzraugs	Specializēti kursi	Apsargā personas, kuras ir arestētas un gaida tiesas spriedumu vai ir jau notiesātas un izcieš sodu labošanas iestādēs	Sports, bioloģija, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), vēsture, dzimtā valoda, svešvalodas	Labas komunikācijas spējas, emocionāla noturība, humānisms, laba fiziskā forma, valodu zināšanas, pirmās medicīniskās palīdzības sniegšana	Cietumi, kolonijas	Policists, sargs, miesassargs
Kareivis	Profesionālā vidējā, augstākā	Piedalās kārtības un miera nodrošināšanas operācijās, ievēro komandieru dotos norādījumus. Ikdienā daudz vingrinās fiziski un dažādu kaujas ieroču lietošanā	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dabaszinības (bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, dabaszinātņu un tehnoloģiju pamati, pētnieciskās darbības pamati), vēsture, valodas	Spēja strādāt komandā, labas komunikācijas prasmes, fiziskā izturība, precizitāte, emocionāla noturība	Valsts bruņotie spēki, speciālās militārās vienības	Sargs, policists, cietuma uzraugs, komandieris
Komandieris	Augstākā	Plāno un nodrošina apakšvienības darbību kā miera, tā krīzes (kara) apstākļos, ievērojot valsts likumus un militārā reglamenta prasības	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dabaszinības (bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, dabaszinātņu un tehnoloģiju pamati, pētnieciskās darbības pamati), informātika, vēsture, valodas	Labas komunikācijas spējas, spēja strādāt komandā, augsta noturība pret emocionālu spriedzi, fiziskā izturība un spēks	Valsts bruņotie spēki, speciālās militārās vienības	Kareivis, policists, virsnieks
Miesassargs	Specializēti kursi	Nodrošina apsargājamās personas fizisko un piederošā īpašuma neaizskaramību. Izpēta vidi un novērtē risku draudus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dabaszinības (bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, dabaszinātņu un tehnoloģiju pamati, pētnieciskās darbības pamati), valodas	Labas komunikācijas spējas, spēja strādāt komandā, augsta noturība pret emocionālu spriedzi, fiziskā izturība un spēks	Speciālās militārās vienības, apsardzes firmas, kā pašnodarbinātais	Policists, kareivis, komandieris

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Policists	Profesionālā vidējā, augstākā	Nodrošina kārtību un drošību, uzrauga likumu un noteikumu ievērošanu, aiztur likumpārkāpējus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dabaszinības (bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, dabaszinātņu un tehnoloģiju pamati, pētnieciskās darbības pamati), valodas	Labas komunikācijas spējas, pirmās medicīniskās palīdzības sniegšana, spēja strādāt komandā, augsta noturība pret emocionālu spriedzi, fiziskā izturība un spēks	Valsts un pašvaldības policija	Sargs, kareivis
Sargs	Specializēti kursi	Apsargā lielas materiālās vērtības, nodrošina aizsardzību no ugunsgrēkiem, zādzību, vandālismu un pretlikumīgu ielaušanos, izpēta vidi un novērtē risku draudus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dabaszinības (bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, dabaszinātņu un tehnoloģiju pamati, pētnieciskās darbības pamati), valodas	Labas novērošanas spējas, atbildība, augsta noturība pret emocionālu spriedzi, fiziskā izturība un spēks	Speciālās militārās vienības, apsardzes firmas, kā pašnodarbinātais	Policists, kareivis, komandieris, miesassargs
Ugunsdzēsējs	Specializēti kursi, profesionālā vidējā	Nodzēš ugunsgrēku un novērš atkārtotas degšanas iespējamību, glābj cilvēkus no degšanas vietās; aktīvi piedalās dabas stihiju un katastrofu likvidēšanā, glābj slīcēju	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dabaszinības (bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, dabaszinātņu un tehnoloģiju pamati, pētnieciskās darbības pamati), valodas	Labas komunikācijas spējas, spēja strādāt komandā, augsta noturība pret emocionālu spriedzi, fiziskā izturība un spēks, autovadītāja prasmes, pirmās medicīniskās palīdzības sniegšana	Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests	Kareivis, policists, sargs, kārtībnieks

Aizsardzības sfēras darbinieks nedrīkst būt krimināli sodīts un viņam labi jāpārvalda valsts valoda, vēsture un valsts likumi. Ieroci neizsniedz personām, kuras ir jaunākas par 21 gadu, ārstējušās no apreibinošo vielu atkarības vai atsevišķām psihiskām saslimšanām.

Civilās un militārās aizsardzības sfēras darbiniekiem jābūt gataviem mainīt dzīvesvietu atbilstoši norīkojumam darbā vai dienestā. Tas var skart arī viņu personisko un ģimenes dzīvi (bērnu izglītības iestāžu maiņu u.tml.).

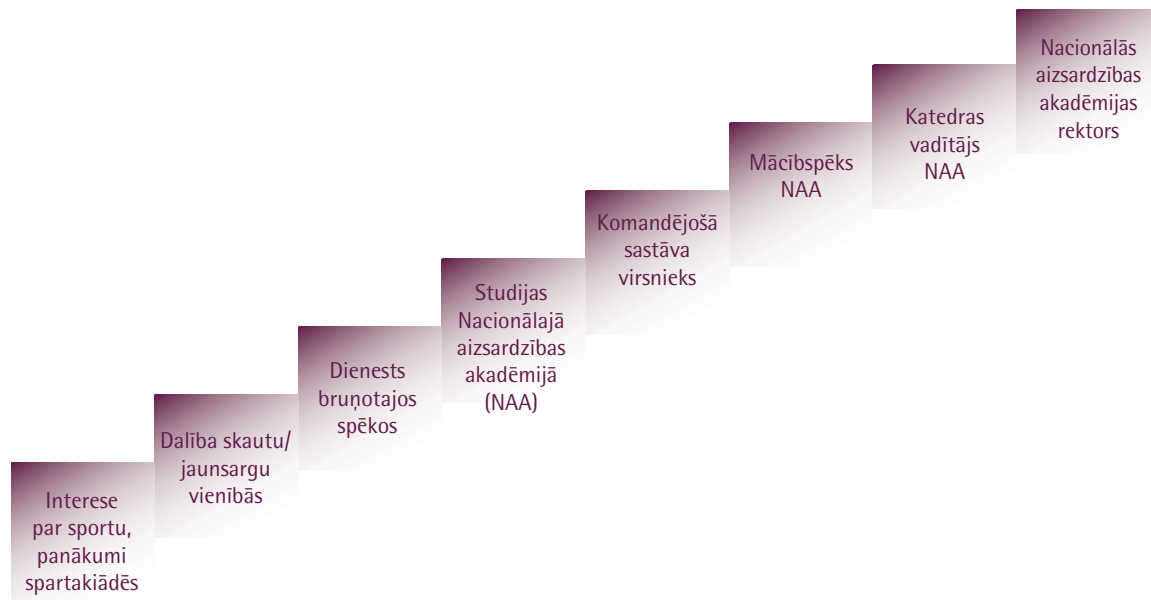
Civilās un militārās aizsardzības sfēras profesijas reizēm dēvē par riska profesijām, jo to nosacījumi un apstākļi rosina uz likumpārkāpumiem – vardarbību un korupciju, no kā jāizvairās un jācenšas nepārkāpt amata noteiktās tiesības un pilnvaras.

Profesionāļiem, kuru darbs ietver kontaktēšanos ar cilvēkiem, ir labi jāapgūst gan psiholoģija, gan ētika, lai sadarbība izveidotos patīkama. Tāpat nozīmīgi ir pilnveidot sevi un savu raksturu – iecietību, toleranci, līdzjūtību, labsirdību u.tml.



svarīgi

Vertikālās karjeras piemērs civilās un militārās aizsardzības specialitāšu jomā



idejas



sarunai

Darbs civilās un militārās aizsardzības sfērā būs nepieciešams vienmēr, lai iedzīvotāji varētu justies droši un pasargāti. Šāds darbs ir atbildīgs un saistīts ar biežiem dzīvības un veselības draudiem.

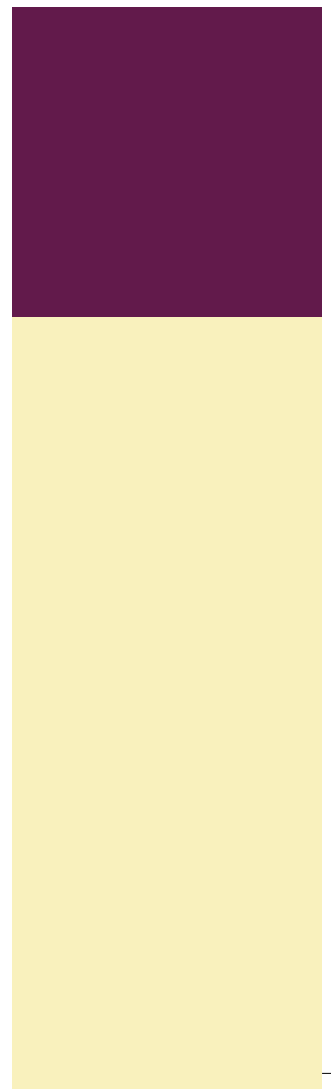
Darbs sociālajā sfērā nav labāk apmaksāto profesiju saraksta augšgalā, tomēr tā nozīmīgumu sabiedrībā neviens neapstrīdēs. Šīs profesijas pastāvēs tik ilgi, kamēr vien būs cilvēku sabiedrība.



padomā

Ja esi izvēlējies **sporta un mākslas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Aktieris	Augstākā	Interpretē lomu vai scenāriju uz skatuves, filmas uzņemšanas laukumā vai televīzijā, izmanto mimiku, kustības, balsi, dažādus rekvizītus, cenšas nodot skatītājiem un klausītājiem iecerēto vēstījumu	Latviešu valoda, literatūra, kultūras vēsture, svešvalodas, psiholoģija, sports	Talants, augstas darba spējas, izturība, plašu zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, prasme sastrādāties ar citiem māksliniekiem, prasme uz klausīt kritiku	Profesionālie un amatieru teātri	Režisors, producents, mūziķis, dejotājs, horeogrāfs
Cirka mākslinieks	Specializēti kursi	Sniedz publiskus priekšnesumus cirkā, izmantojot mimiku, kustības, balsi, dažādus rekvizītus, cenšas nodot skatītājiem un klausītājiem iecerēto vēstījumu. Cirka mākslinieki ir cirka akrobāts, cirka izrādes vadītājs, klauns, iluzionists (burvju mākslinieks), žonglieris, vingrotājs, dresētājs, ekvilibrists, atlēts, faķirs	Sports	Talants, augstas darba spējas, izturība, plašu zināšanu bagāža, oriģināla domāšana, prasme sastrādāties ar citiem māksliniekiem, prasme uz klausīt kritiku	Profesionālie un amatieru teātri, cirks, izklaides industrija	Kustību režisors, horeogrāfs
Dejotājs	Profesionālā vidējā	Izpilda dejas, izmanto savu ķermeni, tā plastiku un kustības, pauž skatītājam vēstījumu, ko iecerējis dejas radītājs. Uztājas kolektīvā, viens pats vai duetā ar partneri	Mūzika, māksla, kultūras vēsture, sports	Kustību koordinācija, lokanība, spēja interpretēt	Teātris, balets, deju kolektīvs	Baleta solists, baleta mākslinieks, kustību režisors



Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Horeogrāfs	Augstākā	Rada dejas vai uzveduma ideju, piemeklē mūziku vai sacer deju jau zināmam skaņdarbam, izdomā kustības un to secību	Sports, mūzika, mākslas vēsture, kultūras vēsture, literatūra	Radoša domāšana, iztēle, spēja analizēt un interpretēt	Teātros, profesionālos un amatieru deju kolektīvos, kino	Baleta solists, baleta mākslinieks, kustību režisors
Modelis	Profesionālā vidējā	Demonstrē apģērbus modes skatēs, televīzijā, foto sesijās un citos reklāmas pasākumos	Māksla, mūzika, svešvalodas, sports	Augstas darba spējas, izturība, sportiskums, prasme uz klausīt kritiku	Modeļu aģentūrās gan Latvijā, gan ārzemēs	Fotomodelis, reklāmas modelis, tērpu modelis



Mēdz teikt, ka par cirka mākslinieku kļūst jau dzimšanas brīdī. Biežāk tie ir cirka mākslinieku bērni, kuri jau 8 - 10 gadu vecumā kļūst par cirka uzvedumu dalībniekiem un garas stundas pavada manēžā, vingrinoties dažādos akrobātiskos trikos. Latvijā pagaidām nav iespēju kļūt par diplomētu cirka mākslinieku, taču tu vari interesēties Rīgas cirkā vai par mācību iespējām ārzemēs. Nenokavē savu iespēju!

Neapšaubāmi, mākslas, dejas un teātra jomā ļoti liela nozīme ir iedzimtām spējām, tomēr ir pierādīts, ka cilvēki attīsta ļoti mazu daļu no tām. Darbojies un izmēģini sevi dažādos darbības veidos! Atrod savu talantu un noslīpē to.

Cirka un baleta mākslinieku profesionālā karjera sākas agri un vidēji ilgst 15 - 20 gadus. Viņi savā mūžā pieņem vairākus nozīmīgus lēmumus (ko darīt tālāk?). Apgūstot pedagogijas kursu, liela daļa kļūst par savas sfēras pedagogiem.

Viens no būtiskākajiem sporta skolotāja uzdevumiem ir rosināt un motivēt jauniešus fiziskām aktivitātēm, lai ne tikai veicinātu viņu fizisko veselību, bet- vēl jo būtiskāk- mācītu saprast, ka aktīvs dzīvesveids pilnveido cilvēka personības attīstību, ļauj veiksmīgāk izpausties kā personībai un sabiedrības loceklim.

Sporta skolotāji sastopas ar problēmu, ka pusaudži nevēlas apmeklēt sporta stundas, taču ir fiziski aktīvi ārpus skolas. Tāpēc sporta un sociālo zinību skolotājiem jāprot runāt ar pusaudzi par „sarežģītiem” jautājumiem, neaizskarot viņu pašcienu.

Vertikālās karjeras piemērs sporta un mākslas jomā





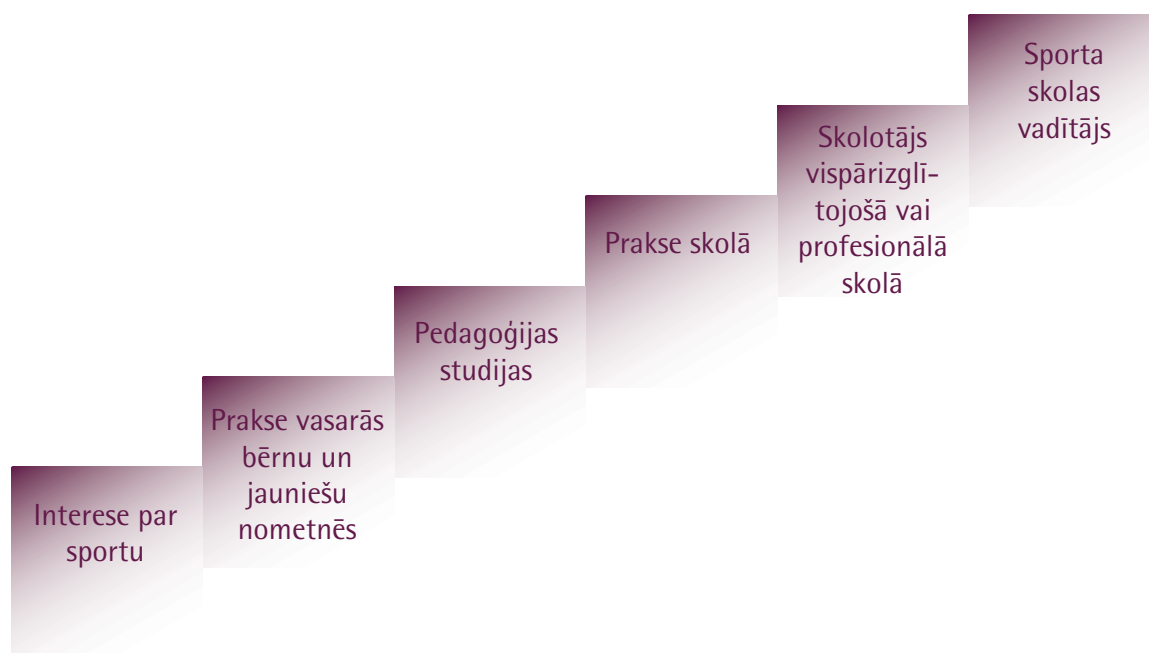
Sportista karjera ir piepildīta ar skaistiem brīžiem, taču nereti gadās arī traumas vai darba kavējumi pārpūles dēļ. Reizēm jārēķinās ar visai dārgām operācijām un atveseļošanās procedūrām visa mūža garumā.

Ja esi izvēlējies sporta un veselības pedagogijas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Lektors	Augstākā	Mācībspēks augstākās izglītības iestādēs un tālākizglītības iestādēs, vada, pasniedz studiju kursus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), informātika, filozofija, svešvaloda, latviešu valoda	Labas komunikācijas prasmes, prasme skaidri izklāstīt savas domas, spēja noturēt klausītāju uzmanību	Valsts, pašvaldību, nevalstisko organizāciju mācību iestādes	Izglītības iestādes vadītājs, skolotājs, pieaugušo izglītības pedagogs
Pasniedzējs	Augstākā	Mācībspēks augstākās izglītības iestādēs, vada, pasniedz studiju kursus, izveido studiju kursu programmas un realizē to ikdienas mācību un prakses darbā: lasa lekcijas, konsultē studentus prakses, kursa darbu, diplomprojektu un zinātnisko pētījumu, darbu (piemēram, bakalaura, maģistra darbu) izpildes laikā	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), informātika, filozofija, svešvaloda, latviešu valoda	Labas komunikācijas prasmes, prasme skaidri izklāstīt savas domas, spēja noturēt klausītāju uzmanību	Valsts un privātās augstākās mācību iestādes	Izglītības iestādes vadītājs, skolotājs, pieaugušo izglītības pedagogs
Sporta/ sociālo zinību/ deju skolotājs	Augstākā	Māca atbilstošu mācību priekšmetu, organizē mācību darbu, izmanto dažādas mācību metodes, izstrādā un uzdod pārbaudes darbus, regulāri uzdod un pārbauda mājas darbus	Sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), informātika, filozofija, svešvaloda, latviešu valoda	Vēlme un prasme skaidri un pārliecinoši sniegt informāciju, ieinteresēt skolēnus, dzīva interese un zināšanas savā mācību priekšmetā, labas komunikācijas prasmes	Valsts, pašvaldību un privātās mācību iestādes	Izglītības iestādes vadītājs, profesionālās izglītības skolotājs, pasniedzējs, mājaskolotājs



Vertikālās karjeras piemērs sporta pedagoģijas jomā



Ja esi izvēlējies **rehabilitācijas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Fizioterapeits	Augstākā	Ārstē un atjauno darbaspējas cilvēkiem, kuriem pēc slimībām, ievainojumiem, amputācijām, apdegumiem u.c. veida bojājumiem ir izveidojies muskuļu nekustīgums, nervu un saistaudu iekaisums	Bioloģija, ķīmija, fizika, sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, spēja sadarboties, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, cītīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam un emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Veselības aprūpes speciālists, sporta ārsts
Kosmētiķis	Profesionālā vidējā	Nosaka klienta sejas ādas īpašības un īpatnības, izvēlas atbilstošus kosmētikas līdzekļus, aprīkojumu un procedūras	Veselības mācība, bioloģija, psiholoģija, vizuālā māksla, ētika	Labi saprotas ar cilvēkiem, pacietīgs, spēj taktiski un neuzbāzīgi pārliecināt, roku un pirkstu veiklība, formas izjūta, gaumes izjūta	Skaistumkopšanas saloni	Masieris, kosmetologs, frizieris, grimētājs, vizāžists
Masieris	Augstākā	Ārstē un atjauno kustības un darbaspējas cilvēkiem, kuriem pēc slimībām, ievainojumiem, amputācijām, apdegumiem u.c. veida bojājumiem ir izveidojies muskuļu nekustīgums, nervu un saistaudu iekaisums	Bioloģija, ķīmija, fizika, sports, sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijā, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība un spēks, roku un pirkstu veiklība, spēja sadarboties, jābūt veselam, tīrīgam, kārtīgam, cītīgam, taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam un emocionāli izturētam	Valsts, pašvaldību un privātas medicīnas un rehabilitācijas iestādes, ārstu privātprakses	Veselības aprūpes speciālists, sporta ārsts

Sporta pedagogi strādā ne tikai par skolotājiem vai treneriem. Šie speciālisti strādā daudzos sporta klubos un konsultē apmeklētājus, piemērojot viņiem speciālas treniņa programmas ķermeņa veselībai un skaistumam.

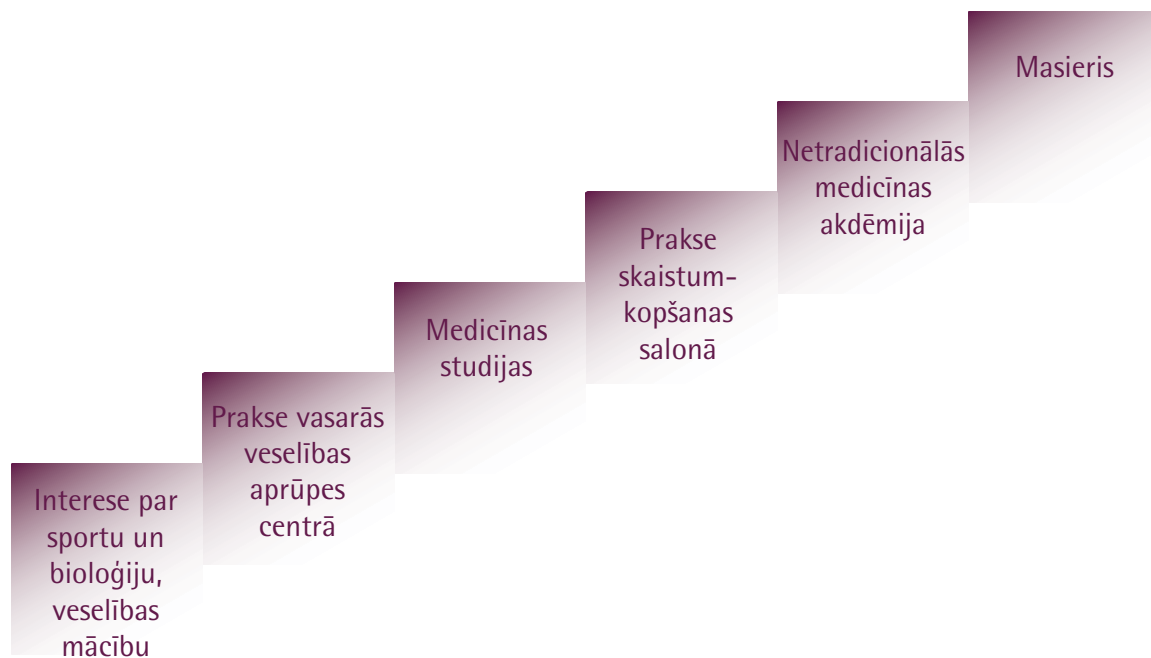
Masiera darbs saistīts ar intensīvu fizisku slodzi, taču ne mazāka ir garīgā slodze, jo masieri ilgstoši ir tiešā kontaktā ar klientu. Cilvēki spēj nodot viens otram savas emocijas un noskaņojumu, tāpēc masierim jāprot atbrīvoties un vadīt savas izjūtas.

Neprofesionāli darbojoties, masieris var kaitēt pats savai veselībai, jo tiek nepareizi noslogots balsta un kustību aparāts. Medicīna prasa pašizliedzību, taču ne sevis upurēšanu.



svarīgi

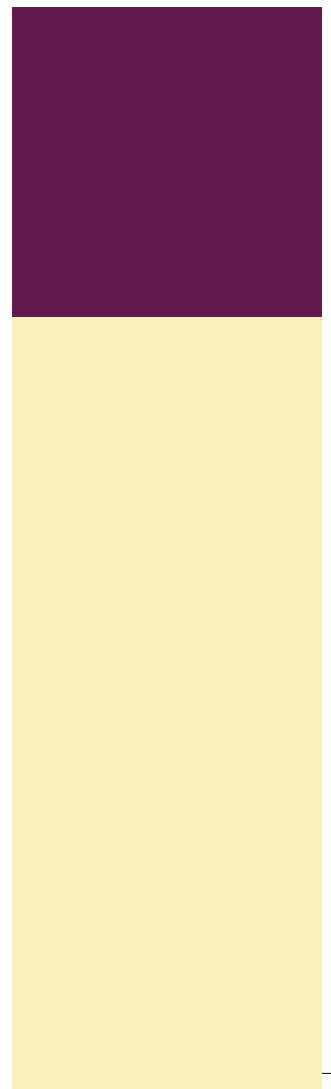
Vertikālās karjeras piemērs rehabilitācijas jomā



idejas



sarunai



Ja esi izvēlējies **psiholoģijas un sociālā darba jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Garīdznieks	Augstākā	Palīdz cilvēkiem iepazīt Dievu un Svētos rakstus, dod padomus ikdienas dzīvei un veicina cilvēku garīgo izaugsmi, vada dievkalpojumus un dažādus baznīcas rituālus	Sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijās, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, labas oratora spējas, taktiskums, pacietība un emocionāla izturētība, nozīmīgas ir garīgās un morālās īpašības	Baznīcas un draudzes, slimnīcas, mācību iestāžu, patversmju vai cietumu mācītāji/garīdznieki	Psihologs, psihoterapeits
Psihologs	Augstākā	Pēta cilvēka izturēšanos un garīgās norises, lai saprastu un izskaidrotu viņu rīcību, palīdz cilvēkam izziņāt sevi, skaidrāk saskatīt pārdzīvojumu un saskarsmes grūtību cēloņus un to risināšanas ceļus; palīdz cilvēkiem iemācīties efektīvāk izmantot viņu spējas, iespējas, optimistiskāk raudzīties nākotnē	Sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijās, psiholoģija), bioloģija, ķīmija, dzimtā valoda, svešvalodas, matemātika	Augsta pašdisciplīna, kārtīgums, uzcītība, taktiskums, pacietība un emocionāla izturētība, nozīmīgas ir garīgās un morālās īpašības	Visdažādākie valsts, pašvaldību un privāti uzņēmumi, kuros jārisina personāla, sadarbības, atlases u.c. jautājumi	Garīdznieks, psihoterapeits, personāla speciālists, sociologs, konsultants
Psihoterapeits	Augstākā	Konsultē cilvēkus grūtās dzīves situācijās un palīdz labāk saprast un pieņemt pašiem sevi un savas attiecības ar citiem	Sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijās, psiholoģija), dzimtā valoda, loģika, antropoloģija, vēsture	Labas klausītāja iemaņas, jābūt taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam un emocionāli izturētam, nozīmīgas ir garīgās un morālās īpašības	Medicīnas centri, privātprakses	Garīdznieks, konsultants
Sociālais aprūpētājs	Profesionālā vidējā	Palīdz veciem cilvēkiem, invalīdiem, slimniekiem, un bērniem, kuri nespēj paši sevi pilnībā aprūpēt, veicot visdažādākos ikdienas darbus	Veselības mācība, bioloģija, psiholoģija, valodas	Prasme labi saprasties ar cilvēkiem, pacietība, spēja taktiski un neuzbāzīgi pārliecināt, fiziskais spēks un izturība, pirmās medicīniskās palīdzības sniegšana	Sociālās aprūpes centri, patversmes, sociālais dienests	Sociālais darbinieks, medmāsa palīgs, medmāsa
Sociālās palīdzības organizētājs/sociālais pedagogs/sociālais darbinieks	Augstākā	Palīdz cilvēkiem atrisināt dažādas sadzīves problēmas - darba zaudējums, nepiemērots mājoklis, nabadzība, fiziskā nespēja, smagas un ilgstošas slimības, atkarība no vielām (alkoholisms, narkomānija). Sociālās palīdzības organizatori palīdz arī ģimenēm un atsevišķām cilvēku grupām, kurām ir sociālas problēmas	Sociālās zinības (veselības mācība, ētika, ievads ekonomikā un civilizācijās, psiholoģija), dzimtā valoda, svešvalodas	Augsta pašdisciplīna, fiziskā izturība, spēja sadarboties, spēja būt taktiskam, saprotošam, pacietīgam, iecietīgam un emocionāli izturētam	Probācijas dienests, izglītības iestādes, sociālās aprūpes centri, krīzes centri, patversmes, bāriņtīstas	Psihologs, psihoterapeits, konsultants



Garīdznieki strādā nenormētu darba laiku, nereti arī brīvdienās. Atsevišķu konfesiju garīdzniekiem nav atļauts dibināt ģimeni. Garīdznieks ir publiska persona, uzvedības etalons, tāpēc viņa rīcībā nav pieļaujamas atkāpes un izņēmumi.

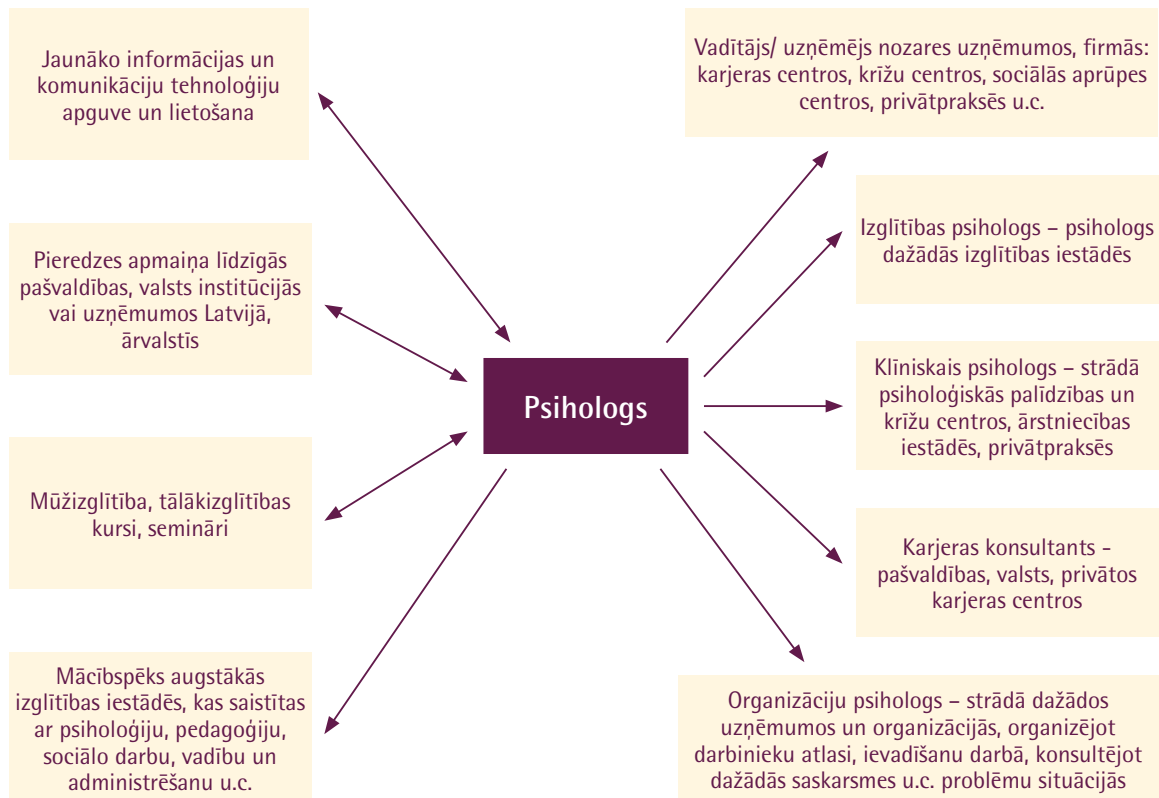
Sociālās aprūpes organizētājam darbs var būt saistīts arī ar draudiem viņa veselībai un labklājībai, jo reizēm ir jākontaktējas ar vardarbīgām personām vai apreibinošo vielu lietotājiem, cilvēkiem, kuri slimo ar dažādām saslīmšanām.

Latvijā nereti jauc trīs profesiju pārstāvjus: **psihiatrus, psihologus un psihoterapeitus**. **Psihiatri** ir ārsti, kuri ārstē cilvēkus ar psihiskām saslimšanām. **Psihologi** parasti specializējas kādā no daudzajām psiholoģijas nozarēm, tomēr gandrīz visos gadījumos strādā ar garīgi veselīgiem cilvēkiem, lai uzlabotu viņu dzīves kvalitāti. Savukārt par **psihoterapeitu** var kļūt psihologi, ārsti vai sociālie darbinieki, apgūstot speciālu pēcdiploma izglītības programmu un izejot vairāku gadu garumā praksi pie pieredzējuša speciālista.



svarīgi

Horizontālās karjeras piemērs psiholoģijas jomā



idejas



sarunai

Psihologa darbs ir psihiski smags, prasa atbildību un personības briedumu, jo nākas saskarties ar grūtām cilvēku dzīves un personības problēmām, krīzēm un nelaimēm.



Vertikālās karjeras piemērs teoloģijas jomā

idejas
sarunai



svarīgi

Sociālās palīdzības un psiholoģijas jomas darbiniekiem ikdienā nākas saskarties ar dažādām sociālām problēmām, netaisnību, krīzēm un arī nepateicību, tāpēc visa mūža garumā jāturpina profesionāli pilnveidoties.

Mēdz teikt, ka ārstiem, psihologiem, skolotājiem, treneriem, frizieriem un citu līdzīgu profesiju pārstāvjiem reklāma nav nepieciešama. Augsta darba kvalitāte un uzmanīga attieksme pret klientu paliek apmeklētāju atmiņā, un viņi rekomendēs šos speciālistus arī saviem draugiem un paziņām.



A man in a workshop setting is using a hand plane on a wooden workbench. He is wearing a dark, long-sleeved shirt and jeans. The workbench is cluttered with various tools and materials. The background shows a doorway and some equipment. The overall tone is sepia or brownish. A large orange square is positioned on the right side of the image, partially overlapping the text.

6. Mājturība un tehnoloģijas

Mājturība un tehnoloģijas

Mājturība ir mācību priekšmets, ar ko tu noteikti esi iepazinies pamatskolas programmā, tomēr interese par mājturību tev var būt saglabājusies arī vidusskolas posmā. Tev jau varētu būt izveidojies savs viedoklis par to, cik ļoti tev patīktu vai nepatīktu saistīt savu dzīvi ar mājturību.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- paveikt darbu ļoti glīti un akurāti un visu iesniegt/ pabeigt laikā;
- veidot, gatavot, labot un remontēt lietas;
- strādāt ar fiziskām lietām un materiāliem;
- izrādīt interesi par galda kultūru, sabalansētu uzturu, garšu, mēģināt pašam kaut ko pagatavot;
- izrādīt interesi par apģērbu dizainu, materiāliem, stiliem;
- izrādīt interesi par interjeru un dizainu mājās, virtuvē, prast to padarīt pievilcīgu un mājīgu;
- ir vēlme iemācīties gatavot ēst, kad dzīvosi prom no mājām;
- uzzināt daudz vairāk par vitamīniem, olbaltumvielām, ogļhidrātiem un taukiem;
- apgūt rokdarbu un apģērbu modelēšanas pamatus.

Saskaiti, cik apgalvojumu tu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 - 10 apgalvojumiem, mājturība tev padodas un vari apsvērt, kā to izmantot savos nākotnes plānos.

Ja apgalvojumu summa ir 4 - 6 punkti, visticamāk, tu vēl nedomā par mājturības studijām, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā tu varētu izmantot mājturības prasmes.

Ja esi atzīmējis 0 - 3 apgalvojumus, tad mājturība nav mācību priekšmets, kas tevi īpaši interesētu. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ mācīties mājturību? Skolēns, kas labi apguvis mājturību:

- apzinās mājās veicamo darbu nozīmīgumu savu un līdziedzīvotāju vajadzību apmierināšanā un labsajūtas nodrošināšanā;
- interesējas par mācību priekšmetā apgūto zināšanu un prasmju izmantošanas iespējām savas karjeras veidošanā;
- prot plānot uztura režīmu, ievērojot veselīga uztura ieteikumus apzinās atbildību par savu dzīvesveidu un veselību;
- prot pamatot mūsdienīgu uzvedības, arī stājas un apģērba, normu ievērošanas saistību ar personību, tās fizisko un garīgo paštēlu;
- prot plānot savu garderobi, ievērojot stilu un sava ķermeņa īpatnības, saskata garderobes uzturēšanas un atjaunošanas nepieciešamību, interesējas par etiķeti, apzinās pieklājīgas izturēšanās nozīmi cilvēku savstarpējo attiecību veidošanā;
- prot salīdzināt un novērtēt dažādus iekštelpu un ārējās vides plānojumus kā cilvēka paštēla atspoguļotājus, spēj izstrādāt radošos projektus mājokļa iekārtošanā, garderobes veidošanā, akciju un sarīkojumu organizēšanā;
- prot iegūt informāciju no dažādiem avotiem un to apstrādāt, izmantojot informācijas tehnoloģijas, prot izmantot dažādas pētījuma metodes mājturības darbu un finanšu analīzei un plānošanai.

Mūsdienās mājturība un tehnoloģijas ietver gandrīz visu, kas saistīts ar cilvēku ikdienu un sadzīvi: apģērbu, uzturu, skaistumkopšanu, kā arī darbošanos ar sadzīves tehniku un elektroniku.

Netici stereotipam, ka mājturība ir tipiska sieviešu nodarbošanās joma! Mājturība ietver daudzas ļoti saistošas jomas, kas ir tikpat labi piemērotas kā sievietēm, tā arī vīriešiem.



Ja tevi interesē **mājturība**, tad tava izvēlētā specialitāte varētu būt kādā no šīm jomām.

Izglītības pakāpe	Lietišķā māksla	Ēdināšana	Apģērba darināšana	Viesniņu serviss	Skaistumkopšana	Pedagoģija	Komerzcinības un administrēšana
Arodizglītība	<ul style="list-style-type: none"> • apmetējs • mūrnieks 		<ul style="list-style-type: none"> • drēbnieks 	<ul style="list-style-type: none"> • apkalpotājs viesnīcas numurā 	<ul style="list-style-type: none"> • frizieris 		
Profesionālā vidējā	<ul style="list-style-type: none"> • amatnieks • florists • galdnieks • juvelieris • keramiķis • kokapstrādes speciālists • metāl-apstrādes speciālists • stikla pūtējs • vitrāžists 	<ul style="list-style-type: none"> • bārmenis • ēdināšanas speciālists • konditors • maiznieks • pavārs • pārtikas produktu pārstrādes speciālists • viesmīlis 	<ul style="list-style-type: none"> • adītājs • audējs • modelētājs • modes dizainers • stilists • tekstil-mākslinieks 	<ul style="list-style-type: none"> • istabene viesnīcā • reģistrators • viesnīcas darbinieks 	<ul style="list-style-type: none"> • grimētājs • kosmetologs • manikīrs / pedikīrs • masieris • skaistumkopšanas speciālists • stilists • vizāžists 		
Augstākā				<ul style="list-style-type: none"> • viesnīcas administrators 		<ul style="list-style-type: none"> • mājturības skolotājs • mākslas skolas pedagogs 	<ul style="list-style-type: none"> • ēdināšanas iestādes vadītājs • modeļu aģentūras vadītājs • skaistumkopšanas salona vadītājs • viesnīcas administrators • viesu nama īpašnieks

Lietišķās mākslas jomā ikviens var atrast sev kaut ko interesantu un aizraujošu: apstrādāt koku, metālu, audumu, stiklu. Galvenais – radoša izdoma!

Ja esi izvēlējies **lietišķās mākslas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Amatnieks	Profesionālā vidējā	Modelē un veido keramikas, stikla, koka, ādas un citu materiālu darinājumus	Māksla, tehniskā grafika matemātika, fizika, ķīmija, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Mākslinieciskās spējas, vēlamas arī uzņēmējdarbības prasmes	Valsts un privātie uzņēmumi, tautas daiļamata organizācijas	Keramiķis, juvelieris, stikla pūtējs
Apmetējs	Arodizglītība	Apmetuma uzklāšana ēku ārpusē un iekšpusē, grīdām un griestiem. Var būt saistīts arī dekoratīvu darbu	Māksla, tehniskā grafika, fizika, ķīmija, mājturība	Prasmīgas rokas, akurātība	Būvniecības kompānijas	Mūrnieks, celtnieks, flizētājs, krāsotājs
Florists	Profesionālā vidējā	No ziediem, augiem un dažādiem palīgmateriāliem veido kompozīcijas, pušķus, vainagus, noformē telpas gan ar grieztiem un mākslīgiem ziediem un to kompozīcijām, gan ar dzīviem augiem	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, bioloģija, mākslas vēsture, mājturība	Kompozīcijas un krāsu izjūta, attīstīta tēlainā domāšana, roku un pirkstu veiklība, precizitāte, pacietība	Ziedu saloni	Daiļdārznieks, dārznieks, interjera dizainers, ziedu pārdevējs, telpaugu speciālists

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Keramiķis	Profesionālā vidējā	Veido no dažādu šķirņu māliem keramikas vai podniecības izstrādājumus: kaminu un krāsns podiņus, dekoratīvo keramiku, vāzes, krūzes, bļodas, podus, svečturus, saimniecībā lietojamus un dekoratīvus traukus	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, ķīmija, matemātika, mājturība	Spēja orientēties izgatavojamo priekšmetu tehniskajos parametros un ķīmiskajā sastāvā, matemātiskā domāšana	Tautas daiļamata organizācijas, privātu radošu projektu īstenošana	Stikla pūtējs, porcelāna formētājs, porcelāna mākslinieks
Mūmieks	Arodizglītība	Būvē un labo sienas un celtnes, nodrošinot, lai tās būtu taisnas un līdzenas	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, fizika, ķīmija, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Prasmīgas rokas, pamatzināšanas matemātikā, laba sportiskā forma, akurātība, spēja strādāt lielā augstumā	Būvniecības kompānijas	Apmetējs, celtnieks
Stikla pūtējs	Profesionālā vidējā	Izgatavo stikla izstrādājumus no karstās stikla masas, stikla caurulītēm vai stieniņiem	Ķīmija, fizika, vizuālā māksla, mājturība, sports	Laba formas izjūta, padodas veidošana un vizuālā māksla, attīstīta kustību precizitāte un telpiskā domāšana, laba fiziskā sagatavotība, pēc iespējas lielāks plaušu tilpums	Tautas daiļamata organizācijas, privātu radošu projektu īstenošana, stikla rūpnīcas	Vitrāžists, keramiķis, dekoratīvo darbu stiklinieks, stikla mākslinieks

Vertikālās karjeras piemērs lietišķās mākslas jomā

idejas



sarunai



Darbošanās lietišķās mākslas jomā reizēm var būt smags darbs burtiskā nozīmē: darbs pie keramiķa cepļa, koka un metāla apstrāde prasa fizisku piepūli.

Vai tici sakāmvārdam, ka „mīlestība iet caur vēderu”? Varbūt ir vērts to izmantot savā labā? Svētkos varēsi pacienāt draugus ar gardiem kārumiem un ģimeni palutināt ar lielisku maltīti.

Radošu domu var iemiesot arī īslaicīgos mākslas darbos - tādos kā skaista ziedu kompozīcija, sauso augu dekors vai marcipāna figūriņa. Cilvēki vēlas skaisto sev apkārt - ne tikai galerijās vai koncertzālēs. Skaisti iekārtots veikala skatlogs nereti vairāk priecē skatītāju, nekā, piemēram, gobelēns.

Ja esi izvēlējies ēdināšanas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Bārmenis	Profesionālā vidējā	Strādā bārā, pasniedz dzērienus un ēdienus, jauca kokteiļus un veic arī bāra apkopi	Matemātika, vizuālā māksla, veselības mācība, mājturība, psiholoģija, svešvalodas	Taktiskums, savaldība apkalpojot klientus, līdzsvarotība saskarsmē, iecietība, trenēta atmiņa	Kafejnīcas, restorāni, bāri, krogi	Viesmīlis
Ēdināšanas speciālists	Profesionālā vidējā	Organizē darba procesu ēdināšanas uzņēmumā, plāno, kontrolē un organizē ēdienu sagatavošanu un pasniegšanu, pārrauga personāla darbu, plāno uzņēmuma attīstību, veic tirgus izpēti	Mājturība, veselības mācība, psiholoģija (sociālās zinības), matemātika	Fiziska izturība, patika gatavot ēdienu	Valsts un privātās ēdināšanas iestādes	Ekotūrisma pārvaldnieks, viesnīcnieks, iestādes pārvaldnieks (tūrisma jomā), klientu apkalpošanas pārzinis, noliktavas pārzinis
Konditors	Profesionālā vidējā	Izgatavo un dekorē dažādus saldus un sāļos konditorejas izstrādājumus	Mājturība, vizuālā māksla, veselības mācība, sports	Pacietība, laba garšas izjūta, precizitāte darba izpildē, radošums, krāsu un kompozīcijas izjūta, fiziskā izturība	Valsts un privātās ēdināšanas iestādes, konditorejas	Pavārs, maiznieks, pārtikas un dzērienu tehnologs
Maiznieks	Profesionālā vidējā	Cep maizi un dažādus maizes izstrādājumus	Mājturība, sports, veselības mācība	Patika gatavot ēdienu, izturība, roku veiklība	Valsts un privātās maizes ceptuves	Pavārs, konditors, pavāra palīgs, kuģa pavārs
Pārtikas produktu pārstrādes operators	Profesionālā vidējā, augstākā	Strādā ar pārtikas produktu ražotnēs esošām iekārtām un instrumentiem (pildīšanas, šķirošanas un fasēšanas iekārtas)	Mājturība, matemātika, fizika	Patik darboties ar dažādiem mehānismiem, precizitāte, atbildības izjūta	Valsts un privātie pārtikas pārstrādes uzņēmumi	Dažādu pārtikas produktu (gaļa, zivis, utt.) pārstrādes speciālists
Pavārs	Profesionālā vidējā	Organizē un plāno ēdienkarti, gatavo ēdienus dažādās ēdināšanas iestādēs, noformē gatavo ēdienu	Mājturība, ķīmija, veselības mācība, matemātika, biznesa ekonomiskie pamati	Patik gatavot, rūpīgs, kārtīgs, radoša izdoma	Valsts un privātās ēdināšanas iestādes	Bārmenis, konditors, pavāra palīgs, kuģa pavārs, ēdināšanas pakalpojumu speciālists
Viesmīlis	Profesionālā vidējā	Apkalpo restorānu, kafejnīcu, bāru vai klubu apmeklētājus, piedāvā un pasniedz tiem ēdienus un dzērienus	Matemātika, mājturība, veselības mācība, svešvalodas	Trenēta atmiņa, labas komunikācijas prasmes, spēja situācijās reaģēt pozitīvi un konfliktus risināt mierīgi, labas svešvalodu zināšanas	Viesnīcas, kafejnīcas, restorāni	Bārmenis

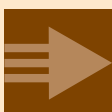
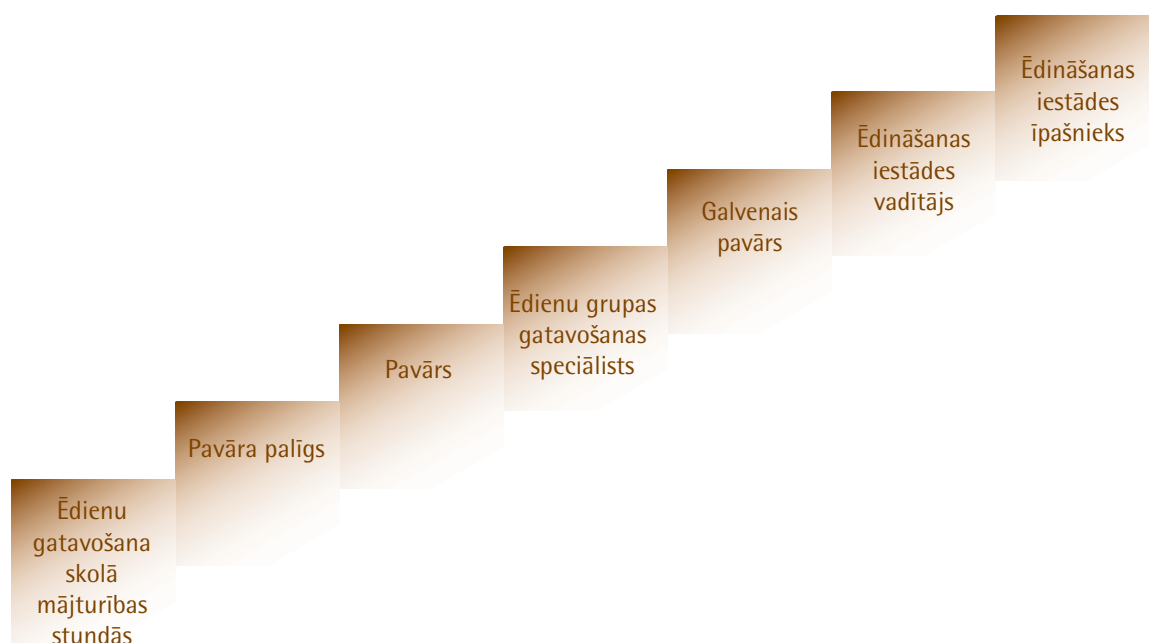


Vertikālās karjeras piemērs ēdināšanas jomā

idejas



sarunai



svarīgi

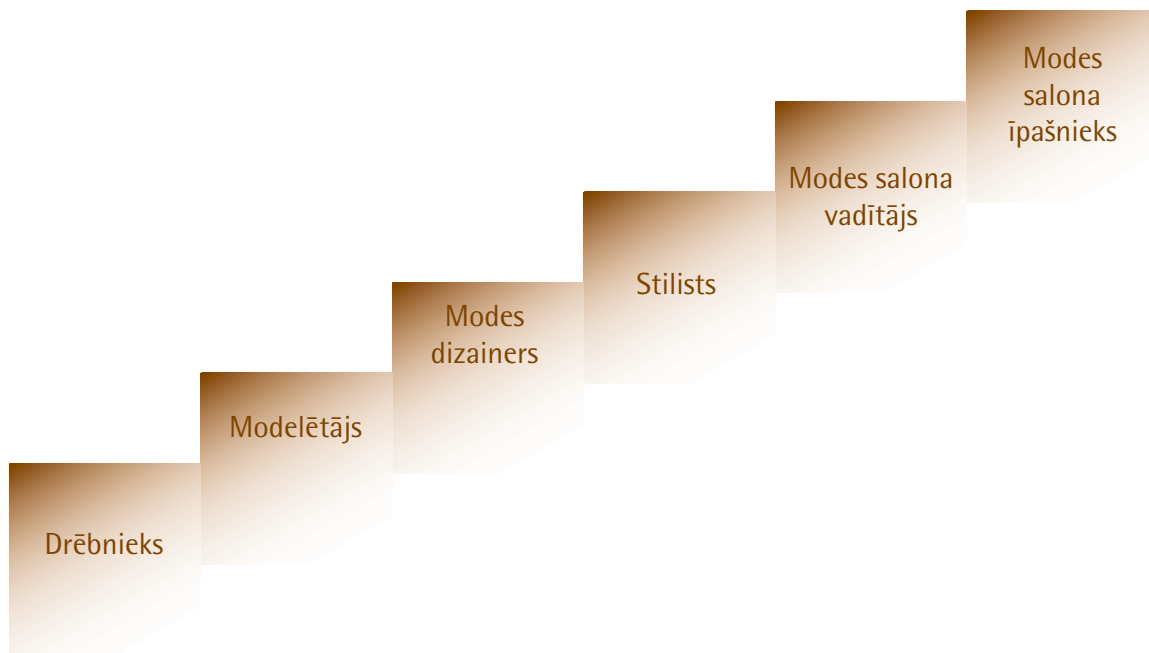
Dažkārt cilvēki atzīst, ka viņiem ir grūti saglabāt motivāciju darboties tālāk, ja ilgu laiku nav redzams darba rezultāts. Ēdināšanas sfērā darba augļi ir redzami visai drīz.

Glīts un sakopts apģērbs, saskaņots un labi izvēlēts stils tev palīdzēs labi justies ikdienā un atstās par tevi labu iespaidu.

Ja esi izvēlējies **apģērba darināšanas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Drēbnieks	Arodizglītība	Strādā apģērbu ražošanas industrijā - sadiez, šuj un savieno apģērbu detaļas	Māksla, tehniskā grafika matemātika, fizika, mājturība	Prasmīgs roku darbs, veiklība un akurātība	Apģērbu ražošanas rūpnīcas, modes saloni	Modes dizainers, modelētājs
Modelētājs	Profesionālā vidējā	Modelē preces un produkciju masveida ražošanai rūpnieciskām vai komerciālām vajadzībām	Vizuālā māksla, tehniskā grafika, uzņēmējdarbības pamati, matemātika, fizika, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Radoša domāšana, ģeometriskā iztēle, precizitāte	Modes saloni, rūpnīcas	Modes dizainers, dizainers
Modes dizainers	Profesionālā vidējā, augstākā	Modelē apģērbus, izmantojot audumus un aksesuārus, kontrolē to ražošanu	Māksla, tehniskā grafika, mākslas un kultūras vēsture, mājturība	Māksliniecisks talants, jāsina tehniskie paņēmieni, uzņēmējdarbības pamatprincipi, jāprot aprēķināt izmaksas	Modes saloni, radošu projektu īstenošana	Modelētājs, drēbnieks
Stilists	Profesionālā vidējā, augstākā	Skaistumkopšanas speciālists, veido klienta individuālo vizuālo tēlu un koptēlu, veido klienta personisko stilu, nosaka klienta krāsu paleti, iesaka frizūru un tērpa siluetu, matu un ādas tipam atbilstošus kosmētikas līdzekļus, zīmē konkrēto piedāvājumu skices	Psihologija, vizuālā māksla, kultūras vēsture, mākslas vēsture, ētika, mājturība	Krāsu un gaumes izjūta, artistiskums un pārliecinātības spējas	Veikali, skaistumkopšanas saloni, radošu projektu īstenošana	Skaistumkopšanas speciālists (kosmetologija - manikīrs, pedikīrs), frizieris, grimētājs, vizāžists

Vertikālās karjeras piemērs apģērba darināšanas jomā



idejas



sarunai

Vai esi ievērojis ārzemju filmās – un arī reālajā dzīvē tepat, Latvijā –, ka labākie modes dizaineri ir vīrieši? Varbūt modes dizainera karjera ir tieši tavs aicinājums?

Apģērbu modelētājam jāpieņem ne vien labai stila izjūtai un radošam garam, bet viņam jāpārzina arī auduma īpašības un apģērbu ražošanas tehnoloģijas.

Ja esi izvēlējies **viesnīcu servisa jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Apkalpotājs viesnīcas numurā	Arodizglītība Profesionālā vidējā	Apkalpo viesus viesnīcā – numuros, restorānā, bārā, palīdz nest bagāžu	Latviešu valoda svešvalodas, mājturība	Labas saskarsmes prasmes, strādīgums, godīgums	Valsts un privātās viesnīcas, viesu nami	Viesu uzņēmējs, viesnīcas darbinieks, klientu apkalpošanas servisa darbinieks
Istabene	Profesionālā vidējā	Sagatavo un uzkopj telpas viesu uzņemšanai	Latviešu valoda, svešvalodas, mājturība	Labas saskarsmes prasmes, uzcītība, strādīgums, atbildības izjūta	Valsts un privātās viesnīcas, viesu nami	Viesnīcas darbinieks, apkalpotājs numurā
Reģistrators	Profesionālā vidējā	Viesnīcas vai citas iestādes darbinieks, kas sagaida viesus, pieņem istabu iepriekš pasūtījumus, sastāda rēķinus, atbild uz jautājumiem un izskata klientu sūdzības	Latviešu valoda, ģeogrāfija, vēsture, svešvalodas, mājturība	Pašpārliecinātība, kontaktēšanās prasme	Viesnīcas, valsts un privātie uzņēmumi	Sekretārs, lietvedis, viesnīcas darbinieks, klientu apkalpošanas servisa darbinieks
Viesnīcas administrators	Profesionālā vidējā Augstākā	Strādā viesnīcā vai viesu namā, uzņem viesus, rūpējas par viesu veiksmīgu uzturēšanos viesnīcā un viesnīcas normālu darbību	Svešvalodas, mājturība, biznesa ekonomiskie pamati, latviešu valoda, ētika, psiholoģija	Pacietība, labas organizatora spējas, kontaktēšanās prasme	Valsts un privātās viesnīcas, viesu nami	Viesnīcas darbinieks, viesu uzņēmējs, klientu apkalpošanas servisa darbinieks
Viesnīcas darbinieks	Profesionālā vidējā	Veic visa veida darbus viesnīcā vai viesu namā, uzņem viesus, pieņem norēķinus par sniegtajiem pakalpojumiem, sagatavo istabas viesu izvietošanai, apkalpo viesus restorānā un bārā	Mājturība, svešvalodas, ētika psiholoģija	Kontaktēšanās prasme, nosvērtība, laba atmiņa	Valsts un privātās viesnīcas, viesu nami	Viesmīlis, bārmenis, viesnīcas administrators



padomā

Vertikālās karjeras piemērs viesnīcu servisa jomā



Uzturoties viesnīcā, tās apmeklētāji vēlas sajusties kā mājās. Katram no mums šie vārdi nozīmē kaut ko citu. Tu sagādāsi prieku daudziem cilvēkiem ar savu uzmanīgo attieksmi un spēju ieklausīties viņu vēlmēs.

Ja pēc dabas esi viesmīlīgs un labprāt uzņem viesus savās mājās, ar prieku rīko ballītes, tad varbūt tavs aicinājums varētu būt privāta viesnīca vai viesu nams?

Ja esi izvēlējis skaistumkopšanas jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Kosmetologs	Profesionālā vidējā	Sagatavo seju un uzklāj dažādus grimus (meikapus), pieskaņojot tos koptēlam, klāj uz klienta sejas ādas krēmus, pūderus, grīmu, acu plakstiņu ēnas, krāso lūpas, skropstas un uzacis, koriģē uzacu formu	Veselības mācība, bioloģija, psiholoģija, vizuālā māksla, ētika, mājturība	Komunikācijas prasme, pacietība, spēj taktiski un neuzbāzīgi pārliecināt, roku un pirkstu veiklība, formas izjūta, gaumes izjūta	Skaistumkopšanas saloni	Masieris, kosmetologs, frizieris, grimētājs, vizāžists
Frizieris	Arodizglītība, profesionālā vidējā	Strādā skaistumkopšanas salonā: griež, modelē un krāso klientu matus, veido klientu uzacu formu, krāso uzacis un skropstas, skuj un apgriež ūsas un bārdus	Vizuālā māksla, mākslas vēsture, veselības mācība, psiholoģija, ķīmija, mājturība	Mākslinieka talants, roku un pirkstu veiklība, formas izjūta, artistiskums, krāsu izjūta, komunikācijas prasmes	Frizētavas, skaistumkopšanas saloni	Skaistumkopšanas speciālists (kosmetoloģija – manikirs, pedikirs), grimētājs, vizuālā tēla stilists, parūku meistars
Kosmētiķis	Profesionālā vidējā	Nosaka klienta sejas ādas īpašības un īpatnības, izvēlas atbilstošus kosmētikas līdzekļus, aprīkojumu un procedūras tās kopšanai	Veselības mācība, bioloģija, psiholoģija, vizuālā māksla, ētika, mājturība	Komunikācijas prasmes, pacietība, spēj taktiski un neuzbāzīgi pārliecināt, roku un pirkstu veiklība, formas izjūta, gaumes izjūta	Skaistumkopšanas saloni	Masieris, kosmetologs, frizieris, grimētājs, vizāžists

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Manikīrs/ pedikīrs	Profesionālā vidējā	Apkopj klienta roku un kāju nagus un ādu, pulē un vilē nagus, veido nagu dizainu, pieaudzē mākslīgos nagus, masē klienta rokas (visu delnu) vai pēdas	Veselības mācība, bioloģija, psiholoģija, vizuālā māksla, ētika, mājturība	Komunikācijas prasme, pacietīgs, spēj taktiski un neuzbāzīgi pārliecināt, roku un pirkstu veiklība, formas izjūta, gaumes izjūta	Skaistumkopšanas saloni	Masieris, kosmetologs, frizieris, grimētājs, vizāžists
Skaistumkopšanas speciālists	Profesionālā vidējā	Strādā skaistumkopšanas salonā, veic depilāciju, krāsošanu, masāžu, sejas un ķermeņa ādas kopšanas procedūras, sniedz citus kosmētiska rakstura pakalpojumus (manikīru, pedikīru, uzacu korekciju, liekā apmatojuma likvidēšanu, dekoratīvo caurduršanu)	Veselības mācība, bioloģija, psiholoģija, vizuālā māksla, ētika, mājturība	Komunikācijas prasme, pacietīgs, spēj taktiski un neuzbāzīgi pārliecināt, roku un pirkstu veiklība, formas izjūta, gaumes izjūta	Skaistumkopšanas saloni	Masieris, kosmetologs, frizieris, grimētājs, vizāžists
Stilists	Profesionālā vidējā, augstākā	Skaistumkopšanas speciālists, veido klienta individuālo vizuālo tēlu un koptēlu, veido klienta personisko stilu, nosaka klienta krāsu paleti, iesaka frizūru un tērpa siluetu, matu un ādas tipam atbilstošus kosmētikas līdzekļus, zīmē konkrēto piedāvājumu skices	Psiholoģija, vizuālā māksla, kultūras vēsture, mākslas vēsture, ētika, mājturība	Krāsu un gaumes izjūta, artistiskums, pārliecināšanas spējas	Veikali, skaistumkopšanas saloni, radošu projektu īstenošana	Skaistumkopšanas speciālists (kosmetoloģija – manikīrs, pedikīrs), frizieris, grimētājs, vizāžists

Visiem patīk būt skaistiem, pat ja viņi par to domā vien klusībā un skaļi neatzīst. Skaistumam ir pārsteidzošs spēks. Prasmīgi izceļot glīto un veiksmīgi notušējot trūkumus, ikviens izskatās skaistāks un var izbaudīt apkārtējo uzmanību un pat mīlestību. Ja tevi šī joma interesē, vari būt noderīgs šajā jomā, lai palīdzētu citiem celt pašapziņu un pašcieņu.

Lai strādātu ar klientiem, tev labi jāizprot cilvēku psiholoģija, jābūt labām saskarsmes prasmēm un jāapzinās savas profesijas ētika.

Vertikālās karjeras piemērs skaistumkopšanas jomā



Skaistumkopšanas speciālistam klienti var uzdot arī jautājumus par ādas kopšanu, kosmētisku defektu maskēšanu, ārstnieciskām procedūrām u.c. Tāpēc apmeklēj dažāda veida kursus un konsultējies ar citiem speciālistiem!



svarīgi

idejas



sarunai



padomā

Horizontālās karjeras piemērs skaistumkopšanas jomā



Dažādos laika periodos ir pastāvējuši atšķirīgi uzskati par to, kas ir gaumīgi, skaisti un moderni. Apgūstot kultūras un mākslas vēsturi, tu uzzināsi daudz interesantu faktu un pat kuriozu.

Izpēti arī aprakstus pie citiem mācību priekšmetiem, lai noskaidrotu plašāku iespējamo profesiju piedāvājumu!





7. Sociālās zinības

Sociālās zinības

Sociālās zinības – vēsture, politika, tiesības, filozofija, civilzinības, ētika, ekonomika, socioloģija – kā vienlīdz nozīmīgus komponentus ietver ētisko, pilsonisko, ekonomisko un veselības izglītību. Šie mācību priekšmeti sniedz zināšanas un prasmes izprast mūsdienu pasaulei raksturīgās straujās pārmaiņas, kas ietekmē gan cilvēku ikdienas dzīvi profesionālajā un personiskajā jomā, gan valstu un sabiedrību iekšējās un savstarpējās attiecības.

Ar sociālo zinību apguvi ir saskāries ikviens gan obligātajā pamatskolas programmā, gan apgūstot vidējās izglītības programmu, tāpēc tev jau varētu būt izveidojies savs viedoklis par to, cik ļoti tev patīktu vai nepatīktu saītīt savu dzīvi ar sociālo un humanitāro jomu. Ja tavi mīļākie mācību priekšmeti ir humanitārās un sociālās zinātnes, tad tu, iespējams, gūsti prieku un esi pārāks vēsturē, ekonomikā, politikā, tiesībās, ģeogrāfijā. Tev patīk mācīties par pasauli, un tu esi ieinteresēts kā un kādēļ lietas notiek. Tev patīk sadarboties un palīdzēt citiem.

pārbaudi



sevi

Atzīmē, kas tev patīk un padodas:

- labi izteikties un diskutēt;
- analizēt dažādus viedokļus, izvērtējot faktus, un argumentēti aizstāvēt savu viedokli; izmantojot ētisku, ekonomisku un tiesisku argumentāciju;
- uzklaustīt citus un būt iecietīgam pret dažādiem viedokļiem;
- secināt un interpretēt dotos tekstus, grafikus un tabulas;
- izzināt pasaules daudzveidību, vispārināt, domāt globāli;
- sadarbība un citu mācīšana;
- saskatīt cēloņa un seku sakarību;
- izprast cilvēku izturēšanos;
- nodarboties ar labdarību un būt iejūtīgam;
- palīdzēt citiem.

Saskaiti, cik apgalvojumu tu esi atzīmējis!

Ja piekriti 7 – 10 apgalvojumiem, sociālās zinības tev padodas un vari apsvērt, kā savos nākotnes plānos izmantot sociālo zinību priekšmetos apgūtās zināšanas, prasmes un iemaņas.

Ja apgalvojumu summa ir 4 – 6 punkti, visticamāk, tu vēl nedomā par studijām saistībā ar sociālajām zinībām, taču ir ļoti daudz profesiju, kuru apguves gaitā ir jāmācās sociālās zinības, un tu varētu šīs iespējas izmantot.

Ja esi atzīmējis 0 – 3 apgalvojumus, tad tevi interesējošo mācību priekšmetu vidū nebūs sociālās zinības. Izpēti šīs grāmatas citas nodaļas un noskaidro, kur slēpjas tavas spējas un talanti!

Kādēļ mācīties sociālās un humanitārās zinības? Mācīties sociālās un humanitārās zinības ir noderīgi, jo tā ir iespējams attīstīt un pilnveidot ļoti daudzas spējas un prasmes. Jaunietis, kas labi apguvis sociālās un humanitārās zinības:

- pamatot savu viedokli, izmantojot dažādus argumentācijas paņēmienus;
- prot veidot monologu, dialogu (mutvārdu un rakstveida formā), publiski uzstāties, iesaistīties diskusijā, organizēt to;
- spēj analizēt dažādus viedokļus, izvērtējot faktus, un argumentēti aizstāvēt savu viedokli, izmantojot ētisku, ekonomisku un tiesisku argumentāciju;

- spēj izvēles situācijā izvērtēt vairākas alternatīvas, prognozēt pieņemtā lēmuma īstenošanas sekas un pieņemt lēmumu darbībai, balstoties uz ekonomiskiem apsvērumiem un ievērojot godīguma, taisnīguma un cilvēkmīlestības principus;
- prot prognozēt savas un citu rīcības sekas, balstoties uz cēloņu un seku sakarības izpratni;
- prot patstāvīgi izvēlēties, kritiski izvērtēt un izmantot piemērotus informācijas avotus, dažādos veidos sistematizēt, apkopot informāciju;
- izprot sabiedrības sociālo struktūru un demokrātiskas, tiesiskas valsts būtību.

Ja tevi interesē **sociālās zinības**, tad tava izvēlētā specialitāte varētu būt kādā no šīm jomām.

Izglītības pakāpe	Humanitārās zinātnes	Sociālā palīdzība, psiholoģija, izglītība	Sociālās un tiesību zinātnes	Komerczinības un administrēšana
Profesionālā vidējā	<ul style="list-style-type: none"> • tūrisma gids 			
Augstākā	<ul style="list-style-type: none"> • filozofs • teologs • mācītājs • vēsturnieks • arhivists • sociologs 	<ul style="list-style-type: none"> • sociālais darbinieks • sociālais aprūpētājs • sociālais pedagogs • psihiatrs • psihoterapeits • psihologs • mācītājs • kapelāns 	<ul style="list-style-type: none"> • jurista palīgs • jurists • juriskonsults • zvērināts notārs • advokāts • politologs • sociologs • statistiķis • sociopsihologs 	<ul style="list-style-type: none"> • reklāmas / uzņēmējdarbības speciālists • pasākumu producents • pasākumu/ izstāžu kurators • izglītības iestādes vadītājs • ar sociālo jomu saistītas iestādes vadītājs • ergonomists • vadītājs

Lai sekmīgāk sadarbotos ar cilvēkiem, svarīgi apgūt ne tikai prasmes argumentēti izteikt savu viedokli, bet ļoti būtiski ir apgūt prasmes rūpīgi un iecietīgi klausīties un pieņemt dažādus viedokļus.



svarīgi

Ja esi izvēlējies **sociālo un humanitāro zinātņu jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/ prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Filozofs	Augstākā	Veic pētījumus par filozofijas vēsturi, ētiku, estētiku un loģiku	Filozofija, latviešu valoda, svešvaloda, matemātika	Izcilas loģiskās domāšanas spējas, spēja izteikt un argumentēt savu viedokli, vēlme izzināt. Prasme debatēt, uzdot jautājumus, prasme analizēt tekstus dažādās valodās	Augstskolas, koledžas, skolas, zinātniskās organizācijas, ziņu aģentūras, mediju organizācijas, valsts institūcijas un sociālie dienesti; raksta publikācijas, apvienojot to ar jebkuru pamatdarbu; kā filozofijas konsultanti	Sociologs, teologs, žurnālists, sabiedrisko attiecību speciālists
Mācītājs	Augstākā	Atbalsta, vada un izglīto savas reliģiskās kopienas locekļus, notur dievkalpojumus, sagatavo un lasa sprediķus, runas vai veic reliģiskas ceremonijas, sagatavo cilvēkus šīm ceremonijām	Reliģiju vēsture, kultūras vēsture, ētika, psiholoģija, latviešu valoda	Garīgums, stipra ticība un vēlme kalpot Dievam, prasme uz klausīt, būt saprotošam un iekļūstīgam jebkurā dzīves situācijā, spējas iejusties cita cilvēka situācijā, centies izprast citu cilvēku viedokļus, prasme klausīties, spēja runāt publikas priekšā	Baznīcas draudze, augstākās mācību iestādes, skolas, slimnīcas un cietumi, sociālās palīdzības dienesti	Teologs, krīzes konsultants, psihologs, sociālais darbinieks
Vēsturnieks	Augstākā	Pēti, analizē un izskaidro pagātnes notikumus, dažādos vēsturiskos posmos dzīvojošo cilvēku domāšanas, uzvedības īpatnības, to cēloņus, kā arī publicē savus secinājumus un iegūto informāciju	Vēsture, kultūras vēsture, ētika, politika un tiesības, ģeogrāfija, latviešu valoda, svešvaloda	Interese par vēsturi, precizitāte, zinātkāre, pacietība, neatlaidība, prasme koncentrēties, spēja starp daudziem faktiem saskatīt galveno, spēja pieņemt jaunus uzskatus, izprast dažādas kultūras	Mācību iestādes, valsts pārvaldes institūcijas, pētnieciskie institūti, bibliotēkas, muzeji, arhīvi, ziņu aģentūras, mediju organizācijas	Sociologs, politologs, arhivists, mākslas vēsturnieks, ģeogrāfs, tūrisma gids, pasniedzējs



Vertikālās karjeras piemērs humanitāro un sociālo zinātņu jomā

idejas



sarunai



Karjeras iespējas pētnieciskā, akadēmiskā vai profesionālā jomā būs daudz veiksmīgākas, ja būsi apguvis ļoti labā līmenī vienu vai vairākas svešvalodas.

Ja esi izvēlējies **sociālās palīdzības, psiholoģijas jomu**, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/ prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Psihologs	Augstākā	Palīdz cilvēkam izprast sevi, palīdz risināt saskarsmes grūtības, efektīvāk izmantot savas iespējas, meklējot individuālu pieeju katram klientam un viņa problēmai, kā arī strādā ar emocionālas traumas guvušiem cilvēkiem	Psiholoģija, bioloģija, matemātika, latviešu valoda, svešvalodas, ētika, loģika	Labas saskarsmes spējas, iecietība, mērķtiecība un vēlme izgloties, spēja izprast sevi un citus, prasme vērot sevi „no malas”	Skolas, bērnudārzi, sociālie dienesti, policija, tiesa, bāriņtiesa, bērnumami, medicīnas iestādes (klinikas, slimnīcas, psihoneiroloģisko slimnīcu diagnostikas nodaļas), cietumi, dažādi uzņēmumi un iestādes, privātparakses, lektors vai supervizors	Sociālais darbinieks, psihoterapeits

¹ Ārlietu ministrijā kā valsts tiešās pārvaldes iestādē ir dažādi departamenti – Ekonomisko attiecību departaments, Informācijas un sabiedrisko attiecību departaments, Finanšu politikas departaments, Iekšējās drošības departaments u.c. Katra departamenta struktūru veido dažādas nodaļas, piemēram, Konsulārajā departamentā ir Konsulārās palīdzības nodaļa, Funkcionālā nodaļa, Konsulāri tiesisko jautājumu nodaļa, Šengenas nodaļa, Kancelejas nodaļa.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Psihoterapeits	Augstākā	Palīdz indivīdiem, pāriem vai cilvēku grupām identificēt, izprast un risināt emocionālas un psiholoģiskas problēmas	Psiholoģija, svešvalodas, ētika, filozofija, loģika	Spēja iejusties cita cilvēka vietā, prasme uz klausīt citus, spēja izteikties iejūtīgi, bet skaidri, prasme sevi (citus) motivēt	Privātprakse, psiholoģiskās palīdzības centri, privātfirmas un uzņēmumi, slimnīcas, sociālās palīdzības iestādes	Sociālais darbinieks, sociālais pedagogs, psihiatrs, psihologs
Diakons	Augstākā	Veic profesionālu sociālās aprūpes sniegšanu un palīdzēšanu cilvēkiem, balstoties uz kristīgajām vērtībām un Dieva vārdu	Reliģiju vēsture, ētika, psiholoģija, mājturība, veselības mācība, latviešu valoda, literatūra	Ticība Dievam un vēlme palīdzēt cilvēkiem, iejūtība pret citiem un viņu uzskatiem	Valsts vai pašvaldību iestādes, kas nodarbojas ar sociālo aprūpi, privātās vai sabiedriskās organizācijas, sociālās aprūpes dienesti, krīžu centri, patversmes, slimnīcas, cietumi, rehabilitācijas iestādes, pansionāti	Mācītājs, kapelāns, sociālais aprūpētājs
Sociālais pedagogs	Augstākā	Analizē un risina konfliktu situācijas starp jauniešiem, starp jauniešiem un pieaugušajiem, izskaidro situācijas un palīdz jauniešiem veidot veiksmīgas savstarpējās attiecības, izglīto par dažādām atkarībām	Psiholoģija, ētika, latviešu valoda, informātika	Uzticamība, vēlme palīdzēt, spēja izteikties iejūtīgi, skaidri, bagātīgs vārdu krājums, plašs redzesloks, izturība, iekšējā harmonija	Dažādas izglītības iestādes, bērnu aprūpes iestādes, veselības aprūpes vai rehabilitācijas iestādes, krīzes centri, valsts vai pašvaldības sociālās aprūpes centri, tiesību aizsardzības un iekšlietu sfēra	Sociālais darbinieks, psihologs

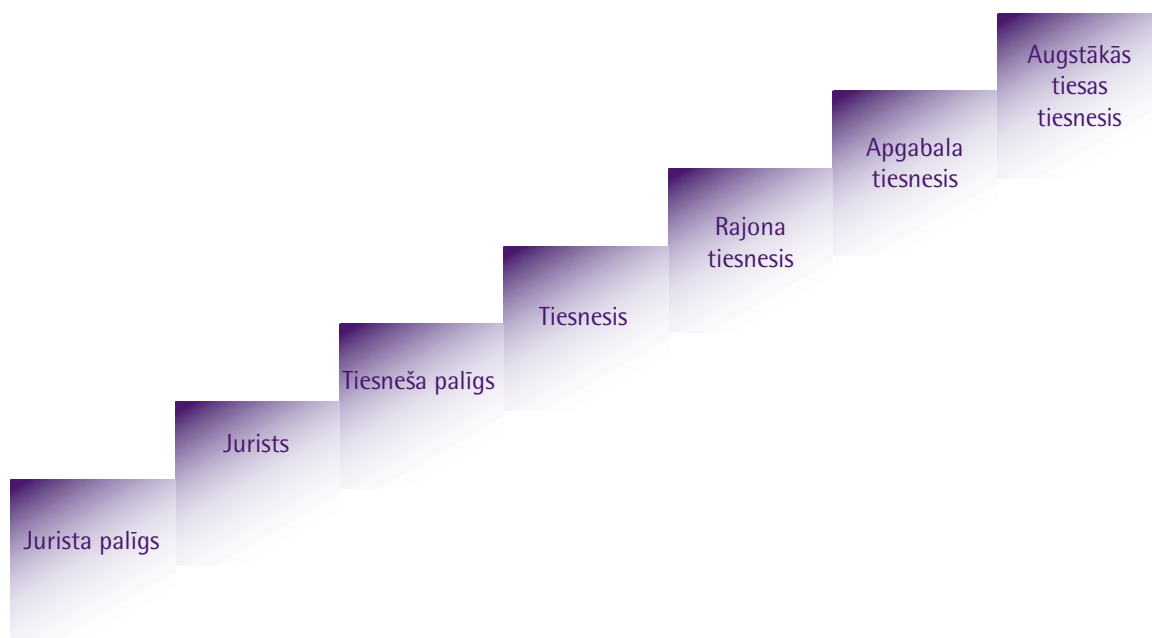
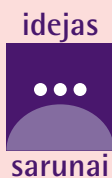
Lai strādātu sociālās palīdzības jomā, tev jāveido pozitīva izpratne par pastāvīgu un mainīgu ētisko vērtību pasaulē, universālajām ētiskajām vērtībām: labestību, godīgumu, taisnīgumu, iecietību, līdzietību, uzticību, brīvību un pietāti pret dzīvību, patiesumu, draudzību, mīlestību, solidaritāti, cieņu.



Ja esi izvēlējies sociālo un tiesību zinātņu jomu, tabulā doti dažu šīs jomas profesiju apraksti, uzsverot svarīgākās prasmes, pieredzi un mācību priekšmetus, kurus tev noteikti skolā jāapgūst.

Profesija	Izglītība	Apraksts	Nepieciešamie mācību priekšmeti	Noderīga pieredze/prasmes	Darba iespējas	Radniecīgās profesijas
Jurists	Augstākā	Piemēro un skaidro dažādus likumus, juridiskus noteikumus un lēmumus fiziskām personām un uzņēmumiem, informē klientus par izmaiņām likumdošanā, sniedz ieteikumus un vērtējumu par klienta darbības likumību, valstiskā līmenī izstrādā likumus un programmas, sagatavo un skaidro likumprojektus, izstrādā likuma ieviešanas procedūras	Politika un tiesības, biznesa ekonomiskie pamati, psiholoģija, ētika, svešvalodas	Nemitīga interese par tieslietām, par to, kā likumi ietekmē cilvēku personisko un sabiedrisko dzīvi, augsta atbildības izjūta, spēja neizpaust informāciju, godīgums, augsta morāle, prasme domāt analītiski un loģiski, spēja lietot redzēt kopsakarības, prasme pārliecināši paust savu viedokli gan runājot, gan rakstot	Pašvaldības, valsts institūcijas (ministrijas, prokuratūra), privātie uzņēmumi, komercsabiedrības un korporācijas, juridiskās palīdzības organizācijas, kā pašnodarbināta persona	Juriskonsuls, zvērināts notārs, advokāts
Politologs	Augstākā	Pēta politisko institūciju un politisko kustību teoriju, izcelsmi, attīstību un darbību, analizē indivīdu un grupu politisko uzvedību, kā arī to saistību ar sabiedrību un ekonomiku	Politika un tiesības, latviešu valoda, svešvalodas, vēsture, ģeogrāfija, biznesa ekonomiskie pamati, loģika, matemātika	Labas spriestspējas, izpratne par sabiedrisko situāciju un prasme izteikt savu viedokli loģiski un argumentēti	Valsts iestādes un ministrijas, izglītības iestādes, pašvaldību departamenti, pētnieciskie institūti, ziņu aģentūras, preses izdevumu redakcijas, publisko attiecību uzņēmumi, Saeima, politiskās partijas, kā neatkarīgais konsultants, kā pašnodarbināta persona, sniedzot politiskas konsultācijas	Sociologs, žurnālists, preses sekretārs, politiskais analītiķis, tirgus pētnieks
Sociologs	Augstākā	Izpēta, apkopo un analizē sabiedrības uzvedības tendences, problēmas, intereses un viedokļus, veic lietišķos pētījumus, noskaidrojot klientu apmierinātību ar konkrēto organizāciju	Matemātika, psiholoģija, filozofija, ētika, loģika	Interese par sabiedrības norisēm un fenomeniem, pacietība, precizitāte, spēja kritiski raudzīties uz sabiedrībā notiekošo, prasme skaidri formulēt savu viedokli	Dažādas organizācijas, universitātes, analītiskas, nevalstiskās organizācijas	Politologs, psihologs, statistiķis, tirguzinības speciālists

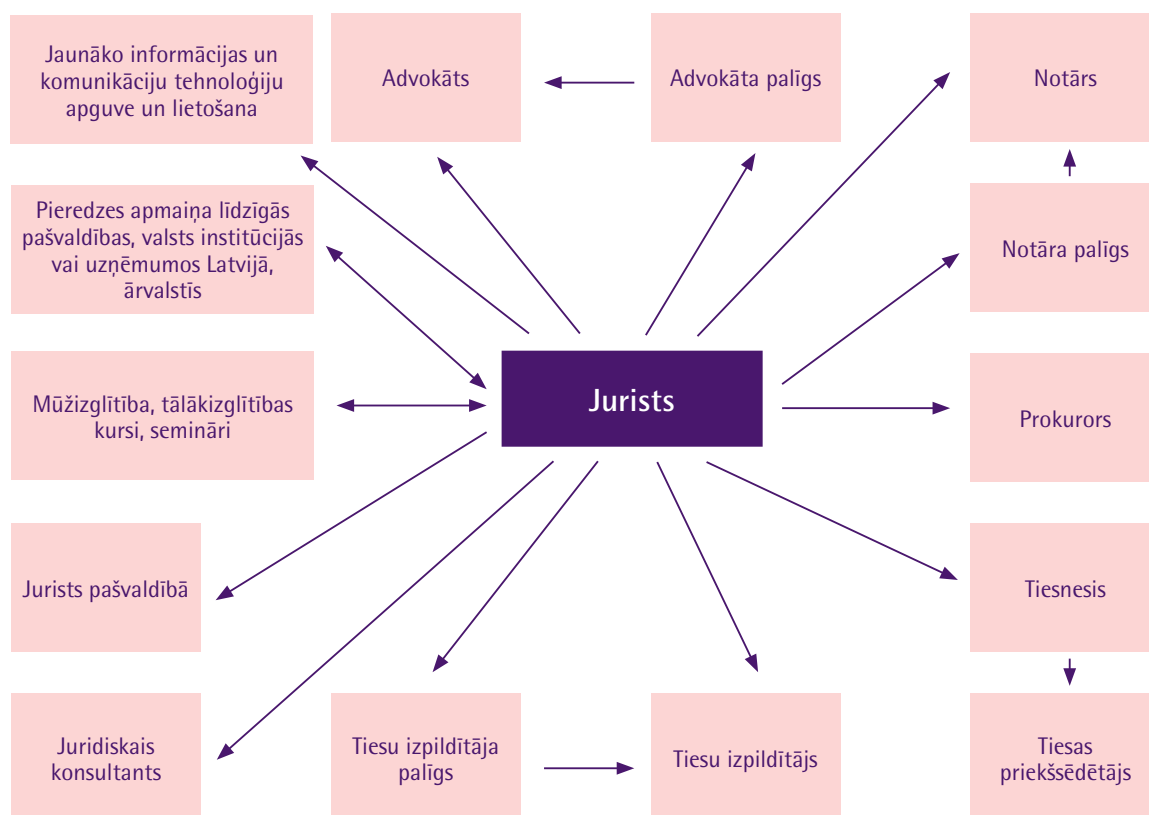
Vertikālās karjeras piemērs tiesību zinātņu jomā



Filmās attēloto juristu darba diena ir papildīta ar interesantiem notikumiem un šokējošiem atklājumiem. Realitātē viņi daļu dienas pavada, lasot dokumentus, pētot likumus un noteikumus.

Arī tad, ja nolemsi savu karjeru nesaistīt ar sociālajām zinībām, zināšanas un iegūtās prasmes tajās tev karjeras ceļā būs liels palīgs, jo būsī izveidojis izpratni par sabiedrības locekļu tiesībām un pienākumiem, par savām iespējām ietekmēt vides kvalitāti.

Horizontālās karjeras piemērs jurisprudencē



8. Kuri mācību priekšmeti jāapgūst?

SPO (Credits)

REGISTRATION: ASPAZIJAS BULV.5, Room 120, Faculty of Economics and Management.
1 floor. Phone: 7034643

SPORT	MALES / FEMALES	DAYS	TIME	PLACE	Teacher
Basketball	Males & Females	Mo, Tu, We, Th	14:30, 16:30		
Volleyball	Males & Females	Mo, Tu, We, Th	14:30, 16:30	Olimpijski sporta centrs Ģenerāļa 88	I.Piņķis, M.Zilberis
Table Tennis	Males & Females	Mo, Tu, We, Th	14:30, 16:30	Olimpijski sporta centrs Ģenerāļa 88	R.Aronovs, K.Zaķulis, V.Kļavovs
Swimming	Males	Tu, We, Fr	16:30	Ka Valdemāra 48	O.Karņevičis
Water Aerobics	Males/Females	Tu, Th	14:30, 16:30		
Freestyle Wrestling	Females	Mo, Tu, We, Th	14:30, 16:30	Olimpijski sporta centrs Ģenerāļa 88	V.Šķitovs
Archery	Males/Females	Mo - 13:00, We - 18:15, Tu, Th	14:30, 16:30	Olimpijski sporta centrs Ģenerāļa 88, N.Daņiņeviča ģimnāzija (Ierakstotais uzdevums 214)	I.Duda
Body Building	Females	Mo, Tu, We, Th, Fr	13:30, 17:30	Olimpijski sporta centrs Ģenerāļa 88	N.Čakova
Gymnastics	Females	Mo, We, Tu, Th, Fr	14:30, 16:30	Ziemeļrietumu ielā 10	A.Šteinis
	Females	Mo, We, Tu, Th, Fr	14:30, 16:30	Olimpijski sporta centrs Ģenerāļa 88	I.Čakova, N.Čakova
	Females	Mo, We, Tu, Th, Fr	14:30, 16:30	Apstādņu 3, Vīrišķās zāles un sporta spēļu ska	D.Čilbiņa
				Mountain climbing	
				Track and field activities	

Kuri mācību priekšmeti jāapgūst?

Uzsākot mācības, jaunieši reizēm jūtas vilušies, jo nodarbību sarakstā atrodami visdažādākie mācību priekšmeti, kuru nosaukumi nebūt neliecina par tuvu saistību ar izvēlēto profesiju. Piemēram, studējot psiholoģiju, jāmācās arī bioloģija, statistikas pamati, filozofija, loģika un pat civilā aizsardzība. Kāpēc būtu jāmācās kaut kas lieks un nevajadzīgs? Ir daudz diskutēts par to, kas ir jāmāca un kādas prasmes jāapgūst izglītības iestādēs, nonākot pie secinājuma, ka jauniešiem ir jāpiedāvā kvalitatīva izglītība – tāda, kas sekmē:

- pamatkompetenču iegūvi izvēlētajā profesijā. Programmas izstrādātāji vadās pēc tā zināšanu un prasmju saraksta, kāds norādīts konkrētai profesijai (skatīt <http://www.izmpic.gov.lv>; www.karjerascentrs.lv);
- papildu prasmes. Piemēram, kuģa kapteinim jābūt arī labām svešvalodu zināšanām, labai prasmei sazināties ar cilvēkiem, jāspēj vadīt un organizēt darbu. Tāpēc visā mācību laikā audzēkņiem paralēli tiešajām zināšanām jāapgūst arī citi mācību priekšmeti;
- dzīves prasmju un attieksmju apguvi – prasmi plānot laiku un organizēt darbus, prasmi pieņemt lēmumus, saskatīt galveno, izvirzīt prioritātes u.c.;
- redzesloka paplašināšanos;
- iespēju izglītoties arī turpmāk.

Kādi mācību priekšmeti ir jāapgūst mācību iestādēs? Atbilde būs atkarīga no tā, kādu izglītības iestādi tu izvēlies un kādas būs tajā piedāvātās mācību/ studiju programmas. Ikvienam Latvijas iedzīvotājam ir jāiegūst vispārējā pamatizglītība. Tāpēc, mācoties skolā ar arodizglītības programmām, tev būs jāapgūst mācību priekšmeti, kurus māca vispārējās izglītības skolā, un papildus arī speciālie priekšmeti profesijas apguvei.

Arodskolās, kurās uzņem audzēkņus ar pabeigtu pamatizglītību, var piedāvāt divu veidu programmas:

- arodizglītību bez vidējās izglītības programmas. Šajās skolās pārsvarā apgūst tos mācību priekšmetus, kas ir saistīti ar izvēlēto profesiju. Papildus jāmācās arī tie priekšmeti, kas paplašina jaunieša redzesloku un sagatavo viņu iespējai turpināt mācības citā izglītības iestādē.
- arodizglītību ar vidējās izglītības programmu (profesionālā vidējā izglītība). Tiek apgūts vidējās izglītības kurss un mācību priekšmeti, kas sagatavo jauniešu darbam izvēlētajā profesijā.

Arodizglītībai raksturīgs tas, ka lielāks uzsvars likts uz praktisko pieredzi un vingrināšanos, mazāk uz noteiktā jomā uzkrātu informācijas un likumsakarību izziņāšanu. Mācību laiks šādās skolās ir īsāks, un jauniešiem var agrāk uzsākt darba gaitas.

Informāciju par to, kuri mācību priekšmeti būs jāapgūst tev izvēlētajā profesijā, var uzzināt arodskolā. Piemēram, Valsts Priekuļu lauksaimniecības tehnikumā, izvēloties vides iekārtu tehniķa specialitāti, ir jāapgūst šādi mācību priekšmeti.

Valsts Priekuļu lauksaimniecības tehnikums* 3. līmeņa profesionālās vidējās izglītības programma VIDES AIZSARDZĪBA	
Izglītības programmas īstenošanas ilgums:	4 gadi (8 semestri)
Prasības, uzsākot programmas apguvi:	pamatizglītība
Kvalifikācija:	vides iekārtu tehniķis

* Izmantota informācija no Valsts Priekuļu lauksaimniecības tehnikuma mājas lapas (www.vplt.lv). Izglītības programmas autori ir VPLT darbinieki.

IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA	
Mācību priekšmetu grupas	Piemēri
Valodas un komunikatīvie priekšmeti	latviešu valoda, angļu valoda, krievu vai vācu valoda
Matemātika un dabas zinības	matemātika, lietišķā informātika, fizika
Sociālās zinības	biznesa pamati, vēsture, vides mācība
Profesionālie mācību priekšmeti	organizācija un vadība, vides zinības, vides bioloģija, ķīmija, fizika, vides analīzes, vides politika un tiesības, dabas resursu pārvalde, vides iekārtas un tehnoloģiskie procesi, vides ētika
Praktiskās mācības	vides analīzēs, ekosistēmās, resursos, atslēdznieka darbos, metināšanā, montāžā, vides iekārtu ekspluatācijā, apkopē un remontā, datoros
Kvalifikācijas prakse	vides un komunālās saimniecības uzņēmumos Latvijā un ārzemēs (Vācijā, Zviedrijā, Nīderlandē)

Arī vidējās izglītības apguves posmā pastāv iespēja izvēlēties izglītības programmu. Vidusskolas un ģimnāzijas nereti piedāvā vairākas vispārējās izglītības programmas. Vispārīzglītojošā virziena izglītības programmās neviens mācību priekšmets nav īpaši akcentēts, un šāda izvēle ir ieteicama jauniešiem, kuri vēl šaubās par to, kādai profesijai dot priekšroku. Savukārt specializētajās programmās, piemēram, matemātikas, dabas zinību un tehnikas virzienā, īpašs uzsvars likts uz programmas profilējošiem (obligātiem un padziļinātas apguves) priekšmetiem. Precizāku informāciju iespējams iegūt izvēlētajā izglītības iestādē, bet vispārīgam pārskatam iesakām izdevumu „Izglītība pēc 9. klases” (pieejams arī tiešsaistē <http://www.viaa.gov.lv/Euroguidance/kipnis/publikacijas/publikacijas.htm>).

Piedāvājam vienu piemēru.

Daugavpils Valsts ģimnāzija*	
Vispārējās vidējās izglītības matemātikas, dabaszinību un tehnikas virziena izglītības programmas mācību plāns 10. – 12. klasei	
Kods: 31013011 (matemātika)	
Izglītības programmas īstenošanas ilgums:	3 gadi (6 semestri)
Prasības, uzsākot programmas apguvi:	pamatizglītība

Obligātie priekšmeti	10. klase	11. klase	12. klase	Kopā
1. Latviešu valoda un literatūra	5	5	5	15
2. Pirmā svešvaloda				
angļu val. vai vācu val. (apgūst vienu)	3	3	3	9
3. Otrā svešvaloda (mācīta pamatskolā)				
vācu val. vai krievu val. (apgūst vienu)	3	3	3	9
4. Matemātika	4	4	4	12
5. Vēsture	2	2	2	6

Obligātie priekšmeti	10. klase	11. klase	12. klase	Kopā
6. Sports	3	3	3	9
7. Biznesa ekonomiskie pamati	0	1	2	3
8. Informātika	2	0	0	2
Kopā:	22	21	22	65
Obligātie programmas priekšmeti	10. klase	11. klase	12. klase	Kopā
9. Fizika	4	3	3	10
10. Ķīmija	2	2	3	7
11. Bioloģija	2	1	2	5
12. Veselības mācība	0	1	0	1
13. Ģeogrāfija	1	2	0	3
14. Kultūras vēsture	2	2	2	6
15. Politika un tiesības	0	0	2	2
Kopā:	11	11	12	34
Priekšmeti padziļinātai apguvei	10. klase	11. klase	12. klase	Kopā
16. Matemātika	2	2	2	6
Kopā obligātā daļa:	35	34	36	105
Izvēles priekšmeti	10. klase	11. klase	12. klase	Kopā
17. Filozofija #	1	2	0	3
Kopā ar izvēles priekšmetiem:	36	36	36	108
Zinātniski pētnieciskā darba pamati ##				

#Ar simbolu atzīmētie mācību priekšmeti katra skolēna personiskākas izvēles programmā atšķiras un tiek komplektēti līdz maksimāli pieļaujamai slodzei 36 stundas nedēļā. Izvēle atkarīga no tā, kādu svešvalodu skolēns ir apguvis pamatzglītības posmā un kādus mācību priekšmetus izvēlas programmas ietvaros.

##Saskaņā ar zinātniski pētniecisko darbu pamatu programmu skolēns izstrādā zinātniski pētniecisko darbu, kas tiek veikts kā individuālais darbs un nepalielina skolēnu mācību stundu slodzi.

* Izmantota informācija no Daugavpils Valsts ģimnāzijas mājas lapas (www.daugrc.edu.lv). Izglītības programmas autori ir DVG darbinieki.

Augstskolu studentiem ir iespēja izvēlēties profesionālās vai akadēmiskās studijas. Profesionālo specialitāšu studenti savos studiju plānos atrod vairāk prakšu un praktisku nodarbību, kas galvenokārt aizstāj studiju kursus pētījumu organizēšanā un datu statistiskā apstrādē.

Uzsākot studiju procesu, pirmajos semestros studentiem jāapgūst nozares teorētiskie (piemēram, ievads specialitātē, cilvēka anatomija, mikrobioloģija, patoloģiskā fizioloģija u.c.) un vispārīgākie kursi (piemēram, svešvaloda, datorika, ievads psiholoģijā, ievads pētniecībā, ievads filozofijā u.c.). Nereti jauniešiem šie priekšmeti vairāk atgādina mācības vidusskolā, nevis studijas izvēlētajā specialitātē. Tas ir viens no iemesliem, kādēļ daļa pirmā kursa studentu izjūt vilšanos savā izvēlē un nolemj studijas pārtraukt.



Nozares profesionālās specializācijas kursu (piemēram, farmakoloģija, iekšējās slimības, bērnu ķirurģija, psihiatrija un narkoloģija u.c.) apjoms, uzsākot studijas, ir visai neliels, taču ar katru nākamo semestri tas pieaug. Taču šo priekšmetu apguve ir iespējama tikai tad, ja noteiktā līmenī apgūti nozares teorētiskie kursi. Profesionālās specializācijas kursi lielākajai studentu daļai šķiet īpaši pievilcīgi, jo tie saistās ar viņu interesēm un tiem ir arī augsta praktiskās pielietojamības pakāpe izvēlētajā profesijā.

Studiju semestri

Nozares
teorētiskie
kursi

Nozares
profesionālās
specializācijas
kursi

Vispārizglītojošie kursi

Vispārizglītojošo kursu apjoms katrā semestrī gandrīz nemainās. Uzsākot studijas, daļa vispārizglītojošo kursu jāapgūst obligāti, biežāk tie ir svešvalodas, IKT un sports. Tuvojoties studiju nobeigumam, augstskolas piedāvā studentiem noteiktas izvēles iespējas - ir iespējams apgūt ar izvēlēto specialitāti tieši nesaistītas zināšanas un prasmes. Augstskolās ar plašu studiju programmu klāstu un lielu studentu skaitu arī pedāvāto vispārizglītojošo studiju kursu izvēle ir mērāma vairākos desmitos. Nelielās augstskolās izvēle ir mazāka, taču kursi tiek piedāvāti atbilstoši tam, ko aptaujās ir ieteikuši studenti. Aplūkosim divus piemērus.

Biznesa vadības koledža*
Pirmā līmeņa augstākā profesionālā studiju programma
PERSONĀLA PSIHOLOĢIJA UN CILVĒKRESURSU VADĪBA

Studiju programmas īstenošanas ilgums un apjoms:	2,5 gadi (5 semestri); 80 kredītpunkti
Prasības, uzsākot studiju programmas apguvi:	vispārējā vidējā izglītība
Īstenošanas veids:	tālmācības studijas
Kvalifikācija:	personāla speciālists

Studiju kursi	1. semestris	2. semestris	3. semestris	4. semestris	5. semestris	Kredīt-punkti
NOZARES STUDIJU KURSI						36
OBLIGĀTĀ IZVĒLE						26
Lietvedība un arhivs	2					2
Sociāli psiholoģiskie treniņi	2	2				4
Uzņēmējdarbība		2				2
Aroda veselība un drošība		2				2
Darba un sociālās tiesības			2			2
Cilvēkresursu vadība I, II			2	2		4
Ekonomika				2		2
Statistika					2	2
Komerctiesības					2	2
IZVĒLE (studējošais izvēlas 10 kredītpunktu apjomā)#						10
Mārketing I	x					2
Mārketing II		x				2
Pasaules kultūras vēsture I	x					2
Pasaules kultūras vēsture II		x				2
Projektu sagatavošana un vadīšana			x			2
Lietišķā etiķete			x			2
Internets un prezentācijas dokumenti I, II				x		2
Biroja darba organizēšana un vadība				x		2
Grāmatvedības pamati					x	2
Profesionāla klientu apkalpošana					x	2
Aktualitātes cilvēkresursu vadībā (vieslekcijas)	x	x	x	x	x	2
Vieslekcijas	x	x	x	x	x	2
VISPĀRIZGLĪTOJOŠIE STUDIJU KURSI						20
Saskarsmes psiholoģija I, II	2	2				4
Biznesa svešvaloda (angļu/krievu) I, II	2	2				4
Organizāciju psiholoģija I, II	2	2				4
Psiholoģijas pamati	2					2
Datorzinības		2				2
Vadzinības			2	2		4
PRAKSE						16
Prakse			8			8
Prakse				8		8
KVALIFIKĀCIJAS DARBS						8
Kvalifikācijas darbs					8	8
Kopā:	14	16	20	16	14	80

Izvēles kursu piedāvājums studiju laikā var mainīties.

* Izmantota informācija no Biznesa vadības koledžas mājas lapas (www.bvk.lv). Izglītības programmas autori ir BVK darbinieki.

Rīgas Tehniskā universitāte*
Enerģētikas un elektronikas fakultāte
Akadēmiskā bakalaura studiju programma
SPECIALITĀTE: ENERĢĒTIKA UN ELEKTROTEHNIKA

Studiju programmas īstenošanas ilgums un apjoms:	3 gadi (6 semestri); 120 kredītpunkti
Prasības, uzsākot studiju programmas apguvi:	vispārējā vidējā vai profesionālā vidējā izglītība
legūstamais grāds:	inženierzinātņu akadēmiskais bakalaura grāds elektrozinātnē

	Studiju kursi	1. sem.	2. sem.	3. sem.	4. sem.	5. sem.	6. sem.	Kopā	
Nozares kursi	Teorētiskie kursi	Matemātika	5	4					9
		Fizika	3	3					6
		Datormācība (pamatkurss)	3						3
		Ekonomika	3						3
		Vispārīgā ķīmija	2						2
		Datormācība (spekkurss)	2						2
		Elektrotehnika un elektronika		2					2
		Elektroinženieru matemātikas datorrealizācija		3					3
		Elektrība un magnētisms		2					2
		Matemātikas papildnodaļas (elektrozinībās)			2				2
		Varbūtību teorija un matemātiskā statistika			2				2
		Datortehnika enerģētikā			4				4
		Elektrotehnikas teorētiskie pamati			6				6
		Energoelektronika				2			2
		Ciparu elektronika un datorarhitektūra				3			3
		Ķēžu teorija				5			5
		Elektrisko mašīnu pamati				3			3
		Signālu teorijas pamati				3			3
		Elektriskās sistēmas					4	4	8
		Elektriskās mašīnas					5		5
Elektrotehnoloģija un elektroapgādes pamati					3	4	7		
Specializējošie kursi		Enerģētikas pamati		3					3
		Siltumapgādes sistēmas		3	3				6
		Elektriskie aparāti			3	3			6
		Alternatīvie enerģijas avoti			3	3			6
		Elektriskie mērījumi					5		5
		Regulēšanas teorijas pamati					2		2
		Modernie elektromehānikas pārveidotāji un ierīces					2		2
		Dzīvojamo ēku elektroinstalācija					2		2
		Elektriskās mikromašīnas					3	3	6
		Vadības sistēmas enerģētikā un transportā						3	3
		Elektronu ierīces				3			3
		Netradicionālo enerģijas pārveidotāju sistēmas un uzkrājēji				3			3
		Elektriskā piedziņa					4		4

*Izmantota informācija no Rīgas Tehniskās universitātes mājas lapas (www.rtu.lv). Izglītības programmas autori ir RTU darbinieki. Piemēros minēto izglītības un studiju programmu plāni var mainīties, tādēļ precīzē jaunāko informāciju!

Teorētiskie kursi	Studiju kursi	1. sem.	2. sem.	3. sem.	4. sem.	5. sem.	6. sem.	Kopā
	Civilā aizsardzība	1						1
	Sports	x	x	x	x			0
	Svešvaloda	1	1	1				3
	Vispārējā socioloģija		2					2
	Vadības socioloģija		2					2
	Mazās grupas un personības socioloģija		2					2
	Apvienotā Eiropa un Latvija			2				2
	Politoloģija			2				2
	Brīvās izvēles priekšmeti						4	4
Gala/ valsts pārbaudījums							10	10
Bakalaura darbs							6	6

*Izmantota informācija no Rīgas Tehniskās universitātes mājas lapas (www.rtu.lv). Izglītības programmas autori ir RTU darbinieki. Piemēros minēto izglītības un studiju programmu plāni var mainīties, tādēļ precizē jaunāko informāciju!

Izglītības iestādes negatavo speciālistus kādai konkrētai darbavietai vai amatam. Tas būtu ļoti tuvredzīgi, jo darba apstākļi ir mainīgi, un darbiniekam jābūt spējīgam sekot līdzi jauninājumiem un izmaiņām. Arī pieprasījums pēc dažādām profesijām laika gaitā mainās. Cilvēkam jābūt spējīgam apgūt jaunu profesiju un mainīt darbības veidu.

Kursos vai izglītojoties pie meistara ir iespējams izvairīties no vispārizglītojošu priekšmetu apguves un apgūt konkrētas prasmes. Pēc izglītības iestādes absolvēšanas vai pārejot uz jaunu darbavietu ātrāk apgūt nepieciešamās prasmes palīdz tuvākie kolēģi vai speciāli norīkots darbuzzinātājs/ mentors.

Daudzu profesiju speciālistiem tiek noteiktas prasības ne retāk kā reizi 3 - 6 gados celt savu profesionālo meistarību tālākizglītībasursos vai individuāli pie pieredzējuša speciālista, kā arī dodoties pieredzes apmaiņas vizītēs uz līdzīgiem uzņēmumiem. Atceries - jāmacās visa mūža garumā, jo vienīgais, kas nekad nemainīsies, ir tas, ka viss mainās!





9. Karjeras plānošana

Karjeras plānošana

Pieņemt lēmumus nav viegli, tam nepieciešamas zināšanas un prasme tās izvērtēt. Jo precīzāk tu iepazīsies ar savu izvēlēto profesiju, jo gūsi labākus panākumus ceļā uz tās apguvi.

1. solis. Izmanto izdevību un noskaidro:

- kādi ir tavas izvēlētas profesijas pārstāvju galvenie pienākumi;
- kādām profesionālajām īpašībām viņiem jāpiemīt;
- kādas grūtības sagādā darbs;
- kas jāzina un jāprot;
- kādās darbavietās un amatos viņi var strādāt;
- kāda ir darba vide!

2. solis. Izvēlies dažas profesijas, kuras varētu tevi interesēt, un atzīmē tās „Veiksminieka dienasgrāmatā”!

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

3. solis. Izvērtē katru no izvēlētajām profesijām, domājot par:

- mācību ilgumu, kas nepieciešams profesijas apguvei;
- izglītības iestādi, kurā notiks mācības;
- izdevumiem, kuri būs saistīti ar mācībām;
- sadzīves apstākļiem, kādi būs jaunajā dzīvesvietā;
- iespējām turpināt izglītību pēc diploma iegūšanas;
- iespējām realizēt citas savas intereses!

Nākamie soļi – kā rīkoties tālāk:

- apspried savus plānus un idejas karjeras izglītības nodarbībās skolā, ar karjeras konsultantu Nodarbinātības Valsts aģentūrā vai kur citur;
- iegūsti vairāk informācijas par izglītības iestādēm Nacionālajā izglītības iespēju datu bāzē www.niid.lv;
- noskaidro, kādosursos, semināros u.c. vari piedalīties;
- izmanto mācību iestāžu mājas lapas internetā, lai noskaidrotu precīzāku informāciju par tevi interesējošiem jautājumiem;
- apmeklē izglītības jautājumiem veltītas izstādes un atvērto durvju dienas vairākās izglītības iestādēs;

- izpēti izvēlētās studiju programmas mācību plānu (kādi studiju kursi tev būs jāapgūst, kādas ir prasības u.c.);
- uzzini, vai ir iespējams sagatavoties studijām, apmeklējot sagatavošanas kursus, un kā tiem pieteikties;
- pārbaudi, kādas ir iespējas pāriet no vienas specialitātes uz kādu citu tās pašas augstskolas ietvaros vai uz līdzīgām specialitātēm citā augstskolā;
- aprunājies ar kādu profesionāli, kurš strādā tavā izvēlētajā profesijā; satiec studentus no izvēlētās mācību iestādes, noskaidro interesējošos jautājumus, salīdzini viedokļus;
- izmanto iespēju pastrādāt (kaut arī tikai vasaras mēnešos) izvēlētajā profesijā. Vēro, kādi pienākumi ir jāveic, kādi uzdevumi tev varētu nepatikt u.tml.;
- piesakies par brīvprātīgo palīgu kādas akcijas pasākumos;
- piedalies ekskursijās uz dažādiem uzņēmumiem u.c.!

Apkopo savas atbildes un „Veiksmnieka dienasgrāmatā” izveido savas karjeras vīziju!

Karjeras vīzija

Es būšu _____

Es strādāšu _____

Mani galvenie pienākumi būs _____

Mani interesējošo izglītības iestāžu saraksts:

Nozīmīgākie mācību priekšmeti, kuri man jāapgūst:

vispārizglītojošie _____

profesionālie _____

Informācijas dienu vai atvērto durvju dienu datumi izvēlētajās izglītības iestādēs ir:

Uzņemšanas un studiju nosacījumi izvēlētajās izglītības iestādēs ir:

Man sevī jāpilnveido/ jāattīsta _____

Grūtības, kas mani sagaida _____

Mans tuvākais mērķis šobrīd ir _____

bet tālākais _____

Lai šos mērķus sasniegtu, es _____

Ceļa vārdi veiksmīnīkam

Karjeras plāns bez realizācijas nav nekas vairāk kā tikai ideja. Īsteno savus sapņus un kļūsti par veiksmīnīku. Katrs no pieciem veiksmīnīka ceļa vārdiem ir nozīmīgs tevis izvēlētajā nākotnē.

1. **Esi atvērts pārmaiņām!** Apzinies, ka pasaule tev apkārt nav nemainīga. Pārmaiņas ir jāuztver kā iespējas. Vēro notiekošo un izmanto pārmaiņas savas karjeras attīstībā.
2. **Turpini mācīties!** Attīsti savas prasmes, uzkrāj jaunas zināšanas un neapstājies pie sasniegtā. Cilvēki parasti izmanto tikai nelielu daļu no tā, kas viņiem ir dots. Esi viens no tiem, kurš izmanto savus resursus.
3. **Seko savai sirdsbalsij!** Meklē veidus, kā savienot savas intereses ar darba iespējām. Turpini meklēt, līdz tu atrodi darbu, kurš tev patīk, kolēģus, kuri tevi iedvesmo.
4. **Uzturi draudzīgas attiecības!** Izmanto atbalstu, ko tev sniedz ģimene un draugi. Atrodi domubiedrus savu kolēģu vidū. Cilvēki, kuri ir tev apkārt un atbalsta tevi, ir lielisks atspajds jaunu mērķu sasniegšanai un sevis pilnveidošanai.
5. **Izvirzi prioritātes!** Visu nevarēs paspēt un izdarīt kvalitatīvi. Izvirzi galvenos mērķus. Karjeras veidošana vairāk atgādina ceļojumu, nevis traukšanos uz mērķi. Tavs karjeras izaugsmes ceļš turpināsies visa mūža garumā un tajā būs daudz pacēlumu un nogāžu, neprognozējamu likumu un garu posmu līdzenumā. Jebkura pieredze ir vērtīga un padara tevi veiksmīgāku, ja proti no tās mācīties.



Jēdzienu vārdnīca

Attieksme – skolēna izjūtas, uzskati un vērtīborientācija, kas ietekmē rīcības izvēli attiecībā uz kādu lietu, cilvēku vai notikumu.

Eksaktie mācību priekšmeti – mācību priekšmeti, kuros lieto precīzus aprēķinus, secinājumus un loģiku, piemēram, matemātika, fizika, ķīmija, loģika, programmēšana u.c.

Ergonomika – mācība par cilvēkam drošas un ērtas darba vides izveidošanu. Tā pēta faktorus, kas ietekmē cilvēka darba ražīgumu un noskaidro, kādi nelabvēlīgi darba vides apstākļi var ietekmēt veselību.

Faķirs – cirka mākslinieks; artists, kas demonstrē ķermeņa nejutīgumu pret sāpēm.

Homeopātija – medicīnas nozare, kas ārstēšanā izmanto dabiskas vielas un rūpējas par organisma aizsargspēju paaugstināšanu, kā arī par attīrīšanu no ķīmiskiem piesārņojumiem. Homeopātiskie preparāti tiek gatavoti daudzkārt atšķaidot kādu dabiskas (augu, dzīvnieku vai minerālu) izcelsmes vielu.

Humanitārie mācību priekšmeti – mācību priekšmeti, kuros aplūko cilvēces rašanos un attīstību, piemēram, literatūra, vēsture, senās un modernās valodas, filozofija, reliģija, mākslas u.c.

Iemaņas – labi apgūtas darbības, kas atkārtojot tās neskaitāmas reizes, kļuvušas automātiskas un precīzas.

Izpratne – prāta darbības augstākā pakāpe, kas izpaužas izziņas procesā uz lietu būtības izzināšanu virzītā analītiskā domāšanā, neskaidrību vai pretrunīguma apzināšanā un dziļākā izpētē, kopsakarību atrašanā.

Karjera – vārdam „karjera” ir vairāki skaidrojumi. Sākotnēji karjeru skaidroja kā sekmīgu darbošanos kādā jomā, galvenokārt tādā, kur ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, bet mūsdienās karjera netiek asociēta ar darbošanos vienā noteiktā jomā, bet gan ar profesionālu attīstību, likumsakarīgu personības virzību un nodarbošanās secīgu maiņu visas darba dzīves garumā. Karjera attiecas gan uz darba dzīves aspektiem, gan arī ietver sevī citas dzīves lomas – brīvā laika aktivitātes, studijas un ģimenes dzīvi.

Horizontālā karjera – process, kurā cilvēks profesionāli paaugstina savu kvalifikāciju, kā arī ceļ un nostiprina savu vērtību darba tirgū.

Vertikālā karjera – saistīta ar cilvēka virzību pa karjeras hierarhijas kāpnēm, līdz ar to nodrošinot augstāku kvalitāti un uzņemoties lielāku atbildību.

Kompetence – nepieciešamās zināšanas, profesionālā pieredze, izpratne kādā noteiktā jomā, jautājumā un prasme zināšanas un pieredzi izmantot konkrētā darbībā.

Komunikatīvās prasmes – prasmes izmantot valodu un citus saziņas līdzekļus savstarpējai informācijas apmaiņai, kas balstītas uz līdztiesīgām savstarpējām attiecībām saskarsmē.

Mūžizglītība – cilvēka mūža garumā ilgstošs izglītības ieguves process un rezultāts.

Prasmes – attiecas uz apgūtām stratēģijām un pieejām, kā arī spējām, ko cilvēks var lietot, virzoties uz priekšu mācību programmas vai kādas darbības apgūvē un izpildē.

Raksturs – cilvēka psihisko īpašību kopums, kas piešķir personisku savdabību un kas atklājas viņa rīcībā.

Spējas – īpašība, kas dod iespēju kaut ko sekmīgi darīt, veikt ko, uztvert, reaģēt uz ko un kas nodrošina šādai norisei nepieciešamos nosacījumus. Tās ir individuāli psiholoģiskas īpatnības, kas nosaka panākumus kādas darbības izpildē.

Sadarbības prasmes – prasmes kopīgi darboties, savstarpēji saskaņot darbību, vajadzības gadījumā cits citam palīdzot, cits citu atbalstot.

Sapratne – prāta darbības pirmā pakāpe, kas izpaužas izziņas procesā kā analītiska domāšana, nodalot esamības priekšmetus, parādības, procesus citu no cita pēc to līdzības un atšķirībām, veidojot attiecīgus nojēgumus, secinājumus, spriedumus.

Saskarsmes prasmes – prasmes cilvēkdarbības procesos cilvēku un to grupu mijiedarbībā, informācijas apmaiņā (saziņā) u.tml. balstīt garīgo saskari uz savstarpējām cieņpilnām attiecībām.

Talants – augsta spēju attīstības pakāpe vai īpaša apdāvinātība, kas ļauj cilvēkam veikt tādas darbības, kuras dod ieguldījumu kultūrā vai zinātnē un par kurām viņu apbrīno laikabiedri un turpmākās paaudzes.

Vērtības – lietas, fakti, parādības, paradumi un principi, ko cilvēks savā apziņā uztver kā sev vai citai personai būtiski nozīmīgus, vēlamus konkrētos apstākļos, konkrētā sabiedrībā, kas sekmē viņa personības veidošanos.

Zināšanas – attiecas uz apgūtu informāciju un pieredzi, ko cilvēks var lietot, virzoties uz priekšu mācību programmas vai kādas darbības apgūvē un izpildē.

Ieteicamā literatūra un avoti

1. **GradIreland.** AGCSI, Ireland, 2005. ISBN 1-84318-2831.
2. <http://cfcc.edu/cts/career.htm/>
3. <http://informatika.liis.lv/getfile.aspx?sid=1949>
4. <http://isec.gov.lv/pedagogiem/standarti/>
5. **Karjeras izglītība profesionālās vidējās izglītības iestādēs:** Darba burtnīca. PIAA, KIPNIS, 2006. ISBN 9984-9906-7-2.
6. **Psiholoģijas vārdnīca.** G.Breslava red. Rīga: Mācību grāmata, 1999. ISBN 9984-18-242-8.
7. **Steigens, A. Nākotne sākas šodien.** Rīga: Nordik, 1999.
8. www.aic.lv
9. www.aiknc.lv
10. www.bls.gov/k12.htm
11. www.bvk.lv
12. www.bzb.lv
13. www.canadacareerweek.com
14. www.daugr.edu.lv
15. www.eurydice.org
16. www.europa.eu.int/ploteus
17. www.isec.gov.lv
18. www.izaugsme.lv
19. www.izm.gov.lv;
20. www.izmpia.gov.lv
21. www.izmpic.gov.lv
22. www.jaunsardze.gov.lv
23. www.jobsect.ca
24. www.karjera.lu.lv/12/
25. www.karjerascentrs.lv
26. www.lnbrc.lv
27. www.lu.lv
28. www.lza.lv
29. www.myfuture.edu.au
30. www.naa.mil.lv
31. www.niid.lv
32. www.nva.lv
33. www.optometrija.lv
34. www.rsu.lv
35. www.rtu.lv
36. www.viaa.gov.lv/Euroguidance/kipnis/
37. www.viaa.gov.lv/leonardo
38. www.vp.gov.lv
39. www.vplt.lv

