

Karjera zglītība

10.–12. klasei

s k o l o t ā j a
rokasgrāmata

Brošūra izstrādāta un 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

Metodiskā materiāla saturu sagatavoja:

Solvita Alksne (Ropažu vidusskola),
Aelita Antonova (Liepājas pilsētas Izglītības pārvalde),
Dace Druveniece (Jēkabpils Valsts ģimnāzija),
Baiba Gabranova (Zasas vidusskola),
Nadežda Getikova (Auces vidusskola),
Inta Gribule (Krāslavas rajona Izglītības pārvalde)
Vēsma Johansone (Jaunpiebalgas vidusskola),
Svetlana Jonāse (Stalbes vidusskola),
Larisa Osipova (Daugavpils Krievu vidusskola – licejs),
Inguna Raituma (Talsu Valsts ģimnāzija),
Astrīda Štāla (Bauskas rajona Izglītības pārvalde),
Vaira Vilde (Gulbenes vidusskola),
Iveta Zvaigzne (Gulbenes vidusskola).

Atbildīgā par izdevumu: Brigita Miķelsone

Redaktore, korektore: Daina Sedleniece

Māksliniece: Līga Delvera

Maketētāja: Tatjana Makarova

Dizains, makets: aģentūra „DUE”

Iespiests tipogrāfijā "Citrons"

ISBN 9984-9906-5-6

© Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006

Saturs

IEVADS	4
NODARBĪBU TEMATISKAIS PLĀNOJUMS	7
1. KARJERA	13
1.1. Karjeras loma cilvēka dzīvē	14
1.2. Karjeras loma cilvēka pašattīstības procesā	20
1.3. Karjeras vīzija	23
2. SEVIS IZZINĀŠANA	29
2.1. Motivācija	30
2.2. Vērtības	46
2.3. Darbs un izglītība kā vērtības	52
2.4. Intereses	60
2.5. Intereses un vērtības	64
3. IZGLĪTĪBA	69
3.1. Izglītības sistēma Latvijā	70
3.2. Izglītības iespējas ārzemēs	86
4. DARBS	95
4.1. Darbs. Mainīga vai stabila vērtība?	96
4.2. Pieredze	100
4.3. Profesiju daudzveidība	104
4.4. Dotumi un profesijas	114
5. PERSONĪBAS IEKĻAUŠANĀS DARBA TIRGŪ	133
5.1. Darba tiesiskās attiecības	134
5.2. Dzīves apraksts – Curriculum Vitae – CV	141
5.3. Motivācijas/pieteikuma vēstule	155
5.4. Darba intervija	160
6. LĒMUMI	169
6.1. Personības iniciatīva un atbildība	170
6.2. Lēmuma pieņemšana	177
ĀRPUSSTUNDU DARBS	193
Karjeras izglītības pasākumu plānošana skolā	194
Klases vecāku sapulce "Karjeras izvēle"	196
Karjeras konsultācijas/intervijas lapa	200
Firmas apmeklējums vai Ēnu diena	205
IZMANTOTIE UN IETEICAMIE INFORMĀCIJAS AVOTI	209
PIELIKUMI	212
Terminu vārdnīca	213
Karjeras izglītībā izmantojamās metodes	219
Informācijas avoti skolēniem	224

Ievads

Pēdējos gados Latvijā, Eiropā un pasaulē vērojamas būtiskas izmaiņas tautsaimniecības nozaru attīstībā un darba tirgū. Mūsdienu jauno tehnoloģiju ieviešanas rezultātā mainās arī profesijas, daļa profesiju strauji izzūd un to vietā rodas jaunas, kas rada nepieciešamību strādājošajiem pārkvalificēties; daudzās profesijās strādājošajiem mūsdienīgas tehnoloģijas un pieaugošās darba devēju prasības liek nepārtraukti apgūt jaunas darba iemaņas. Globalizācijas procesi izmaina darba tirgus apmērus, pārkāpjot nacionālo valstu robežas. Pārmaiņas skārušas arī Latvijas izglītības sistēmu. Attīstījusies maksas izglītība, aktivizējusies pieaugušo izglītība, taču nav veikta mērķtiecīga izglītības (augstākās un profesionālās) studiju programmu sadalījuma pa nozarēm proporcijas struktūras izvēle un atbilstoša resursu sadale.

Skolēniem, apgūstot karjeras izglītības kursu, jādod iespēja izprast tautsaimniecības un darba tirgus straujos attīstības tempus, vietu un lomu mūsdienu sabiedrībā, novērtēt daudzveidīgu faktoru un apstākļu lomu personiskās karjeras plānošanā un veidošanā. Karjeras izglītība ir vērsta uz personības izaugsmi, kas to atšķir no tik ierastās profesionālās orientācijas, kuras pamatuzdevums ir galvenokārt aizpildīt vakantās darbavietas.

Mēdz būt vairāk vai mazāk pievilcīgas darbavietas. Izglītības iespējas šobrīd ir pietiekami plašas, un jauniešiem ir svarīgi iegūt informāciju vai vismaz – neapjukt informācijas gūzmā. Karjeras izglītības uzdevums ir dot skaidrojumu skolēnam arī par ilgtermiņa prasmēm, kompetencēm, vajadzībām un izvēlēm.

Metodiskais materiāls "Karjeras izglītība 10.-12. klasei" veidots kā mācību līdzekļu komplekts vidējās izglītības iestādēm, lai mācītu un palīdzētu izglītojamajiem apgūt un attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā un karjeras vadīšanā un sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un attīstīšanu visa mūža garumā.

Metodiskajā materiālā ietverti divi materiāli:

- Skolotāja grāmata
- Darba lapas

Metodiskais materiāls paredzēts 36 stundu programmai, kas realizējams klašu audzinātāju stundās, ārpusstundu nodarbībās, projektu nedēļās, kā arī atsevišķas nodarbības integrējamās dažādu mācību priekšmetu stundās, veidojot veiksmīgu starppriekšmetu saikni. Metodiskais materiāls ietver arī idejas darbam ar vecākiem.

KARJERAS IZGLĪTĪBAS 10.-12. KLASEI MĀCĪBU MĒRĶI

1. Attīstīt analītiskās un sintezējošās darbības prasmes savas karjeras plānošanai, apzinot/respektējot savas personības spējas, talantus, intereses, vajadzības un iespējas.
2. Sniegt zināšanas un veidot izpratni par izglītības sistēmu Latvijā, izglītības piedāvātajām iespējām un nosacījumiem, motivējot sevi mūžizglītbai.
3. Veidot izpratni un sniegt zināšanas par nemitīgi mainīgo darba pasauli pasaules globalizācijas apstākļos un informācijas tehnoloģiju attīstības laikmetā.
4. Padziļināt zināšanas un prasmes sevis raksturošanā, lai veicinātu personības veiksmīgu iekļaušanos izglītības un darba tirgū.
5. Radīt motivāciju profesionālās karjeras izvēlei un veicināt izglītojamā konkurētspēju tālākas profesionālās izglītības apgūvē.
6. Veidot motivāciju savu spēju attīstībai, lai kļūtu par pilntiesīgu informācijas sabiedrības locekli.

Mācību saturu veido šādi tematiskie loki:

- Karjera
 - Sevis izzināšana
 - Darbs
 - Izglītība
 - Personības iekļaušanās darba un izglītības tirgū
 - Lēmumi un rīcība

MĀCĪBU FORMAS UN TEHNOLOĢIJAS

Metodiskais materiāls realizējams klašu audzinātāju stundās, veidojot starppriekšmetu saikni ar atbilstīgu tēmu apguvi dažādos mācību priekšmetos, organizējot ārpusstundu pasākumus, plānojot un organizējot projektu nedēļas skolās. Karjeras izglītības tēmu kvalitatīvai apguvei ieteicams izmantot metodiskā materiāla "Karjeras izglītība 10.-12. klasei" komplektu, kā arī informācijas komunikācijas tehnoloģijas un dažādus atbilstīgus informācijas avotus internetā. Tāpēc, plānojot un organizējot nodarbības, ir svarīgi iespēju robežās nodrošināt tehnoloģiju pieejamību.

PRASĪBAS KARJERAS IZGLĪTĪBAS APGUVĒI 10.-12.KLASĒ

Karjera

Jāizprot	secīgas karjeras izveides programmas (plāna) pamatdaļas un principi.
Jāprot	apzināties karjeras izvēles iespējas un veidošanas virzienus; darboties komandā; kritiski atšķirt objektīvus faktus no pārspilējumiem un nepamatotiem priekšstatiem karjeras izglītības jautājumos.
Jābūt priekšstatam par	karjeras plānošanu un tās nepieciešamību.

Sevis izzināšana

Jāizprot	savas izaugsmes un attīstības ietekmes; pozitīvas attieksmes pret darbu un mācīšanos nepieciešamība; personīgās darbības motivācija, savu vērtību skala, vajadzības un intereses.
Jāprot	kritiski domāt, analizēt un vērtēt savas domas un rīcību; atrast, izvērtēt un izmantot informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām; izvērtēt intereses un izskaidrot to ietekmi veiksmīgas karjeras veidošanā.
Jābūt priekšstatam par	daudzveidīgām izvērtēšanas metodēm.

Izglītība

- Jāizprot Latvijas izglītības sistēma un tālākas izglītības iespējas; mūžizglītības nozīme savas karjeras veidošanas procesā.
- Jāprot atrast, skaidrot un novērtēt daudzveidīgu informāciju par izglītības iespējām, saistot ar karjeras izvēli un veidošanu.
- Jābūt priekšstatam par izglītības iegūšanas iespējām un nosacījumiem ārzemēs.

Darbs

- Jāizprot darbs kā pozitīva vērtība saistībā ar savas karjeras veidošanu; personiskās pieredzes nozīme darba karjeras veidošanā.
- Jāprot izvērtēt mainīgās darba pasaules nosacījumus esošo prasmju atjaunošanai, pilnveidei un jaunu prasmju apguvei visas dzīves garumā; vērtēt veiksmīgas karjeras nosacījumus; vērtēt profesijas saistībā ar savām spējām, interesēm, vajadzībām.
- Jābūt priekšstatam par izmaiņu procesiem darba pasaulē; profesiju daudzveidību.

Personības iekļaušanās darba tirgū

- Jāizprot savas personības zināšanu, prasmju, spēju, talantu un interešu nozīmīgums, piesakoties darba tirgū.
- Jāprot uzrakstīt personīgo CV, motivācijas/pieteikuma vēstuli atbilstoši mērķim; sniegt darba interviju; meklēt un atrast darba iespējas un piedāvāt sevi atbilstoši darba tirgus prasībām.
- Jābūt priekšstatam par darba tiesiskajām attiecībām likumdošanas normatīvajos aktos un to ietekmi un nozīmi karjeras veidošanā.

Lēmumi

- Jāizprot personības iniciatīvas un atbildības nozīme karjeras izvēlē; lēmumu pieņemšanas nozīme karjeras izvēlē.
- Jāprot uzņemt atbildību un pieņemt lēmumus karjeras izvēlē; analizēt savas izaugsmes un pārmaiņas rezultātus dzīves laikā; izdarīt korekcijas savā karjeras plānā.
- Jābūt priekšstatam par izmaiņām, neparedzētiem apstākļiem un riska faktoriem, kas ietekmē karjeras izvēli.

Metodiskais materiāls "Karjeras izglītība 10.–12. klasei" veicinās mērķtiecīgas darbības katras personības kompetenču pilnveidei un izaugsmei mūža garumā. Tādējādi motivējot mūžizglītībai, kas ir izglītības process cilvēka dzīves garumā un ir balstīts uz mainīgām vajadzībām iegūt zināšanas, prasmes, pieredzi. Tā paver iespējas sabiedrības locekļiem izglītoties visas dzīves garumā, paaugstinot vai mainot savu kvalifikāciju atbilstoši darba tirgus prasībām, savām interesēm un vajadzībām. Mūžizglītība apvieno neformālo mācīšanos ar formālo izglītību, attīsta iedzimtās spējas līdztekus jaunām kompetencēm.

Veiksmīgu sevis izzināšanas un karjeras plānošanas darbu!

Metodiskā materiāla veidotāji

Nodarbību tematiskais plānojums 10.-12. klasei

N.p.k.	Nodarbības tēma	Iet. st. sk.	No- darb. laiks	Apgūstamie jēdzieni	Mērķi	Uzdevumi	Apgūstamās prasmes un iemaņas	Metodes	Resursi	Starb- priekš- metu saikne
1. Karjera										
1.1.	Karjeras loma cilvēka dzīvē	1		Karjera Horizontālā karjera Vertikālā karjera	Mācīties apzināties un uzņemties atbildību par savas dzīves un darba veidošanas procesu	1. Veidot izpratni par jēdzienu "karjera" 2. Rosināt domāt par karjeras izvēles iespējām un karjeras veidošanas nozīmību	Prot apzināties karjeras izvēles iespējas un veidošanas virzienus	Prāta vētra. Grupu darbs. Tests. Diskusija	Līmlapīņas, A4 lapas, darba lapa Nr. 1 "Karjeras loma tavā dzīvē", darba lapa Nr. 2 "Karjera un dzīve"	
1.2.	Karjeras loma cilvēka pašattīstības procesā	1		Portflio karjeras izglītībā	Iepazīstināt skolēnus ar karjeras plānošanu un radīt pārīecību par plānošanas veidiem nepieciešamību cilvēka dzīvē	1. Veidot izpratni par karjeras plānošanas nepieciešamību, iespējām un plānošanas veidiem 2. Uzskāt personīgā portfolio izveidi turpmākai karjeras plānošanai	1. Prot darboties komandā 2. Izprot secīgas karjeras izveides programmas (plāna) pamatdaļas un principus	Grupu darbs. Spēle. Diskusija	Līmlapīņas, A4 lapas	
1.3.	Karjeras vizija	1		Vizija Stereotips	Rosināt skolēnus radoši iztēloties nākotnes viziju	1. Rosināt veidot savu nākotnes viziju 2. Mazināt stereotipus domāšanā karjeras izvēles jautājumos	Prot kritiski atšķirt objektīvus faktus no pārspījumiem un nepamatotiem priekšstatiem karjeras izglītības jautājumos	Saruna. Dubultā dienasgrāmata. Prāta vētra	Darba lapa Nr. 3 "Jauniešu saruna", darba lapa Nr. 4 "Karjeras vizija"	
2. Sevis izzināšana										
2.1.	Motivācija	1-2		Motivācija	Rosināt motivēt sevis izzināšanai un personīgās darbības izvērtēšanai	1. Veidot izpratni par jēdzienu "motivācijas" 2. Apzināties iekšējos un ārējos faktorus, kas ietekmē attieksmi, uzvedību, izvēli un motivē veiksmīgai karjeras plānošanai	Izprot un apzinās savas izaugsmes un attīstības ietekmes	Saruna. Individuālais darbs. Diskusija. Anketēšana	Darba lapa Nr. 5 "Motivācija", darba lapa Nr. 6 "Mācīšanās motivācija"	
2.2.	Vērtības	1-2		Vērtības	Attīstīt prasmes apzināties dzīves pamatvērtības	1. Veidot izpratni par jēdzienu "vērtības" 2. Veidot un analizēt personības vērtību skalu	1. Saprot pozitīvās sevis apzināšanās ietekmi 2. Spēj noteikt savas attīstības vajadzības un iespējas	Saruna. Pāru darbs. Diskusija- Spēle	Darba lapa Nr. 7 "Vērtības", darba lapa Nr. 8 "Vērtību spēle"	

2.3.	Darbs un izglītība kā vērtības	1	SVID analīze	Attīstīt prasmes apzināties izglītības un darba vērtību	1. Analizēt izglītības un darba vērtības, izmantojot dažādas izvērtēšanas metodes 2. Mācīt prasmi izvēlēties mācību un nodarbinātības iespēju	1. Spēj domāt kritiski, analizēt un vērtēt savas domas un rīcību; pielieto kritisko domāšanu lēmumu pieņemšanā 2. Spēj atrast, izvērtēt un izmantot informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām; saprot pozitīvas attieksmes pret darbu un mācīšanos nepieciešamību 3. Prot plānot rīcības soļus un ievēro tos, lai pieņemtu efektīvus lēmumus par mācību un darba izpildījuma/snieguma mērķiem un tos sasniegt	Diskusija. Individuālais darbs. Tests. SVID analīze	Darba lapa Nr. 9 "Darbs un izglītība kā vērtības"
2.4.	Intereses	2	Identitāte. Intereses	Rosināt saskatīt un aktualizēt karjeras izvēlē nozīmīgās intereses	1. Izpratnes par jēdzienu "identitāte" un "intereses" veidošana 2. Izvērtēt personīgās intereses un izskaidrot, kā tās ietekmē karjeras izvēles iespējas	1. Spēj izvērtēt intereses un izskaidrot to ietekmi veiksmīgas karjeras veidošanā 2. Prot analizēt izglītības un darba vajadzības saistībā ar interesēm un vērtībām	Diskusija. Prāta vētra. Domu karte. Brīvais raksts	Darba lapa Nr. 10 "Manas dzīves un laika karte"
2.5.	Intereses un vērtības	2		Rosināt saskatīt un aktualizēt personības attīstībā un karjeras izvēlē nozīmīgās intereses	Vērtēt personīgās intereses un skaidrot, kā tās ietekmē karjeras izvēles iespējas	1. Spēj vērtēt intereses un izskaidrot to ietekmi veiksmīgas karjeras veidošanā 2. Spēj analizēt intereses, kas būs saistītas ar vērtībām karjeras veidošanā	Anālīze. Pārrunas	Darba lapa Nr. 11 "Man svarīgās vērtības"

3. Izglītība

3.1.	Izglītības sistēma Latvijā.	3	Izglītība, izglītības sistēma, izglītības pakāpe. Izglītības veids. Studiju veidi. Licencēta, akreditēta izglītības programma. Akadēmiskā izglītība, profesionālā augstākā izglītība, profesionālā kvalifikācija, profesionālā vidējā izglītība. Bakalaura, maģistra un doktora grādi. Studiju kreditēšana	Mācīt zināt un izprast Latvijas izglītības sistēmu un apzināt tālākas izglītības iespējas	1. Attīstīt prasmes meklēt, iegūt, novērtēt un izmantot informāciju savas karjeras veidošanas procesā 2. Saistīt mūžizglītību ar savas karjeras veidošanu	1. Prot atrast, skaidrot un novērtēt daudzveidīgu informāciju par izglītības iespējām 2. Prot saistīt mūžizglītību ar savas karjeras veidošanu	Stāstījums. Individuālais darbs. Grupu darbs	Dators ar interneta pieslēgumu, multimediju projektoru, darba lapa Nr. 12 "Izglītības sistēma Latvijā", darba lapa Nr. 13 "Izglītības iestāde, iegūstamā profesionālās izglītības kvalifikācija", darba lapa Nr. 14 "Kas man jāzina par mācību iestādi?" un darba lapa Nr. 15 "Izglītības iespējas Latvijā". A1 formāta lapas
------	-----------------------------	---	--	---	--	---	--	---

3.2.	Izglītības iespējas ārzemēs	2-3	Diploma atzišana. Stipendiju fondi	Radīt priekšstatu par izglītības iespējām ārzemēs	Attīstīt prasmes atrast un kritiski novērtēt informāciju par izglītības iespējām ārzemēs saistībā ar savas karjeras veidošanu	Prot atrast, skaidrot un novērtēt informāciju par izglītības iespējām ārzemēs, saistot ar savas karjeras veidošanu	Diskusija. Darbs grupās. Individuālais darbs. Darbs ar informācijas avotiem. IKT prezentācija. Intervija. Esēja	Dators ar interneta pieslēgumu. Pasaules karte, darba lapa Nr. 16 "Izglītības iespējas ārzemēs", darba lapa Nr. 17 "Kur es vēlos studēt?", darba lapa Nr. 18 "Uzraksti eseju"	
------	-----------------------------	-----	------------------------------------	---	---	--	---	---	--

4. Darbs

4.1.	Darbs. Mainīga vai stabila vērtība?	2	Darbs. Profesija	Veidot izpratni par darba pasaules mainīgumu un daudzveidīgumu.	1. Veidot pārlicību par darbu kā pozitīvu vērtību 2. Veidot zināšanas un prasmes par izmaiņu procesiem darba pasaulē	1. Prot demonstrēt zināšanas un prasmes par izmaiņu procesiem darba pasaulē 2. Apzinās darbu kā pozitīvu vērtību saistībā ar savas karjeras veidošanu 3. Prot izvērtēt mainīgās darba pasaules nosacījumus esošo prasmi atjaunošanai un jaunu prasmi apguvei visas dzīves garumā	Diskusija. Grupu darbs	Darba lapa Nr. 19 "Darbs. Stabila vai mainīga vērtība?"	Ekon. geo-grāfija
4.2.	Pieredze	2	Pieredze	Rosināt apzināties personīgās pieredzes nozīmību karjeras veidošanā	1. Veidot vidokli un pārlicību par veiksmīgiem priekšnosacījumiem darba karjerai 2. Rosināt izvērtēt personīgo pieredzi saistībā ar darba karjeru	1. Prot vērtēt veiksmīgas darba karjeras nosacījumus 2. Apzinās personīgās pieredzes nozīmi darba karjeras veidošanā	Individuālais darbs. Diskusija	Darba lapa Nr. 20 "Darbs un pieredze"	
4.3.	Profesiju daudzveidība	2		Veicināt izpratni par dažādām profesijām	1. Veidot zināšanas un prasmes par daudzveidīgo darba pasauli 2. Rosināt interesi par spējām, vajadzībām un interesēm atbilstošiem darba veidiem	Pārzina un prot izvērtēt profesijas, saistot tās ar savām spējām un interesēm, un prot pielietot tās, pieņemot lēmumu	Diskusija. Individuālais darbs	Darba lapa Nr. 21 "Kāda veida nodarbes tev patīk?" darba lapa Nr. 22 "Darba veidi"	
4.4.	Dotumi un profesijas	2	Dotumi	Apzināties un uzņemties savas dzīves/darba veidošanas procesu. Vadīt savas karjeras veidošanas procesu. Attīstīt spējas meklēt, iegūt un saglabāt darbu	Pilnveidot prasmi apzināties dotumus un iemaņas, kas nepieciešami dažādos darbības veidos	Prot izvērtēt dotumus un iemaņas saistībā ar profesijas izvēli un savas dzīves/karjeras veidošanu	Diskusija. Individuālais darbs	Darba lapa Nr. 23 "Dotumu veidi un raksturojums", darba lapa Nr. 24 "Profesionālo pienākumu veikšanai būtiskākie dotumi", darba lapa Nr. 25 "Profesijas dažādos darba veidos"	

5. Personības iekļaušanās darba tirgū

5.1.	Darba tiesiskās attiecības	1-2	Tiesības. Darba aizsardzība. Darba attiecības. Darba līgums	Veidot izpratni par darba tiesiskajām attiecībām	1. Padziļināt zināšanas par likumdošanu, kas saistās ar darba tiesiskajām attiecībām 2. Pilnveidot prasmes atrast, skaidrot, novērtēt informāciju par darba tiesiskajām attiecībām likumdošanas normatīvajos aktos un izmantot lēmumu pieņemšanā	Prot atrast, skaidrot, novērtēt informāciju par darba tiesiskajām attiecībām likumdošanas normatīvajos aktos un izmantot lēmumu pieņemšanā	Saruna. Individuālais darbs	Darba lapa Nr. 26 "Darba tiesiskās attiecības", darba lapa Nr. 27 "Algotā darba pieredze", attiecīgie likumdošanas akti — Darba likums, — interneta lapas www.likumumi.lv, www.lm.gov.lv	Politika. Sociālās zinības. Komerccinības (mē- nedz- ments)
5.2.	Dzīves apraksts — Curriculum Vitae — CV	2	CV	1. Padziļināt skolēna zināšanas un prasmes meklēt darbu un iekļauties darba tirgū 2. Veidot prasmes raksturot savas personības zināšanas un prasmes, spējas, talantus, intereses	1. Apgūt CV rakstīšanas principus 2. Uzrakstīt personīgo CV atbilstoši mērķim	Pārzina un demonstrē prasmes meklēt darbu — uzrakstīt personīgo CV atbilstoši mērķim	Diskusija. Individuālais darbs	Darba lapa Nr. 28 "CV"	Latviešu valoda
5.3.	Motivācijas/ pieteikuma vēstule	1	Motivācija. Motivācijas/ pieteikuma vēstule	1. Padziļināt skolēna zināšanas un prasmes meklēt darbu un iekļauties darba tirgū. 2. Veidot prasmes pasniegt sevi darba tirgū	1. Apgūt motivācijas vēstules rakstīšanas principus 2. Apgūt zināšanas un prasmes uzrakstīt motivācijas vēstuli atbilstoši darba piedāvājumam	Demonstrē prasmes meklēt darbu, uzrakstīt motivācijas/ pieteikuma vēstuli atbilstoši mērķim	Diskusija. Individuālais darbs	Darba lapa Nr. 29 "Motivācijas/pieteikuma vēstule"	Latviešu valoda. Psiholoģija
5.4.	Darba intervija	2-3	Intervija	1. Padziļināt skolēna zināšanas un prasmes meklēt darbu un iekļauties darba tirgū 2. Veidot prasmes raksturot savas personības zināšanas un prasmes darba intervijā	1. Apgūt zināšanas par darba interviju un tās organizēšanas pamatprincipiem 2. Spēt atklāt savas zināšanas, spējas, intereses un motivāciju darba intervijā	Prot veikt darba interviju, meklēt un atrast darba iespējas un parādīt sevi atbilstoši dažādu darbavietu piedāvājumiem	Diskusija. Lomu spēle. Prāta vētra. Insert metode	Darba lapa Nr. 30 "Darba intervija"	Latviešu valoda. Komerccinības (lietišķā etiķete)

6. Lēmuma pieņemšana

6.1	Personības iniciatīva un atbildība	2	Atbildība. Iniciatīva. Kompromiss	Padziļināt un nostiprināt zināšanas un prasmes par personīgās iniciatīvas un atbildības nozīmīgumu karjeras veidošanā	1. Veidot prasmes uzņemties atbildību un pieņemt lēmumus karjeras/dzīves veidošanā	1. Prot noteikt un pieņemt izmaiņas, kas ietekmē karjeras izvēli 2. Spēj izprast neparedzētus apstākļus un riska faktorus un izdarīt korekcijas savā karjeras plānā 3. Prot uzņemties atbildību un pieņemt lēmumus karjeras izvēlē	Individuālais darbs. Grupu darbs. Diskusija. Brīvais raksts	Darba lapa Nr. 31 "Pasīvs un aktīvs cilvēks", darba lapa Nr. 32 "Es kā aktīvs un pasīvs", darba lapa Nr. 33 "Risks", baltas A4 formāta lapas	Ētika. Komerccilvēka zīmības (me-nedz-ments)
6.2	Lēmuma pieņemšana	3-5	Alternatīva. Lēmumi. Karjeras izvēles modelis	Padziļināt un nostiprināt zināšanas un prasmes lēmumu pieņemšanā un karjeras plānošanā	1. Padziļināt zināšanas par lēmumu pieņemšanas procesa stadijām un karjeras izvēles modeli 2. Analizēt savas izaugsmes un pārmaiņas rezultātus dzīves laikā. Iai noteiktu, kādas jomas būtu jāattīsta turpmāk 3. Nostiprināt prasmes pieņemt lēmumu karjeras izvēlē 4. Plānot rīcības soļus un ievērot tos, lai pieņemtu efektīvus lēmumus par mācību un darba mērķiem un tos sasniegtu.	1. Prot analizēt savas izaugsmes un pārmaiņas rezultātus dzīves laikā. Iai noteiktu, kādas jomas būtu jāattīsta turpmāk 2. Izprot, apzinās un ievēro lēmumu pieņemšanas nozīmi karjeras izvēlē 3. Prot pieņemt lēmumus	Pāsanalīze. Darbs grupās. Pārrunas. Analīze	Rakstāmpiederumi. Darba lapa Nr. 34 "Ikdienas un svarīgi lēmumi", darba lapa Nr. 35 "Mācīties vai strādāt?", darba lapa Nr. 36 "Karjeras izvēles modelis", darba lapa Nr. 37 "Manas karjeras izvēles"	



1. Karjera



1.1. Karjeras loma cilvēka dzīvē

Mērķi

Mācīties apzināties un uzņemties atbildību par savas dzīves un darba veidošanas procesu.

Uzdevumi

1. Veidot izpratni par jēdzienu "karjera".
2. Rosināt domāt par karjeras izvēles iespējām un karjeras veidošanas nozīmību.

Apgūstamās prasmes

Prot apzināties karjeras izvēles iespējas un veidošanas virzienus.

Jēdzieni

Karjera, horizontālā karjera, vertikālā karjera.

Resursi

Līmlapiņas, A4 lapas, darba lapa Nr. 1 "Karjeras loma tavā dzīvē", darba lapa Nr. 2 "Karjera un dzīve".

Metodes

Prāta vētra. Grupu darbs. Tests. Diskusija.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Prāta vētra – jēdziena "karjera" definēšana.

Skolotājs ir izlicis uz skolēnu soliem dažādu krāsu līmlapiņas (katram skolēnam vienu, krāsu dažādība atbilst vēlamajam skolēnu grupu skaitam klasē). Uz lapiņām skolēni raksta atbildes uz jautājumu "Kas ir karjera?".

Skolēnus sadala grupās pa 4 – 5 atbilstoši līmlapiņu krāsām. Katrs grupas dalībnieks iepazīstina ar savu karjeras definējumu. Grupa izveido vienu kopīgu formulējumu un uzraksta uz A4 lapas. Grupas prezentē veikumu, pamatojot, kāpēc izvēlējušās tieši šādu skaidrojumu.

2. aktivitāte. Karjeras izpratnes veidošana.

Skolotājs iepazīstina skolēnus ar jēdziena "karjera" skaidrojumu, aicinot salīdzināt ar skolēnu atbildēm.

Karjera – cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpaušmei mūža garumā.

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, – tādējādi nodrošinot augstāku kvalitāti un uzņemoties lielāku atbildību.

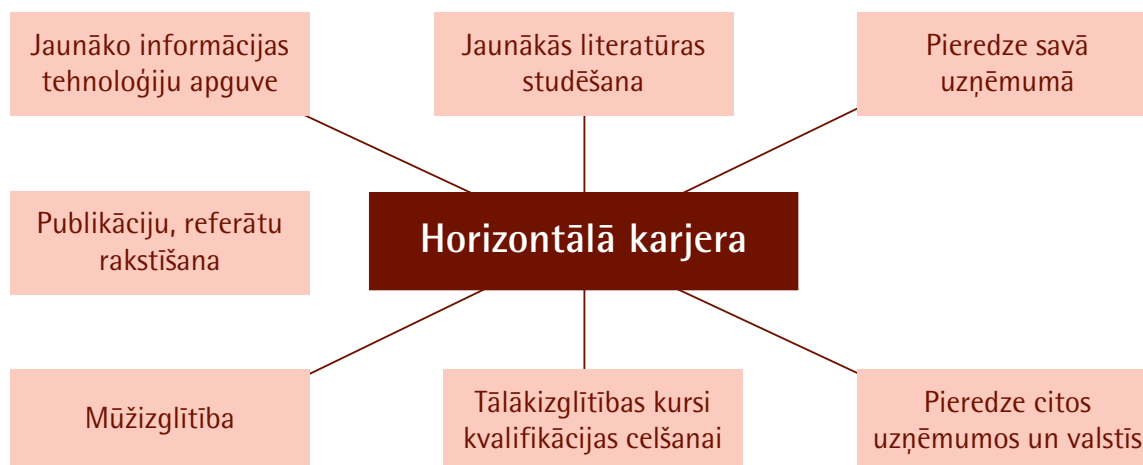


rīkojies

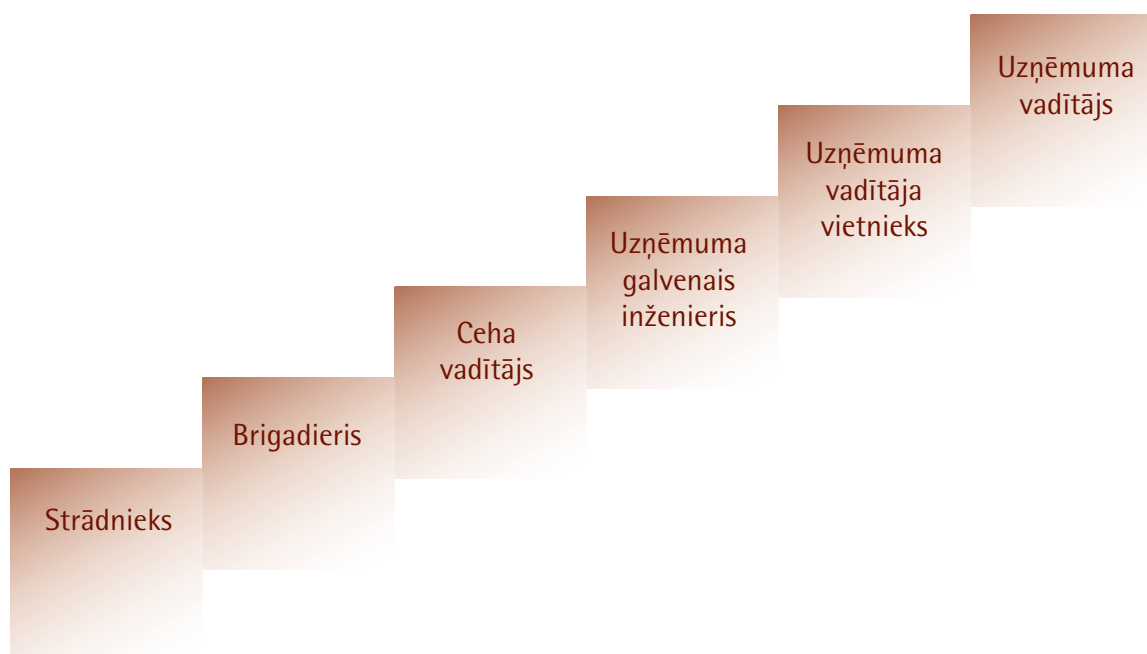


iegaumē

Horizontālo karjeru iespējams atspoguļot shēmā



Vertikālo karjeru iespējams atspoguļot shēmā



Lielākajā daļā sabiedrības šis otrais ceļš tiek uzskatīts par īsto karjeru, lai gan patiesībā par karjeru būtu uzskatāma jebkura izaugsme kādā no jomām.

Karjeras veidošana ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi un apkārtējo pasauli, analizē un izmanto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju.

Gandrīz katram dzīvē ir gadījies tā, ka ir jāatrod jauns darbs. Meklēt tādu pašu darbu, kāds bija? Vai arī, mainot darbu, mainīt arī darbības sfēru? Cilvēkam, izvēloties darbības veidu, ir jāizvēlas, vai pieņemt darba piedāvājumu, kas konkrētajā vidē ir iespējams.

Skolotājs rosina izteikt viedokli par to, kas ir jāapzinās jauniešiem, lai veiksmīgi veidotu karjeru.

idejas



sarunai

Idejas sarunai:

- Darba tirgus struktūra ir un būs mainīga – kas vakar bija pieprasīts, iespējams, šodien vairs nav aktuāls un otrādi;
- vairākums cilvēku maina darbu (dzīvesvietas maiņas, laulības, izmaiņas darba tirgū, atsākot darbu pēc bērna piedzimšanas, atvērta jauna ražotne u.c.);
- mūsdienu mainīgā darba vide nemitīgi prasa paaugstināt kvalifikācijas līmeni (tehnoloģiju izmantošana);
- priekšroka ir darbiniekiem ar papildu prasmēm (svešvalodu zināšanas, datorprasmes u.c.);
- pieaug nepieciešamība strādāt komandā;
- rodas lielāka nepieciešamība darbiniekiem pieņemt lēmumus patstāvīgi, uzņemties atbildību;
- tālākizglītības un nodarbinātības iespējas paplašinās;
- darba tirgū vieglāk iekļaujas speciālisti ar lielāku profesionālo elastību un adaptēšanās spējām.



aizpildi

3. aktivitāte. Tests "Karjeras loma tavā dzīvē".

Skolēni pilda testu darba lapā Nr. 1 "Karjeras loma tavā dzīvē". Kopīgi iepazīstas ar rezultātiem, izvērtē tos, pārrunā iegūtās atziņas par karjeras nozīmi viņu dzīvē.

padomā



ieraksti

4. aktivitāte. Karjeras plusi un mīnusi.

Skolēni patstāvīgi aizpilda darba lapu Nr. 2 "Karjera un dzīve", kurā apzina,

- ko cilvēks iegūst veiksmīgas karjeras rezultātā (paaugstinās pašvērtējums, paaugstinās atalgojums, līdz ar to dzīves līmenis, pieaug darba veiksmes, paplašinās kolēģu loks, palielinās iespējas iepazīt pasauli, braukt komandējumos, lielāka starpkultūru komunikācija u.c.) ;
- no kā cilvēkam bieži vien ir jāatsakās (ierobežots brīvais laiks, dažkārt ir grūtības apvienot ģimenes dzīvi ar karjeru, atpazīstamība sabiedrībā, noteiktām profesijām nepieciešamība mainīt dzīvesvietu, prombūtne komandējumu laikā u.c.)

Skolotājs rosina diskutēt par karjeras "+" un "-". Diskusijā akcentē domu, ka karjerai ir svarīga loma cilvēka dzīvē, tai ir gan savi plusi, gan mīnusi; svarīgi, kā cilvēks izmanto piedāvātās iespējas un kā viņš reaģē uz šķēršļiem un problēmām.

TESTS "Karjeras loma tavā dzīvē"



aizpildi

Tu jau noteikti esi domājis par savu nākotni, kurā ir jāatrod vieta gan tuviniekiem, gan draugiem, gan karjerai. Šis tests palīdzēs noteikt, cik svarīga tev ir karjera.

Izlasi tālākminētos apgalvojumus! Ja piekriti, atzīmē ar "+", ja nepiekriti – ar "-".

N. p.k.	Atziņa	Vērtējums	
		+	-
1.	Gūt panākumus darbā ir svarīgāk nekā atrast piemērotu dzīvesdraugu		
2.	Panākumi darbā ir svarīgāki nekā daudz naudas		
3.	Patiesa draudzība ir svarīgāka nekā panākumi darbā		
4.	Panākumi darbā nav tik svarīgi kā interesanta saviesīgā dzīve		
5.	Svarīgāk ir pavadīt laiku ar vecākiem un draugiem nekā pavadīt laiku darbā		
6.	Būt līderim savā grupā ir svarīgāk nekā gūt panākumus darbā		
7.	Strādāt, lai novērstu sociālo un ekonomisko nevienlīdzību, ir tikpat svarīgi, kā attīstīt savu karjeru		
8.	Brīvais laiks un savu interešu attīstīšana ir svarīgāki nekā karjeras attīstīšana		
9.	Pavadīt laiku sabiedriskās un labdarības organizācijās ir tikpat svarīgi, kā pavadīt laiku darbā		
10.	Nodošanās savam vaļaspriekam ir tikpat svarīga kā darbā pavadītais laiks		
11.	Es nekādā gadījumā neveiktu darbu, kas man liktu brīvajā laikā kaut ko mācīties un apgūt		
12.	Es neizvēlētos darbu, kura dēļ man vajadzētu mainīt dzīvesvietu		
13.	Atvēlēt laiku lasīšanai, domāšanai un svarīgu dzīves jautājumu apspriešanai ir tikpat svarīgi, kā attīstīt savu karjeru		
14.	Es neizvēlētos darbu, kur man neļautu darīt to, ko es uzskatu par pareizu		
15.	Es labprātāk izvēlētos darbu, kur man būtu daudz brīvā laika, nevis tādu darbu, kur man būtu iespēja pašam pieņemt lēmumus		
16.	Ir jomas, kas mani aizrauj, interesē vairāk nekā darbs		
17.	Es labprātāk pavadītu laiku, veselīgi atpūšoties un sportojot, nevis strādājot		
18.	Lai attīstītu savu karjeru, esmu gatavs upurēt jebko		
19.	Darbs ar lielu atalgojumu man ir svarīgāks nekā darbs, kas man ļautu palīdzēt citiem cilvēkiem		
20.	Lai gūtu panākumus darbā, esmu gatavs pārcelties uz citu valsts daļu		

Darba lapa Nr. 1

Karjeras izglītība 10.–12. klasei

Saskaiti atzīmētos "+" un "-" atbilstoši mazajā tabulā redzamajiem variantiem; par katru atbildi, kas sakrīt ar zemāk redzamās tabulas "+" vai "-", pieskaiti sev vienu punktu (piem., ja tev pirmā atbilde ir "+", tad iegūsti vienu punktu):

Jautājums	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
Atbilde	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-

12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
-	-	-	-	-	-	+	+	+

Rezultāts (iegūtie punkti)	14	13	11	9	8
Karjeras nozīmīgums tavā dzīvē	85%	70%	50%	30%	15%

* Ja tabulā tavs rezultāts nav atspoguļots (tu ieguvi mazāk par astoņiem punktiem), tad par karjeru savā dzīvē vēl neesi sācis nopietni domāt.

Augstāki rezultāti norāda uz lielāku karjeras lomu tavā dzīvē.

KARJERA UN DZĪVE

Uzraksti, ko, pēc tavām domām, iegūst cilvēks veiksmīgas karjeras rezultātā (+) un no kā cilvēkam jāatsakās karjeras dēļ (-)!

padomā
!?!
un
ieraksti



rikojies

Iesaisties diskusijā ar klases biedriem par karjeras "+" un "-" !

1.2. Karjeras loma cilvēka pašattīstības procesā

Mērķi

Iepazīstināt skolēnus ar karjeras plānošanu un radīt pārliecību par plānošanas nepieciešamību cilvēka dzīvē.

Uzdevumi

1. Veidot izpratni par karjeras plānošanas nepieciešamību, iespējām un plānošanas veidiem.
2. Uzsākt personīgā portfolio izveidi turpmākai karjeras plānošanai.

Apgūstamās prasmes

- Prot sadarboties komandā.
- Izprot secīgas karjeras izveides programmas (plāna) pamatdaļas un principus.

Jēdzieni

Karjeras portfolio.

Resursi

Līmlapiņas, A4 lapas.

Metodes

Grupu darbs, spēle, diskusija.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par karjeras plānošanas nepieciešamību.

Skolotājs rosina skolēnus iedomāties un uzrakstīt kādu dzīves/karjeras mērķi un lūdz norādīt 3-5 soļus, lai šo mērķi sasniegtu.

Idejas sarunai:

- veidojot un plānojot karjeru, cilvēkam jāattīsta talanti, jāpilnveido spējas, jāiegūst jaunas zināšanas un prasmes;
- cilvēka spējas, intereses, dotumi un daudzi citi faktori ietekmē profesijas izvēli, un profesija savukārt ietekmē cilvēka dzīves kvalitāti: liek dažādot intereses, papildus apgūt zināšanas, jaunas prasmes, vai arī pretēji – sašaurina darbības jomu līdz specializācijai kādā konkrētā nozarē. Tas, kādi esam, būtiski ietekmē to, par ko varam kļūt, un tas, par ko kļūstam, būtiski ietekmē dzīves kvalitāti, personības turpmāko attīstību.

idejas



sarunai

2. aktivitāte. Spēle "Pieci soļi".

Ikdienas pieredze rāda, ka ikviens esam gudrs, ja jāsniedz padoms otram par to, kā jārikojas dažādās dzīves situācijās, mums pietiek zināšanu arī tad, ja tās neviens nelūdz. Grūtāk veicas, ja padoms jādod sev pašam, tad bieži vien pietrūkst pārliecības par pareizo risinājumu, iespēju izvēli. Tāpēc šajā stundā kļūsim par padomdevējiem citam, kas zina, varbūt iemācīsimies kļūt par padomdevējiem sev!

Spēle visai klasei vai grupām "Pieci soļi" (aptuveni 30 minūtes)

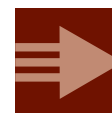
1. Skolotājs sadala klasi grupās (no 3 līdz 5 cilvēki). Grupa izvēlas (vai skolotājs pats sagatavojis uz lapiņām formulējumus) kādu no piedāvātajiem mērķiem, kas saistīts ar nākotnes karjeru:

Iestāties augstskolā _____
Uzsākt interesantu darbu
Sasniegt izcilus rezultātus kādā profesionālā jomā
Uzsākt uzņēmējdarbību
Izstrādāt biznesa plānu un iegūt kredītu
Īstenot pieredzes apmaiņas braucienu profesionālā jomā

2. Grupa vienojas par to, kādam jābūt cilvēkam, lai izvirzīto mērķi sasniegtu. Grupas sagatavo raksturojumu pēc šādiem kritērijiem: dzimums, vecums, sasniegumi mācībās, motivācija, veselība, talanti, rakstura īpašības, materiālais nodrošinājums, vecāku un paziņu sociālais statuss u.c.
3. Katrs grupas dalībnieks patstāvīgi izveido piecu soļu jeb etapu shēmu, paredzot piecas darbības, kas nodrošinātu mērķa sasniegšanu.
4. Katrs dalībnieks iepazīstina grupu ar izstrādāto piecu soļu shēmu, grupa vienojas par optimālo variantu mērķa sasniegšanai un sagatavo vizuālu prezentāciju.
5. Katra grupa iepazīstina ar savu prezentāciju.
6. Beigās iespējama diskusija un darbu izvērtējums.

Idejas sarunai:

- kas bijis kopīgs grupu piedāvājumos mērķa sasniegšanai;
- cik svarīgas ir bijušas kandidāta rakstura iezīmes;
- cik reāli īstenojami "pieci soļi" ceļā uz mērķi (atbilstība sociāli ekonomiskajai situācijai valstī u.tml.);
- kādus riskus, šķēršļus skolēni saskata;
- ko ir ieguvis mērķi sasniegušais cilvēks;
- ko ir ieguvusi sabiedrība.



rikojies

idejas



sarunai

3. aktivitāte. Portfolio veidošana.

Kā labs stimuls un nepieciešamība savas nākotnes plānošanā ir personīgā portfolio izveide.

Portfolio karjeras izglītībā – materiālu kopums, kas atspoguļo sistematizētu sevis izzināšanas, savu spēju, dotumu apzināšanas gaitu, darba un izglītības pasaules izpēti un ļauj ieraudzīt izaugsmes iespējas un dinamiku, kā arī palīdz personības veidošanas procesā.

Tajā skolēns uzkrāj visus materiālus: gan izpētes, gan informatīvos, kas saistīti ar viņa nākotnes nodomiem un karjeru.

Portfolio apkopo

- sevis izpētes materiālus, kuros atspoguļoti, analizēti personīgie talanti, spējas, intereses, dotumi, raksturs, vajadzības, vērtības u.tml.;
- izglītības iespējas;
- darba pasaules piedāvājumus;
- materiālus, kas palīdz veiksmīgāk iekļauties darba tirgū (CV, motivācijas vēstule, intervija u.tml.);
- karjeras plānošanas materiālus.

Portfolio vēlams apkopot visus mācību procesā veiktos testus, darba lapās veiktos uzdevumus, anketas, shēmas, radošus darbus, esejas un izziņas materiālus.

Skolēni kopā ar skolotāju vienojas par iespējami saskaņotu portfolio struktūru un formu.



1.3. Karjeras vīzija

Mērķi

Rosināt skolēnus radoši iztēloties nākotnes vīziju.

Uzdevumi

1. Rosināt veidot savu nākotnes vīziju.
2. Mazināt stereotipus domāšanā karjeras izvēles jautājumos.

Apgūstamās prasmes

- Prot kritiski atšķirt objektīvus faktus no pārspilējumiem un nepamatotiem priekšstatiem karjeras izglītības jautājumos.

Jēdzieni

Vīzija, stereotips.

Resursi

Darba lapa Nr. 3 "Jauniešu saruna", darba lapa Nr. 4 "Karjeras vīzija".

Metodes

Saruna, Dubultā dienasgrāmata, Prāta vētra.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par faktoriem, kas ietekmē karjeras izvēli.

Skolotājs rosina meklēt atbildes uz jautājumu, kādi faktori ietekmē karjeras izvēli. Darbam ieteicama Prāta vētra. Skolēnu atbildes skolotājs apkopo, uzrakstot tās uz tāfeles.

2. aktivitāte. Darbs ar tekstu par stereotipiem.

Skolēni lasa tekstu darba lapā Nr. 3 "Jauniešu saruna", meklē tajā stereotipus par profesijas izvēli un veido Dubulto dienasgrāmatu.

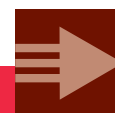
Piemērs:

Stereotips	Komentārs, pārdomas
"jāizvēlas profesija visam mūžam"	

3. aktivitāte. Diskusija par stereotipiem.

Daži skolēni iepazīstina pārējos ar ierakstiem Dubultajā dienasgrāmatā. Skolotājs vada diskusiju par stereotipiem, kas saistīti ar karjeras izvēli, lai mazinātu stereotipu ietekmi domāšanā.

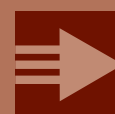
Skolotājs var papildus izmantot materiālu "Vairāki mīti par nākotnes profesijas izvēli".



rīkojies



padomā
ieraksti



rīkojies



VAIRĀKI MĪTI PAR NĀKOTNES PROFESIJAS IZVĒLI

Karjeras izvēle ir viens no svarīgākajiem dzīves lēmumiem, jo profesiju izvēlas visam mūžam.

Agrāk par lielu godu tika uzskatīts fakts, ka cilvēks visu mūžu nostrādājis vienā darbavietā, viņu cildināja kā nesavtīgu darba darītāju. Protams, ir labi, ja cilvēks, atradis savu īsto aicinājumu, velta tam visus darba gadus, bet mūsdienu pieredze rāda (pasaules globalizācija, informāciju tehnoloģiju attīstība, e-komunikācija, konkurence u.tml.), ka ir jāprot pielāgoties mainīgajām darba tirgus prasībām, apgūstot arvien jaunas prasmes un iemaņas, kā arī mācoties visa mūža garumā. To sauc par mūžizglītību.

Noteikti jāizvēlas tikai augstākās kvalifikācijas profesija.

Katrs, iztēlojoties sevi nākotnē, vēlas sasniegt lielus mērķus un izdarīt to pēc iespējas ātrāk. Taču jāatceras, ka strauju karjeru veido neliela sabiedrības daļa, lielākoties tas ir ilgs un darbietilpīgs process, kas no cilvēka prasa pieredzes uzkrāšanu, sevis pilnveidošanu, specializāciju kādā jomā, kurā grib attīstīties. Ir vērts atcerēties, ka nereti savu mērķi var veiksmīgāk sasniegt lēnām – soli pa solim ejot pa vertikālās karjeras kāpnēm.

Profesijas izvēles pamatā ir nevis pašā spējas, talanti un intereses, bet drauga izvēle.

Bieži vien draugi, konstatējuši līdzīgas intereses, nolemj, ka turpinās mācības kopā vienā specialitātē. Stimulu dod apziņa, ka jaunā vidē kopā būs drošāk, kā arī fakts, ja draugs ir īsts un uzticams, tad arī šajā jomā viņa izvēle varētu būt pareiza un noderīga arī otram. Taču jāatceras, ka katrs esam individualitāte – izveidojot līdzīgas frizūras vai vienādi saģērbjoties, konstatēsi, ka tu vai draugs tomēr izskatās labāk, tāpat ar profesiju – vienam tā būs vairāk piemērota, otram mazāk. Tāpēc jānoskaidro savas spējas un intereses, vērtības un vēlmes, bet lēmums jāpieņem pašam. Mēs katrs dzīvojam savu, nevis draugu dzīvi!

Noteikti jāizvēlas augsta prestiža profesija.

Cilvēki mēdz dalīt profesijas prestižās un ne tik prestižās. Jāatceras, ka prestižs, tāpat kā mode, mainās: kas bija cieņā pirms dažiem gadiem, nav populārs šodien. Agrāk cieņā bija aktiera vai skolotāja profesija, bet mūsdienās zemā atalgojuma dēļ šo profesiju prestižs ir krities, arī sabiedrības cieņa vai apbrīna pret šīs profesijas pārstāvjiem ir mazinājusies. Bija laiks, kad par modernu uzskatīja izvēlēties psihologa profesiju, jo 90. gados tas bija kas jauns, taču šobrīd daļai psihologa diplomu ieguvušo ir grūtības atrast darbu, jo darba gribētāju ir vairāk nekā darba piedāvājumu. Jāatceras, ka profesiju izvēlas sev, nevis prestižam. Prestižs, bet nepatīkams, neatbilstošs darbs gandarījumu nesniegs.

Izvēloties profesiju, jāizpilda vecāku vēlmes.

Nenoliedzami, ka vecāku padomu ir vērts ņemt vērā, jo neviens no vecākiem nevēl savam bērnam sliktu, bet jāatceras, ka profesiju izvēlas un strādā katrs pats, nevis vecāki. Ir ģimenes, kurās no paaudzes paaudzē tiek nodota kāda profesija, taču tas nenozīmē, ka jāpieņem šis fakts kā nolemtība. Bieži vecāki bērniem iesaka realizēt pašu nepiepildītos sapņus par kādu no profesijām.

Profesiju izvēlas, ietekmējoties no populāriem cilvēkiem.

Bieži notiek tā, ka profesijas izvēli ietekmē simpātijas pret kādu sabiedrībā labi pazīstamu cilvēku. Skatāmies uz ziņu diktoru un nodomājam, ka paši labprāt atrastos viņa vietā, redzam modeles, kas eleganti soļo pa "mēli", ik pēc brīža nomainot tērpus, un vēlamies būt tādas pašas... Un kur vēl aktieri un filmu varoņi, kas ar visām dzīves grūtībām spēj tikt veiksmīgi galā! Jāatceras, ka tā ir šo profesiju skaistā, krāsainā, redzamā puse, bet ikdiens – sūrs un grūts darbs, garas darba stundas, konkurence, pārspīlētā sabiedrības interese par profesionālo un personīgo dzīvi.

Galvenais nav studiju kvalitāte, bet gan interesanta, patīkama studentu dzīve.

Protams, katrs studiju gadus vēlas iepazīties ar interesantiem cilvēkiem, iespējams, nākamajiem kolēģiem, veidot kontaktus, paplašināt paziņu loku, taču jāatceras, ka studijas sniedz zināšanas un izglītību. Ja to apzinās un nav vienalga, kādu izglītību iegūt (pēc principa – galvenais, ka ir diploms!), tad jānovērtē, kādas kvalitātes izglītību piedāvā konkrētā mācību iestāde, nevis jāņem vērā studentu dzīves pievilcība.

Katrs cilvēks ir piemērots vienai profesijai, tikai jāuzmin – kādai.

Mēs katrs esam apveltīts ar atšķirīgām spējām, dotumiem, interesēm un personības iezīmēm, tāpēc labāk varam sevi realizēt kādā noteiktā jomā, taču ir jāatceras, ka šīs jomas robežas ir pietiekami plašas, lai katrs varētu izvēlēties vairākas, pat dažādas profesijas. Svarīgi ir apzināt to profesiju loku, kurās vislabāk var realizēt savas spējas, talantus un intereses. Piemēram, ja tev patīk mūzika, tomēr ne vienmēr tādēļ jākļūst par profesionālu dziedātāju, tu savas intereses vari realizēt, mācoties un strādājot par mūzikas menedžeri vai darbojoties ierakstu industrijā, kļūstot par mūzikas raidījumu vadītāju vai dīdžeju .

Saruna būtu jāvirza tā, lai skolēni secinātu, ka vienīgais atbildīgais par savu nākotni ir viņš pats. Tāpēc viņa interesēs ir ieskicēt nākotnes vīziju.

4. aktivitāte. Radošs darbs "Dzīves līnija".

Skolēni, strādājot darba lapā Nr. 4 "Karjeras vīzija", iezīmē savā dzīves līnijā nozīmīgākos notikumus, sasniegumus, kā arī atzīmē nākotnes vīziju un darbības, kas jāpaveic, lai to sasniegtu. Skolotājs var rosināt skolēnus, kuri vēlas, iepazīstināt ar savu dzīves līniju, komentējot, akcentējot labo un pozitīvo.



secini



izlasi

JAUNIEŠU SARUNA

Izlasi jauniešu sarunu!

Niks: Kāpēc tu, Klāv, tāds sadrūmis?

Klāvs: Neesmu sadrūmis, esmu domīgs. Audzinātāja iedeva anketu, tajā jānorāda augstskola, kurā studēšu, bet es vēl neesmu izlēmis. Beidzot sapratu, ka brīdis tiešām svarīgs, jo jāizvēlas profesija visam mūžam!

Niks: Netaisi problēmu! Tev patīk darboties ar datoru, tā tad izvēlies kaut ko saistībā ar to!

Klāvs: Prātiņ, nāc mājās! Vai tev ir apjausma, cik datorspeciālistu jau Latvijā ir! Pie tam daudzi šo specialitāti apgūst tehnikumos un koledžās, bet es gribu iegūt labu profesiju – pieprasītu, labi atalgotu, augsta prestiža – un negribu, lai tāds speciālists kā es būtu katrs trešais! Saproti? Un par ko esi domājis tu pats, ja nav noslēpums?

Niks: Es par to galvu daudz nelauzu – mums ar Jāni jau sarunāts, iesim studēt kopā, lai jautrāk un drošāk. Laikam uz ģeogrāfiem, ja viņš nepārdomās. Tur jautra studentu dzīve, smukas meitenes, arī iespēja pasauli iepazīt. Zane arī gatavojās mums piedroties, bet nesen noskatījusies filmu par stjuartēm un tagad vēlas kāpt lidmašīnā un lidot – skaisti darba kostīmiņi, pārlidojumi, svešas valstis, gadalaiku maiņa... Aiz sajūsmas piedziedāja man pilnu galvu, tā, ka nezinu, ko viņa beigās izlems. Māte jau nu gan viņai stignri noteica, ka nekādas plivināšanās pa debesīm nebūs – vienīgā meita, jāizvēlas kaut kas nopietns un drošs, neļaujot vienīgajam bērnam riskēt ar savu dzīvību, tagad visādi teroristi, katastrofas, īsāk, nolasīja šai morāli; turklāt ģimenē visi jau trešajā paaudzē saistīti ar medicīnu, tā ka ģeogrāfi viņai laikam arī nespīd...

Klāvs: Es gan būtu priecīgs, ja kāds man pateiktu: "Tu, Klāv, esi radīts tam un tam, ej un studē tur un tur!" – diemžēl mani vecāki saka: "Izlem, dēls, pats! Mēs tavu izvēli neietekmēsim. Katram sava dzīve jādzīvo." Bet es pats ne velna nesaprotu! Gribas tīru, prestižu darbiņu, lai varu citus vadīt, justies svarīgs, labu piķi saņemt... Eh, Lienei ir viegli. Viņa katru vakaru to vien dara kā lasa grāmatas, skaidrs, ka būs filoloģe vai literatūras skolotāja, bet man tādu izteiktu aizraušanos nav, tāpēc sēžu te un mokus...

Šādas un līdzīgas sarunas var dzirdēt, ieklausoties vidusskolēnu dialogos. Varbūt līdzīgas domas ir šaudījušās arī tavā galvā?

Daudz ko mūsu dzīvē nosaka stereotipi – neinformētības un neizpratnes rezultātā izveidojušies vienkāršoti un samērā noturīgi priekšstati. Kādus stereotipus tu saklausīji Nika un Klāva dialogā? Ieraksti tos Dubultās dienasgrāmatas kreisajā ailē, labajā ailē izsaki savas pārdomas par šo stereotipu!

Stereotips	Komentārs, pārdomas

padomā

un
ieraksti

KARJERAS VĪZIJA



esi radošs

Vizuāli attēlo savas dzīves nākotnes redzējumu, izpildot norādītos noteikumus!

Dzīves notikumi, sasniegumi



Vecums

1. Posmā no dzimšanas līdz šim brīdim (uz vektora no sākuma punkta līdz krustiņam) atzīmē un pieraksti visus, tavuprāt, nozīmīgākos notikumus, sasniegumus, periodus vai dzīves posmus, kas ir ietekmējuši tavu dzīvi vai devuši stimulu jaunām interesēm, sasniegumiem, lēmumiem utt.
2. Ar aplīti uz vektora iezīmē nākotnes sapni, karjeras vīziju, kuru tu vēlies sasniegt. Pieraksti, cik gadu tev tad varētu būt!
3. Aizpildi vektorā posmu no šī brīža līdz nākotnes vīzijai! Kādas ieceres būtu jāīsteno, lai karjeras vīzija realizētos?
4. Apraksti/raksturo sevi šajā iedomātajā un sasniedzamajā vietā un laikā.

Sarunā ar klases biedriem akcentē jautājumus, atziņas, secinājumus, kas radās, pildot šo darba lapu. Kas sagādāja vislielākās grūtības?



2. Sevis izzināšana

2.1. Motivācija

Mērķi

Motivēt sevi izzināšanai un personīgās darbības izvērtēšanai .

Uzdevumi

1. Veidot izpratni par jēdzienu "motivācija".
2. Apzināties iekšējos un ārējos faktorus, kas ietekmē attieksmi, uzvedību, izvēli un motivē veiksmīgai karjeras plānošanai.

Apgūstamās prasmes

- Izprot un apzinās savas izaugsmes un attīstības ietekmes.

Jēdzieni

Motivācija.

Resursi

Darba lapa Nr. 5 "Motivācija", darba lapa Nr. 6 "Mācīšanās motivācija".

Metodes

Saruna. Individuālais darbs. Diskusija. Anketēšana.

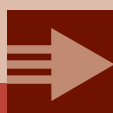
DARBA GAITA

1.aktivitāte. Diskusija par skolēnu izvēli mācīties vidusskolā.

Skolotājs rosina skolēnus izteikties:

- kāpēc izvēlēties mācīties vidusskolā;
- kāda ir tava motivācija izglītības turpināšanai;
- kas palīdzēja pieņemt lēmumu.

Skolēni papildus var iepazīties ar mācību priekšmetu izvēles iespējām un atcerēties prasmes mācīties.



rīkojies



izlasi

MĀCĪBU PRIEKŠMETU IZVĒLE VIDUSSKOLĀ UN PRASMES MĀCĪTIES

Iestājoties vidusskolā, tavš pirmais nopietnais uzdevums ir rūpīgi izvēlēties vidusskolas posmā apgūstamos mācību priekšmetus. Atceries, ka ne vienmēr mācību priekšmetu izvēle noteiks, ka tu varēsi tālāk mācīties tikai to vienu, konkrēto specialitāti; tas nekādā ziņā neizslēgs iespēju apgūt savu izvēlēto profesiju. Taču ir būtiski izvēlēties tos mācību priekšmetus, kas atbilst tavām spējām, interesēm un vajadzībām. Atceries, ka ir daži mācību priekšmeti, kuru apguve un eksāmenu sertifikāts ir būtiski svarīgi, lai iestātos lielākajā daļā mūsu valsts augstāko mācību iestāžu, taču arī daudzi citi mācību priekšmeti ir noderīgi. Atceries arī to, ka augstskolu prasības attiecībā uz iestāšanos var mainīties, tāpēc nepaļaujies uz iepriekšējo gadu prasībām un noskaidro, vai tās nav mainījušās.

Mācību priekšmetus nosacīti varētu iedalīt vairākās grupās:

- Valodu grupa (latviešu, angļu, vācu, krievu, franču u.c. valodas);
- Eksakto priekšmetu grupa (matemātika, fizika, ķīmija, bioloģija);
- Biznesa studiju grupa (biznesa ekonomiskie pamati, ekonomika);
- Praktisko zinību grupa (rasēšana, fizika un ķīmija, mājturība);
- Sociālo zinību grupa (vēsture, ģeogrāfija, vizuālā māksla, mūzika, mājturība).

Valodas būs nepieciešamas, lai iestātos jebkurā mūsu valsts augstskolā: latviešu valodas eksāmena sertifikāts un pirmās svešvalodas eksāmena sertifikāts. Protams, ir vēlams, lai tavā eksāmena sertifikātā uzrādītais līmenis būtu pēc iespējas augstāks. Iespējamās profesijas: stjuarts, viesnīcu administrators, starptautiskā uzņēmējdarbība, tulks, tulkotājs, pilots, ceļojumu biroja darbinieks, viesmīlis, bibliotekārs, tūrisma jomas darbinieks, filologs, svešvalodu skolotājs, pasniedzējs u.c.

Skolēns, kas labi apguvis valodas:

- prot labi izteikties;
- prot izvēlēties atbilstošas skaņas un frāzes;
- detalizēti izprot gramatiku (darbības vārdu laikus, teikuma locekļu saskaņošanu, locījumu);
- interesējas par kultūru, no kuras nāk atbilstošā valoda;
- ir apguvis pietiekamu vārdu krājumu, izteicienu un frāžu apjomu;
- cenšas apmeklēt vietas, kur šī valoda tiek lietota.

Kāpēc mācīties valodas? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tevi interesē iestāšanās augstskolā, tāpēc tu nevēlies samazināt savas izredzes šajā jomā.
- Tev patīk ceļot un apskatīt jaunas vietas.
- Tu proti labi izteikties un paust savu viedokli.
- Tu gribi sarunāties ar pievilcīgu ārzemju zēnu vai meiteni viņa/viņas dzimtajā valodā.
- Tu vēlies pilnībā izbaudīt un gūt visu iespējamo no savām brīvdienām ārzemēs.
- Tev patīk svešvalodas dažādās skaņas.
- Tu gribi uztvert oriģinālos jokus dublētā filmā.
- Tu gribi saprast angļu/franču/vācu u.c. kanālu raidījumus televīzijā.
- Tev patīk vārdi, frāzes un mūzika.
- Tu esi patiesi apņēmies gūt labas sekmes savā izvēlētajā svešvalodā.

Tavs rezultāts no desmit iespējamiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Eksakto priekšmetu grupa: dažādām izvēlētajām specialitātēm būs nepieciešami dažādi eksaktie mācību priekšmeti, taču jebkurš no tiem jāapgūst pēc iespējas labāk, ja ar to būs saistīta tava nākotne un izvēlēta profesija. Iespējamās profesijas: ja esi izvēlējies **matemātiku**: grāmatvedis, ekonomists, arhitekts, astronoms, bankas darbinieks, laborants, meteorologs, datorspeciālists, inženieris, matemātikas skolotājs, apdrošināšanas aģents, laborants, fiziķis, psihologs, programmētājs, statistiķis, sociologs, nodokļu sistēmas darbinieks, tirdzniecības sfēras darbinieks u.c.; ja esi izvēlējies **ķīmiju**: lauksaimnieks, veterinārārsts, arheologs, arhitekts, pārtikas tehnologs, ķīmiķis, ķīmijas skolotājs, stomatologs, mežsaimnieks, metalurģis, mediķis, tekstilrūpniecības darbinieks, fotogrāfs, kosmetologs u.c.; ja esi izvēlējies **bioloģiju**: lauksaimnieks, lopkopis, veterinārārsts, bioķīmiķis, biologs, ēdināšanas servisa darbinieks, pavārs, pārtikas rūpniecības darbinieks, mediķis, zemkopis, zvejnieks, mežsaimnieks, dārkopis, laborants, mikrobiologs, farmaceits, fizioterapeits, psihologs, logopēds, okeanogrāfs u.c.; ja

esi izvēlējies fiziku: arhitekts, astronoms, biofiziķis, datorzinību speciālists, mediķis, inženieris, metalurģs, meteorologs, jūrnīkts, okeanogrāfs, farmaceits, fiziķis, telekomunikāciju speciālists, aviācijas darbinieks u.c.

Skolēns, kas labi apguvis eksaktos priekšmetus:

- interesējas par pasauli sev apkārt,
- atzīst zinātniskas metodes (hipotēzes, eksperimenti, analīze un secinājumi),
- izprot matemātiku kā pasaules zinātniskas attēlošanas metodi,
- prot skaidri un loģiski rakstīt,
- saskata lietu detaļas,
- ir apveltīts ar vēlmi izpētīt pasauli un izskaidrot tajā notiekošo racionālā veidā.

Kāpēc mācīties eksaktos priekšmetus? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tevi interesē iespējas augstskolā apgūt eksaktās zinātnes, inženierzinības, medicīnu.
- Tevi interesē un tev rūp vide.
- Tu gribi zināt, kāpēc liemie, plēsīgie dzīvnieki ir reti sastopami.
- Tu gribi zināt, kā gravitācija ietekmē gaismu.
- Tu gribi zināt, kāpēc sāļš ūdens kairina tavas acis.
- Tu gribi zināt, vai sviestmaize vienmēr nokrīt ar apsmērēto pusi uz leju.
- Tu gribi zināt, kāpēc dažas gāzes ir inertas.
- Tu gribi uzzināt visu par aknu trematodes aizraujošo dzīves ciklu.
- Tu gribi pajautāt dvīņiem, vai viņi ir vienas vai divu olšūnu dvīņi.
- Tu gribi izprast radiācijas dabu un bīstamību.

Tavs rezultāts no desmit iespējamiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Lietišķo un praktisko zinātņu grupas priekšmeti ir rasēšana, mājturība, kā arī eksaktie priekšmeti. Ir labi jāprot strādāt praktiski darbi, taču neapšaubāmi jāpielieto arī tehniskās zināšanas. Iespējamās profesijas: inženieris, būvnieks, mašīnbūves speciālists, kokapstrādes darbinieks, metālapstrādes darbinieks u.c.

Kāpēc mācīties kādu no praktiskajiem priekšmetiem? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tev patīk veidot, gatavot, labot un remontēt lietas.
- Tev patīk strādāt ar fiziskām lietām un materiāliem.
- Tu bērībā izjauci savas rotaļlietas, lai paskatītos, kā tās darbojas.
- Tevi, iespējams, interesē mācekļa darbs.
- Tu spēj paveikt darbu ļoti glīti un akurāti un visu iesniegt/pabeigt laikā.
- Tev patīk projektēt un plānot lietas.
- Tevi netraucē troksnis, netīrība, nebaida bīstami darba apstākļi.
- Tevi interesē viss, ko vari izdarīt pats.
- Tu vēlies uzzināt vairāk par datorgrafiku un datordizainu.
- Tev patīk gan zinātne un teorija, gan arī praktiskais darbs.

Tavs rezultāts no desmit iespējamiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Biznesa grupas priekšmeti ir ekonomika un matemātika. Tie tevi ievēdis biznesa un tirdzniecības pasaulē. Iespējamās profesijas: ekonomists, grāmatvedis, banku servisa darbinieks, ierēdnis, viesnīcu administrators un apkalpošanas darbinieks, apdrošināšanas kompāniju darbinieks, tirgzinību speciālists, tirdzniecības sfēras darbinieks, mārketinga speciālists, datorzinību speciālists, reklāmas jomas darbinieks, jurists u.c.

Kāpēc mācīties biznesa priekšmetus? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tev patīk tirdzniecības un biznesa pasaule.
- Tu bieži lasi biznesa sadaļu laikrakstos.
- Tev patīk strādāt ar cilvēkiem.
- Tu zini atšķirību starp čekiem un bankas maksāšanas orderiem.
- Tev labi padodas rēķināšana un statistika.
- Tu esi mērķtiecīgs un labprāt vēlies apgūt jaunas lietas.
- Tev ir pazīstami tādi termini kā ikgadējā procentu likme, valsts nacionālais kopprodukts.
- Tu gribi uzzināt par nodokļiem un likumiem.
- Tu orientējies akciju tirgū un terminoloģijā.
- Tu novērtē, cik svarīgi ir precīzi saprast biznesa terminoloģiju.

Tavs rezultāts no desmit iespējamajiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Māksliniecisko priekšmetu grupa ir saistīta ar radošām izpausmēm un citu radošā darba izvērtēšanu: vizuālā māksla, mūzika, literatūra u.c. Iespējamās profesijas: reklāmas darbinieks, arhitekts, bibliotekārs, dizainers, modelētājs, mēbeļu ražotājs, muzeju darbinieks, gleznotājs, grafiķis, skulptors, fotogrāfs, mākslas priekšmetu restaurators, izdevējdarbības speciālists, dzejnieks, rakstnieks, dramaturgs, aktieris, režisors, scenogrāfs, kino un televīzijas jomas darbinieks, pilsētplānošanas speciālists, izklaides biznesa darbinieks, folklorists, komponists, mūziķis, mūzikas instrumentu izgatavotājs, producents u.c.

Skolēns, kas labi apguvis mākslas grupas priekšmetus

- jūt vēlmi pēc pašizpausmes un ir gatavs šīs prasmes pilnveidot,
- spēj pozitīvi novērtēt dzīves māksliniecisko un radošo pusi,
- jūt vēlmi izkopt un pilnveidot savas spējas un stilu,
- izrāda interesi par dažādu mākslinieku darbiem,
- labprāt strādā gan individuāli, gan grupā,
- ir ieinteresēts un darbojas savā izvēlētajā jomā.

Kāpēc mācīties kādu no mākslas jomas priekšmetiem? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tu esi radošs un māksliniecisks.
- Tev patīk radoši darboties mākslā un mūzikā.
- Tu zini, kas bija Mikelandželo, Leonardo da Vinči, Donatello un Rafaels (ne jau bruņurupuči nindzjas).
- Tu esi vizuālists.
- Tu proti novērtēt labu mūziku visās tās formās.
- Tu izproti atšķirību starp toņiem un nokrāsām.
- Tu proti analizēt un novērtēt mūzikas un mākslas darbus.
- Tu esi gatavs skolas laikā, brīvajā laikā un brīvdienās strādāt, lai apkopotu savu portfolio.

- Tu gribi attīstīt un rosināt savas personības mākslinieciskos un izteikšanās aspektus.

Tavs rezultāts no desmit iespējamiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Humanitārās grupas priekšmeti varētu būt vēsture, ģeogrāfija, kultūras vēsture, politika u.c. Tie sniedz skolēniem plašu ieskatu apkārtējā pasaulē. Iespējamās profesijas, ja tevi interesē vēsture: politiķis, žurnālists, sociālais darbinieks, sociologs, arheologs, jurists, civildienesta darbinieks, gids, vēstures skolotājs, muzeja darbinieks, probācijas dienesta darbinieks, tūrisma jomas speciālists, rakstnieks, bibliotekārs u.c., ja tevi interesē ģeogrāfija: pilsētplānošanas speciālists, būvnieks, arhitekts, meteorologs, mineralogs, lauksaimnieks, dārzkopis, nekustamo īpašumu aģents, mežsaimnieks, vides aizsardzības speciālists, tirgus izpētes speciālists, statistikas darbinieks, arheologs, antropologs, kartogrāfs, ģeologs, ģeogrāfs, jūrnieks, aviācijas jomas darbinieks, tūrisma sfēras darbinieks, viesnīcu apkalpošanas speciālists, transporta sistēmas darbinieks u.c.

Skolēns, kas labi apguvis vēsturi un ģeogrāfiju:

- izrāda interesi par pasauli, kāda tā ir tagad un kā tā radusies,
- alkst pēc zināšanām, lai varētu izskaidrot un izpētīt pašreizējo situāciju,
- spēj precīzi izteikties un pamatot savus argumentus ar būtisku informāciju,
- spēj novērtēt vēsturiskos avotus un ģeogrāfiski izprot lietu iemeslus un cēloņus,
- izrāda interesi par populārzinātniskiem televīzijas un video raidījumiem.

Kāpēc mācīties vēsturi un ģeogrāfiju? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tu gribi vairāk uzzināt par vietu, kur dzīvo, par tās apkārtni.
- Tu gribi uzzināt, kā radušies apdzīvoto vietu nosaukumi.
- Tu gribi uzzināt, kā karš, kam vajadzēja "izbeigt visus karus", drīz atkal izraisīja nākamo.
- Tu esi norūpējies par tādām vides problēmām kā skābais lietus, mežu izciršana, globālā sasilšana.
- Tu gribi prast orientēties kartē un apvidū.
- Tu gribi noskaidrot, no kurienes radušies ar vēsturi saistītie frazeoloģismi.
- Tu zini, kur atrodas Trafalgāras laukums, bet nezini, kur ir Trafalgāra un kas tur notika.
- Tu gribi zināt, kā izveidojās tavas valsts un apvidus reljefs un ainava.
- Tu gribi zināt, kā tika dibināta tava valsts un kāpēc tās dibināšana un pastāvēšana visu laiku bijusi aktuāla tēma.
- Tu izrādi lielu interesi par jaunākajiem notikumiem un esošajām problēmām sabiedrībā.

Tavs rezultāts no desmit iespējamiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Sociālās sfēras priekšmeti ir tie, kas saistīti ar apkalpojošo sfēru. No skolā apgūstamajiem priekšmetiem tie varētu būt mājturība un sociālās zinības. Tas reizē ir gan teorētisks, gan praktisks mācību priekšmets. Iespējamās profesijas: pārtikas rūpniecības darbinieks, skaistumkopšanas jomas speciālists, ēdināšanas servisa darbinieks, bērnu aprūpes darbinieks, tekstila apstrādes speciālists, modelētājs, tirdzniecības darbinieks u.c.

Skolēns, kas labi apguvis sociālās un apkalpojošās sfēras priekšmetus

- izrāda interesi par galda kultūru, sabalansētu uzturu, garšu; prot apdomīgi rīkoties ar naudu,
- izrāda interesi par apģērbu dizainu, materiāliem, stiliem; mēģina pats kaut ko pagatavot,
- izrāda interesi par interjeru un dizainu mājā, virtuvē; prot to padarīt pievilcīgu un mājīgu,
- izrāda informētu interesi par jaunākajiem notikumiem, sociālajām problēmām, ģimenes dzīvi; spēj par to argumentēti paust savu viedokli arī rakstiski.

Kāpēc mācīties sociālās un apkalpojošās sfēras priekšmetus? Atzīmē to, kas atbilst tavām interesēm!

- Tevi interesē karjera ēdināšanas servisā.
- Tu gribi iemācīties labi gatavot ēdienu, kad dzīvosī prom no mājām.
- Tevi interesē sociālās problēmas (alkoholisms, narkotikas, vardarbība).
- Tu gribi zināt, kā mikroviļņu krāsnī var pagatavot ēdienu.
- Tu gribi atklāt visefektīvāko veidu, kā iekārtot virtuvi.
- Tu gribi uzzināt daudz vairāk par vitamīniem, olbaltumvielām, ogļhidrātiem un taukiem.
- Tu gribi apgūt rokdarbu un apģērbu modelēšanas pamatus.
- Tevi interesē nabadzības, cilvēku zaudējumu un noziedzības iemesli un sekas.
- Tevi interesē slimnieku kopšana, sociālais darbs un bērnu aprūpe.
- Tu gribi uzzināt, kāpēc krējums kuļot kļūst biezāks.

Tavs rezultāts no desmit iespējamiem punktiem ir: _____. Vai šis priekšmets būs tavu izvēlēto mācību priekšmetu sarakstā?

Ja tu vēl nevari skaidri atbildēt uz jautājumu, vai tevi interesē attiecīgais mācību priekšmets, mēģini aizpildīt sekojošo uzdevumu:

Mana iespējamā izvēle no piedāvātajiem _____ priekšmetiem ir _____ un _____.
Apvelc atbilstošo, ja tas attiecas uz tevi.

Mācību priekšmets _____	Ļoti	Daudz	Mazliet	Nemaz
Vai tas mani interesē?	5	4	2	1
Vai man tas patīk?	5	4	2	1
Vai esmu gatavs strādāt šajā jomā?	5	4	2	1
Vai tas man sniegs gandarījumu?	5	4	2	1

Mācību priekšmets _____	Ļoti	Daudz	Mazliet	Nemaz
Vai tas mani interesē?	5	4	2	1
Vai man tas patīk?	5	4	2	1
Vai esmu gatavs strādāt šajā jomā?	5	4	2	1
Vai tas man sniegs gandarījumu?	5	4	2	1

Mācību priekšmets	Mans rezultāts	Punkti	Vērtējums
		4-8	Tu šajā priekšmetā izrādi ļoti mazu interesi un diez vai tu to izvēlēšies
		9-14	Tev ir zināma interese par šo priekšmetu, taču vai tev pietiks vēlmes un uzņēmības to veiksmīgi apgūt
		15-20	Tev ir patiesi liela interese un vēlme mācīties; parūpējies, lai tu tiešām attiecīgo priekšmetu labi apgūtu, ja to izvēlēšies

Rūpīgi apsverot savas intereses, spējas un iespējas, izvērtē un izvēlies sev piemērotos mācību priekšmetus, spējot pamatot sev, kāpēc tava izvēle bijusi tāda.

Septiņi stereotipi mācību priekšmetu izvēlē. Cilvēkiem mēdz būt divainas idejas, izvēloties mācību priekšmetus. Izlasi dažu citu cilvēku izteiktās domas un īsi komentē katru no tām, tad apspriediet tās klasē:

Mācību priekšmetu _____ izvēlas vienīgi nejēgas/stulbeņi/pielīdēji, "mīkstie".

Mācību priekšmets _____ domāts tikai zēniem/meitenēm.

Mācību priekšmetu _____ nav izvēlējis neviens no maniem draugiem/draudzenēm.

Es negribu mācīties _____ tāpēc, ka to pasniegs skolotājs X.

Es mācišos _____ tāpēc, ka tas ir tik garlaicīgs un stundās varēs izgulēties.

Kaut gan patiesībā man tas riebjas, man jāapgūst valodas/eksaktie mācību priekšmeti, ja es tomēr turpinātu mācības augstskolā vai arī tas man būtu nepieciešams darbā.

Ja šo priekšmetu neizvēlēšos skolā, es to nevarēšu studēt augstskolā.

Ne jau visas skolas varēs piedāvāt tev vēlamos mācību priekšmetus, tāpēc vari mēģināt izveidot trīs mācību priekšmetu sarakstus: piedāvāto, sev ideālo un kompromisa variantu, kurā centies apvienot piedāvātās iespējas ar savām vēlmēm. Ideālā gadījumā šie saraksti sakritīs. Pārliecinies, ka reālajā mācību priekšmetu sarakstā ir visi tev svarīgie mācību priekšmeti. Kad esi izvēlējis mācību priekšmetus, tad nopietni ķeries pie to apgūšanas.

MĀCIES MĀCĪTIES

Tas, ko tu dari klasē stundu laikā, ir tikai daļa no visa, kas tev skolā jāpaveic. Tas, ko apguvi klasē, ir jāpārveido par savām prasmēm, zināšanām un spējām. Citiem vārdiem sakot, par savas personības daļu. Tas ir iemesls, kāpēc tu mācies. Tavu mācīšanās procesu veido vairākas būtiskas sadaļas: motivācija, mācību vietas izvēle, mācīšanās procesa organizēšana, mācīšanās metodes. Lūk, dažas lietas, ko der atcerēties:

- sāc mācīšanos ar saprātīgu mērķu izvirzīšanu, kas atbilstu tavām spējām un iespējām;
- dod sev iemeslu ik dienas strādāt šī mērķa sasniegšanai (ja es to izpildīšu tagad, vēlāk varēšu atpūsties kopā ar draugiem);
- seko saviem panākumiem – paslavē pats sevi, kad esi sasniedzis mērķi;
- nav noslēpums, ka vecāki vienmēr uztraucas par sava bērna mācībām, bet atceries, ka, redzot tevi veiksmīgi organizējam savu mācību procesu, uzlabosies arī attiecības ģimenē, turklāt visiem būs nepārprotami skaidrs, kad tu strādā un kad ir tavs brīvais laiks;
- atceries, kāpēc tu vēlies labi apgūt mācību priekšmetus – galu galā tu esi vienīgais cilvēks, kas spēj sevi motivēt. Ja tu to nedarīsi, atradīsies pārāk daudz iemeslu, lai atmestu mācībām ar roku ("Pārāk daudz jāizdara", "Kālab pūlēties", "Tas nav tā vērts", "Tas ir pārāk grūti, un neviens tāpat nepamanīs"). Izstum no prāta šīs negatīvās domas. Viss ir izdarāms, ja vien vari atrast tam jēgu;
- rūpīgi izvēlies vietu, kur mācīsies, lai varētu koncentrēties un pilnībā veltīt visu uzmanību mācībām. Dari zināmu visiem mājiniekiem, ka tā ir tava mācību vieta. Pārāk silta telpa uzdzīs miegainību;
- tev nepieciešams miers un klusums (nevis ieslēgts televizors vai radio). Izslēdz savu mobilo telefonu (necenties slepus lasīt īsziņas), un paziņo mājiniekiem, ka uz telefona zvaniem atbildēsi tikai tad, kad būsi beidzis mācīties;
- tavai darba vietai jābūt labi organizētai, sakārtotai un tīrai, taču necenties būt pārāk pedantisks un salikt grāmatas kaudzītē pēc to lielumiem. Katram mācību piederumam atrodi vispiemērotāko vietu un tur tos arī glabā, lai nav velti jātērē laiks, meklējot kaut ko citur noliktu vai noklīdušu;
- seko ierastam darba ritmam, vari izstrādāt sev piemērotu dienas režīmu vai veicamo darbu grafiku, tikai atceries, ka tev jābūt disciplinētam un tas jāizpilda, jābūt pietiekami elastīgam pamainīt veicamo atbilstoši situācijai. Labs palīgs varētu būt tava skolas dienasgrāmata. Atzīmē izdarītos darbus, jo tas palīdz organizēt sevi darbam;
- regulāra mācīšanās palielina tavas koncentrēšanās spējas, tāpēc, jo vairāk tu mācies, jo vairāk spēsi iemācīties;
- pamatprincips labām mācībām – jau pašā sākumā domās iztēloties, ko tieši tu gribi zināt/apgūt/prast mācību procesa beigās. Tā tu vienmēr atcerēsies mērķi un neizniekosi laiku bezmērķīgi;
- mācīšanās process sākas klasē. Lai atkārtotu apgūto, tev jābūt skaidriem un saprotamiem pierakstiem, no kuriem mācīties. Atceries, ka tu tos izmantosi, gatavojoties eksāmeniem. Klasē, klausoties skolotājā, centies pierakstīt vissvarīgāko. Arī konspektējot no mācību grāmatas, proti atrast vissvarīgāko;
- iegaumēšanas procesu sāc, pārļausot savus pierakstus, līdz tos skaidri saproti, tad atzīmē tās frāzes/vārdus/formulas, kas tev jāiemācās no galvas. Ir ieteicams apgūstamo izlasīt skaļi. Daži cilvēki pat sacer dziesmiņas vai dzejoļiņus, lai labāk varētu atcerēties vajadzīgo informāciju. Atceries, ka iegaumēšana ir atkārtošana, atkārtošana ... – turpini pārļausīt materiālu, līdz esi to iegaumējis;
- katreiz, kad tev nav uzdots mājasdarbs, izvēlies vienu nelielu apgūstamu tēmu (eksperiments bioloģijā, kāda matemātiska darbība, kāda nodaļa ģeogrāfijā u.c.) un mēģini to atkārtot un sagatavot papildus;

- apgūstot kādu tēmu, uz lapas izraksti tikai pamatjēdzienus/vārdus/formulas, visu pārējo centies noformulēt domās. Ja tēma ietver kādu diagrammu/tabulu, mēģini to uzzīmēt tikai virspusēji, bet visu pārējo sev izklāstīt un papildināt domās. Šādas iztēles ainas ļoti palīdz atcerēties un iegaumēt;
- apgriez lapu otrādi un mēģini vajadzīgo atcerēties no galvas. Tad paskaties, pārbaudi un izlabo to, ko tu neatcerējies. Atkārto procesu, līdz būsi labi iegaumējis;
- lai labāk saprastu vielu, iztēlojies, ka tā tev jāizskaidro kādam citam, kurš nav tik apķērīgs un uzdod muļķīgus jautājumus. Izskaidro visu tā, lai saprastu arī šāds cilvēks. Ja tu pats kaut ko nesaproti, tad atzīmē to un nākamajā dienā pajautā skolotājam vai kādam gudrākam skolēnam. Ir ļoti grūti iegaumēt to, ko tu nesaproti;
- daudz atkārti. Nedēļas vai divu nedēļu laikā, kad ir apgūta kāda nodaļa/tēma, vēlreiz visu pārskati un domās pārrunā ar sevi apgūto materiālu;
- ieskaitēm un eksāmeniem nesāc gatavoties tikai iepriekšējā vakarā; plānošana un gatavošanās sākas jau daudz agrāk. Sāc ar to, ka katram priekšmetam atvēli neilgu, bet konkrētu laiku, tad, ieskaitei vai eksāmenam tuvojoties, šo laiku pagarini;
- gatavojoties eksāmeniem, izpēti iepriekšējo gadu eksāmenu darbu paraugus, lai sev atgādinātu to struktūru un iespējamus jautājumus. Pamēģini atbildēt uz uzdotajiem jautājumiem;
- seko līdzī darbam paredzētajam laikam, plāno savu laiku, proti to līdzvērtīgi sadalīt visiem izpildāmajiem uzdevumiem;
- neļaujies nervozitātei un panikai pirms atbildīgām ieskaitēm, eksāmeniem, publiskas uzstāšanās; labāk izrunājies ar kādu, tas palīdzēs mazināt stresu;
- atceries, ka arī pārmērīga mācīšanās nenāk par labu; ļauj sev arī atpūsties. Izvēdini telpu, izej svaigā gaisā, izkusties, atpūtini acis un galvu; paslavē sevi par paveikto, lai vēlāk varētu koncentrēties vēl sasniedzamajam.

2. aktivitāte. Iepazīstināšana ar motivācijas jēdzienu.

Skolotājs iepazīstina skolēnus ar motivācijas jēdzienu.



izlasi

Motivācija – mudinājums, ierosme, kas izraisa organisma aktivitāti un nosaka tās virzību kāda mērķa sasniegšanai. Motivācija regulē kā fiziskās, tā arī psihiskās aktivitātes uzsākšanu, veikšanu un uzturēšanu, nosaka aktivitātes veida izvēli (piemēram, bēgt vai tuvojoties) un reakcijas, t.i., darbības intensitāti.

Motivācija aktivizē, virza un uztur visu uzvedību. Motivācija ir mudinājums un ierosme, kas tuvina mērķim. Spēcīgi motivēts cilvēks var pārvarēt daudzas grūtības, lai sasniegtu iecerēto.

T. Mičels (T. Mitchel) ierosina motivācijas definīcijā iekļaut četrus kopīgus raksturojumus:

- motivācija ir tipizēta un individualizēta parādība. Tā atspoguļo gan individuālo savdabīgumu, gan dod iespēju bērnam saglabāt savu vienreizīgumu,
- motivācija ir daudzšķautņaina parādība. Divas galvenās šķautnes ir – aktivitātes izraisīšana un piesaiste vēlamo uzvedībai,
- motivācija ir tīša, pārdomāta darbība, tā ir saistīta ar cilvēka darbības kontroli,
- motivāciju teorijas mērķis ir paredzēt uzvedību, arī darbības un līdzekļus, kas aktivizē iekšējos spēkus.

Pašaktualizācija ir motivācijas visaugstākais līmenis; cilvēks pilnībā pauž vajadzību būt tam, kas viņš vēlas un spēj būt. Tā motivē cilvēku

- būt atklātam, nevis piesardzīgam,
- mīlēt citus un sevi,
- darboties tādos veidos, kas sabiedrībai ir ētiski un morāli pieņemami,
- paust neatkarību un radošas spējas,
- būt zinātkāram un atraisītam mijiedarbībā ar vidi.

Cilvēku vajadzību saistība ar darbības motivāciju (vajadzības, to raksturojums, darbības motīvi):





3. aktivitāte. Izpratnes par iekšējo un ārējo motivāciju veidošana.

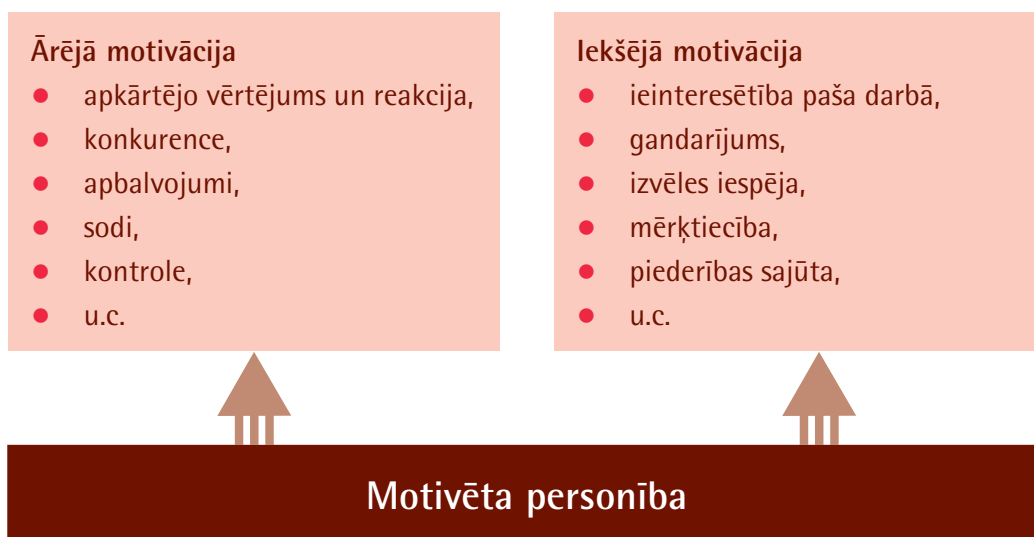
Skolotājs informē, ka ir iekšējie un ārējie faktori, kas var ietekmēt cilvēka motivāciju.

Ir ārējā un iekšējā motivācija. **Ārējā motivācija** balstās uz ārējiem pamudinošiem apstākļiem, tādiem kā citu cilvēku uzvedība, apbalvojumi un sods, apkārtējo cilvēku vērtējums un reakcijas konkrētajā situācijā. Ārējās motivācijas gadījumā skolēns galvenokārt ir orientēts uz rezultātu. Ārējai motivācijai var būt gan pozitīva ietekme – tā var palīdzēt veidoties iekšējai motivācijai: negaidīti atalgojumi, piemēram, skolotāja cildinoši izteikumi par skolēna veikumu, ja tie attiecināti uz uzdevuma izpildi, gan negatīva ietekme – tā var iznīcināt motivāciju vispār, piemēram: nepārtraukta kontrole, mutiski vai materiāli (lietiski) apbalvojumi, kas kontrolē uzvedību, pāragri un bieži izteikta uzslava vai nosodījums.

Iekšējās motivācijas gadījumā uzvedību nosaka personības ieinteresētība paša darbībā. Cilvēks veic kādu darbību pašas darbības dēļ, nevis lai sasniegtu kādus ārējus apbalvojumus. Ja skolēni paši meklē papildu avotu par tēmu, kas viņus interesē, tad var droši teikt, ka viņi rāda iekšēji motivētas uzvedības paraugu vielas apguvē. Ja visi piedalās basketbola nodarbībās, bet viens skolēns apmeklē dambretes spēles nodarbības, tad var teikt, ka šī spēle viņu interesē, – iekšēji motivēta uzvedība. Iekšēji motivēts skolēns gūst lielāku gandarījumu darbības procesā, viņu mazāk interesē darbības rezultāts. Ārēji motivēta uzvedība izzūd, ja izzūd ārējais pastiprinājums, bet iekšēji motivēta uzvedība var turpināties bez apbalvojuma.

Faktori, kas paaugstina iekšējo motivāciju: izvēles iespējas, piederība, iesaistīšana.

Faktori, kas vairo apātiju un aizvainojumu: prasības, atrautība, pasivitāte.



4. aktivitāte. Situāciju analīze.

Skolēni

- patstāvīgi vai grupās apkopo atziņas, kādi faktori veido iekšējo un ārējo motivāciju,
- analizē, kuri no faktoriem viņiem varētu būt noteicošie,
- diskutē par iekšējo un ārējo motivācijas faktoru noturīgumu un nozīmi savā izvēlē.

Skolēni izvērtē piedāvātās situācijas un nosaka, kuri ir iekšējās motivācijas un kuri – ārējās motivācijas gadījumi.

Situācija	Ārējā motivācija	Iekšējā motivācija
<ul style="list-style-type: none"> Vairākums vienas klases zēnu ir pierakstījušies sporta nodarbībās, un tāpēc Kārlis arī to izdara 		
<ul style="list-style-type: none"> Jana pati meklē papildu avotus par tēmu bioloģijā, kas viņu interesē 		
<ul style="list-style-type: none"> Visi piedalās basketbola nodarbībās, bet Mārtiņš apmeklē dambretes spēles nodarbības 		
<ul style="list-style-type: none"> Jānis mācās matemātiku, jo mamma par katru labu atzīmi izsniedz viņam lielāku kabatas naudu 		
<ul style="list-style-type: none"> Juris izvēlējis mācīties vidusskolā, jo sastrīdējies ar labāko draugu, ar kuru kopā bija nolēmuši apgūt kokapstrādi 		
<ul style="list-style-type: none"> Diāna regulāri pilda mājas darbus, jo zina, ka tā labāk sagatavosies ieskaitei par attiecīgu tēmu 		
Skolēni piedāvā savas situācijas, kurās iekšējai un ārējai motivācijai varētu būt īpaša vieta		

Skolēni vērtē, kādās dzīves jomās motivācijai varētu būt vislielākā nozīme. Skolotājs rosina skolēnus padomāt par motivācijas nozīmi izglītībā un karjeras izvēlē.

5. aktivitāte. Anketēšana par mācīšanās motivāciju.

Skolēni pilda anketu darba lapā Nr. 6 "Mācīšanās motivācija" un izvērtē, cik viņi ir motivēti mācīties. Anketēšanas rezultātus analizē klasē.

padomā
!?!
un
ieraksti





izlasi

MOTIVĀCIJA

Tu esi izvēlējies uzsākt mācības vidusskolā. Tavai izvēlei noteikti ir kāds pamatojums, motivācija.

Motivācija ir mudinājums, ierosme, kas izraisa aktivitāti un nosaka tās virzību kāda mērķa sasniegšanai.

1. Kāpēc tu izvēlējies mācīties vidusskolā? Ja starp minētajiem iemesliem vari atrast kādu sev atbilstošu, atzīmē to! Atrodi arī pats savus iemeslus! Pastāsti par tiem klases biedriem!
 - Gribu tālāk mācīties augstskolā;
 - vecāki ieteica;
 - draugi arī mācās vidusskolā;
 - man ir svarīgi iegūt atestātu un sertifikātus eksāmenos;
 - gribu papildināt savas zināšanas, attīstīt savas prasmes un dotumus;
 - mani nekas īpašs neinteresē, lai ietu mācīties uz arodvidusskolu;
 - negribu doties prom no mājām;
 - neesmu izdomājis, ko darīt tālāk, pa vidusskolas laiku izlemšu;
 - citi iemesli.

Cilvēku motivē dažādi iekšējie un ārējie faktori.

Ārējā motivācija balstās uz ārējiem pamudinošiem apstākļiem, tādiem kā citu cilvēku uzvedība, apbalvojumi un sods, apkārtējo cilvēku vērtējums un reakcija konkrētajā situācijā. Ārējās motivācijas gadījumā cilvēks galvenokārt ir orientēts uz rezultātu.

Iekšējās motivācijas gadījumā uzvedību nosaka personības ieinteresētība paša darbībā. Cilvēks veic kādu darbību pašas darbības dēļ, nevis lai sasniegtu kādus ārējus apbalvojumus.

Faktori, kas paaugstina iekšējo motivāciju: izvēles iespējas, piederība, iesaistīšana.

Faktori, kas vairo apātiju un aizvainojumu: prasības, atrautība, pasivitāte.



Darba lapa Nr. 5

Karjeras izglītība 10.–12. klasei

2. Aplūko tālākminētās situācijas un mēģini noteikt, kuri ir iekšējās motivācijas un kuri – ārējās motivācijas gadījumi; nosauc, kādi, tavuprāt, ir cilvēku rīcību motivējoši faktori:



Situācija	Ārējā motivācija	Iekšējā motivācija
• Vairākums vienas klases zēnu ir pierakstījušies sporta nodarbībās, un tāpēc Kārlis arī to izdara		
• Jana pati meklē papildu avotus par tēmu bioloģijā, kas viņu interesē		
• Visi piedalās basketbola nodarbībās, bet Mārtiņš apmeklē dambretes spēles nodarbības		
• Jānis mācās matemātiku, jo mamma par katru labu atzīmi izsniedz viņam lielāku kabatas naudu		
• Juris izvēlējies mācīties vidusskolā, jo sastrīdējies ar labāko draugu, ar kuru kopā bija nolēmuši apgūt kokapstrādi		
• Diāna regulāri pilda mājas darbus, jo zina, ka tā labāk sagatavosies ieskaitei par attiecīgu tēmu		
Skolēni piedāvā savas situācijas, kurās iekšējai un ārējai motivācijai varētu būt īpaša vieta		

3. Piedāvā savas situācijas, kurās iekšējai un ārējai motivācijai varētu būt īpaša loma; nosauc, kādi ir cilvēku rīcību motivējoši faktori.

MĀCĪŠANĀS MOTIVĀCIJA

Atbildi uz jautājumiem. Ja iespējams, pamato savas atbildes.

Jautājums	Jā	Nē
1. Vai tu uzskati, ka mācies atbilstoši savam spēju līmenim?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ja tu nemācies atbilstoši savām spējām, kas tev traucē to darīt?		
• pārāk liela mājas darbu slodze	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• aizņemtība ārpusstundu pasākumos, pulciņos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• neizprotu mācīto	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• neprotu lietderīgi plānot savu laiku	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• "robi" zināšanās	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• citi iemesli (nosauc tos)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Kurus mācību priekšmetus tu mācies vislabprātāk? _____		
4. Kuru mācību priekšmetu apguve sagādā grūtības? _____		
5. Vai tu domā līdzī lasītajam?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Vai kādreiz kaut ko mācies arī bez izpratnes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Vai bez mācību grāmatas meklē arī citus materiālus par neskaidro mācību vielu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ja – jā, tad kuros mācību priekšmetos to dari visbiežāk? _____		
8. Vai izjautā arī klases biedrus, kā viņi izpratuši mācību vielu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Vai intensīvāk mācies tikai pirms kontroldarbiem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Vai daudz laika velti bezmērķīgai plāpāšanai gan skolā, gan mājās?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Vai spēj lasīt ļoti ātri (apmēram 250 vārdus minūtē)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Vai mājās pārlasi savas piezīmes pēc mācību stundas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Vai mācību vielas atkārtosānā tev ir sava sistēma?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Vai tu seko uzdevumu pareizībai?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Vai tu vienmēr centies izpildīt skolotāja prasības skolā?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ja nē, tad kāds ir iemesls? _____		

Darba lapa Nr. 6

Karjeras izglītība 10.–12. klasei

16. Vai mācību stundās tu vairāk esi pasīvs klausītājs?		
17. Vai mācību stundās vairāk dominē radošie uzdevumi?		
18. Ja tas nepieciešams, vai tu apmeklē priekšmetu skolotāju konsultācijas?		
19. Kā pats uzskati – vai tu proti mācīties?		
20. Kāda palīdzība tev būtu vajadzīga mācīšanās procesā?		
• Vairāk stundu eksāmenu priekšmetos		
• Vairāk dot radošos darbus		
• Stundās labāk izskaidrot vielu		
• Dot eksāmenu darbu paraugus		
• Vairāk dot papildus mācību materiālus		
• Vairāk fakultatīvu nodarbību		
• Vairāk konsultāciju		
• Atcelt nevajadzīgos mācību priekšmetus (kādus)		
• Stingrāku disciplīnu		
• Veidot shēmas un tabulas, kurās sistematizētas visas zināšanas		
• Vairāk atkārtot		
• Lielāku atsaucību uz skolēnu jautājumiem		
• Atcelt to priekšmetu stundas, kuros nav eksāmenu		
• Katrā priekšmetā izcelt tikai pašu galveno		
• Vairāk strādāt grupās, jo vieglāk uztvert		

2.2. Vērtības

Mērķi

Attīstīt prasmes apzināties dzīves pamatvērtības.

Uzdevumi

1. Veidot izpratni par jēdzienu "vērtības".
2. Veidot un analizēt personības vērtību skalu.

Apgūstamās prasmes

- Saprot pozitīvās sevis apzināšanās ietekmi.
- Spēj noteikt savas attīstības vajadzības un iespējas.

Jēdzieni

Vērtības.

Resursi

Darba lapa Nr. 7 "Vērtības", darba lapa Nr. 8 "Vērtību spēle".

Metodes

Saruna. Pāru darbs. Diskusija. Spēle.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par dzīves prioritātēm.

Skolotājs rosina diskusijai par to, kas skolēniem dzīvē ir svarīgs:

- Kādām lietām tu tici?
- Par kurām savām vērtībām tu ar lepnumu pastāstītu draugiem?
- Ko tu esi izlēmis patstāvīgi, bez ārēja pamudinājuma?
- Kā tavas domas un vārdi sakrīt ar darbiem, rīcību?

2. aktivitāte. Izpratnes veidošana par jēdzienu "vērtības".

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

Vērtības ir jebkura ideja vai kvalitāte, kas ir svarīga, vēlama, atzīta; tas, kam mēs ticam. Mūsu vērtības ir kvalitātes, īpašības vai idejas, par kurām mēs esam ļoti pārliecināti. Šīs vērtības ietekmē mūsu lēmumus, mērķus un uzvedību. Ja nedarbojamies atbilstoši savām vērtībām, jūtamies nelaimīgi. Mēs iegūstam savas vērtības ģimenē, sabiedrībā, reliģijas ietekmē un citur. Iespēja ieraudzīt un apzināties savas stiprās puses un vērtības mazina nepieciešamību pēc neatbilstošiem līdzekļiem, lai atrastu savu lomu un vietu sabiedrībā.



rīkojies



atceries

3. aktivitāte. Individuālais darbs vērtību noteikšanā.

Skolēni analizē savu vērtību skalu: cik nozīmīgu vietu viņu dzīvē ieņem ģimene, draugi, vide, darbs, izglītība, veselība, nauda u.c. Ierosmei var noderēt darba lapas Nr. 7 "Vērtības" uzdevums, taču skolēni var veidot arī savu neatkarīgu vērtību sarakstu.

Doti vērtību formulējumi, kas cilvēkiem ir svarīgi un nozīmīgi. Skolēni tos sarindo atbilstoši to nozīmīgumam savā dzīvē.

Izklaidēties	
Rīkoties patstāvīgi	
Saņemt labas atzīmes	
Sagatavoties nākotnei	
Būt labās attiecībās ar vecākiem	
Apprecēties	
Dzīvot atbilstoši savai ticībai/pārlicībai	
Būt radošam un mākslinieciskam	
Pelnīt naudu	
Būt labi ieredzētam draugu vidū	
Sekss ar cilvēku, kuru es mīlu	
Dabūt darbu, kurš man ļoti patīk	
Būt sportiskam	
Audzināt bērnus	
Atrast jaunus draugus	
Pašam sava mašīna/motocikls	

Pāros, grupās vai klasē pārrunā, nosakot jauniešu vidū būtiskākās prioritātes.

4. aktivitāte. Savas personības vērtības skalas veidošana

Skolēni patstāvīgi sastāda savu prioritāro vērtību sarakstu. Ja skolēni uzskata, ka iepriekšējā uzdevumā nebija dotas visas cilvēkiem svarīgākās vērtības, tad saraksts tiek papildināts ar savām vērtībām.

Idejas sarunai:

- Kas sagādāja grūtības noteikt vissvarīgāko vai visnozīmīgāko vērtību?
- Par kuru no vērtībām tu agrāk īpaši nebiji domājis?
- Vai tu biji pārsteigts par savām izjūtām attiecībā uz kādu noteiktu vērtību? Par kuru? Kāpēc?
- Vai tu gribētu parādīt tuvam draugam/draudzenei savu izveidoto vērtību sarakstu? Vecākiem? Kāpēc jā vai kāpēc nē?

5. aktivitāte. Vērtību spēle.

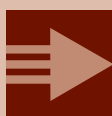
Skolēni pilda darba lapu Nr. 8 "Vērtību spēle", lai noskaidrotu savu vērtību sistēmu un vērtību izpratni.

Audzēkņiem izsniedz sarakstu ar vērtību nosaukumiem. Katrs spēles dalībnieks izvēlas desmit vērtības. Pēc tam divi dalībnieki kopīgi izvēlas astoņas vērtības. Seši dalībnieki izvēlas sešas vērtības. Spēles nobeigumā visa grupa izvēlas četras vērtības un tās sarindo pēc nozīmīguma. Grupas dalībnieki definē izvēlētās vērtības un paskaidro, kāpēc šīs vērtības šķiet vissvarīgākās. Izvēloties vērtības pāru un grupu darbā, var atkārtoti atgriezties pie pilnā vērtību saraksta, ja grupa nevar vienoties par iepriekš katram individuāli izvēlētajām vērtībām. Pēc spēles beigām individuālās lapiņas liek portfolio.

idejas



sarunai



rīkojies



VĒRTĪBAS

Viens no veidiem, kā radīt noteiktu priekšstatu par sevi, ir labāk apzināties un saprast savas vērtības. Ja esi apjucis no neziņas un neskaidriem priekšstatiem par savām vērtībām, tad vieglāk pakļaujies masu mediju un vienaudžu spiedienam lietot psihoaktīvās vielas. Tu bieži sev jautā: "Kas es esmu?" Tu sāc saredzēt sevi kā atšķirīgu no citiem, bet tajā pašā laikā baidies būt pārāk atšķirīgs, lai draugi tevi nenoraidītu.

Tava attieksme pret skolu, pret ģimeni, pret apkārtesošajiem procesiem un pret sevi lielā mērā atkarīga no tavas vērtību izpratnes un vērtību orientācijas. Nedrīkst klaji sadalīt vērtību sistēmas labajās un sliktajās, jo vērtības ir cilvēku uzskati, taču katrs cilvēks drīkst un var savu uzskatu sistēmu veidot tādu, kādu viņš to vēlas. Vienīgās vērtības, kas ir jānoliedz, ir tās, kas ir pretrunā ar humānismu, tas ir, vērtības, kas apdraud citu cilvēku tiesības, brīvības un vajadzības. Vērtības veidojas saskarsmē ar citiem cilvēkiem, vidi un iekšējā dialogā ar sevi pašu.

1. Kas tev dzīvē ir svarīgs? Cik nozīmīgu vietu tavā dzīvē ieņem ģimene, draugi, vide, darbs, izglītība, veselība, nauda u.c.?

"Sarindo savas vērtības!"

Tālāk minētas vērtības, kas cilvēkiem ir svarīgas un nozīmīgas. Sarindo minētos vērtību apgalvojumus atbilstoši to nozīmīgumam tavā dzīvē.

Izkļaidēties	
Rīkoties patstāvīgi	
Saņemt labas atzīmes	
Sagatavoties nākotnei	
Būt labās attiecībās ar vecākiem	
Apprecēties	
Dzīvot atbilstoši savai ticībai/pārliecībai	
Būt radošam un mākslinieciskam	
Pelnīt naudu	
Būt labi ieredzētam draugu vidū	
Sekss ar cilvēku, kuru es mīlu	



atceries



Dabūt darbu, kurš man ļoti patīk	
Būt sportiskam	
Audzināt bērnus	
Atrast jaunus draugus	
Pašam sava mašīna/motocikls	

2. Tagad sastādi piecu sev visnozīmīgāko vērtību sarakstu! Iepriekšējā uzdevumā nebija minētas visas vērtības, kas cilvēkam varētu būt nozīmīgas. Papildini sarakstu ar savām vērtībām!

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

3. Kad esi beidzis vērtību sakārtošanu, sameklē sev partneri, lai apspriestu rezultātus.

Idejas sarunai:

- Kas sagādāja grūtības noteikt vissvarīgāko vai visnenozīmīgāko vērtību?
- Par kurām vērtībām tu agrāk nekad nebiji domājis?
- Vai tu biji pārsteigts par savām izjūtām attiecībā uz kādu noteiktu vērtību? Par kuru? Kāpēc?
- Vai tu gribētu parādīt tuvam draugam/draudzenei savu izveidoto vērtību sarakstu? Vecākiem? Kāpēc jā vai kāpēc nē?

idejas



sarunai

VĒRTĪBU SPĒLE



1. Spēja sadarboties
2. Akadēmiskās zināšanas
3. Savu spēju apzināšanās
4. Aktīva komunikācija
5. Adevāta uzvedība
6. Mākslinieciskās spējas
7. Informācijas avotu (TV, video, grāmatas utt.) un to pielietojanas apzināšanās
8. Sevis fiziskā apzināšanās
9. Dabas un dabas resursu apzināšanās
10. Rūpes par līdzcilvēkiem
11. Kristīga attieksme
12. Līdzdalība vietējā sabiedriskajā dzīvē
13. Līdzdalība sociālo problēmu risināšanā
14. Koncentrēšanās spējas
15. Patērētāja attieksme
16. Drosme
17. Radoša aktivitāte
18. Radoša domāšana
19. Radoša kompetence
20. Izvērtēšanas spējas
21. Citu tautu kultūru izpratne
22. Zinātkāre
23. Izlemšanas spējas
24. Demokrātiska attieksme
25. Attīstītas ētiskās jūtas
26. Emociju attīstība
27. Jutekļu attīstība
28. Estētisko jūtu attīstība
29. Spēja iedziļināties pārdomu objektā, atklātība, vaļsirdība un iecietība
30. Enerģija un aktivitāte
31. Vienlīdzīgas iespējas
32. Vienlīdzība
33. Ģimenes dzīve
34. Biedriskums un lojalitāte
35. Brīvība
36. Draudzība
37. Vispārēja izglītība
38. Vispārējas zināšanas
39. Veselības stāvokļa apzināšanās
40. Godīgums
41. Humors
42. Patstāvīgs vērtējums
43. Intelektuālā attīstība
44. Interesanta brīvā laika pavadīšana
45. Internacionālisma izpratne
46. Internacionāla atbildība
47. Apmierinātība ar darbu
48. Zināšanas par cilvēka dabu
49. Valodu prasmes
50. Vietējais kultūras mantojums
51. Mīlestība
52. Roku darba prasme
53. Tikumiskā domāšana
54. Izglītības nepieciešamības motivācija
55. Tautas kultūras mantojums
56. Neitralitāte
57. Personības pilnveidošanās
58. Fiziskā attīstība
59. Praktiskās iemaņas
60. Gatavība pieaugušo dzīvei
61. Cieņa pret autoritātēm
62. Cieņa pret likumu
63. Cieņa pret citādi domājošiem cilvēkiem
64. Atbildība
65. Atbildība par imigrantiem un bēgļiem
66. Pašpārliecinātība
67. Sociālā kompetence
68. Sabiedrības izpratne
69. Solidaritāte
70. Pētnieciskās iemaņas
71. Tehnoloģijas apzināšanās
72. Patiesīgums
73. Unikāla pieredze
74. Izvēles izmantošana
75. Vēlēšanās mainīties

Spēles laikā izvēlētās vērtības tiek definētas, sarindotas pēc nozīmīguma un paskaidrots, kāpēc tās šķiet vissvarīgākās.

2.3. Darbs un izglītība kā vērtības

Mērķi

Attīstīt prasmes apzināties izglītības un darba vērtību.

Uzdevumi

1. Analizēt izglītības un darba vērtības, izmantojot dažādas izvērtēšanas metodes.
2. Mācīt prasmes izvēlēties mācību un nodarbinātības iespēju.

Apgūstamās prasmes

- Spēj domāt kritiski, spēj analizēt un vērtēt savas domas un rīcību; pielieto kritisko domāšanu lēmumu pieņemšanā.
- Spēj atrast, izvērtēt un izmantot informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām; saprot pozitīvas attieksmes pret darbu un mācīšanos nepieciešamību.
- Prot plānot rīcības soļus un ievēro tos, lai pieņemtu efektīvus lēmumus par mācību un darba izpildījuma/snieguma mērķiem un tos sasniegt.

Jēdzieni

SVID analīze.

Resursi

Darba lapa Nr. 9 "Darbs un izglītība kā vērtības".

Metodes

Diskusija. Individuālais darbs. SVID analīze. Nepabeigto teikumu metode. Domu karte.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par darba un izglītības vērtībām.

Skolēni diskutē par to, vai darbs un izglītība ir vērtības:

- kāds labums no tā, ka cilvēks ir ieguvis izglītību un darbu (pašrealizācijas iespējas, pašapziņa, iespēja pilnveidoties, realizēt sevi kā personību sabiedrībā, atalgojums utt.);
- cik nozīmīga loma ir izglītībai un darbam ģimenē, kā tie veicina, atbalsta personības izaugsmi?

Skolotājs rosina skolēnus raksturot darbu/profesijas, respektējot daudzveidīgus vērtēšanas kritērijus: kādas īpašības piemīt darbam/profesijai, ko viņi labprāt izvēlētos, un kādas īpašības profesijā nešķīstu pievilcīgas:

Vērtēšanas kritēriji	+	-
individuālais darbs		
darbs komandā		
darbavieta		
darba laiks (maiņu darbs utt.)		
samaksa		
nepieciešamā izglītība, tālākizglītība		
nepieciešamā kvalifikācija, prasmes		
personības interešu neatbilstība		

Skolēni atbild uz minētajiem jautājumiem "Kādu darbu es gribu?", izmantojot piedāvātos variantus darba lapā Nr. 9 "Darbs un izglītība kā vērtības".

2. aktivitāte. Izpratnes veidošana par izvērtēšanas un plānošanas metodēm

Ir dažādas metodes, kā izvērtēt esošo situāciju un plānot savu turpmāko darbību.

Viena no metodēm, kā vispusīgi izvērtēt esošo situāciju, nosakot stiprās un vājās puses, apzināt iespējamus draudus un noteikt nepieciešamos uzlabojumus, ir SVID analīze. Tā ir viena no populārākajām metodēm, kuru izmanto dažādās tautsaimniecības nozarēs, izglītībā, darba tirgū utt.

Skolēni grupās vai individuāli aizpilda tabulu, analizējot konkrētu situāciju, darbu vai profesiju. Piemēram: skolotājs, pastnieks, politiķis, modele, zemnieks, arhitekts utt.



Analīzes piemērs

Mans izvēlētais darbs (piemēram, skolotājs)

STIPRĀS PUSES

- darbs ar cilvēkiem,
- regulāra samaksa,
- cieņa sabiedrībā,
- sociālās garantijas,
- ...

VĀJĀS PUSES

- darba tirgum neadekvāts atalgojums par ieguldīto darbu,
- liela darba slodze,
- ...

IESPĒJAS

- karjeras izaugsme,
- tālākizglītība,
- garš atvaļinājums,
- ...

DRAUDI

- veselības problēmas,
- pārslodze,
- laika deficīts,
- ...

Skolotājs var pastiprināt uzdevumu, norādot profesiju noteiktā vidē, piemēram, pastnieks lauku pašvaldībā, skolotājs laukos vai Rīgā.

Skolēni prezentē darbu.

Skolēni strādā darba lapā Nr. 9. "Darbs un izglītība kā vērtības". Skolotājs rosina analizēt mācību iestādi, izmantojot nepabeigto teikumu metodi:

Pabeidz tālāk minētos apgalvojumus

_____ (mācību iestādes nosaukums) atbilst:

manām interesēm, jo

manām personiskajām, garīgajām, materiālajām vai sabiedriskajām (vajadzīgo pasvītro) vērtībām, jo

manām personības īpašībām, jo

manām spējām, dotumiem, talantiem, jo

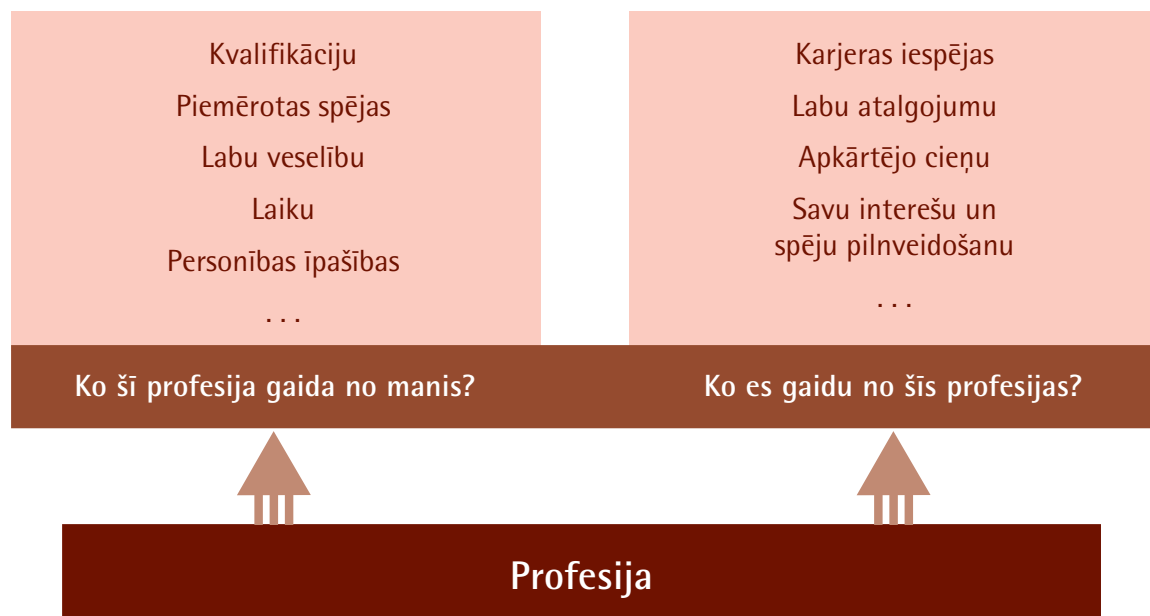
manam veselības stāvoklim, jo

manām iespējām (sociālajām un finansiālajām), jo

citu interesēm un vērtībām, jo

priekšstatam par mācību iestādi, kādā vēlētos mācīties, jo

Skolēni analizē kādu profesiju ar domu kartes palīdzību (piemērs). Skolēni pabeidz doto domu karti.



DARBS UN IZGLĪTĪBA KĀ VĒRTĪBAS

1. Vai darbs un izglītība ir vērtības? Kāds labums no tā, ka cilvēks ir ieguvis izglītību un atradis darbu; padalies personīgajā pieredzē, cik nozīmīga loma ir izglītībai un darbam, kā tie veicina, atbalsta personības izaugsmi.
2. Raksturo darbu/profesijas, respektējot daudzveidīgus vērtēšanas kritērijus: kādas īpašības piemīt darbam/profesijai, ko tu labprāt izvēlētos, un kādas īpašības profesijā nešķistu pievilcīgas:

Vērtēšanas kritēriji	+	-
individuālais darbs		
darbs komandā		
darbavieta		
darba laiks (maiņu darbs utt.)		
samaksa		
nepieciešamā izglītība, tālākizglītība		
nepieciešamā kvalifikācija, prasmes		
personības interešu neatbilstība		

Darba lapa Nr. 9

3. Kādu darbu es gribu?

Dažādi cilvēki darbā meklē dažādas lietas. Pārskati piedāvātos variantus un izlem, kāda veida darbu tu gribētu un kas tev šķiet vissvarīgākais:

1. Kāda veida darbu es gribu?

- Fizisku (nepieciešams spēks un izturība)
- Garīgu (idejas/teorijas)
- Ar cilvēkiem (uzklausīšana/sarunāšanās)
- Radošu (idejas/ jauninājumi)

2. Ar ko es gribu kopā strādāt?

- Ar vienu vai diviem cilvēkiem
- Komandā
- Viens pats

3. Kur es gribu strādāt?

- Lielākoties telpās
- Lielākoties ārā
- Telpās un ārā
- Mājās

4. Kad es gribu strādāt?

- No 9.00 līdz 17.00
- Maiņās
- Nenoteiktos laikos
- Sev izdevīgā laikā
- Nav svarīgi

5. Par kādu samaksu gribu strādāt?

- Par zemu, bet regulāru samaksu
- Par augstu, bet neregulāru samaksu
- Atkarībā no padarītā

6. Ar kādu izglītības pakāpi gribu strādāt?

- Pēc vidusskolas beigšanas
- Pēc profesionālās izglītības iegūšanas
- Pēc augstākās izglītības iegūšanas

- Pēc maģistra grāda iegūšanas
- Bez jebkādas kvalifikācijas

7. Kāpēc es gribu strādāt?

- Personiskam gandarījumam
- Tikai naudas dēļ
- Lai kalpotu sabiedrībai
- Lai palīdzētu citiem

8. No kā es darbā gribētu izvairīties?

- No asinīm
- No trokšņa un smakām
- No bīstamības un riska
- No emocionālas spriedzes
- No smaga un prasīga darba

9. Es darbā gribētu ...

- Mazliet atkārtoties
- Daudz atkārtoties
- Lai būtu dažādība
- Lai nepārtraukti būtu pārmaiņas
- Man vienalga

10. Vai es protu?

- Strādāt bez vadības norādījumiem
- Pieņemt būtiskus lēmumus
- Sniegt pārskatu vadībai
- Uzņemties vadību
- Strādāt ar publiku
- Būt atbildīgs
- Būt precīzs
- Sekot norādījumiem
- Ātri iemācīties un apgūt
- Izrādīt rūpes un apdomīgumu

4. Sastādi īpašību sarakstu, kas varētu būt būtiskas, izvēloties profesiju! Uzraksti, kas tev tavā nākotnes karjerā/profesijā šķiet svarīgs!

padomā

 un
 ieraksti

5. Viena no metodēm, kā vispusīgi izvērtēt esošo situāciju, nosakot stiprās un vājās puses, apzināt iespējamus draudus un noteikt nepieciešamos uzlabojumus, ir SVID analīze. Tā ir viena no populārākajām metodēm, kuru izmanto dažādās tautsaimniecības nozarēs, izglītībā, darba tirgū utt.

Grupā vai individuāli aizpildi tabulu, analizējot konkrētu situāciju/darbu/profesiju:

_____ (darbs/profesija)

<p>STIPRĀS PUSES</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • • • • 	<p>VĀJĀS PUSES</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • • • •
<p>IESPĒJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • • • • 	<p>DRAUDI</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • • • •

Darba lapa Nr. 9

Karjeras izglītība 10.–12. klasei

6. Analizē mācību iestādi, izmantojot nepabeigto teikumu metodi – pabeidz tālāk minētos apgalvojumus

_____ (mācību iestādes nosaukums) atbilst

manām interesēm, jo

manām personiskajām, garīgajām, materiālajām vai sabiedriskajām (vajadzīgo pasvītro) vērtībām, jo

manām personības īpašībām, jo

manām spējām, dotumiem, talantiem, jo

manam veselības stāvoklim, jo

manām iespējām (sociālajām un finansiālajām), jo

citu interesēm un vērtībām, jo

priekšstatam par mācību iestādi, kādā vēlētos mācīties, jo

7. Analizē kādu profesiju ar domu kartes palīdzību: raksturo, ko šī profesija gaida un prasa no tevis (kvalifikāciju, spējas, veselību u.tml.) un ko tu pats sagaidi no šīs profesijas (karjeras iespējas, atalgojumu, apkārtējo cieņu u.tml.). Izvēlies konkrētu profesiju! Pabeidz domu karti!

Ko šī profesija gaida no manis?	Ko es gaidu no šīs profesijas?

2.4. Intereses

Mērķi

Rosināt saskatīt un aktualizēt karjeras izvēlē nozīmīgās intereses.

Uzdevumi

1. Izpratnes par jēdzienu "identitāte" un "intereses" veidošana.
2. Izvērtēt personīgās intereses un izskaidrot, kā tās ietekmē karjeras izvēles iespējas.

Apgūstamās prasmes

- Spēj izvērtēt intereses un izskaidrot to ietekmi veiksmīgas karjeras veidošanā.
- Prot analizēt izglītības un darba vajadzības saistībā ar interesēm un vērtībām.

Jēdzieni

Identitāte, intereses.

Resursi

Darba lapa Nr. 10 "Manas dzīves telpas un laika karte".

Metodes

Diskusija, Prāta vētra, domu karte, brīvais raksts.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Personības lomas apzināšana, izmantojot Prāta vētras metodi.

Uz lapiņām skolēni raksta atbildes uz jautājumu "Kas es esmu?".

Skolēni iepazīstina ar atbildēm. Skolotājs atbildes apkopo un sistematizē uz tāfeles, piemēram,

- personību raksturojoši aspekti –
 - Es – personība,
 - Es – vienreizīgs, neatkārtojams,
 - Es – sava ceļa gājējs,
 - Es – sabiedrības loceklis,
 - Es – ...
- personību lomas –
 - Es – dēls,
 - Es – klases biedrs,
 - Es – ...

2. aktivitāte. Izpratnes par jēdzienu "identitāte" un "interese" veidošana.

Identitāte ir indivīda paštēls, priekšstats par sevi kā par vienreizīgu būtni, kas atšķiras no citām, taču mijiedarbojas ar tām.

Mana identitāte ir indivīda paštēls, priekšstats par sevi kā par vienreizīgu būtni, kas atšķiras no citām, taču mijiedarbojas ar tām. Identitāte kā kādas personības esamība turpinās, arī mainoties tās ārienei, personībai, intelektuālajām spējām, atmiņai.



rīkojies



atceries

Intereses – (<lat.interesse "būt klāt, piedalīties") vajadzības, pieredzes un izvēles nosacīta aktīva attieksme pret darbībām, objektiem un parādībām. Interese var būt aktīva, mērķtiecīga un arī pasīva, interese par mūziku vai sportu.

Interese ir uz kaut ko vērsta nepiespiesta uzmanība un zinātkāre, ar interesi saprot cilvēka psihes stāvokli vai īpašību. Cilvēku raksturo tās intereses, kam pirmām kārtām veltīta kāda īpaša uzmanība, kas pirmām kārtām nodarbina viņa domas.

3. aktivitāte. Laika un interešu analīze – dzīves telpas un laika karte.

Lai uzzinātu, kādu profesiju izvēlēties un ko mēs katrs gribam sasniegt savā karjerā, ir jānoskaidro:

Kas mani interesē? Ko man patīk darīt?

Skolēns analizē savu laiku aktīvā dienas daļā, izvērtējot, cik lielu tās daļu viņš velta dažādām nodarbēm:

- skolai, mācībām, mācību priekšmetiem;
 - mājas darbu veikšanai;
 - interešu izglītībai, pulciņiem;
 - vaļaspriekiem;
 - brīvajam laikam;
 - ģimenei, ģimenes pasākumiem;
 - savai veselībai;
 -

Skolēns iekšējo apli sadala % patērētajam laikam aktīvajā dienas daļa, bet sadalījumu turpina arī ārējā aplī, kurā ieraksta lietas, darbības veidus, ko dara un ko visvairāk patīk darīt.

Piemērs:



rikojies

padomā



ieraksti

idejas



sarunai



esi radošs

Skolēni ar vienu krāsu iekrāso tās lietas, darbības veidus, kas saistīti ar viņu izteiktām interesēm, ar otru krāsu iekrāso tās lietas, parādības, kas saistītas ar nākotnes karjeras izvēli un veidošanu.

Idejas sarunai:

- Ar kuru jomu pārsvarā ir saistītas intereses?
- Kuras intereses sakrīt ar karjeras izvēles iespējām un veidošanu?
- Kādas izmaiņas dzīves telpas un laika kartē iespējamas vai vēlamas, lai veiksmīgāk nodrošinātu karjeras izvēles iespējas?

3. aktivitāte. Brīvais raksts.

Stundas nobeigumā skolotājs rosina brīvā tekstā fiksēt savas izjūtas un domas. Skolotājs aicina skolēnus, kuri vēlas, uzrakstīto nolasīt.



MANAS DZĪVES TELPAS UN LAIKA KARTE

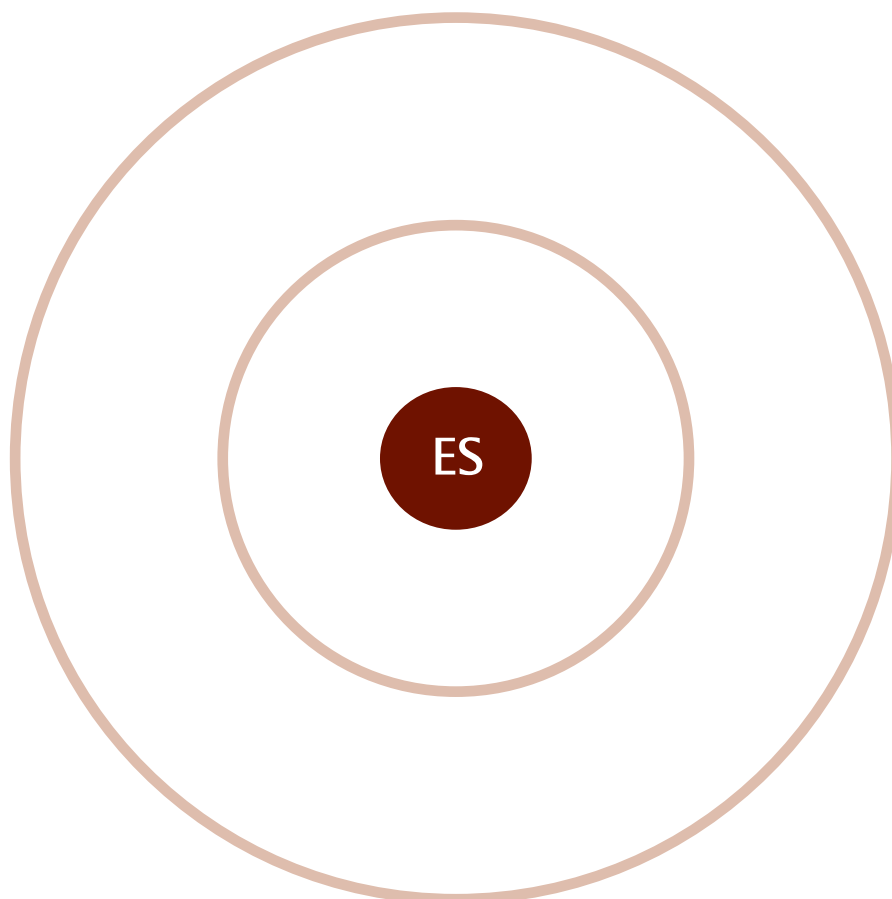


Tu analizē savu laiku. Cik lielu dienas daļu velti kādai no nodarbēm:

- skolai, mācībām;
 - mājas darbu veikšanai;
 - hobijiem, pulciņiem;
 - brīvajam laikam;
 - ģimenei;
 - savai veselībai;
 -

Iekšējo apli sadala % patērētajam laikam aktīvajā dienas daļa, bet sadalījumu turpina arī ārējā aplī, kurā ieraksta lietas, darbības veidus, ko dara un ko visvairāk patīk darīt.

Ar vienu krāsu iekrāso tās lietas, darbības veidus, kas saistās ar izteiktām interesēm, ar otru krāsu – tās lietas, parādības, kas saistās ar nākotnes karjeras izvēli un veidošanu.



2.5. Intereses un vērtības

Mērķi

Rosināt saskatīt un aktualizēt personības attīstībā un karjeras izvēlē nozīmīgās intereses.

Uzdevumi

Vērtēt personīgās intereses un skaidrot, kā tās ietekmē karjeras izvēles iespējas.

Apgūstamās prasmes

- Spēj vērtēt intereses un izskaidrot to ietekmi veiksmīgas karjeras veidošanā.
- Spēj analizēt intereses, kas būs saistītas ar vērtībām karjeras veidošanā.

Resursi

Darba lapa Nr. 11 "Man svarīgās vērtības".

Metodes

Analīze, pārrunas.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Vērtību un interešu realizēšana karjeras veidošanas procesā

Intereses un cilvēka vērtības ietekmē karjeras veidošanu. Cilvēkam, kuram interesē bioloģija, ķīmija, būs viegli būt par mediķi. Savukārt cilvēks, kuram ļoti nepatīk informātika, matemātika, fizika, iespējams, izvēlēsies mācīties filoloģiju.

Karjeras veidošana ir mērķtiecīgs, ilglaicīgs process, kur veiksmes pamatā ir cilvēka spēja analizēt, vērtēt un aktualizēt savas intereses un vērtības saistībā ar karjeras izvēli.

Skolotājs iepazīstina vai rosina patstāvīgi iepazīties ar tabulu:

Vērtības	Darbības, kā realizēt vērtības dzīvē un karjeras izvēlē
Izglītība	Izvēlos mācību iestādi – arodvidusskolu, koledžu, augstskolu vai citu, kas mani interesē. Plānoju sagatavošanos tālākām studijām – iegūstu informāciju par studijām, noskaidroju iestāšanās noteikumus, apmeklēju sagatavošanās kursus, piedalos atvērto durvju dienā. Padziļināti apgūstu nepieciešamos mācību priekšmetus.
Sevis izzināšana	Analizēju savas spējas, dotumus, rakstura īpašības. Aptaujāju draugus, paprasu padomu vecākiem, skolotājiem.
Intereses	Piedalos konkursos, aktivitātēs, projektos. Meklēju prakses vietas vai piedalos Ēnu dienās atbilstošā vai līdzīgā nozarē, kas varētu atbilst manām interesēm.

Rakstura īpašības	Spēju sadarboties grupā. Esmu drosmīgs. Man ir laba humora izjūta. Man piemīt radoša domāšana. Esmu mērķtiecīgs. Esmu tolerants, cienu citādi domājošus cilvēkus.
Atalgojums, novērtējums, gandarījums	Jūtu gandarījumu par labi padarītu darbu. Man ir svarīgs mutisks, rakstisks vai materiāls novērtējums, atalgojums. Par darbu varu saņemt arī mutisku, rakstisku vai materiālu darba devēja atzinību.
Veselība	Man ir svarīga psiholoģiskā stabilitāte. Regulāri sekoju līdzi savam veselības stāvoklim. Zinu, kādas veselības prasības ir mani interesējošajā profesijā.
Ģimene	Man ir svarīgi būt kopā ar ģimeni. Mani ģimenes locekļi ir labi padomdevēji. Ģimene pieņems manu nenormēto darba laiku.

Skolēns izvērtē iecerēto profesiju atbilstoši dažādām dzīves vērtībām, nosakot tās darbības, kuras realizē dzīvē, lai veicinātu karjeras izvēli un veidošanu. Aizpildot tabulu, sakārto vērtības pēc nozīmīguma.

Mana iecerētā profesija _____

Vērtības	Realizēju dzīvē



izpēti

INTERESES UN VĒRTĪBAS

Iepazīsties ar tabulu!

Vērtības	Darbības, kā realizēt vērtības dzīvē un karjeras izvēlē
Izglītība	Izvēlos mācību iestādi – arodvidusskolu, koledžu, augstskolu vai citu, kas mani interesē. Plānoju sagatavošanos tālākām studijām – iegūstu informāciju par studijām, noskaidroju iestāšanās noteikumus, apmeklēju sagatavošanās kursus, piedalos atvērto durvju dienā. Padziļināti apgūstu nepieciešamos mācību priekšmetus.
Sevis izzināšana	Analizēju savas spējas, dotumus, rakstura īpašības. Aptaujāju draugus, paprasu padomu vecākiem, skolotājiem.
Intereses	Piedalos konkursos, aktivitātēs, projektos. Meklēju prakses vietas vai piedalos Ēnu dienās atbilstošā vai līdzīgā nozarē, kas varētu atbilst manām interesēm.
Rakstura īpašības	Spēju sadarboties grupā. Esmu drosmīgs. Man ir laba humora izjūta. Man piemīt radoša domāšana. Esmu mērķtiecīgs. Esmu tolerants, cienu citādi domājošus cilvēkus.
Atalgojums, novērtējums, gandarījums	Jūtu gandarījumu par labi padarītu darbu. Man ir svarīgs mutisks, rakstisks vai materiāls novērtējums, atalgojums. Par darbu varu saņemt arī mutisku, rakstisku vai materiālu darba devēja atzinību.
Veselība	Man ir svarīga psiholoģiskā stabilitāte. Regulāri sekoju līdzi savam veselības stāvoklim. Zinu, kādas veselības prasības ir mani interesējošajā profesijā.
Ģimene	Man ir svarīgi būt kopā ar ģimeni. Mani ģimenes locekļi ir labi padomdevēji. Ģimene pieņems manu nenormēto darba laiku.

Izvērtē iecerēto profesiju atbilstoši dažādām dzīves vērtībām, nosakot tās darbības, kuras realizē dzīvē, lai veicinātu karjeras izvēli un veidošanu.

Aizpildot tabulu, sakārto vērtības pēc nozīmīguma.

Darba lapa Nr. 11

Karjeras izglītība 10.–12. klasei

Mana iecerētā profesija _____

padomā
!?!
un
ieraksti

Vērtības	Realizēju dzīvē

Ieteicamie un izmantotie informācijas avoti:

- Baldiņš, Alvars, Raževa, Astrīda. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. Rīga: Pētergailis, 2001. 75 lpp.
- Bīrahs, A.J. Galvu augšā: psihologa padomi, kā veidot pašapziņu. Rīga: Jumava, 1998. 174 lpp.
- Fišers, R. Mācīsim bērniem domāt. Rīga: RaKa, 2005.
- Fišers, R. Mācīsim bērniem mācīties. Rīga: RaKa, 2005. 219 lpp.
- Geidžs, N., Berliners, D. Pedagoģiskā psiholoģija. Rīga: Zvaigzne ABC, 1999.
- Kolominskis, I. Cilvēks: psiholoģija: grāmata vecāko klašu skolēniem. Rīga: Zvaigzne, 1990. 217 lpp.
- Kons, I. Vecāko klašu skolēnu psiholoģija. Rīga: Zvaigzne, 1985.
- Krastiņa, E., Pipere, A. Mācību sasniegumu pašizvērtēšana. Rīga: RaKa, 2004. 216 lpp.
- Kupčs, Jānis. Saskarsmes būtība. Rīga: Zvaigzne, 1990. 36 lpp.
- Kvīna-Šica F. Psiholoģiskie testi: Zvaigzne ABC, 1997. 127 lpp.
- Ķiete, Ilona, Suhanova, Gunta. Skolēnu spējas un mācību process skolā. Rīga: Pētergailis, 2001. 60 lpp.
- Levi, V. Nestandarta bērns. Rīga: Zvaigzne, 1989. 254 lpp.
- Ļubkina, Velta. Audzēkņu komunikatīvo un organizatorisko spēju noteikšana. Izglītības Attīstības Institūta Mēnešraksts, Nr. 2, 1994. 36.–39.lpp.
- Maļicka, J. Piederības izjūta un mācību motivācija. Rīga: RaKa, 2004. 129 lpp.
- Mežale, Sk. Motivācija un mācīšanās, Ilūzijas par "Gaismas pili"
- Milta, A. Krustpunkti. Rīga: Zvaigzne, 1991. 88 lpp.
- Rubana, I. M.Veselības izglītības pamati. Rīga: RaKa, 1977. 91. – 93. lpp.
- Rubana, I. Mācīties darot. Rīga: RaKa, 2004. 262 lpp.
- Saskarsme ar audzēkņiem. Rīga: [b.i.], 1999. 147. – 148. lpp.
- Duddy, Joseph, Keane, Richard. Student Yearbook and career Directory. Part 1. Dublin: Printed by Future print LTD – 256.
- Janda, Louis, Bert.Westbrook. 25 Career Tests. New York
- Peavy, R.V. Counselling Adylts for Decision-making A Progmatic Orientation. Canada, 1995.

3. Izglītība

vienu
vasaru

3.1. Izglītības sistēma Latvijā

Mērķi

Mācīt zināt un izprast Latvijas izglītības sistēmu un apzināt tālākas izglītības iespējas.

Uzdevumi

1. Attīstīt prasmes meklēt, iegūt, novērtēt un izmantot informāciju savas karjeras veidošanas procesā.
2. Saistīt mūžizglītību ar savas karjeras veidošanas procesu.

Apgūstamās prasmes

- Prot atrast, skaidrot un novērtēt daudzveidīgu informāciju par izglītības iespējām.
- Prot saistīt mūžizglītību ar savas karjeras veidošanas procesu.

Jēdzieni

Izglītība, izglītības sistēma, izglītības pakāpe – pamatzglītības pakāpe, vidējās izglītības pakāpe, augstākās izglītības pakāpe.

Izglītības veids – vispārējā, profesionālā, akadēmiskā, speciālā, interešu, tālākizglītība, mūžizglītība, neformālā izglītība.

Studiju veidi – klātienē studijas, neklātienē studijas, pilna laika studijas un nepilna laika studijas.

Licencēta, akreditēta izglītības programma.

Akadēmiskā izglītība, profesionālā augstākā izglītība, profesionālā kvalifikācija, profesionālā vidējā izglītība.

Bakalaura, maģistra, doktora grāds.

Studiju kredīšana – studiju kredīts, studējošo kredīts.

Valsts un juridisko personu dibinātās mācību iestādes.

Centralizētais eksāmens.

Resursi

Dators ar interneta pieslēgumu, multimediju projektors, darba lapa Nr. 12 "Izglītības sistēma Latvijā", darba lapa Nr. 13 "Izglītības iestāde, iegūstamā profesionālā izglītības kvalifikācija", darba lapa Nr. 14 "Kas man jāzina par mācību iestādi?" un darba lapa Nr. 15 "Izglītības iespējas Latvijā", A1 formāta lapas.

Metodes

Stāstījums, individuālais darbs, grupu darbs, IT tehnoloģijas.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Izpratnes veidošana par Latvijas izglītības sistēmu.

Skolotājs iepazīstina skolēnus vai skolēni patstāvīgi iepazīstas ar Latvijas izglītības sistēmu kopumā, akcentējot izglītības iespējas pēc vidusskolas.

Klausoties skolotāja stāstījumu par izglītības sistēmu, skolēni aizpilda darba lapu, kuru saglabā savā portfolio (darba lapa Nr. 13 "Izglītības iestāde, iegūstamā profesionālās izglītības kvalifikācija").



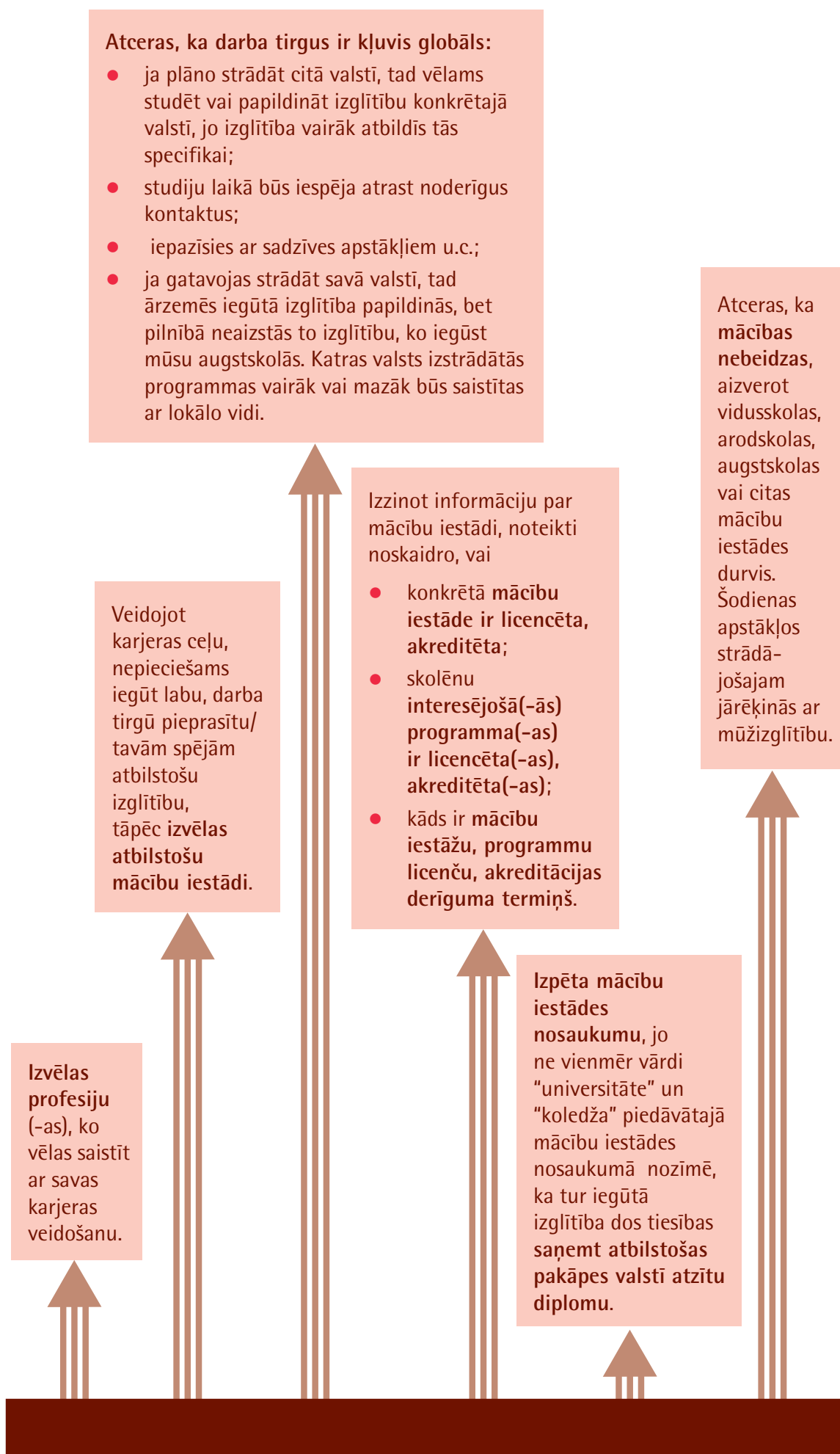
Zināšanas un prasmes cilvēks iegūst gan mācīšanās, gan darba procesā (pieredze un darba iemaņas). Plānojot izglītošanās programmu, jāievēro vairāki svarīgi faktori:

- Izvēlas profesiju(-as), ko vēlas saistīt ar savas karjeras veidošanu.
- Veidojot karjeras ceļu, nepieciešams iegūt labu, darba tirgū pieprasītu/tavām spējām atbilstošu izglītību, tāpēc izvēlas atbilstošu mācību iestādi.
- Izzinot informāciju par mācību iestādi, noteikti noskaidro, vai
 - konkrētā mācību iestāde ir licencēta, akreditēta;
 - skolēnu interesējošā(-ās) programma(-as) ir licencēta, akreditēta;
 - kāds ir mācību iestāžu, programmu licenču, akreditācijas derīguma termiņš.
- Izpēta mācību iestādes nosaukumu, jo ne vienmēr vārdi "universitāte" un "koledža" piedāvātajā mācību iestādes nosaukumā nozīmē, ka tur iegūtā izglītība dos tiesības saņemt atbilstošas pakāpes valstī atzītu diplomu.
- Atceras, ka mācības nebeidzas, aizverot vidusskolas, arodskolas, augstskolas vai citas mācību iestādes durvis. Šodienas apstākļos strādājošajam jārēķinās ar mūžizglītību. Tas nozīmē – mācīšanās dzīves garumā. Tātad tie, kuri vēlas un māk paplašināt savas zināšanas un spējas, var pastāvēt modernajā profesionālajā dzīvē. Mūžizglītība ir savas kvalifikācijas paaugstināšana, citas kvalifikācijas iegūšana, kursi un citas iespējas. Tā šodienas mainīgajos apstākļos palīdzēs būt konkurētspējīgākam darba tirgū.
- Atceras, ka darba tirgus ir kļuvis globāls:
 - Ja plāno strādāt citā valstī, tad vēlams studēt vai papildināt izglītību konkrētajā valstī, jo izglītība būs vairāk atbilstoša tās specifikai;
 - studiju laikā būs iespēja atrast noderīgus kontaktus;
 - iepazīties ar sadzīves apstākļiem u.c.
- Ja gatavojas strādāt savā valstī, tad ārzemēs iegūtā izglītība papildinās, bet pilnībā neaizstās to izglītību, ko iegūst mūsu augstskolās. Katras valsts izstrādātās programmas vairāk vai mazāk būs saistītas ar lokālo vidi.





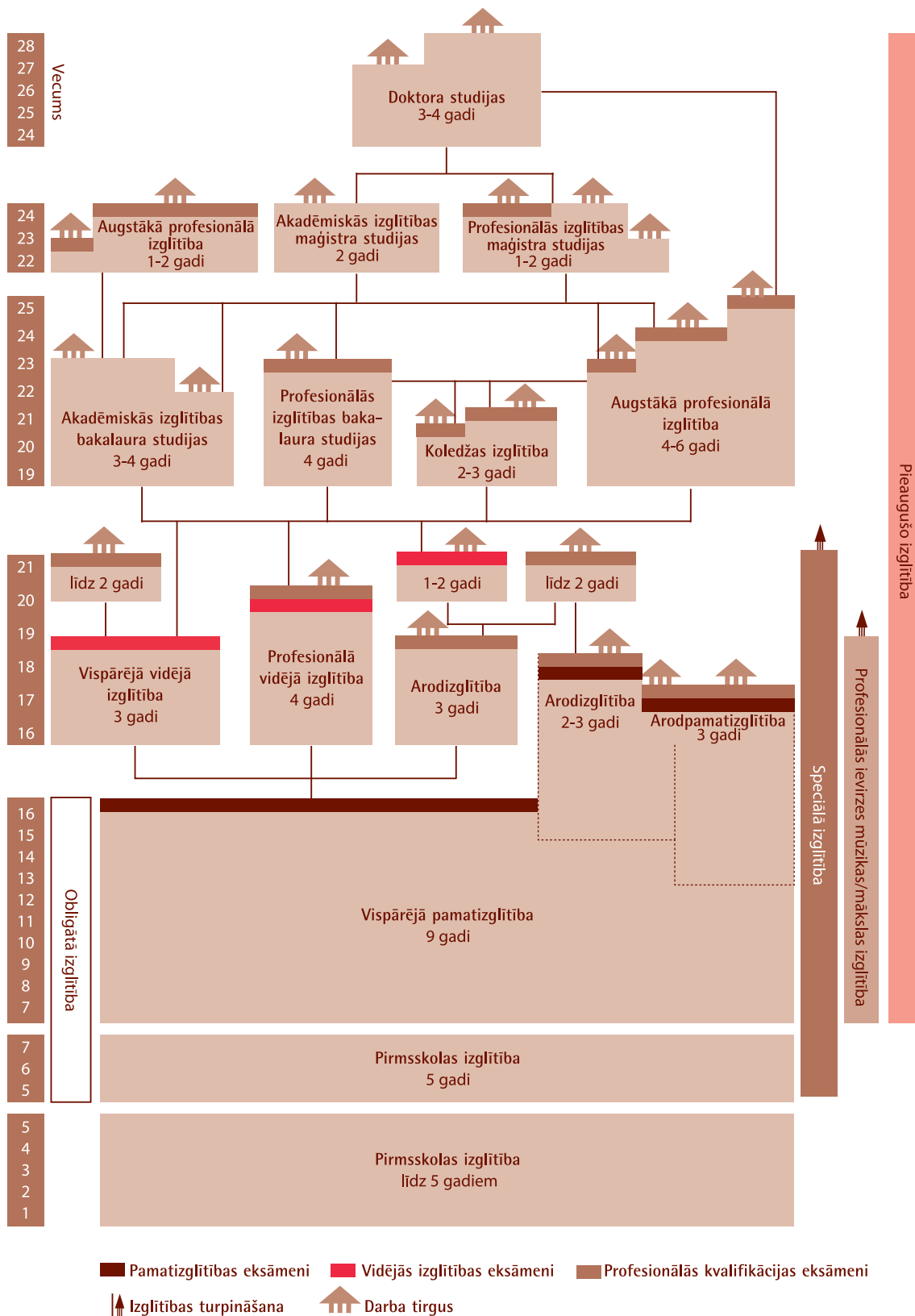
izlasi





Latvijas Republikā ir iespējams apgūt dažādas profesijas dažādos kvalifikācijas līmeņos. To nosaka Latvijas Izglītības likums. [4.]

Latvijas Republikas izglītības sistēma





atceries

Lai izprastu izglītības sistēmu, jāapgūst jēdzieni, kas saistīti ar izglītības sistēmu, mācību iestādēm, un jāiepazīstas ar uzņemšanas noteikumiem:

- izglītības iestāžu tipi – valsts, pašvaldību un juridisko personu dibinātās mācību iestādes;
- izglītības pakāpe – pirmsskolas izglītība, vispārējā pamatizglītība, vispārējā vidējā izglītība, profesionālā vidējā izglītība, arodizglītība, augstākā izglītība (akadēmiskā un profesionālā);
- izglītības veids –
 - formālā izglītība: vispārējā, profesionālā, akadēmiskā, speciālā, interešu,
 - neformālā izglītība: tālākizglītība, mūžizglītība;
- studiju veidi – klātienē studijas, neklātienē studijas, pilna laika studijas un nepilna laika studijas;
- izglītības programmas licencēšana un licence, akreditēšana un akreditācijas lapa;
- profesionālā kvalifikācija, bakalaurs, zinātniskie grādi – maģistra, doktora grāds;
- studiju kredītēšana – studiju kredīts, studējošo kredīts.

2. aktivitāte. Izpratnes veidošana par mācību iestāžu tipiem un kvalifikācijas līmeņiem.

Arodskola – vidējās pakāpes izglītības iestāde, kurā

- apgūst arodizglītības programmas,
- ir iespēja iegūt 3. profesionālās kvalifikācijas līmeni – teorētisko un praktisko sagatavotību, kas dod iespēju patstāvīgi veikt kvalificētu izpildītāja/strādnieka darbu. Audzēknis atbild par savu darbu, kuru veic pēc instrukcijas, ir spējīgs strādāt grupā.

Arodvidusskola (arodģimnāzijas un tehnikumi) – vidējās pakāpes izglītības iestāde, kurā

- apgūst profesionālās vidējās izglītības programmas,
- ir iespēja iegūt 3. profesionālās kvalifikācijas līmeni – teorētisko un praktisko sagatavotību, kas dod iespēju veikt izpildītāja/strādnieka pienākumus, kuros ietilpst izpildāmā darba plānošana un organizēšana. Iegūstot praktiskā darba pieredzi, audzēknis var uzņemties atbildību par resursu sadali un citu izpildītāja darbu.

Koledža – augstākās pakāpes izglītības iestāde, kurā

- apgūst pirmā līmeņa profesionālās augstākās izglītības programmas,
- ir iespēja iegūt 4. profesionālās kvalifikācijas līmeni – teorētisko sagatavotību, kas dod iespēju veikt sarežģītu izpildītāja darbu, kā arī organizēt un vadīt citu speciālistu darbu.

Augstskola – augstākās pakāpes izglītības iestāde, kurā apgūst

- otrā līmeņa profesionālās augstākās izglītības un akadēmiskās izglītības programmas:
 - profesionālās studiju programmas – tiek apgūtas profesijai nepieciešamās prasmes un iemaņas,
 - profesionālās bakalaura un profesionālā maģistra programmas – tiek apvienotas akadēmiskās studijas ar profesionālajām iemaņām,
 - akadēmiskās bakalaura un maģistra programmas – tiek apgūtas teorētiskās un pētnieciskās iemaņas, maz praktiskās apmācības.

- Šajās profesionālās izglītības iestādēs ir iespēja iegūt
 - 4. profesionālās kvalifikācijas līmeni – teorētisko sagatavotību, kas dod iespēju veikt sarežģītu izpildītāja darbu, kā arī prasmi organizēt un vadīt citu speciālistu darbu;
 - 5. profesionālo kvalifikācijas līmeni – noteiktas nozares speciālista augstāko kvalifikāciju. Tā dod iespēju plānot un veikt arī zinātniskās pētniecības darbu attiecīgajā nozarē.

Akadēmisko un profesionālo izglītības programmu atšķirības nosaka Latvijas Republikas Ministru kabineta noteikumi par otrā līmeņa profesionālās augstākās izglītības standartu, pirmā līmeņa profesionālās augstākās izglītības standartu un valsts akadēmiskās izglītības standartu. Divas būtiskākās iezīmes, ar ko profesionālās bakalaura programmas atšķiras no akadēmiskajām, ir šādas:

- profesionālās programmas ietver praksi, kas ir obligāta, līdz ar to šīs programmas ir četrgadīgas (akadēmiskā bakalaura programmas var būt arī trīsgadīgas);
- profesionālajām bakalaura programmām ir jābūt noteiktam profesijas standartam, kurā darba devējs norāda, kādi speciālisti (augstskolu absolventi) viņam ir vajadzīgi. [5.]

Svarīgi ir noskaidrot, vai mācību iestāde (augstskola vai koledža) ir saņēmusi izglītības programmu licenci, kas piešķir tiesības izglītības iestādei īstenot konkrēto izglītības programmu.

Tāpat ir būtiski zināt, vai izglītības iestāde ir saņēmusi izglītības programmas akreditāciju, kas dod tiesības tai izsniegt valsts atzītu izglītības dokumentu par konkrētai izglītības programmai atbilstošas izglītības ieguvu. Ja mācību iestāde nav saņēmusi akreditāciju, tad, beidzot mācības, var saņemt tikai mācību iestādes atzītu diplomu.

Šādu informāciju var saņemt Augstākās izglītības kvalitātes novērtēšanas centrā (AIKNC), kura mājas lapas adrese ir www.aiknc.lv.

Uzņemšanas noteikumus reglamentē Augstskolu likuma (LR Saeima 10.06.1999.) 46. pants un Profesionālās izglītības likuma (LR Saeima 10.06.1999.) 27. pants.

Vidējās arodizglītības iestādēs uzņem audzēkņus konkursa kārtībā, kuru organizē pati mācību iestāde. Var būt atestātu konkurss, iestājeksāmeni vai citi noteikumi, kuri ir atkarīgi no mācību programmas specifikas.

Augstskolās, sākot ar 2004. gadu, uzņemšana studiju programmās notiek konkursa kārtībā, pamatojoties uz centralizēto eksāmenu rezultātiem. Izvēlētajā studiju programma nosaka, kādos mācību priekšmetos tie ir nepieciešami. Dažas mācību iestādes – Latvijas Mākslas akadēmija, Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija u.c. nosaka papildu iestājnoteikumus vai iestājeksāmenus.

Katrā valsts mācību iestādē ir noteikts budžeta vietu skaits. To nosaka IZM pēc Augstākās izglītības padomes ieteikumiem, pašvaldību vai fizisko personu dibinātajās augstskolās tās nosaka pati mācību iestāde. Studiju vietām, kuras nav finansētas no valsts budžeta, tiek noteikta mācību maksa, to nosaka katra mācību iestāde.

Informāciju par uzņemšanas noteikumiem, budžeta vietu skaitu, mācību maksas apjomu meklē konkrētās mācību iestādes informācijas avotos (bukletos, mājas lapās u.c.).

Studiju laikā budžeta vietās studējošie sekmīgie studenti var saņemt stipendiju.

Maksas grupās studējošiem sekmīgiem studentiem ir iespēja saņemt studiju kredītus. Kredītu saņemšanas un atdošanas kārtību nosaka Augstskolu likuma 79. pants.

Studiju kredītēšana – valsts budžeta aizdevums studējošajam, lai varētu segt maksu par studijām.

- Studiju kredītu var saņemt
 - par maksu studējošie studenti,

- apgūstot tikai akreditētās studiju programmas.

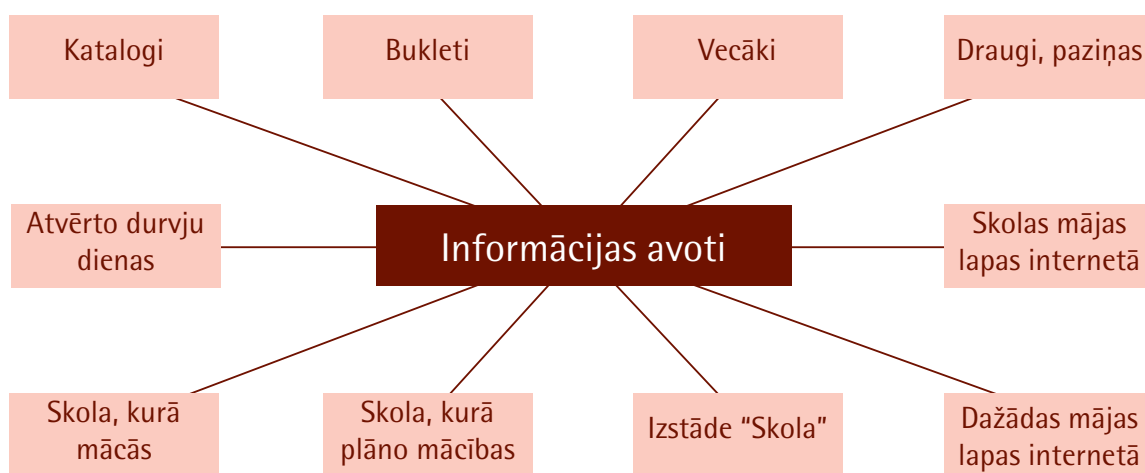
Studējošo kreditēšana – ikmēneša aizdevums no valsts budžeta līdzekļiem, lai varētu nodrošināt studenta sociālās vajadzības.

- Studējošo kredītu var saņemt studenti, kas studē pilna laika studiju programmās.
- Kredīta atdošana
 - pēc studiju pabeigšanas aizdevumu var atmaksāt ilgākā laika posmā,
 - kredītu dzēš no valsts budžeta, ja kredīta ņēmējs pēc studiju pabeigšanas strādā kādā no valsts vai pašvaldības institūcijām profesijās, kuru sarakstu nosaka Ministru kabinets.

Informāciju par studiju un studējošo kredītiem var saņemt, piemēram, Studiju fondā, kura mājas lapas adrese ir www.sf.gov.lv.



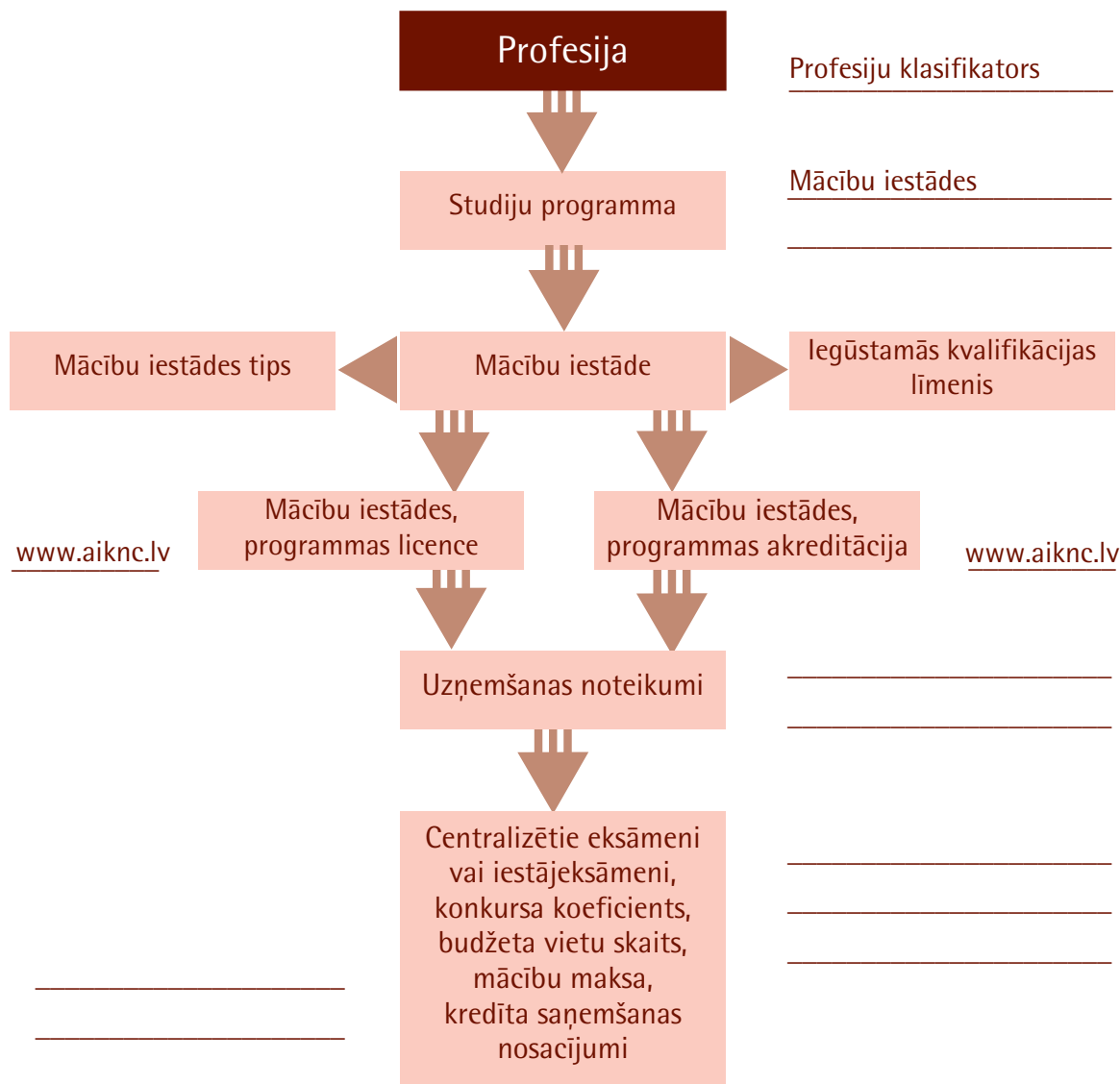
3. aktivitāte. Darbs ar dažādiem informācijas avotiem par izglītības iespējām.



Skolēni ieraksta darba lapā Nr. 14 "Kas jāzina par mācību iestādi?". Blakus shēmai ieraksti informācijas avotus, kuros var atrast nepieciešamo informāciju par vajadzīgo jautājumu, vai citu sev nepieciešamo informāciju!

- Idejas darbam ar informācijas avotiem internetā – dažas interneta adreses, kurās var iegūt nepieciešamo informāciju:
 - www.izm.lv /izglītības sistēma – Latvijas izglītības sistēma.
 - www.aiknc.lv – augstskolu un mācību programmu akreditēšana un licencēšana.
 - www.piaa.gov.lv – informācija par mācību iestādēm.
 - www.studentnet.lv.
 - www.sf.gov.lv – studentu fonds – studiju un studējošo kredītiem.
 - www.izaugsme.lv – portāls skolēniem par karjeras izvēli.
 - www.aic.lv – diplomu atzīšana.
 - www.lm.gov.lv – Labklājības ministrija – profesiju klasifikators.

Skolēnam, izvēloties mācību iestādi, ir jānoskaidro vairāki būtiski jautājumi. To pārskats dots shēmā:



Klasē vēlreiz kopīgi pārrunā soļus, kas ejami, izvēloties mācību iestādi, izmantojot aizpildītās darba lapas.

4. aktivitāte. Diskusija par personīgā "Es" un izglītības saistību.

Skolotājs rosina diskusiju par izglītības sistēmu un izglītības iespējām Latvijā.

Idejas sarunai:

- Kādu tipu mācību iestādes ir Latvijā?
- Kādu kvalifikācijas līmeni iespējams un vēlos iegūt?
- Kā noskaidrot, vai mācību iestāde ir licencēta un akreditēta?
- Kādi jautājumi jānoskaidro par mācību iestādi pirms dokumentu iesniegšanas?
- Kādas sekas, ja skolēns/students apguvis nelicencētu, neakreditētu izglītības programmu?

Ieteicams jautājumus veidot, ņemot vērā klases skolēnu intereses, vajadzības, iespējas u.c.

idejas



sarunai



aizpildi

5. aktivitāte. Zināšanu nostiprināšana (refleksija) par izglītības sistēmu.

Skolēni strādā darba lapā Nr. 15 "Izglītības iespējas Latvijā", kurā parāda un nostiprina savas zināšanas.

Skolotājs rosina pārrunāt problemātiskos jautājumus.



esi radošs

6. aktivitāte. Grupu darbs "Mana nākamā skola".

Skolēni veido reklāmu par savu izvēlēto mācību iestādi, tā var būt arodvidusskola, koledža vai augstākā mācību iestāde, kuru pēc tam reklamē citiem klases biedriem.

- Grupas var dalīt pēc skolēnu interesēm vai citiem nosacījumiem.
- Mācību iestāžu tipus izvēlas pēc skolēnu izvēles.

Grupu darbu prezentē klasē.

IZGLĪTĪBAS SISTĒMA LATVIJĀ



izlasi

Atceras, ka darba tirgus ir kļuvis globāls:

- ja plāno strādāt citā valstī, tad vēlams studēt vai papildināt izglītību konkrētajā valstī, jo izglītība vairāk atbilstīs tās specifikai;
- studiju laikā būs iespēja atrast noderīgus kontaktus;
- iepazīsies ar sadzīves apstākļiem u.c.;
- ja gatavojas strādāt savā valstī, tad ārzemēs iegūtā izglītība papildinās, bet pilnībā neaizstās to izglītību, ko iegūst mūsu augstskolās. Katras valsts izstrādātās programmas vairāk vai mazāk būs saistītas ar lokālo vidi.

Atceras, ka **mācības nebeidzas**, aizverot vidusskolas, arodskolas, augstskolas vai citas mācību iestādes durvis. Šodienas apstākļos strādājošajam jāērķinās ar mūžizglītību.

Izzinot informāciju par mācību iestādi, noteikti noskaidro, vai

- konkrētā mācību iestāde ir licencēta, akreditēta;
- skolēnu interesējošā(-ās) programma(-as) ir licencēta(-as), akreditēta(-as);
- kāds ir mācību iestāžu, programmu licenču, akreditācijas derīguma termiņš.

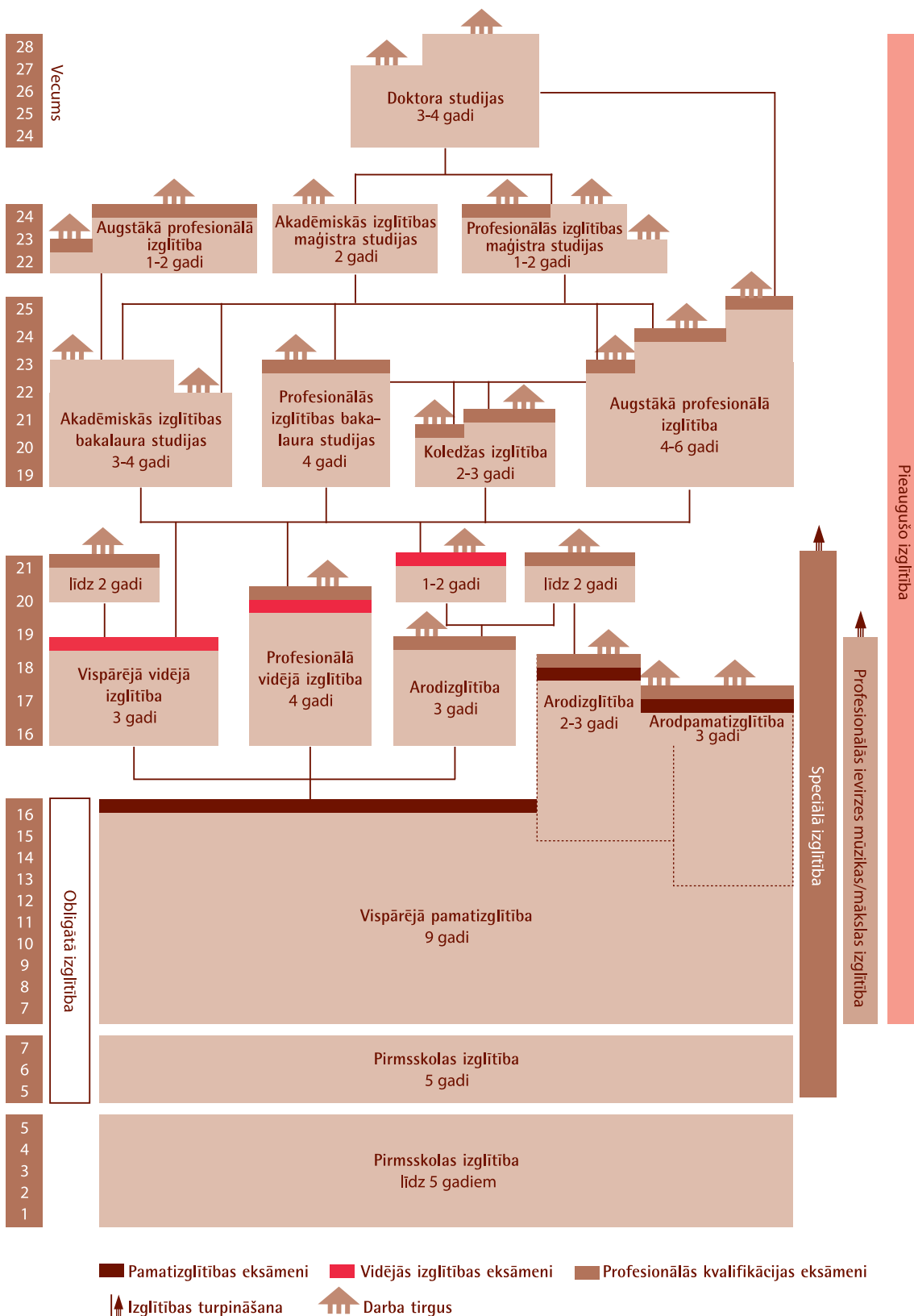
Veidojot karjeras ceļu, nepieciešams iegūt labu, darba tirgū pieprasītu/tavām spējām atbilstošu izglītību, tāpēc izvēlas atbilstošu mācību iestādi.

Izvēlas profesiju (-as), ko vēlas saistīt ar savas karjeras veidošanu.

Izpēta mācību iestādes nosaukumu, jo ne vienmēr vārdi "universitāte" un "koledža" piedāvātajā mācību iestādes nosaukumā nozīmē, ka tur iegūtā izglītība dos tiesības saņemt atbilstošas pakāpes valstī atzītu diplomu.



Latvijas Republikas izglītības sistēma



IZGLĪTĪBAS IESTĀDE, IEGŪSTAMĀ PROFESIONĀLĀ IZGLĪTĪBAS KVALIFIKĀCIJA



Klausoties skolotāja stāstīto par izglītības sistēmu Latvijā, papildini tabulu, ierakstot:

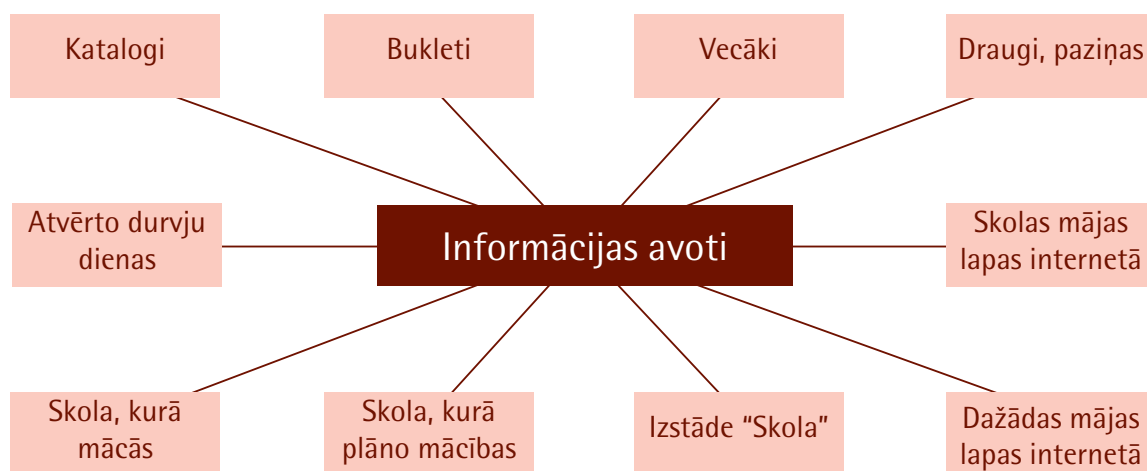
- atbilstošos izglītības iestādes tipus,
- iegūstamās izglītības pakāpes,
- profesionālās kvalifikācijas līmeņus,
- profesijas, kuras var apgūt šajās mācību iestādēs.

Izglītības iestādes tips	Iegūstamā izglītības pakāpe	Profesionālās kvalifikācijas līmenis	Profesijas
Arodskola	Arodizglītība	2. profesionālās kvalifikācijas līmenis – teorētiskā un praktiskā sagatavotība, kas dod iespēju patstāvīgi veikt kvalificētu izpildītāja darbu	<ul style="list-style-type: none"> • celtnieks • šuvēja • pārdevēja • automehāniķis
	Profesionālā vidējā izglītība	3. profesionālās kvalifikācijas līmenis	
	Pirmā līmeņa augstākā izglītība	4. profesionālās kvalifikācijas līmenis	
	Otrā līmeņa augstākā izglītība <ul style="list-style-type: none"> • bakalaurs • _____ • _____ 	4. profesionālās kvalifikācijas līmenis 5. profesionālās kvalifikācijas līmenis	



izpēti

KAS JĀZINA PAR MĀCĪBU IESTĀDI?



Kopīgi klasē pārrunāriet soļus, kas ejami, izvēloties mācību iestādi!

Noskaidrojiet, kāda vēl papildu informācija nepieciešama par mācību programmu un mācību iestādi!

Blakus shēmai ieraksti informācijas avotus, kur var atrast nepieciešamo informāciju par vajadzīgo jautājumu vai citu sev nepieciešamo informāciju!

Dažas interneta adreses, kurās var iegūt nepieciešamo informāciju:

www.izm.lv/izglitiba/sistema – Latvijas izglītības sistēma.

www.aiknc.lv – augstskolu un mācību programmu akreditēšana un licencēšana.

www.piaa.gov.lv – informācija par mācību iestādēm.

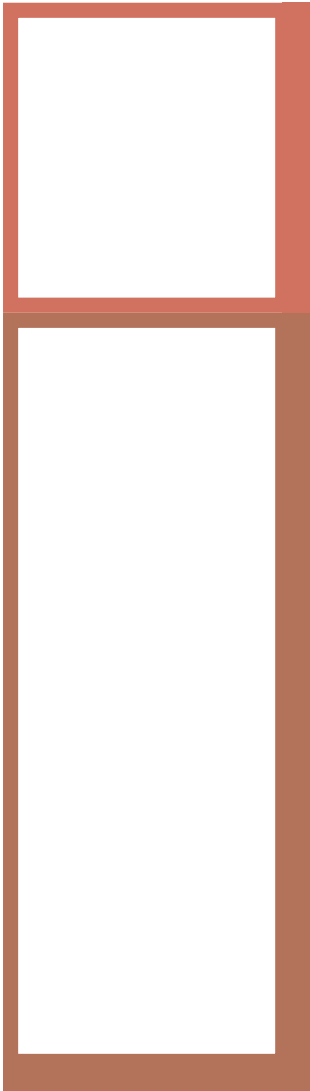
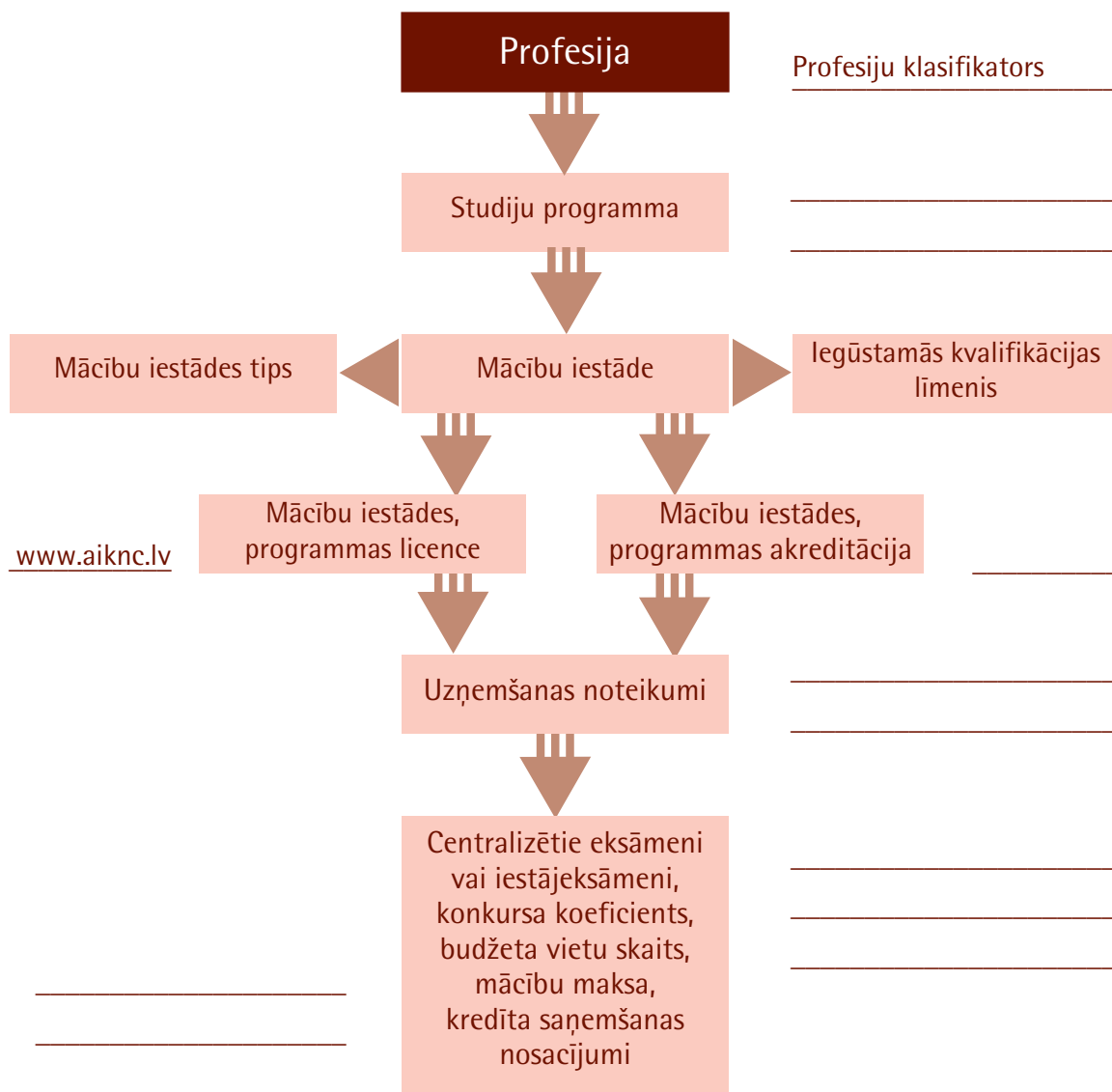
www.studentnet.lv.

www.sf.gov.lv – studentu fonds – studiju un studējošo kredītiem.

www.izaugsme.lv – portāls skolēniem par karjeras izvēli.

www.aic.lv – diplomu atzīšana.

www.lm.gov.lv – Labklājības ministrija – profesiju klasifikators.





aizpildi

IZGLĪTĪBAS IESPĒJAS LATVIJĀ

1. Iepazīsties ar izglītības sistēmas struktūru Latvijā, raksturo, kurā vietā tu šajā sistēmā atrodi! _____

2. Kuras no minētajām mācību programmām var apgūt skolēns ar vispārējo vidējo izglītību? Iespējami vairāki varianti.

- A. Vidējā profesionālā izglītības programma
- B. Doktora programma
- C. Akadēmiskā bakalaura programma
- D. Profesionālā bakalaura programma
- E. Akadēmiskā un profesionālā bakalaura programma
- F. Profesionālā maģistra programma
- G. Profesionālās augstākās izglītības programma
- H. Koledžas programma
- I. Profesionālās pamatizglītības programma

3. Savieno ar līniju, kurās mācību iestādēs tu iegūsi attiecīgo kvalifikācijas līmeni!

- | | |
|---|----------------|
| 1. profesionālās kvalifikācijas līmenis | Augstskola |
| 2. profesionālās kvalifikācijas līmenis | Arodskola |
| 3. profesionālās kvalifikācijas līmenis | Koledža |
| 4. profesionālās kvalifikācijas līmenis | Arodvidusskola |
| 5. profesionālās kvalifikācijas līmenis | |

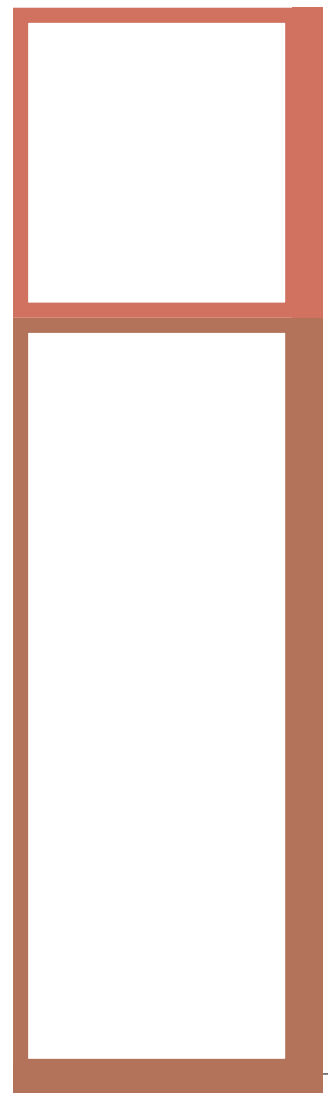
4. Kur tu vari iegūt informāciju, vai mācību iestāde ir akreditēta un licencēta?

5. Kur tu vari iegūt informāciju par tevi interesējošajām mācību iestādēm?

6. Raksturo studiju kreditēšanu un/vai studējošo kreditēšanu (izvēlēto variantu pasvītro)!

- Kredīta iegūšanas nosacījumi:

- Kredīta atdošanas nosacījumi vai dzēšanas iespējas:



3.2. Izglītības iespējas ārzemēs

Mērķi

Radīt priekšstatu par izglītības iespējām ārzemēs.

Uzdevumi

Attīstīt prasmes atrast un kritiski novērtēt informāciju par izglītības iespējām ārzemēs saistībā ar savas karjeras veidošanu.

Apgūstamās prasmes

- Prot atrast, skaidrot un novērtēt informāciju par izglītības iespējām ārzemēs, saistot ar savas karjeras veidošanu.

Jēdzieni

Diploma atzišana, stipendiju fondi.

Resursi

Dators ar interneta pieslēgumu, pasaules karte, darba lapa Nr. 16 "Izglītības iespējas ārzemēs", darba lapa Nr. 17 "Kur es vēlos studēt?", darba lapa Nr. 18 "Uzraksti eseju".

Metodes

Diskusija, darbs grupās, individuālais darbs, darbs ar informācijas avotiem, IKT, prezentācija, intervija, eseja.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par izglītības iespējām dažādās valstīs.

Skolotājs rosina uz diskusiju par izglītības iespējām ārzemēs:

- kādi ir ieguvumi (iespēja apgūt specialitāti, kādu nav iespējams apgūt Latvijā, iespēja iepazīt citu kultūrvidi utt.),
- kādi ir zaudējumi un šķēršļi (ilgstoša prombūtne no ierastās vides, tuviem cilvēkiem; personības neprasme sadzīvot ar citas mentalitātes cilvēkiem un tradīcijām utt.).

Izglītība ir ceļš uz nākotni. Ceļš uz savu nākotni, kurā ietilpst viss – karjera, izaugsme, darbs, dzīves līmenis, ģimene, attīstība, komforts.

Lai iegūtu profesiju, jānācās, jānācās un vēlreiz jānācās. Vienmēr un visur tiek dotas izvēles iespējas. Arī izglītība nav izņēmums. Mēs savu izglītības ceļu varam iet tepat kādā Latvijas augstskolā. Varam mācīties arī ārzemēs. Vai tas būtu labākais ceļš – mācības ārzemēs?

Katru gadu gandrīz pusotrs miljons studentu izvirza mērķi iegūt izglītību ārzemēs, kas, iespējams, ir labs sākums karjerai. Studijas ārvalstīs – tās ir skolēna iespējas. Bet kura ir tā valsts, kurā skolēns gribētu/spētu studēt? Ir milzum daudz iespēju, bet kura valsts ar savu izglītības sistēmu liekas skolēnam interesanta un pieņemama? Uz ko ir jābūt gatavam, studējot citā valstī? Grūti ir salīdzināt un izvērtēt, bet vairākām valstīm ir kopīgas iezīmes un tendences: reģionālā vai vietējā atbildība par apmācību saistībā ar ekonomisko un sociālo attīstību; pārraudzība, pārvalde un finansēšana; mācību programmas, vērtēšana; obligātās izglītības prasības; arodizglītības prasības; uzņemšanas noteikumi augstskolās, mācību maksa, augstākās izglītības finansēšana, iegūstamā kvalifikācija un vērtēšana; studiju programmas, kā arī daudzas citas lietas.



Viena no lielākajām, labākajām un zināmākajām izglītības sistēmām pasaulē ir ASV. Gadu no gada dažādās reitinga tabulās ASV sniegtā izglītība tiek atzīta par pārāku, salīdzinot ar citu valstu un kontinentu izglītības sistēmām, piemēram, Eiropas izglītības iestādēm. Astoņas no desmit pasaules labākajām universitātēm atrodas tieši ASV (avots: žurnāls "The Economist"). ASV ir valsts, kurā var iegūt ļoti dažādas specialitātes.

2. aktivitāte. Darbs ar informācijas avotiem par dažādām ārzemju augstskolām.

Skolotājs rosina meklēt un novērtēt informāciju par skolēnu interesējošo valsti vai mācību iestādi.

- Skolotājs iepazīstina un palīdz skolēnam sameklēt vajadzīgo informāciju par
 - izglītības iespējām ārzemēs,
 - par iestāšanās noteikumiem, prasībām,
 - stipendiju fondiem,
 - kredītiem,
 - diploma atzīšanu.
- Skolēni strādā patstāvīgi vai grupās pie informācijas atlasēs.
- Skolotājs aicina prezentēt individuāli vai grupās savu iegūto informāciju par mācību iestādēm.

Idejas sarunai:

- Kuras ir desmit labākās pasaules augstskolas, ko tajās māca, un cik tur izmaksā studijas? Labākās augstskolas atrodas Lielbritānijā un Amerikas Savienotajās Valstīs. Vidēji šajās augstskolās iekļūst no 8 līdz 10% no tiem, kas iesnieguši pieteikumus.
- Pēdējā laikā mūsu skolēni izvēlas studijas ne tikai rietumos, bet arī austrumos – Maskavā un Pēterburgā – www.educom.ru; www.ed.gov.ru. Lai uzzinātu visu par Pēterburgas augstākajām mācību iestādēm un to uzņemšanas noteikumiem, informāciju var sameklēt – www.priemvuz.spb.ru, bet par Maskavas augstākajām mācību iestādēm – Ram.org@zao.mos.ru.
- Arvien biežāk mūsu jaunieši izvēlas studijas kaimiņvalstīs – Lietuvā un Igaunijā – <http://europa.eu.int/ploteus>.
- Bet varbūt tās ir skolēnu apmaiņas programmas, kuras vidusskolēns var izmantot, mācoties vēl vidusskolā? – www.yfu.lv (viss par mācībām vidusskolā ārvalstīs).

Pirms jaunielis dodas studēt uz ārzemēm, ieteicams noskaidrot:

- Vai augstskola, uz kuru dodas jaunielis studēt, ir atzīta valstī, kur tā darbojas;
- Kādu izglītību un diplomu var iegūt, beidzot izvēlēto studiju programmu;
- Kāda līmeņa izglītībai Latvijā tas atbilst u.tml.

Ja sūta pieteikumu/dokumentus uz ārzemju mācību iestādēm:

- visiem dokumentu tulkojumiem jābūt notāra apstiprinātiem;
- svarīgi nosūtīt visus mācību iestādē prasītos dokumentus, piemēram, CV, personu apliecinošu dokumentu kopiju u.tml.;
- lai iestātos kādā no ārvalstu augstskolām, parasti ir jākārt TOEFL vai IELTS tests, katra augstskola ir norādījusi, kādā līmenī šim pārbaudījumam ir jābūt, lai varētu cerēt uz iekļūšanu tajā;



rīkojies

idejas



sarunai



atceries

- jāpārlicinās par studiju un dzīvošanas izmaksām un kārtību;
- par iestāšanos ārvalstu universitātēs jāinteresējas laikus – novembrī vai decembrī;
- jānoskaidro, kāda ir iebraukšanas kārtība valstī, piemēram, braucot uz ASV – jāsaņem F1 vīza.

Ja jauniešiem nolēm jāsākt studēt ārvalstu augstskolā Latvijā, tad jānoskaidro:

- vai augstskola/tās filiāle ir reģistrēta Latvijā;
- vai reģistrētajai filiālei ir licencēta, akreditēta izvēlētajā studiju programma.

Lai studētu Latvijā vai ārzemēs, skolēns var izmantot iespēju lūgt palīdzību dažādiem stipendiju fondiem. Ja skolēns domā par studijām ASV vai Kanādā, vērts ieskatīties Fastweb – viena no zināmākajām stipendiju un grantu meklēšanas institūcijām Amerikā – www.fastweb.com.

Vēl viens Amerikas stipendiju resurss – Scholarshipcoach – www.scholarshipcoach.com.

2003. gadā ar mērķi finansiāli palīdzēt Latvijas maznodrošinātiem skolēniem ar izcilām sekmēm iegūt bakalaura grādu kādā no ASV koledžiem vai universitātēm tika nodibināts ASV Izglītības fonds "Education USA Foundation" – www.educationusa.lv.

Papildstudijām rietumvalstīs aeronautikā, aviācijā vai kādā citā tehniskā nozarē skolēns var izmantot Kārļa Irbīša fondu – www.latviesufonds.lv.

Par stipendijām studijām Vācijā – www.daad.lv; www.deutschebotschaft-riga.lv.

Stipendijas mācībām Zviedrijā – e-pasts: grantinfo@si.se.

Plašāku informāciju skolēns var saņemt – www.studentnet.lv vai www.sf.gov.lv.

Dažkārt rodas jautājums, vai, studējot ārzemēs, var rēķināties ar kredītu. Pašlaik ir noteikts, ka līdzekļu apmērs kredītiem, kas piešķirti studijām ārvalstīs, nepārsniedz 2% no kopējā kreditēšanai paredzēto līdzekļu apmēra, par kuru tiek sniegts valsts galvojums.

Pēc Latvijas iestāšanās Eiropas Savienībā ir ievērojami pieaudzis studentu skaits no Latvijas, kuri dodas studēt uz citu ES valsti (Lielbritānija, Vācija, Nīderlande, Spānija, Itālija, Igaunija, Lietuva, Zviedrija, Somija u.c.) augstskolām – <http://europa.eu.int/ploteus>.

2005. gadā studiju kredīts pieauga aptuveni par 54%, bet studējošo kredīts – par 42%.

Eiropas Kopienas dibināšanas līgums paredz attīstīt Eiropas dimensiju izglītībā, veicināt studentu un mācībspēku mobilitāti, diplomu un mācību laika akadēmisku atzīšanu, sekmēt izglītības iestāžu sadarbību.

Ļoti bieži skolēnam rodas jautājums – vai Latvijas diploms ārzemēs un ārzemju diploms Latvijā ir atzīstams. Vai nepieciešama ārzemju diploma oficiāla atzīšana, lai varētu strādāt Latvijā? – www.aic.lv; www.eracareers.lv.

Latvija ir parakstījusi un ratificējusi konvenciju par tādu kvalifikāciju atzīšanu, kas saistīta ar augstāko izglītību (Lisabonas konvencija). Latvija ir parakstījusi starpvalstu līgumus par savstarpēju diplomu atzīšanu ar Baltijas valstīm un Vāciju.

Lai arī nav iespējams konkrēti paredzēt, kā kādas augstskolas diploms tiks novērtēts kādā citā valstī, viens no svarīgākajiem vērtēšanas kritērijiem visās Eiropas valstīs ir kopīgs – diplomam jābūt valsts atzītam tajā valstī, kurā tas piešķirts.

Ārzemju diplomu ekspertīzi Latvijā veic Akadēmiskās informācijas centrs (AIC) – www.aic.lv.

AIC jauniešiem var griezties:

- ja ārzemēs ir iegūts vidējās vai augstākās izglītības diploms, bet tālākām mācībām vai darbam Latvijā nepieciešama tā atzīšana;
- ja ir vēlme studēt konkrētā augstskolā ārzemēs un noskaidrot, vai tā savā valstī ir atzīta.



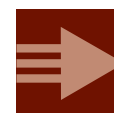
esi radošs

3. aktivitāte. Interviju ar jauniešiem, kuri ir studējuši kādā no citu valstu mācību iestādēm.

- Skolotājs rosina skolēnus organizēt interviju ar bijušajiem skolas absolventiem, draugiem, paziņām, kuri mācījušies, studējuši kādas citas valsts mācību iestādē.
- Skolotājs piedāvā skolēniem eseju konkursu par tematiem:
 - "Izglītība ārzemēs – ieguvums vai zaudējums?";
 - "Mācības ārzemēs – par un pret".

4. aktivitāte. Diskusija par kopīgo un atšķirīgo dažādu valstu izglītības sistēmās (ieteicams izmantot piedāvātos informācijas avotus).

- Skolotājs aicina skolēnus analizēt dažādu valstu izglītības sistēmas.
- Grupu darbā skolēni salīdzina Latvijas un citu valstu izglītības sistēmas.



rikojies



Informācijas avoti skolēniem

ES valstu izglītības un profesionālās izglītības sistēmu struktūra. "EURYDICE" (Eiropas Izglītības informācijas tīkls) un CEDEFOP (Eiropas Profesionālās izglītības attīstības centrs) kopīgi sagatavotais materiāls. EURYDICE, Latvijas aģentūra, 1999.

Pētījums par ES valstu izglītības un profesionālās izglītības sistēmu struktūru – Pielikums Nr. 2 (Situācija Igaunijā, Latvijā, Lietuvā, Slovēnijā, Kiprā). EURYDICE, Latvijas aģentūra, 2000.

www.piaa.gov.lv/Euroguidance – par izglītības iespējām Latvijā un ārzemēs

www.izm.gov.lv – Latvijas Izglītības un zinātnes ministrija

<http://europa.eu.int/ploteus> – informācija par mācīšanās iespējām, izglītības sistēmām, studentu apmaiņas programmām 31 Eiropas valstī

www.izaugsme.lv – par dažādām izglītības iespējām Latvijā un ārzemēs

www.durbeture.lv – par izglītību ārzemēs

www.mokykla.smm.lt – Lietuvas Izglītības un zinātnes ministrijas informācijas sistēma

www.lcc.lt – Lietuvas Kristīgā koledža

www.ausbildung-hh.de – izglītības iespējas Vācijā

www.zukunftschancen.de – nākotnes iespējas Vācijā

www.nmr.lv/saites – Ziemeļvalstu informācijas centrs

www.ky.se – augstākā izglītība Zviedrijā

www.studyin.sweden.se – studijas Zviedrijā

www.harvard.edu – Hārvarda universitāte

www.stanford.edu – Stenfordas universitāte

www.cam.ac.uk – Kembridžas universitāte

www.berkeley.edu – Kalifornijas universitāte

<http://web.mit.edu> – Masačūsetsas Tehnoloģiju institūts

www.caltech.edu – Kalifornijas Tehnoloģiju institūts

www.princeton.edu – Prinstonas universitāte

www.ox.ac.uk – Oksfordas universitāte

www.columbia.edu – Kolumbijas universitāte

www.uchicago.edu – Čikāgas universitāte

IZGLĪTĪBAS IESPĒJAS ĀRZEMĒS

Studijas ārzemēs – tās ir tavas iespējas. Bet kurā valstī tu gribētu studēt? Vai tiešām tu vēlies studēt ārpus Latvijas? Ir milzums daudz iespēju, bet tev jābūt pārliecinātam par savu izvēli un lēmumu. Lēmumu pieņemt ir grūti, jo tas vienmēr saistīts ar satraukumu un nezināšanu. Ar ko jārēķinās, studējot citā valstī?



Vai esi domājis par izglītības iegūšanu ārzemēs? Jā? Nē? Kāpēc?

Tavi plāni:

	Kopīgais	Atšķirīgais
Izglītība Latvijā		
Izglītība ārzemēs		

Noskaidro studiju iespēju ārzemēs un Latvijā plusus un mīnus!

Studijas Latvijā		Studijas ārzemēs	
+	-	+	-



KUR ES VĒLOS STUDĒT?

“Dzīve ir kā upe, un tās gultni nevar izmainīt. Bet, atrodoties upē un zinot, kurp tā tek, var airēt laiviņā, manipulēt – uz vienu krastu, uz otru, laisties pa straumi vai arī pacīnities ar to. Ja esi informēts, kurp tava upe tek, ir drošības sajūta.”

Rīkojies! Uzdrīksties! Plāno!

Kura mācību iestāde kurā valstī tevi interesē? Pamato!

Izpēti _____ valsts izglītības sistēmu!

Kāda studiju programma(-as) tevi interesē?

Atrodi atbildes internetā vai citos informācijas avotos par tevi interesējošo mācību iestādi!

Valsts _____

Pilsēta _____

Studiju un dzīvošanas izmaksas _____

Iestāšanās laiks _____

Iestāšanās noteikumi/nepieciešamie dokumenti _____

Iestājpārbaudījumi, testi _____

Stipendijas un kredīta iespējas _____

Papildus nepieciešamais, lai mācītos (studētu) šajā iestādē _____

Informācijas avoti _____

Darba iespējas pēc studijām _____

Ieteicamie un izmantotie informācijas avoti

Latvijas Republikas Profesionālās izglītības likums, pieņemts 10.06.1999.

Latvijas Republikas Izglītības likums, pieņemts 12.10.1998.

Latvijas Republikas Augstskolu likums, pieņemts 10.06.1999.

ES valstu izglītības un profesionālās izglītības sistēmu struktūra. "EURYDICE" (Eiropas Izglītības informācijas tīkls) un CEDEFOP (Eiropas Profesionālās izglītības attīstības centrs) kopīgi sagatavotais materiāls. EURYDICE, Latvijas aģentūra, 1999.

Pētījums par ES valstu izglītības un profesionālās izglītības sistēmu struktūru – Pielikums Nr. 2. (Situācija Igaunijā, Latvijā, Lietuvā, Slovēnijā, Kiprā.) EURYDICE, Latvijas aģentūra, 2000.

www.izm.lv/izglitiba/sistema – Latvijas izglītības sistēma

www.aiknc.lv – augstskolu un mācību programmu akreditēšana un licencēšana

www.piaa.gov.lv – informācija par mācību iestādēm

www.piaa.gov.lv/Euroguidance – par izglītības iespējām Latvijā un ārzemēs

www.studentnet.lv

www.sf.gov.lv – studentu fonds – studiju un studējošo kredītiem

www.izaugsme.lv – portāls skolēniem par karjeras izvēli

www.aic.lv – diplomu atzišana

www.lm.gov.lv Labklājības ministrija – profesiju klasifikators

<http://europa.eu.int/ploteus> – informācija par mācīšanās iespējām, izglītības sistēmām, studentu apmaiņas programmām 31 Eiropas valstī

www.durbeture.lv – par izglītību ārzemēs

www.mokykla.smm.lt – Lietuvas Izglītības un zinātnes ministrijas informācijas sistēma

www.lcc.lt – Lietuvas Kristīgā koledža

www.ausbildung-hh.de – izglītības iespējas Vācijā

www.zukunftschancen.de – nākotnes iespējas Vācijā

www.nmr.lv/saites – Ziemeļvalstu informācijas centrs

www.ky.se – augstākā izglītība Zviedrijā

www.studyin.sweden.se – studijas Zviedrijā

www.harvard.edu – Hārvarda universitāte

www.stanford.edu – Stenfordas universitāte

www.cam.ac.uk – Kembridžas universitāte

www.berkeley.edu – Kalifornijas universitāte

<http://web.mit.edu> – Masačūsetsas Tehnoloģiju institūts

www.caltech.edu – Kalifornijas Tehnoloģiju institūts

www.princeton.edu – Prinstonas universitāte

www.ox.ac.uk – Oksfordas universitāte

www.columbia.edu – Kolumbijas universitāte

www.uchicago.edu – Čikāgas universitāte



4. Darbs

4.1. Darbs

Mainīga vai stabila vērtība?

Mērķi

Veidot izpratni par darba pasaules mainīgumu un daudzveidīgumu.

Uzdevumi

1. Veidot pārlicību par darbu kā pozitīvu vērtību.
2. Veidot zināšanas un prasmes par izmaiņu procesiem darba pasaulē.

Apgūstamās prasmes

- Prot demonstrēt zināšanas un prasmes par izmaiņu procesiem darba pasaulē.
- Apzinās darbu kā pozitīvu vērtību saistībā ar savas karjeras veidošanu.
- Prot izvērtēt mainīgās darba pasaules nosacījumus esošo prasmju atjaunošanai un jaunu prasmju apguvei visas dzīves garumā.

Jēdzieni

Darbs, profesija.

Resursi

Darba lapa Nr. 19 "Darbs. Stabila vai mainīga vērtība?".

Metodes

Diskusija, grupu darbs.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Asociāciju spēle ar vārdu "darbs".

Skolēni darba lapā Nr. 19 "Darbs. Stabila vai mainīga vērtība?" papildina shēmu, kurā ieraksta vārdus vai teicienus, kas saistīti ar vārdu "darbs".

Kad asociācijas pierakstītas, kopīgi apkopo un pārrunā dažādos viedokļus par darbu. Kā piemērus var izmantot dažādus teicienus un sakāmvārdus par darbu:

- Kāds darbs, tāda alga.
 - Darbs ir, algas nav.
 - Labs darbiņš, kas padarīts.
 - Darbs nav zaķis – neizbēgs.
 - Nedari to šodien, ko var izdarīt rīt!
 - Tam darbs iet no rokas.
 - Vīrs ar zelta rokām.
 - Nav maizes bez garozas.

Vieni ir gadu simtiem veci, citi radušies ne tik sen vai jau zināmie teicieni pielāgoti jaunām situācijām un cilvēku attieksmēm. Lai vai kā – tie visi izteiksmīgi atklāj dažādas vērtības.

padomā



2. aktivitāte. Grupu darbs "Kad darbs ir pozitīva vērtība?"

Skolēni sadalās divās vai trīs grupās pa 2 vai 3, pārrunā un darba lapā Nr. 19 "Darbs. Stabila vai mainīga vērtība?" ieraksta kritērijus, kas darbu raksturo kā pozitīvu vērtību.

Grupas prezentē savu veikumu. Uz tāfeles un katrs savā darba lapā izceļ faktorus, kas visbūtiskāk raksturo darbu kā pozitīvu vērtību, piemēram:

- darbs tiek veikts ar patīku,
- darbs dod iespēju nopelnīt pietiekami daudz līdzekļu citu vajadzību apmierināšanai.

3. aktivitāte. Izpratnes veidošana par profesiju daudzveidību.

Ikvienam no mums ir sava ierastā vide, kur dzīvojam. Raugoties apkārt, visur ir redzams cilvēka darba rezultāts.

Saistībā ar apkārt redzamajām lietām skolēni ātri nosauc vismaz desmit profesijas, kas bijušas vai ir iesaistītas apkārt esošās vides veidošanā. Skolotājs nosauktās profesijas pieraksta uz tāfeles un rosina izvērtēt profesiju daudzveidību apkārt esošajā vidē.

4. aktivitāte. Izpratnes veidošana par pārmaiņu procesiem darba pasaulē.

Darbs ir tas, kas maina vidi, bet vienlaikus, mainoties videi, mainās arī vajadzība pēc darba. Jaunajā, izmainītajā vidē rodas vajadzība pēc cita veida darba vai zūd nepieciešamība veikt kādu konkrētu darbu. Dažādās darbības sfērās ir atšķirīgas raksturīgākās pārmaiņas, arī pārmaiņu temps var atšķirties.

Piemēri:

1. Jaunu zinātnisko atklājumu un pētnieciskā darba rezultātā tiek radītas jaunas modernākas iekārtas. Tas sakāms gan par rūpnieciskajā ražošanā, gan mājsaimniecībā, gan amatieru līmenī izmantotajiem instrumentiem un iekārtām. Palielinās arī to darbavietu daudzums, kur cilvēka roku darbu aizstāj vai daļēji aizstāj tehnika. Tāpat rodas jaunas, līdz šim nepieprasītas darbavietas, kur nepieciešama prasme strādāt ar dažāda veida tehniku. Cilvēkiem, kuri savu darba dzīvi ir saistījuši ar tehnoloģiju izmantošanu, noteiktos darba posmos ir jāapgūst jaunas iekārtas, iespējams, pat citā ražošanas vai pakalpojumu sfērā nekā iepriekš, lai nezaudētu konkurētspēju mainīgos darba tirgus apstākļos.
2. Katrā cilvēka darbības jomā pakāpeniski tiek īstenotas idejas, lai ar mazāku piepūli un laika patēriņu iegūtu iepriekšējo vai augstākas kvalitātes lietu. Tā rezultātā izteiktāka kļūst specializācija dažādās ražošanas jomās un daudzveidojas piedāvāto pakalpojumu klāsts. Šis process ir nepārtraukts. Dažbrīd tas izpaužas straujāk, dažbrīd nav jūtams, bet pārmaiņas tomēr notiek. Palielinās pieprasījums pēc darbiniekiem ar specifiskām, īpašām zināšanām un prasmēm kādā darbības jomā. Nav viennozīmīgi prognozējams, kurā specializācijā pieprasījums palielināsies, kurā – samazināsies un varbūt pat zudīs vajadzība pēc kāda veida speciālistiem.
3. Maiņas un tirdzniecības process ir bijis visos laikos, un piedāvāto preču un pakalpojumu klāsts mainās un kļūst daudzveidīgāks, kas nozīmē to, ka pārdevējam jāzina jauno preču īpašības, lai preces pārlicināsi varētu piedāvāt pircējam. Mainoties pārdodamo preču klāstam, pārdevējam jābūt gatavam apgūt jaunas zināšanas.
4. Demogrāfiskā situācija sabiedrībā var iespaidot pieprasījumu pēc apkalpojošās sfēras darbiniekiem. Sabiedrībai novecojot, palielināsies to darbinieku skaits, kas sniedz pakalpojumus vecajiem ļaudīm. Palielinoties dzimstībai, attīstās pakalpojumi, kas nepieciešami jaunajām māmiņām, viņu mazuļiem un pirmsskolas vecuma bērniem.

padomā

ieraksti

padomā

ieraksti


izlasi

5. Lai uzņēmums būtu konkurētspējīgs, ir svarīgi pamanīt tās pārmaiņas sabiedrībā un ekonomikā, kas var iespaidot uzņēmuma darbību, un savlaicīgi pieņemt lēmumus, kas nodrošinās sekmīgu uzņēmuma darbu arī turpmāk.



izlasi

5. aktivitāte. Darbs grupās "Darbavietas maiņas iemesli".

Nodarbinātības jomām ir raksturīgas pārmaiņas, tās, protams, ietekmē darbiniekus.

Cilvēks mēdz mainīt profesiju un darbavietu. Tas nenozīmē, ka iepriekšējā vietā viņš bijis slikts darbinieks. Mēs katrs varam būt labs darbinieks dažādās jomās.

Ir cilvēki, kas sākotnēji apgūtajā profesijā nostrādā visu darba mūžu, tomēr daudz ir tādu, kas ir apguvuši divas vai vairākas profesijas. Ja mēģinātu saskaitīt tos, kas visu mūžu strādājuši vienā darbavietā, veicot viena veida darbu, viņu skaits nebūtu liels, salīdzinot ar visu aptaujāto kopskaitu. Iemesli šāda veida nepastāvībai var būt dažādi.

Skolotājs aicina pārrunāt un katram savā darba lapā pierakstīt iespējamus iemeslus, kas veicina vai nosaka darbavietas maiņu.

Grupas prezentē savu veikumu, skolēni izanalizē tās domas, kas sakrīt vairāku grupu viedokļos.

Piemēri iespējamiem iemesliem:

- darbinieka neapmierinātība ar darbavietu,
 - darba devēja neapmierinātība ar darbinieku,
 - darbinieku skaita samazināšana kādā uzņēmumā,
 - interešu maiņa, citu mērķu izvirzīšana, vēlme sevi pierādīt citā jomā u.tml.



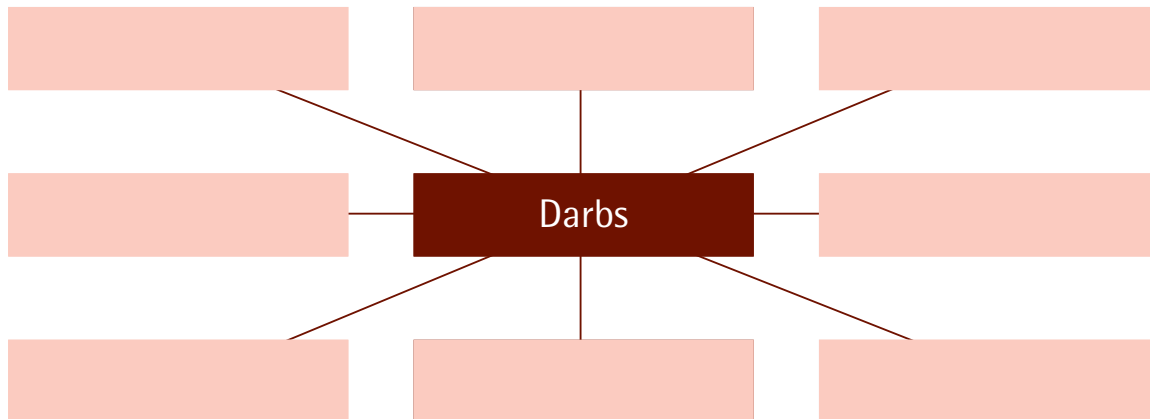
rīkojies

DARBS. Mainīga vai stabila vērtība?



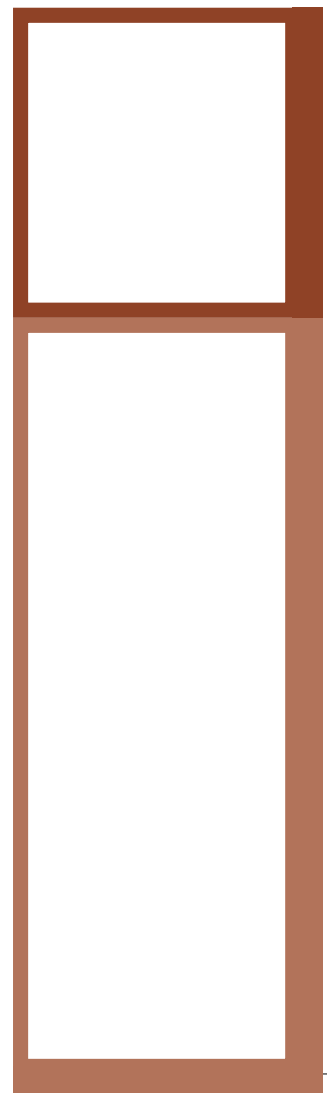
rīkojies

1. Pieraksti asociācijas, kuras, tavuprāt, ir saistītas ar vārdu "darbs"!



2. Pārrunā ar klases biedriem un pieraksti tos kritērijus, kas darbu veido kā pozitīvu vērtību!

3. Pārrunā ar klases biedriem un pieraksti, kādi varētu būt darbavietas maiņas iemesli!



4.2. Pieredze

Mērķi

Rosināt apzināties personīgās pieredzes nozīmību karjeras veidošanas procesā.

Uzdevumi

1. Veidot viedokli un pārliecību par veiksmīgiem priekšnosacījumiem darba karjerai.
2. Rosināt izvērtēt personīgo pieredzi saistībā ar darba karjeru.

Apgūstamās prasmes

- Prot vērtēt veiksmīgas darba karjeras nosacījumus.
- Apzinās personīgās pieredzes nozīmi darba karjeras veidošanā.

Jēdzieni

Pieredze.

Resursi

Darba lapa Nr. 20 "Darbs un pieredze".

Metodes

Individuālais darbs, diskusija.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par cilvēka vietu darba pasaulē.

Darba pasaule ir mainīga vide, kurā izmaiņas nosaka dažādi faktori:

- ekonomiskās pārmaiņas valstī,
 - izmaiņas likumdošanā,
 - konkurence,
 - valsts sociālā politika,
 - demogrāfiskā situācija,
 - ģeogrāfiskie un klimatiskie apstākļi,
 - tehnoloģiju attīstība u.tml.

Idejas sarunai:

- cilvēkam jācenšas meklēt un atrast savu vietu, paturot prātā, ka var nebūt vienīgās pareizās izvēles;
- katrs no mums var būt labs darbinieks vienā vai dažādās jomās, bet mēs nekad nevaram zināt visu, taču varam censties attīstīties un pilnveidoties, lai iekļautos mainīgajā vidē.

2. aktivitāte. Diskusija par nosacījumiem veiksmīgai darba karjerai.

Skolēni pārdomā un diskutē par svarīgāko, kas vajadzīgs, lai justos drošs un pārliecināts par savām izredzēm, iespējām, konkurētspēju, meklējot darbu. Viedokļus ieraksta darba lapās un apkopo uz tāfeles.



rīkojies

idejas



sarunai



rīkojies



Idejas sarunai:

- Ir jābūt personīgai **darba pieredzei**, lai spētu salīdzinoši saskatīt pozitīvās un apgrūtinošās lietas, kas saistītas ar nākamo darbavietu, profesiju vai amatu. Tādēļ, ja jums tā ir, izmantojiet iespējas palīdzēt radiem un draugiem veikt viņu darba pienākumus! Dariet to apzinīgi, precīzi un ar iniciatīvu, neprasot un negaidot par to samaksu!
- Ir jāzina iespējas un tas, kur **meklēt nepieciešamo informāciju**. Klausieties ziņu raidījumus! Lasiet informāciju presē un interneta lapās par notikumiem sabiedrībā! Pat tad, ja šī informācija nav saistīta ar darba tirgu, tā ir pamats, lai veidotos savstarpēji saistīta dažādu jautājumu izpratne arī par procesiem darba pasaulē.
- Jāiesaistās dažādās **sabiedriskās aktivitātēs**. Tas palielinās jūsu organizatoriskās, komunikatīvās prasmes, jūs kļūsit atpazīstams, paplašināsies jūsu draugu un paziņu loks. Paturiet prātā, ka sarunas ar cilvēkiem ir viens no veidiem, kā gūt informāciju un pastarpinātā veidā arī pieredzi! Vai bijāt aizdomājušies, ka tikai neliela daļa savu darbu atrod, izmantojot sludinājumus? Vairākumā gadījumu informācija par vakantajām darbavietām izplatās tiešās sarunās, tāpat var izplatīties arī informācija par katru no mums kā labu darbinieku. Un kāds tieši jums var piedāvāt jaunas iespējas darba tirgū.

3. aktivitāte. Izpratnes veidošana par personīgās pieredzes nozīmību.

Darba pieredze netiek gūta tikai algotā darbā. Arī vidusskolēnam jau var būt pieredze, kas noderīga darba meklējumos.



Jebkura darbošanās, kas cilvēku attīsta, kas veicina jaunas prasmes, ir svarīga. Strādājot cilvēkam veidojas pieredze, kas ir būtiska dažādās situācijās, kurās indivīds nokļūst. Vidusskolēna darba pieredzi veido dažādas aktivitātes.

Brīvprātīgais darbs, par ko nesaņem atalgojumu: bērnu pieskatīšana, auto nomazgāšana, grāmatvedības vai cita veida datu apkopošana elektroniskā formā, palīdzot vecākiem, u.c.

Valodu prasme: lasa literatūru kādā no svešvalodām, kāds ir bijis tulks draugu lokā izbraukumā ārpus Latvijas, piedalījies starptautiskā nometnē vai pasākumā, kurā darba valoda ir kāda svešvaloda, u.c.

Sabiedriskās aktivitātes: uzstāšanās koncertos, to organizēšana, piedalīšanās dažādās reklāmas kampaņās, lielāka vai mazāka mēroga labdarības pasākumos, talkās u.c.

Aktivitātes draugu lokā: sarunas par mūziku, filmām, pārgājieni, velobraucieni, dažāda veida sportošana u.c.

Darbošanās interešu pulciņos, jauniešu klubos, dalība apmaiņas projektos ar dažādām skolām un valstīm u.c.

Padziļināta kāda mācību priekšmeta apguve un zinātniski pētnieciskā darbība: tehniskā grafika, programmēšana u.c.

Sportista pieredze: attīsta prasmi darboties komandā, plānot, izvirzīt un sasniegt mērķus, racionāli izmantot laiku, ir pieredze problēmu risināšanā u.c.

Algots darbs: darbs brīvdienās u.c.

Darba lapā veic ierakstus par katra paša personīgo pieredzi, norādot, ka tie var palīdzēt veidot CV.

4. aktivitāte. Personīgās darba pieredzes izvērtēšana.

Kopīgi pārrunā piemērus, kā gūtā pieredze var izrādīties noderīga darba meklējumos.

Skolēni darba lapā Nr. 20 "Darbs un pieredze" ieraksta iespējamus variantus darbam vasarā savas dzīvesvietas rajonā un citur (Latvijā vai ārpus tās), piemēram:

- meklējot algotu aukles darbu, var atsaukties uz pieredzi bērnu pieskatīšanā vai pat lūgt uzrakstīt ieteikuma vēstuli. Un tas nekas, ja pieskatāmie bija radnieku bērni;
- varbūt kādā darbavietā ir attīstītas sporta tradīcijas, tad papildus citam var minēt savu sportista pieredzi;
- ļoti daudzās darbavietās īpaši noderīga ir laba dažādu datorprogrammu izmantošanas prasme un valodu zināšanas.



DARBS UN PIEREDZE



1. Uzraksti nosacījumus, kas nepieciešami veiksmīgai darba karjerai!

2. Uzraksti savas pieredzes konkrētus piemērus! Šos ierakstus pēc vajadzības varēsi izmantot, rakstot CV.

Brīvprātīgie darbi	
Valodu prasmes	
Sabiedriskās aktivitātes	
Aktivitātes draugu lokā	
Interesešu nodarbības	
Padziļināta kāda mācību priekšmeta apguve un zinātniski pētnieciskā darbība	
Sports	
Algots darbs	

3. Pieraksti iespējamus variantus darbam vasarā savas dzīvesvietas rajonā un citur (Latvijā vai ārpus tās)!

4.3. Profesiju daudzveidība

Mērķi

Veicināt izpratni par dažādām profesijām.

Uzdevumi

1. Veidot zināšanas un prasmes par daudzveidīgo darba pasauli.
2. Rosināt interesi par spējām, vajadzībām un interesēm atbilstošiem darba veidiem.

Apgūstamās prasmes

- Pārzina un prot izvērtēt profesijas, saistot tās ar savām spējām un interesēm, un prot pielietot, pieņemot lēmumu.

Resursi

Darba lapa Nr. 21 "Kāda veida nodarbes tev patīk?", darba lapa Nr. 22 "Darba veidi".

Metodes

Diskusija. Individuālais darbs.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija par darba novērtēšanas kritērijiem.

Skolotājs rosina diskutēt par darba novērtēšanas kritērijiem, uzsverot, ka virspusēji atšķirīgas profesijas pēc dažādām pazīmēm var būt līdzīgas. Izmanto Prāta vētras metodi.

Sabiedrībā nepieciešamos darbus var grupēt pēc dažādām pazīmēm, piemēram:

- nepieciešamais izglītības līmenis (kā apkopējs vai remontstrādnieks ar vidējo izglītību var strādāt skolā, policijā, slimnīcā u.tml., augstākā izglītība nepieciešama gan augstskolas pasniedzējam, gan rūpnīcas inženierim),
- darba algas līmenis (vienlīdz augstu vai zemu samaksu var saņemt laukos vai pilsētā dzīvojošais),
- fiziskais/garīgais darbs (fiziski smags darbs ir gan mežstrādniekam, gan balerīnai),
- cilvēka personīgās īpašības (uzmanība un iejūtība nepieciešama gan sanitāram, gan ārstam),
- darba apstākļi (klajā laukā var būt jāstrādā gan lauksaimniekam, gan būvniecības speciālistam, telpās – gan apkopējai, gan datortīkla administratoram).

Cilvēkam jāprot konkrētos darba novērtēšanas kritērijus analizēt saistībā ar savām interesēm, spējām, vajadzībām, lai, pieņemot lēmumu, veiksmīgāk veidotu savu karjeru un būtu noderīgāks sabiedrībai.



rīkojies



2. aktivitāte. Izpratnes veidošana par profesiju klasifikāciju.

Darba veidu un profesiju klasificējumu var veidot pēc zināšanu, prasmju, profesionālās kvalifikācijas līmeņa. Labklājības ministrijas apstiprinātajā "Profesiju klasifikatorā" darba veidi un profesijas iedalītas septiņās grupās. Grupas veidotas, ņemot vērā noteiktus pamatkritērijus:

- profesionālās kvalifikācijas līmenis,
 - darba apstākļi,
 - pienākumi, kas veicami darbvietā, u.c.

Tā kā darba pienākumu veikšanai ir nepieciešamas dažādas prasmes un iemaņas un arī darba apstākļi var būt gan līdzīgi, gan atšķirīgi, tad nereti var būt tā, ka viena un tā pati profesija ir piederīga vairāk nekā vienam no dotajiem darba veidiem.

Profesiju iedalījuma grupas:

- I – pētnieciskais un analītiskais darbs,
- II – radošais un mākslinieciskais darbs,
- III – konsultēšana un darbs dažādos palīdzības dienestos,
- IV – roku darbs un darbs ar dažādām ierīcēm,
- V – darbs ar dzīvām būtnēm vai darbs brīvā dabā,
- VI – organizatoriskais darbs,
- VII – tirdzniecība un pakalpojumi.

Šāda profesiju klasifikācija palīdz orientēties plašajā profesiju klāstā.

Pētnieciskais un analītiskais darbs

Galvenais ir darbs ar informāciju – pētīšana, apstrāde un analizēšana, kā arī jaunu ideju radīšana un problēmu risinājumu meklēšana visdažādākajos darbības laukos – zinātnē, tehnikā, sociālajā sfērā u.c. Lai iegūtu nepieciešamo informāciju, jāprot to atrast, izmantojot dažādus uzziņu avotus, vai uztvert personīgo novērojumu rezultātā. Jābūt attīstītiem matemātiski loģiskajiem dotumiem, lai objektīvi interpretētu iegūtos rezultātus. Papildus nepieciešamas kādas specifiskas zināšanas.

Radošais un mākslinieciskais darbs

Šinī darba jomā jāprot radoši īstenot savas vai citu idejas, tās atklājot prezentāciju, pasākumu, uzvedumu vai dažādu lietu formu veidā. Jābūt formu un krāsu izjūtai, lai rezultātā iegūtu patikamu dizainu un situācijai atbilstošu stilu. Ja ideju realizācija saistīta ar prezentāciju, pasākumu un uzvedumu veidošanu, papildus tam ir nepieciešama valodas izjūta, prasme izteikties publikai saprotami un saistoši. Konkrētie izpausmes veidi var būt rakstot, zīmējot, gleznojot, dziedot, dejojot, dekorējot, uzstājoties u.tml.

Konsultēšana un darbs dažādos palīdzības dienestos

Darbs saistīts ar cilvēkiem – palīdzēt, dot padomus, informēt, apmācīt, veicināt veselības uzlabošanu. Strādājot šajā sfērā, jāuzklausā cilvēki, jāveido dialogs par klientu interesējošām tēmām, jāsniedz tieša vai netieša palīdzība, kas cilvēkam dod iespēju apmierināt viņa vajadzības.

Roku darbs un darbs ar dažādām ierīcēm

Roku darbs un darbs ar dažādām ierīcēm nodrošina dažādu veidu izstrādājumu izgatavošanu, lietu atjaunošanu un uzlabošanu. Vairākumā gadījumu nepieciešama prasme izmantot dažādus rīkus un ierīces, izprotot to darbību. Nereti nepieciešama laba fiziskā sagatavotība.

Darbs ar dzīvām būtnēm vai darbs brīvā dabā

Darbs šādā vai tādā veidā ir saistīts ar dzīvo dabu – darbs nacionālajos rezervātos un parkos, mežsaimniecībā, lauksaimniecībā, zivkopībā. Tāpat tas var būt saistīts ar tūrismu un cita veida aktīvo atpūtu, vides izpēti, aizsardzību un saglabāšanu. Darbs var ietvert dzīvnieku un augu aprūpi slēgtās telpās.

Organizatoriskais darbs

Informatīvais un lēmumu pieņemšanas darbs, kā rezultātā jānodrošina procesu norise un citu darbu izpilde. Darbiniekam ne tikai jāinformē citi, bet arī aktīvi jārikojas, lai iegūtu nepieciešamo informāciju. Jābūt spējai izprast dažādu procesu kopsakarības, lai izstrādātu un realizētu situācijai atbilstošāko darbības stratēģiju izvirzīto plānu un mērķu realizēšanai. Daudzās situācijās nepieciešams organizēt un motivēt citus darbiniekus, veidot un izmantot lietīšķo vai grāmatvedības dokumentāciju.

Tirdzniecība un pakalpojumi

Darbs saistīts ar preču un pakalpojumu pārdošanu, sarunām ar klientiem, motivējot iegādāties piedāvāto preci vai pakalpojumu. Šīs sfēras darbiniekiem jāprot pamanīt klienta vēlmes un neuzbāzīgi pārliecināt par vienas vai otras lietas nepieciešamību. Darbs var būt saistīts arī ar preču piegādi un pārvadāšanu, klientu piesaistīšanu, līgumu slēgšanu. Lai sekmīgi attīstītu uzņēmējdarbību šajā nozarē, ir jāatrod darbības virziens, kas nodrošina darbību tādā jomā, kas atbilst kādai pircēju vajadzībai, kuras deļ viņi izvēlēšies konkrēto pārdevēju. Ir jābūt apveltītam ar spēju pamanīt, prognozēt patērētāju vajadzības. Ne mazāk svarīgi ir prast reklamēt preci vai pakalpojumu un nodrošināt visu nepieciešamo, lai pircējs ar saņemto lietu būtu apmierināts un vēlreiz atgrieztos atkārtoti iepirkties.

padomā



3. aktivitāte. Personīgo interešu noteikšana saistībā ar darba lomām.

Ar laiku mēs katrs pieredzes rezultātā apzināties tās jomas, kurās mums patīk darboties un strādāt. Reizēm pozitīvu stimulu savu spēju izpratnei un piemērotāko darbības jomu atrašanai var dot atbildes uz vienkāršiem jautājumiem, kas tieši vai netieši raksturo katru no mums.

Veic testu darba lapā Nr. 21 "Kāda veida nodarbes tev patīk?"!

Skolotājs akcentē, ka tas nav tests, kas norāda pareizo karjeras izvēli, bet, iespējams, palīdzēs tās izvēlē un lēmuma pieņemšanas procesā! Jautājumi rosina domāt par lietām, kas šajā brīdī patīk vai nepatīk, un var norādīt uz piemērotāko darbības jomu. Der atcerēties, ka attieksme, intereses, zināšanas un prasmes laika gaitā var mainīties.

Testu iespējams pabeigt mājās.

4. aktivitāte. Testa "Kāda veida nodarbes tev patīk?" rezultātu izvērtēšana.

Izmantojot darba lapu Nr. 22 "Darba veidi", skolēni analizē, kopīgi pārrunā rezultātus.

Idejas sarunai:

- Vai testa rezultāti apstiprināja tavu iekšējo pārliecību?
- Vai testa rezultāti ir pārsteigums?

Skolēni mēģina iztēloties un aprakstīt iegūtos rezultātus. Viņi tiek iesaistīti iespējamo rezultātu interpretācijā.

idejas



sarunai

Daži piemēri interpretācijai.

- Izteikti augsts rezultāts II kolonnā. Radošs cilvēks – iespējams, muzikālu un kultūras pasākumu organizētājs, spēj labi kontaktēties ar cilvēkiem, pārpilns idejām, kuras, iespējams, pat neapzinās, bet jūt sevī vēlmi darboties. Ir potenciālas iespējas veikt ko oriģinālu!
- Augsts rezultāts I un VI kolonnā. Apbrīnojams prāta un organizatora spēju apvienojums. Tās jāattīsta un jāizmanto! Noderētu liela uzņēmuma vadītājam, organizējot uzņēmuma darbu utt.
- Liels punktu skaits II un III kolonnā. Radošs, tolerantants un citus izprast spējīgs cilvēks. Viņš varētu būt cilvēks, ar kuru kopā nav garlaicīgi. Labs sarunu biedrs, lielisks orators, runas saturīgas.

Ja papildus šim augstajam rezultātam ir vēl kāds cits līdzīgs punktu skaits – lieliski!

