

Karjeras izglītība

8. klasē

metodiskie
ieteikumi

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:

Inta Lemešonoka, Rīgas rajona Carnikavas pamatskola

Dace Ozoliņa, Ogres rajona Izglītības pārvalde

Dzintra Skrūzmane, Valkas pamatskola

Irina Rabša, Daugavpils 10. vidusskola

Marija Micķeviča, Krāslavas rajona Dagdas vidusskola

Dzintra Kļaviņa, Liepājas rajona Kazdangas pamatskola

Rudīte Urbacāne, Jēkabpils rajona Elkšņu pamatskola

Inga Blauberģa, Cēsu rajona Taurenes pamatskola

Baiba Karlsberģa, Cēsu rajona Priekuļu vidusskola

UZMANĪBU!

Profesionālās izglītības attīstības aģentūra (PIAA) ir nomainījusi savu nosaukumu un, sākot ar 2007. gada 1. maiju, tā ir Valsts izglītības attīstības aģentūra (VIAA).

Grāmatā minētās mājas lapas adreses www.piaa.gov.lv vietā lietojiet www.viaa.gov.lv.

Atbildīgā par izdevumu Brigita Miķelsone

Redaktore, korektore Mārīte Treijere

Māksliniece Līga Delvera

Maketētājs Māris Voits

Aģentūras „DUE” dizains, makets

Iespiests tipogrāfijā „Madonas poligrāfists”

ISBN 9984-9906-3-X

© V/A Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2007

Saturs

IEVADS	4
Mācību metodiskais līdzeklis	6
Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7. – 9. klašu posmā	7
Tematiskais plāns. 8. klase	9
STUNDU TĒMAS	14
Mērķtiecības attīstīšana	15
Darbs un bezdarbs Latvijā	19
Dzimumu līdztiesība karjeras veidošanā	24
Invalīdu iespējas darba tirgū	31
Karjeras plānošana	36
Konfliktu risināšana	40
Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā	48
Laika plānošana	55
Prasme vērtēt sevi	58
Izzini sevi!	61
Veselībai droša vide	65
Veselības kvalitātes prasības atsevišķās profesijās	69
Darba aizsardzība	72
Izglītības iestādes Latvijā	78
Darbā iekārtošanas aģentūra, bezdarbnieku iespējas	88
Darbinieka sociālais statuss, ieņemamais amats	91
Ar mājturību saistītās profesijas	95
Saziņa svešvalodā	98
Cik maksā izglītība	103
PIELIKUMI	108
Karjeras izglītībā izmantojamās mācību metodes	109
Terminu vārdnīca	113

Ievads

Karjera ir cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpausmei mūža garumā, un pamatskolas posms ir pats sākums tās apzinātai veidošanai, kas secīgi turpinās vidusskolā vai profesionālās izglītības iestādē, augstskolā un visas dzīves laikā.

Karjeras izglītība ir veids, kā palīdzēt izglītojamajiem attīstīt savas zināšanas, izpratni un prasmes, kas nepieciešamas, lai pieņemtu apzinātus lēmumus, plānotu un mērķtiecīgi veidotu savas karjeras izaugsmi.

Izglītības sektorā karjeras izglītība ir plānots pasākums, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, 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.

Karjeras izglītība pamatskolā ir saistīta ar visām tematiskajām jomām un mācību priekšmetiem, tā harmoniski iekļaujas pamatizglītības standartā definētajās tematiskajās jomās:

- cilvēks un sabiedrība,
- valodas,
- tehnoloģija un zinātņu pamati,
- māksla.

Karjeras izglītības tēmas ir apgūstamas audzināšanas stundās vai arī integrēti mācību priekšmetos, kuru programmās ir paredzēts apgūt zināšanas un prasmes, kas tieši saistās ar karjeras izvēli.

Metodiskais līdzeklis karjeras izglītības īstenošanai 8. klasē ir izstrādāts Eiropas Sociālā fonda nacionālās programmas 3.2.7.1. projekta "Karjeras izglītības programmu nodrošinājums izglītības sistēmā" ietvaros, lai palīdzētu klašu audzinātājiem un priekšmetu skolotājiem sniegt atbalstu skolēniem savas potenciālās karjeras plānošanā un realizēšanā.

Karjeras izglītība 8. klasē ietver:

- darba pasaules iepazīšanu,
- sevis izzināšanu,
- karjeras plānošanu,
- lēmumu pieņemšanu.

Materiāls ir veidots atbilstoši 8. klases mācību programmai, pieskaņojot karjeras izglītību skolēnu vecumposma īpatnībām un virzot tā saturu no vienkāršākā uz sarežģītāko.

Karjeras izglītībā svarīga nozīme ir pedagogu profesionālajai meistarībai, vispusīgai metožu izmantošanai, lai, apgūstot tēmas, skolēni iemācītos darboties atbilstoši savām prasmēm, iemaņām un pieredzei, atbilstoši reālās dzīves prasībām. Metodiskajā līdzeklī iekļautajā metožu tabulā piedāvātas daudzveidīgas metodes, kas ļaus skolotājiem padarīt karjeras izglītības procesu radošu un interesantu.

Katrā izglītības iestādē ir nepieciešams mērķtiecīgi plānot un organizēt karjeras izglītības pasākumu kopumu. Lai nodrošinātu karjeras izglītības vispusīgu apguvi, tās organizēšanas un vadīšanas procesā jāiesaista izglītības iestādes vadība, atbalsta personāls, klašu audzinātāji, priekšmetu skolotāji, audzēkņu vecāki, absolventi. Katras mācību iestādes konkrētais karjeras izglītības saturs var būt atšķirīgs atkarībā no vietējiem apstākļiem un konkrēto audzēkņu vajadzībām.

Katrā mācību iestādē karjeras izglītības programma ir atšķirīga, bet tai ir kopīgi elementi:

- pašnovērtēšana,
- prasmju attīstīšana,
- informācija par karjeru,
- lēmumu pieņemšana par karjeru,
- pieteikšanās.

Karjeras izglītība ir jauna programma, kas skolā ievieš jaunas idejas un izpratni par darba tirgu un skolēnu sagatavošanu tam. Lai attaisnotu seno latīņu teicienu „Ne skolai, bet dzīvei mācāmies” (Non scholai sed vitae discimus), skolā ir arvien vairāk jārunā par to, kā skolēniem mērķtiecīgi veidot karjeru. Darba tirgū ir nepieciešamas tādas zināšanas, ko mācību priekšmetos nemāca un ko bērniem ne vienmēr var iemācīt arī vecāki, kā, piemēram, mērķtiecīga darba sludinājumu pētīšana, prasme sevi veiksmīgi pasniegt pārrunās un prezentācijās.

Kvalitatīva karjeras izglītība mācību iestādes ietvaros nodrošina attiecīgās skolas prestiža paaugstināšanos un interesi par konkrēto skolu no darba piedāvātāju puses. Kvalitatīvas karjeras izglītības noteicošie elementi:

- karjeras izglītības pasākumi ir plānoti,
- karjeras izglītības pasākumi ir koordinēti,
- karjeras pasākumiem ir piešķirti resursi,
- karjeras izglītība tiek sistemātiski vērtēta un pārraudzīta.

Karjeras izglītības nodrošināšanā ietilpst šādi pasākumi:

- konsultēšana,
- individuālas pārrunas ar audzinātājiem, atbalsta personālu,
- rīcības plānošana,
- sasniegumu pārskatīšana,
- sasniegumu uzskaites sistēmas veidošana,
- darba pieredzes organizēšana,
- strādājošo pieredzes iepazīšana,
- nodrošināšana informācijas piekļuvei,
- praktiskie un pētnieciskie projekti,
- iespējas vingrināties sevis pieteikšanās.

Mūsdienās karjeras izglītība ir psiholoģisko, pedagoģisko u.c. pasākumu kopums, kuri palīdz jauniešiem veidot uz paša interesēm un spējām balstītu karjeru. Tajā ietverta karjeras izvēle, personības attīstība, izglītība, kritiska attieksme. Karjeras izglītība realizējas, jauniešiem sadarbojoties ar vecākiem, pedagogiem, skolas bibliotēkāru, dažādiem speciālistiem.

Metodiskais līdzeklis ir daudzu praktiķu pieredzes rezultāts, nevis formālu instrukciju apkopojums. Tas izmantojams kā radošu ideju krātuve. Materiāli ir veidoti tā, lai skolotājs var organizēt stundas darbu gan piedāvātās metodikas ietvaros, gan strādāt radoši, izmantojot piedāvāto materiālu daļēji, to vienkāršojot vai pilnveidojot un papildinot atbilstoši konkrētās klases sastāvam, skolēnu prasmēm, zināšanām un iemaņām.

Grāmatā iekļautās nodarbības ir aprobētas 14 Latvijas skolās. Pēc aprobācijas tika veikta skolēnu un skolotāju aptauja par aprobēto nodarbību efektivitāti un lietderību karjeras izglītošanā. Respondenti atzīst, ka nodarbības palīdzēs skolēnu karjeras izvēles un izglītošanas procesā, ka nodarbības ir izstrādātas konspektīvi, ar darba lapām un uzdevumiem, ka materiāli ir daudzpusīgi, un ir tēmas, ko var izmantot vairākās mācību stundās. Skolēni ir izteikuši viedokli, ka darbošanās process bija interesants un daudzveidīgs, tāpēc nebūs problēmu sagatavotā materiāla apgūvē. 9. klašu skolēni izteica viedokli, ka karjeras izglītošana būtu jāsāk jau ar 5. klasi, tad, beidzot pamatskolu, būtu padziļinātāk apgūtas prasmes izvēlēties sev piemērotāko tālāko mācību iestādi.

MĀCĪBU METODISKAIS LĪDZEKLIS

Mācību metodiskā līdzekļa mērķis

Palīgs skolotājiem metodiskajā darbā, sniedzot atbalstu skolēniem personīgās karjeras veidošanā.

Mācību metodiskā līdzekļa uzdevumi:

1. Integrēt karjeras izglītības tēmas 8. klases mācību priekšmetos un audzināšanas darbā.
2. Pilnveidot skolēnu zināšanas, prasmes un iemaņas nākotnes profesijas izvēlei un iespējai to apgūt.

Mācību metodiskā līdzekļa struktūra

Šis mācību metodiskais līdzeklis paredzēts 8. klasei, taču karjeras izglītība 7. – 9. klasei apkopota 4 grāmatās: Karjeras izglītība 7. – 9. klasei. Skolotāja rokasgrāmata, Karjeras izglītība 7. klasē. Metodiskie ieteikumi., Karjeras izglītība 8. klasē. Metodiskie ieteikumi., Karjeras izglītība 9. klasē. Metodiskie ieteikumi. Grāmatas veidotas pēc vienota plāna un tajās aprakstīts:

- sasniedzamās prasmes,
- tematiskais plānojums,
- nodarbību paraugmoduļi,
- izdales materiāli,
- terminu vārdnīca,
- izmantotā literatūra un avoti.

Ieteikumi darbam ar mācību metodisko līdzekli

Karjeras izglītības nodarbības veidotas pēc vienotas struktūras:

- mērķi,
- uzdevumi,
- teorētiskais pamatojums,
- resursi,
- norises gaita,
- metodes,
- iespējamās aktivitātes,
- izdales materiāli.

Tematiskais plānojums sastādīts saskaņā ar esošajiem mācību priekšmetu standartiem un audzināšanas darba koncepciju. Ieteicams klašu audzinātājiem būt kā koordinatoriem sadarbībā ar priekšmeta skolotājiem tematiskā plāna realizēšanā. Daļa tēmu ir savstarpēji radniecīgas, bet tās var būt plānotas un apgūtas dažādos laikos.

Metodiskajam līdzeklim pievienotie izdales materiāli ir izmantojami kā atsevišķas darba lapas. Aizpildītās darba lapas ir ieteicams iekļaut skolēnu personīgajos Portfolio, lai skolēni tās saglabātu visus pamatskolas gadus un varētu izmantot arī citos mācību priekšmetos. 9. klasi beidzot, pārdomājot savu nākotnes izvēli, kopā ar vecākiem būtu iespējams vēlreiz pārbaudīt sevi, vai izvēlēta profesija tiešām interesē un atbilst skolēna spējām, interesēm un prasmēm.

Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes

7. – 9. klašu posmā

Darba pasaules iepazīšana

7.klasē	8.klasē	9.klasē	Pamatskolu beidzot
<p>Prasme iegūt dažādu informāciju medijos un internetā un apstrādāt to datorvidē</p> <p>Spēja lasīt un izprast materiāla saturu</p>	<p>Spēja novērtēt veselīgu dzīves veidu, rūpēties par savu fizisko un garīgo veselību</p> <p>Prasme lietot svešvalodu</p> <p>Spēja izvērtēt dažādus karjeras piedāvājumus</p>	<p>Prasme izvēlēties sev piemērotāko piedāvājumu</p> <p>Spēja savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju</p>	<p>Prasme izmantot datoru un internetu kā mācību un darba rīku</p> <p>Prasme iegūt informāciju par vietējo darba tirgu</p> <p>Izpratne par saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību</p> <p>Spēja saskatīt izvēles iespējas/alternatīvas karjeras izvēlē</p>

Sevis izzināšana

7.klasē	8.klasē	9.klasē	Pamatskolu beidzot
<p>Prasmes sevi kritiski izvērtēt</p> <p>Spēja strādāt pāri un grupā</p> <p>Prasme uzstāties</p> <p>Savu iespēju apzināšanās</p>	<p>Savu stipro un vājo pušu apzināšana un sevis vērtēšana</p> <p>Prasme prognozēt savas iespējas</p> <p>Prasme sadarboties</p> <p>Prasme akceptēt citādo</p>	<p>Prasme veidot CV un uzrakstīt motivācijas vēstuli</p> <p>Prasme piedalīties intervijās</p> <p>Prasme veidot savu publicitāti - prezentēt sevi</p>	<p>Savu interešu, spēju/dotumu, personīgo īpašību un vērtību izzināšana un sabalansēšana</p> <p>Spēja respektēt cilvēku pašcieņu, ievērot cilvēku tiesības</p> <p>Spēja būt atbildīgam konfliktsituācijās, rūpēties par savu līdzcilvēku drošību</p> <p>Saskarsmes prasme un spēja pielietot situācijai atbilstošu komunikācijas veidu</p>

Karjeras plānošana

7.klasē	8.klasē	9.klasē	Pamatskolu beidzot
<p>Prasme atlasīt un pētīt informāciju</p> <p>Prasme noformēt dokumentus</p> <p>Prasme saplānot savu laiku</p> <p>Prasme saskatīt sakarības</p>	<p>Prasmes analizēt un sistematizēt informāciju</p> <p>Spēja salīdzināt savas iemaņas un prasmes ar darba tirgū pieprasītajām</p> <p>Prasme plānot optimālu resursu izmantošanu</p> <p>Spēja uzstādīt mērķi</p>	<p>Prasmes apstrādāt informāciju</p> <p>Spēja pakārtot uzdevumus izvirzītajam mērķim</p> <p>Spēja izvēlēties metodes uzdevumu izpildei un mērķa sasniegšanai</p> <p>Spēja izveidot rīcības plānu</p>	<p>Prasme plānot turpmāko izglītību, interese turpināt to</p> <p>Spēja patstāvīgi mācīties, nosakot sev mērķus, prasme izvēlēties atbilstošas mācību metodes. Novērtēt savu mācību rezultātus un to atbilstību izvēlētajai profesijai</p> <p>Prasme izmantot iegūtās zināšanas</p>

Lēmumu pieņemšana

7.klasē	8.klasē	9.klasē	Pamatskolu beidzot
<p>Prasme iegūt un izmantot informāciju</p> <p>Spēja salīdzināt</p> <p>Spēja izteikt savu viedokli</p>	<p>Spēja vērtēt sadarbības partnerus</p> <p>Prasme iegūt informāciju komunikācijas procesā</p> <p>Diskusiju kultūras pamatiemaņas</p> <p>Spēja komunicēt</p> <p>Prasme uz klausīt citu viedokļus un rast kompromisu</p>	<p>Spēja pieņemt lēmumu</p> <p>Prasme pamatiemaņu līmenī veikt pētījumus</p> <p>Spēja saskatīt cilvēka un dabas mijiedarbību</p> <p>Prasme novērtēt un samērot savas spējas, vēlmes, iespējas un pieņemt ar karjeras izvēli saistītos lēmumus</p>	<p>Prasme radoši izteikt sevi</p> <p>Prasme analizēt un vispārināt parādības, situācijas un problēmas, izmantot analīzes rezultātus, novērtējot un plānojot savu darbību un izdarot izvēli</p> <p>Spēja piedalīties diskusijās</p> <p>Prasme formulēt, pamatot un aizstāvēt savu viedokli</p>

TEMATISKAIS PLĀNS. 8. KLAŠE

N.p.k.	Tēma	Iespējamā stunda	Stundu skaits	Plānotais laiks	Metodes	Predāvātais materiāls un nepieciešamie resursi	Prasmes, sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
1.	Mērķtiecības attīstīšana <ul style="list-style-type: none"> ● motīvi ● nākotne ● rīcība ● vēlmes 	Klases stunda	1		Pāru darbs, diskusija, spēle, tabula	Informatīvs materiāls par mērķiem, tabula, grafiks, Darba lapas Nr. 1, Nr. 2	Sāk veidot prasmes izvirzīt mērķus, noteikt sev piemērotas prasmes un to pilnveidošanas ceļus	Sociālās zinības, literatūra
2.	Darbs un bezdarbs Latvijā <ul style="list-style-type: none"> ● darba tirgus ● ekonomiski aktīvi iedzīvotāji 	Klases stunda	1		Tabula	Informatīvs materiāls par darba tirgu Latvijā, A 3 lapas, līmlapiņas, kodoskops, Darba lapa Nr. 3	Nostiprinātas zināšanas par darba iespējām un prasībām darba vietā Papildināta prasme orientēties informācijā, diskutēt un pieņemt lēmumus	Sociālās zinības
3.	Dzimuma līdztiesība karjeras veidošanā <ul style="list-style-type: none"> ● aizspriedums ● diskriminācija ● stereotips 	Klases stunda	1		Pārrunas, tabula, spēle	Informatīvs materiāls par zēnu un meiteņu līdztiesību, A4 lapas, Darba lapas Nr. 4, Nr. 5	legūtas zināšanas par slēpto nelīdztiesību darba ņēmēju starpā Veidota kritiskās domāšanas un pašvērtēšanas prasme	Sociālās zinības, dabas zinības, latviešu valoda
4.	Invalīdu iespējas darba tirgū <ul style="list-style-type: none"> ● integrācija ● NVA 	Klases stunda	1		Diskusija, nepabeigtie teikumi	Informatīvs materiāls par invalīdu integrāciju, A 5 lapas, Darba lapas Nr. 6, Nr. 7, kodoskops	legūta izpratne par invalīdu integrēšanas iespējām un darba tirgus piedāvājums cilvēkiem ar īpašām vajadzībām Prasme orientēties piedāvājumā, empātija kā prasme	Sociālās zinības, dabas zinības, literatūra
5.	Karjeras plānošana <ul style="list-style-type: none"> ● vispirmērotākā profesija ● vispievilcīgākā profesija 	Klases stunda	1		Prāta vētra, spēle	Aptaujas anketa, tabula, Darba lapas Nr. 8, Nr. 9	legūst prasmes vērtēt sevi un klases biedrus un izvēlēties atbilstošu profesiju Zināšanas par karjeras attīstības pakāpieniem	Sociālās zinības, literatūra

N.p.k.	Tēma	Iespējamā stunda	Stundu skaits	Plānotais laiks	Metodes	Piedāvātais materiāls un nepieciešamie resursi	Prasmes, sasniegjamais rezultāts	Starpnieciskumu saikne
6.	Konfliktu risināšana <ul style="list-style-type: none"> izturēšanās veidi saskarsme 	Klases stunda	1		Pāru darbs, <p>prāta vētra, spēle</p>	Informatīvs materiāls par konfliktu un tā risinājumu, spēle, situāciju kartes, Darba lapas Nr. 10, Nr. 11, kodoskops	Nostiprinātas prasmes uzvedībai grupās <p>Uzzināti konfliktu risinājumu veidi</p>	Sociālās zinības, literatūra
7.	Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā <ul style="list-style-type: none"> iespējas darbība grupās 	Klases stunda	1		Grupu darbs, <p>tikšanās</p>	Informatīvs materiāls par NVO, Darba lapas Nr. 12 – Nr. 14	Prasme iegūt informāciju komunikācijas procesā <p>Nostiprinātas zināšanas par NVO</p>	Sociālās zinības, literatūra, dabas zinības
8.	Laika plānošana <ul style="list-style-type: none"> ikdienas plānojums 	Klases stunda	1		Pāru darbs, <p>prāta vētra</p>	Grafiskais laika plānotājs, A 5 lapas grupu darbam, Darba lapa Nr. 15	Prasme veidot sakarību starp brīvā laika pavadīšanu un izvēlēto profesiju	Sociālās zinības
9.	Prasme vērtēt sevi <ul style="list-style-type: none"> nākotnes profesija personības tipi 	Klases stunda	1		Pašanalīze, tabula, tests	Tests, Darba lapa Nr. 16	Savu stipro un vājo pušu apzināšana un izvērtēšana <p>Veidojas prasme vērtēt sevi</p>	Sociālās zinības, literatūra
10.	Izzini sevi! <ul style="list-style-type: none"> pašvērtējums 	Klases stunda	1		Grupu darbs, <p>diskusija</p>	Informatīvs materiāls par pašvērtējumu, spēle, 3 dažādu krāsu lapas, Darba lapas Nr. 17, Nr. 18	Veidojas savu stipro un vājo pušu apzināšanas un izvērtēšanas prasme	Sociālās zinības
11.	Veselībai droša vide <ul style="list-style-type: none"> veselības faktori vides ietekme 	Sociālās zinības	1		Brīvais raksts, <p>pārrunas</p>	Informatīvs materiāls par vides ietekmi un veselības faktoriem, darba karte, Darba lapa Nr. 19	Iegūtas zināšanas par vides ietekmi uz cilvēku veselību <p>Sāk veidoties prasme pielietot zināšanas veselīgas darba vides veidošanai</p>	Klases stunda, dabas zinības, informātika

N.p.k.	Tēma	Iespējamā stunda	Stundu skaits	Plānotais laiks	Metodes	Piedāvātais materiāls un nepieciešamie resursi	Prasmes, sasniedzamais rezultāts	Starpriekšmetu saikne
12.	Veselības kvalitātes prasības atsevišķās profesijās <ul style="list-style-type: none"> ● profesija ● veselības kvalitāte 	Klases stunda	1		Brīvais raksts, tabula	Informatīvs materiāls par tēmu „Cilvēka veselība un profesija”, A4 lapas, Darba lapa Nr. 20, krāsainas pildspalvas	Rādīts priekšstats par cilvēka veselības nozīmi atsevišķās profesijās Veidota prasme sakarību meklēšanā un izpratnē, padziļinātas analītiskās prasmes	Sociālās zinības, latviešu valoda, literatūra
13.	Darba aizsardzība <ul style="list-style-type: none"> ● riska faktori ● darba vide 	Sociālās zinības	1		Grupu darbs, pāru darbs, domu karte	Informatīvs materiāls par darba aizsardzību, tās principiem un darba drošību, domu kartes, Darba lapas Nr. 21, Nr. 22	Iegūtas zināšanas par darba aizsardzības noteikumiem Sāk veidoties prasmes pielietot iegūtās zināšanas	Klases stunda, dabas zinības
14.	Izglītības iestādes Latvijā <ul style="list-style-type: none"> ● apguves laiks ● izglītības virzieni 	Sociālās zinības	1		Darbs ar informācijas avotiem, prāta vētra	Informatīvs materiāls par izglītības virzieniem un tās ieguves iespējām, Interneta adreses, Darba lapas Nr. 23, Nr. 24	Papildinātas zināšanas par izglītības iespējām un izglītības iestādēm Nostiprinātas prasmes strādāt ar iegūto informāciju	Klases stunda, dabas zinības, informātika
15.	Darbā iekārtošanas aģentūra, bezdarbnieku iespējas <ul style="list-style-type: none"> ● bezdarbnieks ● NVA 	Sociālās zinības	1		Diskusija, lekcija, prāta vētra	Informatīvs materiāls par NVA un bezdarbnieku tiesībām, pienākumiem, iespējām	Iegūtas zināšanas par NVA, tās uzdevumiem un darbu ar bezdarbniekiem	Sociālās zinības, informātika, svešvaloda
16.	Darbinieka sociālais statuss un ieņemamais amats <ul style="list-style-type: none"> ● prestižs 	Sociālās zinības	1		Grupu darbs, grafiskais organizators, prāta vētra	Informatīvs materiāls par skolēnu izvēlētām profesijām, diagramma, Darba lapa Nr. 25	Veidojas priekšstats par profesiju prestižu, attīstās prasmes sakarību saskatīšanā	Klases stunda, literatūra

N.p.k.	Tēma	Iespējamā stunda	Stundu skaits	Plānotais laiks	Metodes	Piedāvātais materiāls un nepieciešamie resursi	Prasmes, sasniežamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
17.	Ar mājturību saistītās profesijas <ul style="list-style-type: none"> ● profesija ● mājsaimniecība 	Mājturība	1			Informatīvs materiāls par profesijām, kas saistītas ar mājturību Kartītes ar dažādu profesiju nosaukumiem, Darba lapa Nr. 26	Iegūtas zināšanas par mājturības stundās apgūto prasmju un tēmu pielietojumu profesijās	Klases stunda
18.	Saziņa svešvalodā <ul style="list-style-type: none"> ● karjera 	Vācu valoda	1		Grupu darbs, dialogs	Informatīvs materiāls par dialogu veidošanu, Darba lapas Nr. 27, Nr. 28	Apgūtas prasmes veidot dialogu par tēmu „Karjera”, vāciski	Svešvaloda
19.	Cik maksā izglītība <ul style="list-style-type: none"> ● budžets ● reklāma ● marketings 	Sociālās zinības	1		Grupu darbs	Budžeta tāmju shēmas, Darba lapa Nr. 29	Izpratne par izglītības vērtību Iemaņas veidot izglītības iestādes budžetu	Sociālās zinības, informātika



LABDIEN, JAUTRIE CEĻOTĀJI!
IZDARĪTU, KA JĀS ŠODIEN DODIETIES
INTERESANTĀ PĀRGĀJIENĀ. ESMU ĻOTI PRIE-
CĪGS, KA BŪSIET CIEMINĀ AR MANĀ TĀLSTI-
SĀ EST UZMANTAS, JŪSU PĀRMAIŅU DĀDĒ,
PALTOSI DEVIŅAN JAISĒ CEĻOTĀJI.
VĒLĀJ UZDOT IZPĒT DAĻUS UZDEVĀJUS.
...
DODIETIES CEĻĀ!
UZ TĪKŠANOS!!!

S

tundu tēmas

Mērķtiecības attīstīšana

Klases stunda

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana skolēnos par mērķtiecības nozīmi karjeras izglītībā.

UZDEVUMI

1. Attīstīt skolēnos prasmes izvīzīt mērķus un apzināti virzīties uz mērķa realizāciju.
2. Attīstīt skolēnos spēju analizēt un izvērtēt savas prasmes.

PRASMES

Izvīzīt mērķus.

ATSLĒGAS VĀRDI

Mērķtiecība, motīvi, nākotne, rīcība, vēlmes.

TEORIJA

Par mērķu sasniegšanu ir atbildīgs katrs pats. Zināma daļa atbildības bērna mērķu piepildīšanā jāuzņemas vecākiem, skolotājiem un citiem pieaugušajiem.

Lai sasniegtu konkrētu mērķi, nepieciešamas zināmas prasmes. Prasme ir tāda zināšanu un darbības paņēmieni apguves pakāpe, kas ļauj apgūto izmantot mērķtiecīgā darbībā. Daļu piemītošo prasmju cilvēks apgūst dabīgā procesā, daļu – apzināti vingrinoties. Prasmes, kas nepieciešamas cilvēkam viņa dzīves laikā, tiek nemītīgi attīstītas un pilnveidotas. Prasmju apguve – tas ir process, kas netiek ierobežots noteikta laikā. Noteikts prasmju līmenis ļauj cilvēkam kompetenti darboties, sadarboties ar citiem, izmantot savu un arī citu pieredzi. Prasmes nosaka ne tikai cilvēka darbības gala rezultātu, bet arī kļūst par viņa personības īpašībām.

Katram cilvēkam piemīt dažādas prasmes, kuras var attīstīt vai pilnveidot visā dzīves laikā:

- lēmumu pieņemšana un problēmu risināšanas prasmes,
- radošās un kritiskās domāšanas prasmes,
- saskarsmes un attiecību veidošanas prasmes,
- pašapziņu un empātijas prasmes,
- emociju un spriedzes pārvaldīšanas prasmes.

RESURSI

A4 baltas papīra lapas,

Darba lapas Nr. 1, Nr. 2.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Skolēnu individuālais darbs – mērķu izvīzīšana

Skolotājs izdala Darba lapu Nr. 1,

skolēniem lapā izveidotā apļa centrā jāuzzīmē sevi.

Nākamajā aplī jāieraksta savi iespējamie dzīves mērķi:

- par ko vēlētos kļūt?
- ko gribētu darīt?
- ko gribētu iegūt?
- kur gribētu dzīvot?

Nākošajā aplī skolēniem jāieraksta, kas nepieciešams, lai sasniegtu augstākminēto: apļa labajā pusē jāieraksta, kas atkarīgs no katra paša, bet kreisajā pusē – kas atkarīgs no citiem cilvēkiem; ārējā apļa labajā pusē jāieraksta, ko skolēns dara jau tagad, lai tuvotos savam mērķim; ārējā apļa kreisajā pusē – ko dara tādu, kas varētu kavēt sasniegt iecerēto.

Skolotājs uzaicina skolēnus pārskatīt aizpildītās darba lapas un secināt, ko viņi jau šobrīd dara sava mērķa sasniegšanā.

2. aktivitāte. Skolotāja un skolēnu pārrunas

- Kas skolēniem palīdz tuvoties izvirzītajiem mērķiem?
- Ar ko skolēni dala atbildību mērķu sasniegšanā?

3. aktivitāte. Prasmju noteikšana

Skolēni individuāli aizpilda Darba lapu Nr. 2.

Skolēni sadalās pāros. Izmantojot aizpildīto Darba lapu Nr. 2, skolēni divatā pārrunā, kādas prasmes viņiem piemīt, pastāsta viens otram, kā tās izpaužas, minot piemērus.

Skolotājs aicina katra pāra dalībnieku minēt prasmes, kuras nav sevī atklājis otrs skolēns (varbūt kautrējies nosaukt). Skolotājs aicina minēt piemērus, kas atspoguļotu otra pāra dalībnieka nenosauktās prasmes.

Skolēni pārrunā ar skolotāju, kā var pilnveidot vai attīstīt savas prasmes.

REFLEKSIJA

Klasē notiek pārrunas par to, kādas prasmes nepieciešamas, lai labi varētu mācīties, lai mērķtiecīgi varētu virzīties pa karjeras kāpnēm.

Ieteikumi:

Ieteicams ļaut skolēniem pašiem sadalīties pāros, jo tad viņi, iespējams, būs atklātāki sarunā par viņiem piemītošajām prasmēm un to izpausmēm.

Darba lapā minēto prasmju uzskaitījumu var samazināt vai mainīt pēc skolotāja ieskatiem.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Bluka I., Rubana I. Dzīves prasmju apguve skolā. – Rīga: Zvaigzne, 2002.

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Andersons R. Pusaudžu sociālo prasmju veidošanās. – Rīga: Raka, 2001.

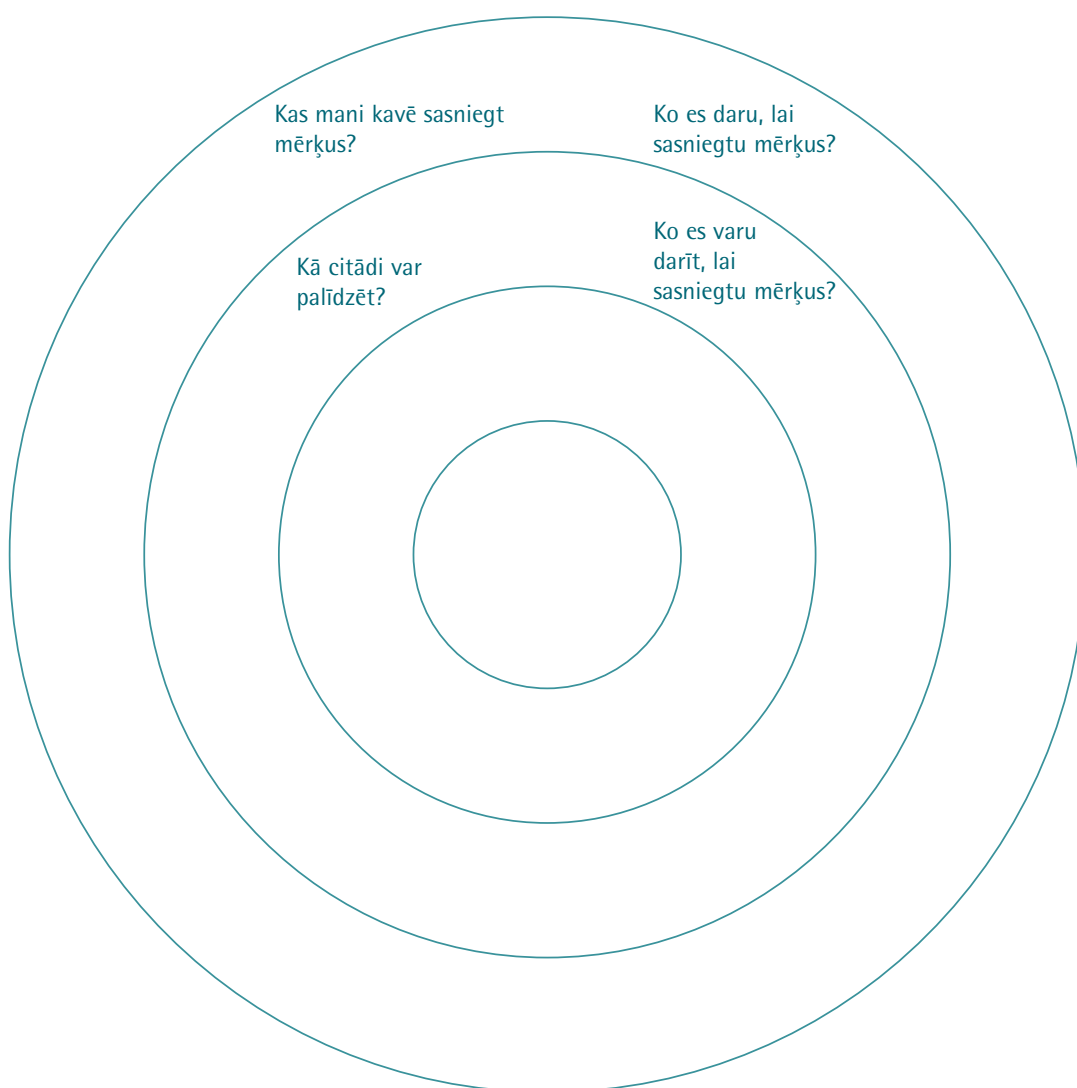
Alens Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. – Rīga: Skolu atbalsta centrs, 2000.

Cehlova Z. Izziņas aktivitāte mācībās. – Rīga: Raka, 2002.

Fulans M. Pārmaiņu spēki. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1999.

KĀ SASNIEGT SAVUS MĒRĶUS?

Uzdevums: lapas centrā iezīmēt sevi, apļos ierakstīt savus mērķus un atbildes uz dotajiem jautājumiem.



A vertical rectangular box with a dark teal border at the top and a light teal border at the bottom, with a white space in the middle.

MANAS PRASMES

Uzdevums: pārdomāt un pārrunāt ar klasesbiedru sev piemītošās prasmes un aizpildīt tabulu.

Prasmes	Šī prasme man piemīt	Tā izpaužas (minēt piemērus)	Kā varu attīstīt vai pilnveidot prasmi?
Patstāvīga mācīšanās			
Mācīties no savas pieredzes			
Kontaktēties ar citiem cilvēkiem			
Aizstāvēt savu viedokli			
Būt labam draugam / labai draudzenei			
Priecāties par citu panākumiem			
Būt līdzjūtīgam			
Pieņemt patstāvīgus lēmumus			
Pozitīvi novērtēt sevi			
Risināt savas problēmas			
Meklēt un lūgt palīdzību sarežģītā un grūtā brīdī			
Rūpēties par savu veselību			
Atturēties no smēķēšanas, alkohola, narkotiku lietošanas			

Darbs un bezdarbs Latvijā

Klases stunda

MĒRĶIS

Zināšanu sniegšana par vispārējām prasībām un noteikumiem, kas jāievēro stājoties darbā.

UZDEVUMI

1. Iepazīstināt skolēnus ar darba tirgu Latvijā.
2. Apgūt prasmes un zināšanas, kas noder stājoties darbā.

PRASMES

Lēmumu pieņemšana,
diskutēšana,
orientēšanās informācijā.

ATSLĒGAS VĀRDI

Darba tirgus, ekonomiski aktīvi iedzīvotāji,
noteikumi, prasības.

TEORIJA

Nodarbinātības līmenis parāda nodarbināto iedzīvotāju īpatsvaru iedzīvotāju kopskaitā vecuma grupā no 15 līdz 64 gadiem. Šis skaitlis parāda, kāda daļa no darbaspējas vecuma iedzīvotājiem ir nodarbināti tautsaimniecībā attiecīgajā laika periodā. Rēķinot nodarbinātības līmeni, tiek iekļauti ne tikai darbinieki, bet arī darba devēji – uzņēmēji un pašnodarbinātie.

Nodarbinātie iedzīvotāji ir visas tās personas, kas pārskata nedēļā veic darbu vai nu par samaksu naudā vai par atlīdzību precēs. Par nodarbinātajiem uzskata arī pašnodarbinātās personas uzņēmējdarbībā, lauksaimniecībā vai profesionālajā praksē, kā arī personas, kas atrodas pagaidu prombūtnē no darba sakarā ar grūtniecības vai dzemdību atvaļinājumu, bērnu kopšanas atvaļinājumu, ja pēc atvaļinājuma beigšanās ir garantija atgriezties darba vietā. Nodarbināto skaitā ietilpst arī strādājošie pašu patēriņam, ja tas ir nozīmīgs iztikas avots, piemēram, cilvēki, kas strādā savā lauku saimniecībā.

Darba meklētāji (bezdarbnieki) ir visas tās personas, kas vecumā no 15 – 64 gadiem ir vai nav reģistrējušās NVA, un uz kurām attiecas nosacījumi:

- pārskata laikā nekur nav strādājuši un nav atradušies pagaidu prombūtnē no darba;
- pēdējo 4 nedēļu laikā aktīvi meklējuši darbu;
- darba atrašanas gadījumā ir bijuši gatavi 2 nedēļu laikā sākt strādāt.

Ekonomiski neaktīvi iedzīvotāji (15 – 64 gadi) ir tie, kas nestrādā, nemeklē darbu un 2 nedēļu laikā pēc darba piedāvāšanas nav gatavi to uzsākt.

Iedzīvotāju grupas, kurām ir paaugstināts bezdarba risks

Joprojām saglabājas zems invalīdu nodarbinātības līmenis. Invalīdu iekļaušanos darba tirgū (darbaspēka apgrozības vieta, darba piedāvājums un pieprasījums) kavē gan darba devēju motivācijas trūkums, gan invalīdu īpašajām vajadzībām nepielāgota vide.

Bijušo ieslodzīto iekļaušanos darba tirgū apgrūtina viņu zemais izglītības līmenis, darba tirgus prasībām (noteikumi, normu kopums, ar ko noteikta kārtība, kas jādara) neatbilstošās prasmes un darba devēju motivācijas trūkums pieņemt viņus darbā.

Sieviešu pēc bērna kopšanas atvaļinājuma atgriešanos darba tirgū apgrūtina kvalifikācijas un prasmju zaudēšana. Valstī veidojies uzskats, ka bērnu audzināšana pazemina sievietes darba ražīgumu, un vienlaikus darba devēji nav motivēti ļaut darbiniecēm strādāt nepilnu darba laiku un/vai veikt darbu mājās.

Bezdarbnieku vidū (pēc 2006. gada 1. ceturkšņa datiem) vislielākā grupa (54%) ir cilvēki ar vispārējo izglītību, tad seko cilvēki ar profesionālo (35%) un augstāko izglītību (7%). Tas liecina, ka lielākā daļa aptaujāto bezdarbnieku ir bez speciālās profesionālās vai augstākās izglītības. Tikai 4% no aptaujātajiem izglītība bija zemāka par pamatizglītību. Visu valsts bezdarbnieku sadalījums pēc izglītības liecina, ka respondentu (cilvēki, kas intervijā atbild uz jautājumiem) vidū vairāk ir bezdarbnieku, kuriem ir vispārējā izglītība vai arī izglītība ir zemāka par pamatizglītību. Nedaudz mazāk pārstāvēti ir bezdarbnieki ar profesionālo izglītību.

Mūsu valstī attīstās demogrāfiskā slodze tā ir situācija, kas rodas sakarā ar veco cilvēku skaita pieaugumu un jaundzimušo samazināšanos. Aktīvi nodarbinātiem jāstrādā tik daudz, lai pietiktu gan bezdarbniekiem, gan ekonomiski neaktīvajiem iedzīvotājiem.

RESURSI

A 3 lapa, līmlapiņas,

kodoskops,

Darba lapa Nr. 3.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Izglītības līmenis, darbs, bezdarbs (pārrunas)

Iespējamie jautājumi sarunas veidošanai:

- Ar kādu izglītību vieglāk atrast darbu pilsētās, laukos, kāpēc?
- Kādu darbu biežāk piedāvās cilvēkam ar pamatskolas izglītību, kāpēc?
- Kā izglītības līmenis ietekmē nodarbinātību?
- Kurā nozarē šobrīd, iespējams, nepieciešami speciālisti, kāpēc?

2. aktivitāte. Darba meklētāja rakstura īpašībās (darbs ar tabulu)

Skolotājs paskaidro, kā aizpildīt tabulu (Darba lapa Nr. 3, 1. uzdevums). Ar „+” tabulā atzīmē to, kas skolēnam liekas svarīgs, stājoties darbā, un sanumurē svarīguma secībā (piemēram, + 3) ar „-” to, kas nav svarīgs. Paraugu var uzzīmēt uz tāfeles vai parādīt, izmantojot kodoskopu.

PARAUGS

1.	Nodibināt labas attiecības ar kolēģiem	-
2.	Uzvesties kā viszinim	+1
3.	Intervijā nespēt konkrēti atbildēt uz jautājumiem	+13

3. aktivitāte. Grupas viedokļa veidošana (grupu darbs – 4 līdz 5 skolēni grupā)

Katrai grupai jāatzīmē tabulā (Darba lapa Nr. 3, 2. uzdevums), kas ir svarīgākais stājoties darbā un jāvienojas par kopējo viedokli, saskaitot kopā katra skolēna viedokli (cik reizes katrs nosacījums bijis 1. +3., – 1.; 1. +2., – 2.; utt.) un kopējo viedokli (piemēram, 1. +3, – 1; 24. +2, – 2;) Pēc tam var atzīmēt, kuri nosacījumi bijuši kādā secībā.

PARAUGS

	+ / - 1.	+ / - 2.	+ / - 3.	+ / - 4.	+ / - 5.	+ / - 6.	+ / - 7.	+ / - 8.	+ / - 9.	+ / - 10.	Kopējais viedoklis
1.	3 / 1										
2.		1 / 0		2 / 0			0 / 1				+ 3 / - 1
14.		2 / 0	1 / 0			1 / 0					+ 4 / - 0

REFLEKSIJA

Katra grupa prezentē savu viedokli, skolēni pārrunā un secina, ka viedokļu ir daudz un dažādi, ka nav nemaz tik viegli strādāt grupā un savstarpēji vienoties.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Avotiņa D. LM/ lekcija / Nodarbināto un bezdarba attīstības tendences Latvijā / 2005.

Baltijas makroekonomikas apskats.

Nacionālās rīcības plāns nabadzības un sociālās atstumtības mazināšanai (2004. – 2006. gads).

www.hansabanka.lv/lib/lv/BMA_0705.pdf

www.mk.gov.lv/site/files/O/18502.doc

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

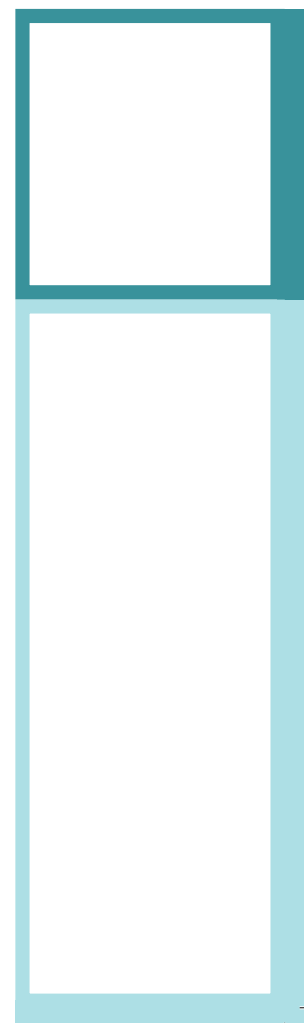
www.tavapensijalv/lib/lv/BMA_0403pdf

1. uzdevums. Saliec „+” un „-” un pieliec klāt skaitli kādā secībā tev ir katrs „+” un „-” (+ 2; - 2;)!

1.	Nodibināt labas attiecības ar kolēģiem	
2.	Uzvesties kā viszinim	
3.	Intervijā nespēt konkrēti atbildēt uz jautājumiem	
4.	Brīvajā laikā slinkot	
5.	Būt diplomātam	
6.	Uzzināt pēc iespējas vairāk par jauno darba vietu	
7.	Pārdomāt savu jauno paštēlu, saistītu ar darba vietu	
8.	Intervijā uzsvērt, ka mācībās / iepriekšējā darbā bija labas sekmes	
9.	Uzzināt darba raksturojumu un galvenos mērķus	
10.	Izklāstīt visiem par savu ģimeni	
11.	Nākt uz darbu nevīžīgi ģērbtam	
12.	Uzmanīgi klausīties darba biedros	
13.	Izturēties vienkārši un taktiski	
14.	Intervijā pateikt, ka īsti nezini, ko vēlies strādāt, nav mērķu	
15.	Kritizēt savus iepriekšējos darba devējus vai kolēģus / klases biedrus	
16.	Iesaistīties kādā grupējumā darba vietā	
17.	Ievākt ziņas par savu priekšgājēju un mudināt viņa aprunāšanu	
18.	Neatlikt uz citu dienu to, ko var padarīt uzreiz	
19.	Intervijas laikā neko nejautāt jaunajam darba devējam	
20.	Izrādīt darbā garlaicību un neieinteresētību par uzņēmumu / nozari	
21.	Sasveicinoties sniegt ģenganu roku	
22.	Noskaidrot savus pienākumus un tiesības	
23.	Intervijā uzsvērt, ka esi cienīgs iegūt augstāku amatu un nevēlies zemāko	
24.	Noskaidrot darba vietas lomu sadalījumu (gan formālo, gan neformālo)	

2. uzdevums. Noskaidro grupas kopējo viedokli, ierakstot tabulā visu grupas biedru vērtējumus!

	+/- 1	+/- 2	+/- 3	+/- 4	+/- 5	+/- 6	+/- 7	+/- 8	+/- 9	+/- 10	+/- 11	+/- 12	+/- 13	+/- 14	+/- 15	+/- 16	+/- 17	+/- 18	+/- 19	+/- 20	+/- 21	+/- 22	+/- 23	+/- 24	Kopējais viedoklis		
1.																											
2.																											
3.																											
4.																											
5.																											
6.																											
7.																											
8.																											
9.																											
10.																											
11.																											
12.																											
13.																											
14.																											
15.																											
16.																											
17.																											
18.																											
19.																											
20.																											
21.																											
22.																											
23.																											
24.																											



Dzimumu līdztiesība karjeras veidošanā

Klases stunda

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par atšķirībām starp dzimumiem un ar to saistītajiem stereotipiem.

UZDEVUMI

1. Veidot izpratni par dzimumu līdztiesību un dzimumu diskrimināciju.
2. Iedrošināt izdarīt izvēli.

PRASMES

Kritiskā domāšana,
pašizvērtēšana.

ATSLĒGAS VĀRDI

Aizspriedums, diskriminācija, stereotips.

TEORIJA

Dzimumu līdztiesība ir viena no cilvēku pamattiesībām, ko aizsargā valsts likumi. Lai gan ar likumu noteiktas vienādas tiesības vīriešiem un sievietēm, reālajā dzīvē ļoti bieži valda stereotipi (neapzināti izveidojies, stabils spēcīgu reakciju kopums, izturēšanās veids) un aizspriedumi. Zēni un meitenes ir atšķirīgi fizioloģiski un emocionāli. Tas ir pamats, uz kā gadsimtu gaitā veidojušies nāciju uzskati par vīriešu un sievietes lomu, vietu un uzdevumiem sabiedrībā. Ir profesijas, kurās strādā gandrīz tikai sievietes (piemēram, skolotājas, pārdevējas) un profesijas, kurās pārsvarā strādā vīrieši (piemēram, mehāniķi, ugunsdzēsēji).

Dzimumu līdztiesība nozīmē abu dzimumu vienlīdzīgu pamanāmību, vienlīdzīgas iespējas un piedalīšanos visās sabiedrības un privātās dzīves jomās. Dzimumu līdztiesība ir pretēja dzimumu nevienlīdzībai, nevis dzimumu atšķirībai, un tās mērķis ir veicināt vīriešu un sieviešu pilnvērtīgu dalību sabiedrības dzīvē.

Ilgu laiku, un vēl joprojām, Eiropā dzimumu līdztiesību definēja kā vienlīdzīgu tiesību piešķiršanu de jure (juridiski) – vienlīdzīgas iespējas, vienlīdzīgus apstākļus un izturēšanos pret meitenēm un zēniem, sievietēm un vīriešiem visās dzīves jomās un sabiedrības sfērās. Mūsdienās ir pierādījies, ka līdztiesība de jure automātiski nenozīmē līdztiesību de facto (faktiski). Ir svarīgi saprast, ka vīriešu un sieviešu dzīves apstākļi ir ļoti dažādi – zināmā mērā tas saistīts ar bērnu dzemdēšanas funkciju sievietēm. Galvenais jautājums nav šādu atšķirību pastāvēšana, bet gan fakts, ka šādām atšķirībām nevajadzētu atstāt negatīvu iespaidu uz sieviešu un vīriešu dzīves apstākļiem, būt par diskriminācijas iemeslu, un tiem jāveicina vienlīdzīga ietekmes sadalīšana ekonomiskos, sabiedriskos un politiku veidojošos procesos. Dzimumu līdztiesība nav sinonīms vienādībai, atzīstot vīriešus, viņu dzīves veidu un apstākļus kā normu.

Skolā redzam, ka meitenēm salīdzinājumā ar zēniem nereti ir labākas sekmes mācībās. Augstāko izglītību iegūst vairāk sieviešu nekā vīriešu. Tomēr statistika liecina, ka jaunām sievietēm ir daudz grūtāk atrast darbu nekā jauniem vīriešiem. Sieviešu bezdarba līmenis ir augstāks nekā vīriešu bezdarba līmenis ne tikai Latvijā, bet visās pasaules valstīs. Šajā stundā mācīsimies saskatīt un izprast cēloņus dzimumu diskriminācijai (tiesību ierobežošana iedzīvotāju daļai, rasei, tautībai, dzimumam) darba tirgū.

RESURSI

A4 lapas,

Darba lapa Nr. 4, Nr. 5.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Sieviešu darbu un vīriešu darbu noskaidrošana (prāta vētra)

Skolotājs aicina skolēnus izteikt savas domas par dzimumu lomu dažādu darbu veikšanā. Tradicionāli tiek uzskatīts, ka ir darbi, kas labāk padodas sievietēm, skolēni nosauc (piemēram, bērnu audzināšana, ēdienu gatavošana), un darbi, kas vairāk piemēroti vīriešiem, skolēni nosauc (piemēram, darbs ar tehniku, biznesa vadība, politika). Ja skolotājs uzskata, ka nepieciešams paplašināt skolēnu zināšanas par dzimuma līdztiesību, tad pastāsta (var izmantot teoriju) sīkāk un turpina sarunu.

Skolotājs pārrunā ar skolēniem

- kādus darbus mājās dara tēvs,
- kādus darbus mājās dara māte,
- lūdz raksturot tipisku dienu sava tēva dzīvē,
- lūdz raksturot tipisku dienu mātes dzīvē.

2. aktivitāte. Spēle „Kurš var veikt šo darbu?”

Pirms spēles „Kurš var veikt šo darbu” skolēni individuāli izpilda uzdevumu Darba lapā Nr. 4. Kad skolēni darbu ir veikuši, var sākties spēle. Spēlei var izmantot Darba lapai Nr. 4 pievienoto kartīšu komplektu.

Kārbiņā saliktas kartītes, uz kurām uzrakstītas dažādas nodarbošanās. Skolēni pēc kārtas izvelk pa vienai, izlasa nodarbošanos, uzdod pārējiem jautājumu: „Vai sievietes var veikt šo darbu? Kas saka „jā” - paceļ roku”. Saskaita, cik skolēni balso par šo izvēli. Pēc tam paceļ rokas tie, kas saka „nē”. Saskaita. Rezultātus uz tāfeles vai uz lielas papīra loksnes atspoguļo šādi

Nodarbošanās	Jā	Nē
Laukstrādnieks	6	12
Veterinārārsts	9	9

Analizējot tabulā ierakstītos skaitļus, skolēni cenšas formulēt savu viedokli par tradicionāliem uzskatiem karjerā un kā mūsdienās šie tradicionālie uzskati mainījušies, kādi tam iemesli. Cenšas izdarīt secinājumus, kāpēc lietderīgi apgūt gan vīriešu, gan sieviešu tradicionālās lomas.

3. aktivitāte. Diskusija par profesiju atbilstību dzimumam

- Diskusijas veicināšanai lietderīgi uzdot ierosinātos jautājumus:
- Kādi ir iemesli uzskatam, ka atsevišķi darbi nav pa spēkam sievietēm?
- Kādi ir iemesli uzskatam, ka atsevišķi darbi ir vairāk piemēroti sievietēm?
- Vai šie iemesli ir reāli pamatoti jeb tās ir tikai mūsu iedomas?
- Kā sabiedrības uzskati veido aizspriedumus, ka konkrētas nodarbošanās nav piemērotas sievietēm?
- Kas kopīgs darbiem, par kuriem vairāk teikts „jā”?
- Kas kopīgs darbiem, par kuriem vairāk teikts „nē”?
- Vai sieviešu/vīriešu darbi ir labāk apmaksāti?
- Kāpēc darbam mājās ir mazāka vērtība naudas izteiksmē?

4. aktivitāte. Kristīnes stāsts (pārrunas)

Skolotāja izlasa īsu stāstu par Kristīni (Darba lapa Nr. 5, 1. uzdevums). Aicina skolēnus grupās pārrunāt dzirdēto un apspriest iespējamo rīcību. Kā skolēni rīkotos Kristīnes vietā. Kuram viedoklim ir pārsvars?

Kristīnes stāsts ir spilgts piemērs cilvēku tiesību ignorēšanai dzimumu līdztiesības jomā. Skolotājs aicina skolēnus formulēt, kādas tiesības ir pārkāptas. Pēc tam cenšas noskaidrot, kas veicinājis šos cilvēku tiesību pārkāpumus (valsts pārvaldes sistēma, aizspriedumi sabiedrībā, ģimenes uzskati, zināšanu trūkums).

5. aktivitāte. Spēle „Šķērso līniju!” (par aizspriedumiem, kas valda sabiedrībā)

Skolotājs izskaidro spēles noteikumus. Skolēni stāv vienā klases malā. Telpas vidū ir līnija. Ja uz nolasīto jautājumu vari atbildēt pozitīvi, šķērso šo līniju! Ja nepiekrīti, paliec uz vietas (Darba lapa Nr. 5, 2. uzdevums)!

Uz galda noliktas lapiņas ar jautājumiem. Katru jautājumu lasa cits skolēns. Pirms nākošā jautājuma nolasīšanas visi atkal sastājas klases malā.

Kad visi ir izdarījuši savu izvēli – šķērsojuši līniju vai palikuši uz vietas –, var lūgt izteikties, kāpēc skolēni izdarījuši vienu vai otru izvēli. Vai tas bija viegli, būt godīgam savā izvēlē. Cik lielā mērā izvēli ietekmēja klasesbiedru rīcība?

Nav jāatbild uz visiem jautājumiem. Tos var brīvi izvēlēties, pievienot savus jautājumus atbilstoši situācijai.

REFLEKSIJA

Analizēt piemērus no dzīves, iejusties konkrētu cilvēku izjūtās, salīdzināt ar savu pieredzi. Jo vairāk un atklātāk runāsim par situācijām, kur tiek pārkāpta dzimumu vienlīdzība, jo vairāk iespēju veiksmīgāk izdarīt personīgo izvēli, aizstāvēt savas tiesības.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Pusaudžiem par intīmo. ANO Attīstības programma – Rīga: IZM, 2004.

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

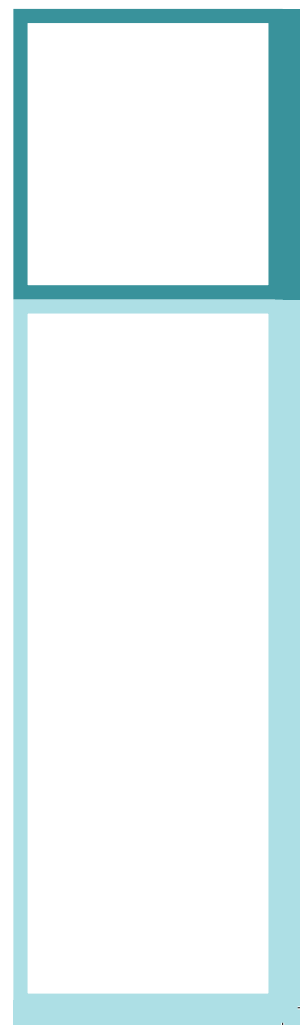
www.lm.gov.lv

www.spf.gov.lv

Dzimumu līdztiesība karjeras veidošanā

Padomā, kura nodarbošanās ir piemērotāka sievietei, kura – vīrietim, un attiecīgajā rindiņā, attiecīgajā stabiņā, papildinot ar pāris vārdiem, pabeidz teikumu!

Nodarbošanās	Piemērota sievietei, jo	Piemērota vīrietim, jo
Laukstrādnieks		
Zinātnieks		
Drēbnieks		
Ūdenslīdējs		
Pulksteņmeistars		
Dārzeņu pārdevējs		
Pavārs		
Sanitārs		
Istabene		
Celtnieks		
Inženieris		
Karavīrs		
Keramiķis		
Metinātājs		
Tirgotājs		
Grāmatvedis		
Automašīnu mehāniķis		
Arhīva kārtotājs		
Modes mākslinieks		

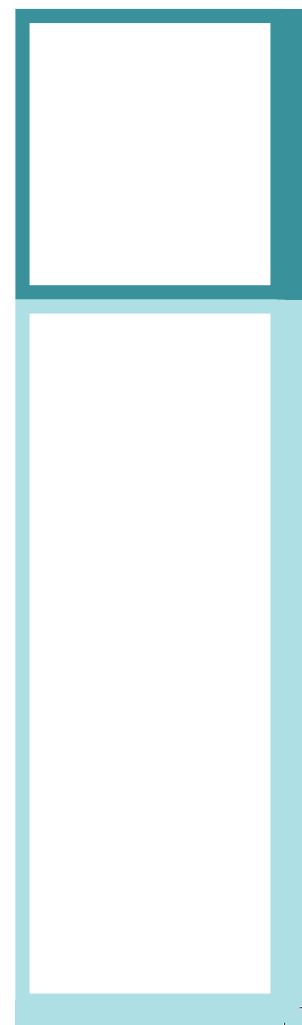


Nodarbošanās	Piemērota sievietei, jo	Piemērota vīrietim, jo
Veterinārārsts		
Medmāsa		
Biznesmenis		
Arhitekts		
Ģeologs		
Ārsts		
Skolotājs		
Dārznieks		
Policists		

Dzimumu līdztiesība karjeras veidošanā

Kartišu komplekts spēlei „Kurš var veikt šo darbu?”

laukstrādnieks	zinātnieks	drēbnieks	ūdenslīdētājs
pulksteņmeistars	dārzeņu pārdevējs	pavārs	sanitārs
istabene	celtnieks	inženieris	karavīrs
keramiķis	metinātājs	tirgotājs	grāmatvedis
automašīnu mehāniķis	arhīva kārtotājs	modes mākslinieks	veterinārārsts
medmāsa	biznesmenis	arhitekts	ģeologs
ārsts	skolotājs	dārznieks	policists



Dzimumu līdztiesība karjeras veidošanā

1. **uzdevums.** Izlasi Kristīnes stāstu un analizē, kādas problēmas, saistītas ar dzimumu līdztiesību un vērtībām sabiedrībā, šeit atspoguļotas!

Kristīne ir 17 gadus veca jauniete. Viņas sapnis ir kļūt par žurnālisti. Viņa uzskata, ka iziet pie vīra vajadzētu ne agrāk kā 25 gadu vecumā. Taču reālā dzīve ir citāda nekā viņas sapņi.

Kristīnes tēvs nomira, kad viņa mācījās pamatskolā. Māte palika viena ar sešiem mazgadīgiem bērniem. Kristīnes tālākai izglītībai nebija naudas, tāpēc meitene sāka strādāt par apkopēju, bet vakaros mācījās komercskolā.

Kad viņa bija mācījusies trīs gadus, nomira arī māte. Kristīnei nācās uzņemt rūpes par mazākajiem brāļiem un māsām. Viņa kļuva par pārdevēju kioskā un piepelnījās dažādos gadījuma darbos.

Otra pārdevēja kioskā bija vecāka sieviete. Viņa ieteica Kristīnei iepazīties ar kādu bagātu cilvēku un apprecēties, kamēr vēl ir jauna un skaista. Pēc 25 gadu vecuma viņu neviens vairs negribēšot precēt, bet žurnālista profesija neesot piemērota sievietei.

Kristīni nomocīja jautājumi, uz kuriem viņa nespēja rast atbildes – sekot savam sirds aicinājumam vai darīt to, ko viņai iesaka citi? Censties sasniegt savu sapni, pārvarot grūtības, vai piemēroties apstākļiem?

Ko darītu jūs Kristīnes vietā? Kādu padomu viņai dotu?

2. **uzdevums.** Padomā par dotajiem apgalvojumiem, piekrīti, vai nepiekrīti, pamato savu domu!

- Nav normāli, ja meitene nevēlas bērnu.
- Ir normāli, ka zēni vēlas sev daudz draudzeņu.
- Meitenes ir daudz uzticīgākas partneres.
- Nav normāli, ka meitenēm nepatīk šūt, adīt, gatavot ēst.
- Vīrieši slikti prot apieties ar maziem bērniem.
- Vadošos amatos ir mazāk sieviešu tāpēc, ka viņas pirmajā vietā liek savu ģimeni un bērnus.
- Sievietēm labāk padodas rokdarbi, jo viņām ir veiklāki pirksti.
- Vīrieši nav tik emocionāli kā sievietes.
- Sievietes nevar veikt dažus darbus tāpēc, ka viņas nav pietiekoši spēcīgas.
- Sportā vīriešu un sieviešu sasniegumi ir ļoti atšķirīgi.
- Vidēji vīrieši augumā ir garāki nekā sievietes.
- Uzlabojoties dzīves līmenim, vairāk iegūs sievietes.
- Vīrieši uztur ģimeni.
- Manā ģimenē strādā un naudu pelna mamma.
- Tētis ir ģimenes galva, viņš vienmēr nosaka, kā un kur jāizdod nauda.
- Vīrieši ir labāki ārsti nekā sievietes.
- Prestižas skolas beigušajiem ir izredzes iegūt labāku darbu.

Invalīdu iespējas darba tirgū

Klases stunda

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par invalīdu problēmām darba tirgū.

UZDEVUMI

1. Saprast, ka cilvēkiem ar invaliditāti ir grūtības integrēties darba tirgū.
2. Iegūt zināšanas par invalīda iespējām atrast darbu.

PRASMES

Veidojas prasmes orientēties piedāvājumā, empātija.

ATSLĒGAS VĀRDI

Empātija, invalīds, integrācija, Nodarbinātības valsts aģentūra (NVA).

TEORIJA

Invalīds ir persona, kurai sakarā ar slimību, traumu vai iedzimtu defektu izraisītiem orgānu sistēmu funkciju traucējumiem ir ierobežotas vai zaudētas darba spējas un nepieciešama papildus sociālā palīdzība. Salīdzinot statistikas datus par invalīdu skaitu laika posmā no 1998. gada līdz 2005. gadam Latvijā, redzams, ka invalīdu kopskaits samazinās, bet invalīdu – bezdarbnieku skaits palielinās. Tam par cēloni ir ne vien attiecīgas kvalifikācijas trūkums, bet arī sabiedrības attieksme un darba vides nepiemērotība cilvēkiem ar speciālām vajadzībām.

Tomēr pēdējo gadu laikā gan Latvijā, gan citās Eiropas Savienības valstīs arvien lielāka uzmanība tiek veltīta ne vien invalīdu medicīniskajai un sociālajai aprūpei, bet arī viņu profesionālajai rehabilitācijai. Mūsu valstī invalīdiem nepieciešamo palīdzību un tiesības nosaka likums „Par invalīdu medicīnisko un sociālo aizsardzību”, kas pieņemts 1992. gadā.

2001. gadā Nodarbinātības valsts aģentūra (NVA) realizēja pilotprojektu „Subsidētās darba vietas invalīdiem”, gada laikā iekārtojot darbā 30 invalīdus. Invalīdi bezdarbnieki strādāja dažādās profesijās: masieris, atslēdznieks, kurpnieks, elektromehāniķis, galdnieks, mūrnieks, grāmatvedis, datoroperators, šuvējs u.c. Piesaistot Eiropas Savienības Sociālā fonda finansējumu, NVA turpina subsidētās nodarbinātības pasākumu īstenošanu.

Latvijā pastāv vēl daudz neatrisinātu jautājumu attiecībā uz dažādiem invalīdu dzīves jautājumiem, tai skaitā arī uz nodarbinātību. Labklājības ministrija ir izstrādājusi „Invaliditātes un tās izraisīto seku mazināšanas politikas pamatnostādnes 2005. – 2015. gadam”. Par uzmanības piesaistīšanu invalīdu nodarbinātībai liecina arī citi projekti, piemēram, Socrates projekts ADIS „Pieaugušo integrēšana darba tirgū ar tālmācības palīdzību”. Rīcības plāna mērķis ir attīstīt un nodrošināt invalīdiem labvēlīgu vidi, kā arī pilnvērtīgi cilvēkus ar invaliditāti iekļaut aktīvajā sabiedrības dzīvē. Rīcības plāns paredz pasākumus tuvākajiem desmit gadiem. Galvenie darbības virzieni ir vērsti uz invaliditātes profilakses (pasākumu kopums novēršanai vai aizkavēšanai) attīstību, kvalitatīvu invaliditātes noteikšanu, invalīdu nodarbinātības veicināšanu un viņu sociālo nodrošināšanu. Atbilstoši rīcības plānam LM plānojami pilnveidot invalīdu vajadzībām atbilstošas profesionālās izglītības programmas, t.sk., profesionālās piemērotības novērtēšanu, kas palielinātu nodarbināto invalīdu skaitu. Plānots palielināt to darba vietu skaitu, kuras aprīkotas ar tehniskajiem palīgīdzekļiem atbilstoši invalīda funkcionālā traucējuma veidam un veicamā darba raksturam, un atcelt atsevišķas normas, kas ierobežo veikt noteikta rakstura darbus invaliditātes dēļ, vienlaikus saglabājot normas, kas aizsargā personas ar draudošu invaliditāti.

RESURSI

A5 lapas,

Darba lapa Nr. 6, Nr. 7,

kodoskops.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Diskusija „Kā palīdzēt invalīdiem integrēties darba tirgū?”

Var organizēt gan kā plenārdiskusiju, gan kā grupas diskusiju.

Skolotājs uzņemas diskusijas vadītāja funkcijas. Paskaidro jēdzienu integrācija – iekļaušanās, apvienošanās savstarpēji papildinoties. Viņš iepazīstina klasi ar diskusijas jautājumu, ko var uzrakstīt uz tāfeles, izveidot uz kodoskopa plēves vai, ja tā ir grupu diskusija, grupai var izsniegt lapu ar uzrakstītu jautājumu. Ar dažiem teikumiem vai jautājumiem klasei vai skolēnu grupai skolotājs ievada diskusiju. Uzaicina apspriest jautājumu, izmantojot sagatavoto plānu (Darba lapa Nr. 6).

2. aktivitāte. Uzdevumu izpilde par invalīda vietu darba tirgū.

Skolotājs izsniedz katram skolēnam vai grupai Darba lapa Nr. 7 ar uzdevumiem un lūdz tos izpildīt. Skolēni, kad darbu beiguši, pamato savu viedokli, ja darbs grupās, tad vispirms grupā, un pēc tam kopējo viedokli klasē, ja individuāli, tad uzreiz klasē izsaka savu viedokli un to pamato. Pēc tam skolēni klasē cenšas nonākt pie kopēja viedokļa ar pamatojumu. Skolotājs uzklausa visus viedokļus, neietekmējot tos.

Diskusijas plāns:

1. Kas ir invalīdi? Personas, kurām sakarā ar slimību, traumu vai iedzimtu defektu izraisītiem orgānu sistēmu funkciju traucējumiem ir ierobežotas vai zaudētas darba spējas un nepieciešama papildus sociālā palīdzība.
 - a) Kādi var būt invaliditātes cēloņi? Nelaiemes gadījumi, arodslimības, invaliditāte no bērnības, ievainojumi, sakropļojumi.
 - b) Kādi ir invaliditātes veidi? Redzes, dzirdes, runas-valodas, kustību, intelektuālās attīstības traucējumi, psihiskās saslimšanas, vispārējā saslimšana, multiinvaliditāte.
 - c) No kā vēl atkarīgs invalīda stāvoklis? Vai invalīds ir vientuļš, vai dzīvo ģimenē un kāds ir viņa sociālais stāvoklis ģimenē – apgādnieks vai apgādājams.
2. Kādas problēmas cilvēkiem rada invaliditāte? Ierobežotas iespējas, nespēja sevi aprūpēt, mācīties, strādāt, atpūsties un būt kopā ar citiem cilvēkiem.
3. Kāpēc cilvēkiem ar speciālām vajadzībām grūti atrast darbu? Sabiedrības attieksme, kvalifikācijas trūkums, apkārtējās un darba vides nepiemērotība.
4. Kā varētu risināt jautājumu par invalīdu izglītošanu un profesionālo apmācību? Izstrādāt un ieviest profesionālās izglītības programmas, tālmācības izmantošana, invalīdu varētu apmācīt arī darba vietā, nozīmējot viņam darba vadītāju.
5. Kā pielāgot apkārtējo un darba vidi invalīdu vajadzībām? Darba vides pieejamības pielāgošana – iekļūšana ēkās, telpās, atbilstošas labierīcības, darba galds, plaukti, krēsls, apgaismojums, nodrošinājums ar nepieciešamajiem tehniskajiem palīgīdzekļiem.
6. Ko vajadzētu zināt darba devējam, kurš negatīvi noskaņots pret darba ņēmēju – invalīdu, lai viņš mainītu savu attieksmi? Nav jābaidās no invaliditātes, bet jāievāc informācija par to, lai mazinātu bailes, aizspriedumus vai stereotipus; vienmēr jāatceras, ka galvenais ir cilvēka personība un nevis viņa invaliditāte.
7. Kāda ir tava personīgā nostāja šajā jautājumā un kādi ir tavi secinājumi?

REFLEKSIJA

Beidzot diskusiju, katrs skolēns pēc kārtas pasaka, kā viņš no šodienas diskusijas nonācis pie jautājuma izpratnes. Var izmantot nepabeigtos teikumus.

Agrāk nezināju, bet šodien noskaidroju, ka ...

Šodien es izpratu, ka ...

Šodien mani pārsteidza, ka ...

Šodien man patika, ka mēs (es) ...

Galvenais, ko es guvu šodienas sarunā, ir ...

Es noskaidroju, ka ...

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Drošas un atbalstošas darba vides izveide cilvēkiem ar invaliditāti// Rokasgrāmata - 2006.

Krastiņa E., Pipere A. Mācību sasniegumu pašizvērtēšana. – Rīga: RaKa.

Lapiņa L., Rudiņa V. Interaktīvās mācīšanas metodes. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1997.

Rubana I.M. Mācīties darot. – Rīga: RaKa, 2000.

www.internet-uni.lv

www.lm.gov.lv/?sadala=511

www.aic.lv

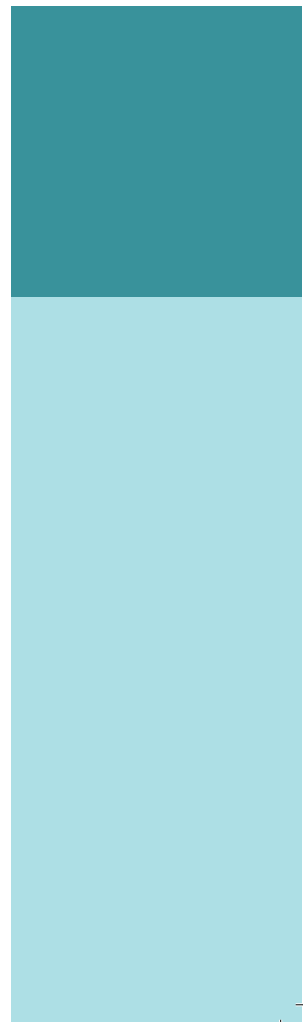
www.apeirons.lv

www.varcentrs.lv

www.ltn.lv

www.nva.lv

www.rehab.lv



1. uzdevums. Izlasi nosacījumus, atbildi uz jautājumu, pamato savu atbildi!

Jānis pārvietojas ar spieķa palīdzību, viņam ir progresējoša locītavu sasilšana. Viņš strādā firmā par uzskaitvedi. Darba vieta ir pielāgota, lai Jānis varētu veikt savus darba pienākumus. Tam bija nepieciešami:

- atbalsta margas trepēm;
- atbalsta rokturi tualetē;
- viegli darbināms ūdens krāns;
- biroja krēsls (augstumā regulējams, maināms muguras balsta augstums).

Kā vajadzētu pielāgot darba vietu Tijai, kurai ir vienas puses daļēja paralīze un kura strādā par informācijas ievadīšanas operatoru?

2. uzdevums. Atrod katram darba meklētājam vispiemērotāko profesiju! Pamato savu izvēli!

Dokumentu sagatavošanas operators, būvdarbu vadītājs, datu operators, atslēdznieks, reģistratūras darbinieks viesnīcā, protēžu pielāgotājs, grāmatvedis, šuvējs, masieris, klūdziņu pinējs, galdnieks

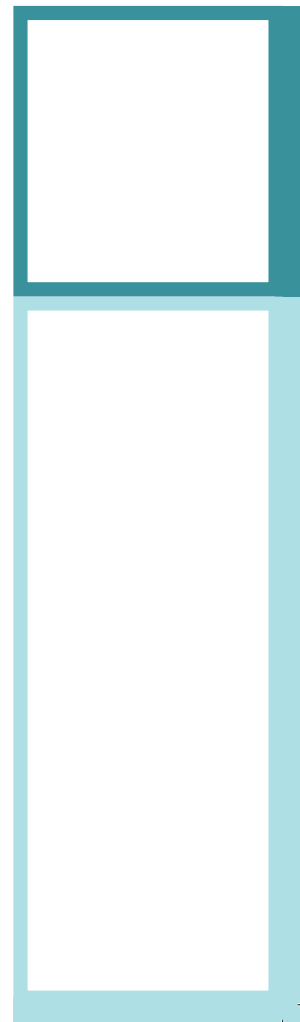
Maksimam kopš bērnības ir vāja redze. Viņam ir ļoti laba tauste, ar tās palīdzību viņam veidojas izpratne par priekšmetu formu, īpašībām, atrašanās vietu un funkcionālo pielietojumu. Viņš vislabāk jūtas pierastā vidē ar noteiktu kārtību. _____

Traumas rezultātā **Aleksandra** nedzird. Sarunās ar citiem cilvēkiem viņa lieto zīmju valodu kombinācijā ar mutes kustībām un lasīšanu no lūpām. _____

Nils, jaunībā lecot uz galvas ezerā, guvis mugurkaula traumu, kā rezultātā viņam ir pārvietotās problēmas. Tādēļ vīrietis lieto ratiņkrēslu. _____

Jau skolā tika novērots, ka **Lilīta** ar grūtībām uztver mācību vielu, ka viņai ir atmiņas un iztēles traucējumi. Viņa nespēj ilgi koncentrēties. _____

Ausma ir astmas slimniece, viņa nedrīkst uzturēties putekļainās telpās, vietās, kur apgrūtināta elpošana. _____



Karjeras plānošana

Klases stunda

MĒRĶIS

Prasmju un spēju veidošana pieņemot lēmumus profesijas un izglītības iestādes izvēlē.

UZDEVUMI

1. Apkopot priekšstatus klases biedru starpā par katra grupas dalībnieka izvēlēto profesionālo nākotni.
2. Izzināt profesiju pasauli.

PRASMES

Mācīties vērtēt sevi un citus.

ASLĒGAS VĀRDI

Karjera, profesija.

TEORIJA

Lai izvēlētos noteiktu profesiju, jāievēro zināmi priekšnosacījumi:

- nepieciešams iepazīties pēc iespējas ar vairākām profesijām, noteikt, kādas profesijas un speciālisti ir vajadzīgi reģionā, kurā jūs dzīvojat;
- nepieciešams izzināt pašam sevi (intereses, noslieces, spējas, temperaments, rakstura īpašības, izziņas procesu īpatnības, veselība, pašnovērtējums u.c.);
- nepieciešams izvēlēties sev vispievilcīgāko, vispiemērotāko profesiju;
- nepieciešams kārtīgi izpētīt izvēlēto profesiju: iepazīties ar profesijas standartu, noskaidrot darba saturu, darba apstākļus un prasības, kas tiek izvirzītas attiecīgās profesijas cilvēkam, uzzināt par tās iegūšanas iespējām un profesionālās izaugsmes perspektīvām;
- nepieciešams izmēģināt savus spēkus izvēlētajā profesijā (interesu pulciņos, projektu nedēļu laikā, mācību ekskursiju laikā).

RESURSI

A4 lapas katram skolēnam,

Darba lapas Nr. 8, Nr. 9.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Ierosināšana

Skolēni pa vienam pēc kārtas izsaka savas asociācijas par jēdzienu karjeras plānošana.

2. aktivitāte. Domu kartes izveidošana

Skolotājs pieraksta skolēnu izteikumus uz tāfeles

3. aktivitāte. Profesiju piemērošana

Skolotājs vada spēli skolēnu grupā. Skolotājs izdala skolēniem veidlapas (Darba lapa Nr. 8). Katrs skolēns ieraksta savu vārdu, uzvārdu un visu klātesošo spēles dalībnieku vārdus noteiktā secībā. Labāk, lai skolēnu saraksti visiem būtu vienādi. Tad katram skolēnam būs vieglāk meklēt sevi citu skolēnu sarakstos. Skolēni savas veidlapas piestiprina pie galdiem, pie sienas, vai pie tāfeles. Var izmantot aizlocīšanas metodi un lapu sūtīt pa apli dalībnieku starpā. Skolēni brīvi pārvietojas pa klasi vai, aplī sēžot un aizlokot lapas, aizpilda klasesbiedru veidlapas. Katrā atsevišķā veidlapā (izņemot savu) skolēns ieraksta tās profesijas nosaukumu, kura, kā viņam šķiet, visvairāk atbilst minētā skolēna spējām un dotībām.

4. aktivitāte. Veidlapu ierakstu analīze

Skolēni iepazīstas ar visu klātesošo veidlapām un izraksta tabulā (Darba lapa Nr. 9) uz sevi attiecināto informāciju, apkopo to un veic secinājumus.

REFLEKSIJA

Skolēni pastāsta pārējiem dalībniekiem par savas apkopotās informācijas rezultātiem, kura no ieteiktajām profesijām, viņaprāt, bija visoriģinālākā, interesantākā un atbilstošākā.

Skolēni izklāsta savus secinājumus (to var veikt arī rakstiski) par to, ko viņi jaunu ir uzzinājuši par sevi spēles gaitā.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Klimovs E. A. Как выбрать профессию.- Maskava., 1984.

Н. С. Пряжников Игровые профориентационные упражнения. Методическое пособие. – М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997. – 56 с.

VEIDLAPAS PARAUGS

Uzdevums: ierakstīt veidlapā visu klātesošo vārdus un uzvārdus un aizpildīt tabulu.

Skolēna vārds, uzvārds _____

Klase _____ Datums _____



aizpildi

Vārds, uzvārds	Ieteicamā profesija	Mācību iestāde, kurā ir iespējams iegūt šo profesiju
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		

Uzdevums: izanalizēt savus veidlapu ierakstus un aizpildīt tabulu.

leteicamā profesijā	Cik reižu tā uzrakstīta	Tavs komentārs

padomā
**!?!
un**
ieraksti

Mani spēles gaitā radušies secinājumi:

Konfliktu risināšana

Klases stunda

MĒRĶIS

Konflikta atpazīšana un tā risināšanas paņēmienu apgūšana.

UZDEVUMI

1. Mācīties noformulēt, kas ir konflikts.
2. Saprast, kā cilvēks jūtas konfliktsituācijā.
3. Mācīties atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās.

PRASMES

Attīstīt spēju atpazīt konfliktu,
mācīties risināt konfliktsituācijas,
veidot diskusiju kultūru.

ATSLĒGAS VĀRDI

Izturēšanās veidi, saskarsme.

TEORIJA

Konflikts ir pretēju interešu, uzskatu un vēlmju sadursme, saskaņas trūkums starp divām vai vairākām pusēm – personām vai grupām.

Konfliktsituācijas izraisa vairāki cēloņi:

- dažādi raksturi un dzīves pieredze, atšķirīgas vērtību sistēmas un ētiskā pieeja dažādām lietām un parādībām;
- dažādas sociālās lomas un statusi, kas bieži vien mainās;
- atšķirīga dzīves uztvere dažādu dzimumu cilvēkiem;
- varas, kompetences, atzinības un uzmanības dalīšana;
- atšķirīgi mērķi un motīvi cilvēku rīcībai;
- nepietiekama informācija.

Konflikts rodas tajā mirklī, kad viena no pusēm jūtas apdraudēta – interešu, uzskatu vai vēlmju ziņā. Otra puse tiek uztverta kā pretinieks. Katra no konfliktā iesaistītajām pusēm sāk veidot savu priekšstatu par radušos situāciju. Šie priekšstati vienmēr ir atšķirīgi un dziļi subjektīvi. Atkarībā no cilvēka rakstura, temperamenta un saskarsmes spējām konflikta norises veids un ilgums ir dažādi. Konflikts var noritēt šķietami mierīgi, kad abas puses vienkārši klusē, nesarunājas, un tam var būt agresīvas izpausmes – apsūkājoties, lamājoties, apvainojot otru, grūstoties un tml. Visbiežākie cilvēku izturēšanās veidi konflikta gadījumā ir šādi:

- izvairīšanās no konflikta, nerunāšana, aiziešana prom, izlikšanās, ka nekas nav noticis;
- palīdzības meklēšana – trešā cilvēka iesaistīšana;
- kompromiss – abas puses gatavas piekāpties kopīgo interešu vārdā;
- piespiešana – vardarbīgs risinājums. Raksturīga spītība, savu domu uzspiešana, varas izrādīšana;
- sadarbošanās ar mērķi, lai abas puses nebūtu zaudētājas;

- piekāpšanās par labu otrai pusei, lai nesāktos strīds, lai saglabātu labas attiecības;
- konkurence – katra no pusēm aktīvi aizstāv savu viedokli, nerēķinoties ar otras puses viedokli un interesēm, uzvar tā puse, kurai lielāka vara, vairāk resursu un nav vajadzības saglabāt attiecības;
- konfliktēšana konfliktēšanas pēc – dažreiz mēdz būt cilvēki ar iekšēju emocionālo spriedzi, kuri no tās atbrīvojas ar agresīvu rīcību konflikta laikā. Viņi apzināti provocē konfliktus.

Skolēniem svarīgi būtu saprast, ka konflikti – tā ir normāla parādība un neatņemama dzīves sastāvdaļa, jo ir tik daudz cēloņu konfliktsituācijām. Tomēr jāsaprot arī tas, ka visas konfliktā iesaistītās puses jūtas slikti un ka katra cilvēka labsajūtai iespējami ātri konflikts jāatrisina.

Psihologi iesaka 4 soļu metodi konfliktu risināšanā:

- 1) izrunājies ar cilvēku, ar kuru tev ir konflikts;
- 2) sarunai ieplāno pietiekami daudz laika un atbilstošu vietu, kur neviens un nekas netraucētu;
- 3) nopietni sagatavojies sarunai – sagatavo plānu un padomā par iespējamiem risinājumiem. Sarunas laikā pārliecību par veiksmīgu konflikta risinājumu. Izsaki komplimentu vai atzinību sarunu biedram. Izsaki savu viedokli par notikušo, pastāsti par savām izjūtām un ļauj paust savu viedokli arī sarunu biedram;
- 4) vienojieties par turpmāko rīcību un jūsu attiecībām!

RESURSI

A4 vai lielāka formāta lapas ar kopsavilkuma norādēm,

Darba lapas Nr. 10, Nr. 11,

kodoskops ar foliju, uz kura uzrakstīti jautājumi situāciju analīzei,

neliela papīra lapiņa katram skolēnam un grupai, ja izmanto „sniega pikas” metodi.

DARBA GAITA

Aktivitātes paredzētas līdz 3 mācību stundām

1. aktivitāte. Skolotāja stāstījums par konfliktiem un konfliktsituācijām

Šodien mūsu stundas tēma ir konflikti un to risināšana. Mēs runāsim par to, kas ir konflikts, kā to atpazīt, analizēsim dažādas konfliktsituācijas un izrunāsim, kā šajās situācijās ieteicams rīkoties.

Sāksim ar sarunu par to, kā jūs sadzīvojat viens ar otru.

Skolotājs uzdod jautājumus:

- Kurš no jums domā, ka visi klases bērni vienmēr labi satiek viens ar otru?
- Kurš no jums domā, ka vairākumā gadījumu visi bērni klasē prot labi sadzīvot?
- Kurš no jums domā, ka šajā klasē neviens neprot sadzīvot?
- Kurš no jums vienmēr prot sadzīvot ar saviem klasesbiedriem?
- Kurš no jums vairākumā gadījumu prot sadzīvot ar saviem klasesbiedriem?
- Vai ir kāds, kuram šķiet, ka viņš nekad neprot sadzīvot ar saviem klasesbiedriem?

Skolotājs kopā ar skolēniem secina par attiecīgās klases mikroklimatu.

2. aktivitāte. Jautājumi par konfliktiem

Skolotājs mudina skolēnus pārdomāt un izteikties par jēdzienu konflikts.

- Vai jūs varat formulēt – kas ir konflikts?

Var izmantot „sniega pikas” metodi: sākumā katrs individuāli uz lapiņām raksta savas domas, tad salīdzina ar blakussēdētāju un sagatavo vienu kopēju, tad apvienojas divi pāri un atkal vienojas par vienu kopēju sarakstu; beigās viens no grupas nolasa to, skolotājs pieraksta uz tāfeles.

Iespējamās skolēnu atbildes: pretēju interešu, uzskatu un tieksmju sadursme, nopietnas nesaņķas, strīds, sarežģījumi, asas domstarpības, militāra sadursme.

- Kas dažreiz rada konfliktus starp jums?

Skolotājs uzraksta teikto uz tāfeles. Piemēram: apsūkāšanās, pazemošana, ķircināšana, apsmiešana, apvainošana, izrīkošana, draudēšana, grūstīšanās, rupjības, citiem piederošo lietu paņēšana, baumošana, aprunāšana, apmelošana.

- Kā jūs jūtaties, kad kaut kas tāds notiek ar jums?

Skolotājs uzraksta uz tāfeles teikto, cenšoties izzināt vairākas izjūtas, īpaši pievērsoties tām, kas rodas iepriekš minēto darbību rezultātā.

Skolotājs pastāsta skolēniem, kas ir konflikts, kāda ir tā norise, kāpēc svarīgi ir konfliktu risināt, kādi ir konfliktu risināšanas paņēmieni.

3. aktivitāte. Konflikta risināšanas veidi

1. variants.

Skolēni sadalās pa pāriem. Katrs pāris saņem kartīti ar situāciju (Darba lapa Nr. 10). Pēc tās izlasīšanas jāpārdomā atbildes uz jautājumiem (tos uzraksta uz tāfeles vai arī rāda uz ekrāna ar kodoskopa palīdzību).

- Kas liecina par to, ka radies konflikts?
- Kāpēc šie cilvēki tā rīkojās?
- Kādas problēmas radās starp klasesbiedriem vai draugiem?
- Kādu risinājumu jūs varat piedāvāt?

Pāri analizē situācijas. Ja ir ierobežots laiks vai liels skolēnu skaits, skolēnus var sadalīt pa grupām, līdz ar to situāciju būs mazāk; vai gluži pretēji – ja skolēnu skaits neliels, katram var dot savu situāciju.

2. variants.

Skolotājs dod situācijām dažādus risinājumus, no kuriem skolēni atzīmē atbilstošo (Darba lapa Nr. 11). Skolēni var pievienot savu variantu, ja nevienu no dotajiem viņi neuzskata par piemērotu. Rezultātus pārrunā.

3. variants.

Lomu spēle. Katrs pāris vai grupa izspēlē situāciju. Visi kopā lielā grupā izrunā iespējamus risinājumus.

4. aktivitāte. Personīgās pieredzes izklāsts

Skolēni runā par savu pieredzi konfliktu risināšanā, pastāsta par kādu konfliktsituāciju no savas dzīves, kā to risinājuši, secina, vai to darījuši pareizi.

5. aktivitāte. Informācijas apkopošana

Skolotājs kopā ar skolēniem apkopo veidus, kā cilvēki parasti izturas konfliktsituācijās, raugoties, lai tiktu pārrunāti šādi veidi:

- izvairīšanās no konflikta, nerunāšana, aiziešana prom, izlikšanās, ka nekas nav noticis;
- palīdzības meklēšana, trešā cilvēka iesaistīšana;
- kompromiss – abas puses gatavas piekāpties kopīgo interešu vārdā;
- piespiešana – vardarbīgs risinājums. Raksturīga spītība, savu domu uzspiešana, varas izrādīšana;
- sadarbošanās ar mērķi, lai abas puses nebūtu zaudētājas;
- piekāpšanās par labu otrai pusei, lai nesāktos strīds, lai saglabātu labas attiecības;
- konkurence – katra no pusēm aktīvi aizstāv savu viedokli, nerēķinoties ar otras puses viedokli un interesēm, uzvar tā puse, kurai lielāka vara, vairāk resursu un nav vajadzības saglabāt attiecības;
- konfliktēšana konfliktēšanas pēc – dažreiz mēdz būt cilvēki ar iekšēju emocionālo spriedzi, kuri no tās atbrīvojas ar agresīvas rīcības palīdzību konflikta laikā. Viņi apzināti provocē konfliktus.

Vēlams secināt, ka vislabāk konfliktu risināt sarunu ceļā. Skolotājs iepazīstina skolēnus ar 4 soļu metodi konflikta risināšanā. Skatīt teorētiskajā daļā.

Stundas beigās dalībnieki veic kopsavilkumu, dažas vispārīgas norādes var uzrakstīt uz lielām lapām, kuras piesprauž klasē labi redzamā vietā, piemēram, par to, kā izvairīties no konfliktsituācijām (vai arī – 4 soļus, kā risināt konfliktus – par to visi kopīgi vienojas):

- Apstājies un padomā, pirms rīkojies!
- Nomierinies - noskaiti līdz desmit vai trīsreiz dziļi ieelpo!
- Ignorē piezīmes un izlēcienus!
- Ej mierīgi prom!
- Izrunājies ar šo cilvēku par to, kā tu jūties!

REFLEKSIJA

Katrs skolēns pārdomā un pasaka, ko viņš no šodienas pārrunām iemācījies par konfliktiem. Var izmantot nepabeigto teikumu metodi:

- Agrāk nezināju, bet šodien noskaidroju ...
- Šodien es izpratu, ka ...
- Šodien mani pārsteidza, ka ...
- Šodien man patika, ka mēs (es) ...
- Šodien es nolēmu, ka es varu uzlabot ...
- Iemācījos kaut ko jaunu par ...

Svarīga ir atgriezeniskā saite, lai tiktu izvērtēts, vai stundas mērķis ir sasniegts, vai mainījusies skolēnu attieksme šajā jautājumā. Vai skolēni spēs iegūtās zināšanas saistīt ar savas klases dzīvi, ja klase nav draudzīga.

Kā organizēt šīs nodarbības, skatīt Lapiņa L., Rudiņa V. Interaktīvās mācīšanas metodes. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1997, 63. un 104. lpp.

Ar vārdu konflikts mēs lielākoties saprotam kaut ko sliktu, kas saistīts ar strīdiem, dusmām, sliktu pašsajūtu. Psiholoģiskajā literatūrā tiek minēti arī konflikta pozitīvie aspekti:

- veicina sevis izpratni, rosina izpētīt sevi;
- stiprina grupas vienotību;
- veicina attīstību, novērš stagnāciju;
- modina interesi, rosina meklēt risinājumus;
- norāda uz problēmu, dara zināmas normas un noteikumus.

Tādēļ būtu vērts pārdomāt:

- ko konflikts nozīmē man;
- vai konflikts var būt arī pozitīvs;
- mana pieredze konfliktu risināšanā.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Kreišmane I., Valgere R., Gulbe K. Ievads psiholoģijā. – Rīga: Pētergailis, 2000.

Vorobjovs A. Psiholoģijas pamati. – Rīga: Mācību Apgāds, 1996.

Omārova S. Cilvēks runā ar cilvēku – Rīga: Kamene, 2002.

Reņģe V. Organizāciju psiholoģija – Rīga: Kamene, 1999.

Alens Dž., Nerne Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. – Rīga: Skolu atbalsta centrs, 2000.

Krastiņa E., Pipere A. Mācību sasniegumu pašizvērtēšana. – Rīga: RaKa.

Lapiņa L., Rudiņa V. Interaktīvās mācīšanas metodes. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1997.

Kreidler W. J. Creative Conflict Resolution. Scott, Foresman and Company, Glenview, Illinois London.

Georg E. Becker Lehrer loesen Konflikte. Beltz-Verlag.

www.muenchen.de – Kommunikation – Konflikte & Kritik

www.learn-line.nrw.de/angebote/umweltgesundheit/medio/hinter/konflikt/grun...

www.gerda.univie.ac.at/personal/artikel

www.seilnacht.com/becker.html

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

R. Kilmana un K. Tomasa tests, ar kura palīdzību var noteikt savu izturēšanās veidu konfliktsituācijās (skat. Reņģe V. "Organizāciju psiholoģija" 163. lpp.)

Spēle konfliktu profilaksei "Kāpēc pūķis neapēda princesi" (sk.www.sac.lv/numuri/raksti/31)

SITUĀCIJU PARAUGI

Uzdevums: analizēt dotās situācijas un izvirzīt savus priekšlikumus veiksmīgai konfliktu risināšanai.

1. situācija.

Matīss vienmēr grib gūt virsroku. Kad pārējie viņā neklausās un nedara tā, kā grib viņš, klasesbiedriem jānoklausās vesela lamu šalts.

2. situācija.

Kamēr citi klasesbiedri cītīgi atkārtoja uzdoto vēsturē, Dāvis uzjautrinājās, izspārdot Ineses somas saturu pa grīdu.

3. situācija.

Jānis un Nauris nolēma uzjautrināties pie pusdienu galda. Viņi iemeta pa maizes rikai savu galda biedru zupas šķīvjos un sabēra sāli saldaļā ēdienā. Meitenes palika neēdušas.

4. situācija.

Paula ir ļoti klusa meitene. Pārējiem šķiet, ka viņa raud par katru sīkumu. Tomasam ļoti patīk šad un tad noslēpt kādu Paulai piederošu lietu. Šodien viņš klases papīrgrozā iemetis meitenes dienasgrāmatu.

5. situācija.

Inga ir haotiska meitene, kura bieži nezina, kur nolikusi kādu savu mantu. Vienmēr viņa lietu pazušanā vaino citus. Kad nekur nav atrodams jaunais krāsaino pildspalvu komplekts, Inga saceļ brēķu, ka to nozagusi Lolita, jo viņai taču nekad nekas tik skaists nav!

6. situācija.

Maija ir ļoti apzinīga skolniece, kurai vienmēr izpildīti visi mājasdarbi. Tomēr katru rītu, ejot uz skolu viņa jūtas nelāgi, jo pie garderobes viņu sagaida Gvido, kurš pieprasa iedot norakstīt mājasdarbus. Pretējā gadījumā Maijai būšot darīšana ar viņa lielajiem draugiem.

7. situācija.

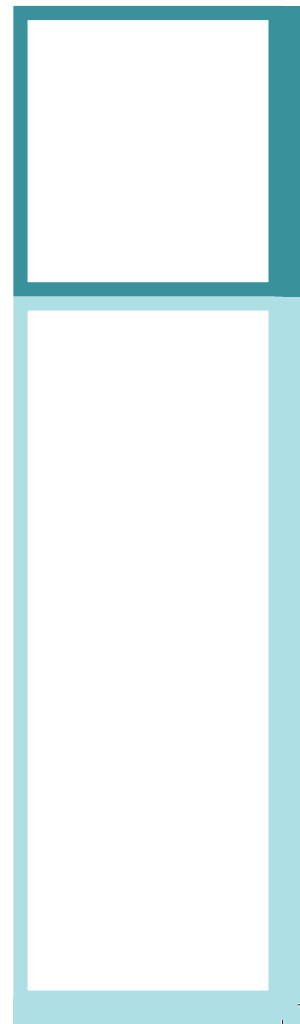
Jolanta un Inese ir draudzenes, viņas kopā iet uz tusiņiem un kino. Draudzība sāk izirt, jo klasē ir jauna skolniece, kura ir ļoti stilīga un kurai vienmēr ir daudz naudas našķiem un žurnāliem. Jolanta vairākas reizes, neko nesakot Inetai, ar jauno meiteni bijušas uz kino un pastaigāties.

8. situācija.

Edgaru klasē uzskata par visnegantāko zēnu, jo viņam patīk nodarīt pāri ikvienam – kādu viņš pagrūž, kādam citam aizliek kāju priekšā, vēl kādam – iesīt. Pārējie klasesbiedri nelabprāt iesaistās sarunās ar viņu, negrib neko kopā pasākt.

9. situācija.

Lauma šodien jutās nelaimīga, jo neviena meitene klasē ar viņu nesarunājās. Katru starpbrīdi visas klasesbiedrenes, cieši lokā sastājušās ap Anniju un Asnāti, par kaut ko sačukstējās un meta zīmīgus skatienus Laumas virzienā. Laikam tika pārrunāti vakar notikušās Valentīndienas balles iespaidi. Bet Lauma, šī pelēkā pele, taču visu vakaru dejoja ar skolas foršāko čali!



Uzdevums: analizēt dotās situācijas un izvēlēties veiksmīgāko konflikta situācijas risināšanas variantu.

1. situācija.

Matīss vienmēr grib gūt virsroku. Kad pārējie viņā neklausās un nedara tā, kā grib viņš, klasesbiedriem jānoklausās vesela lamu šalts.

Izvēlies pēc iespējas pieņemamāku risinājuma variantu un pamato, kādēļ to izvēlējies!

- a) jebkurā situācijā ignorēsim Matīsu un nerunāsim ar viņu;
- b) iekautsim viņu, lai taču vienreiz liekas mierā;
- c) pateiksim Matīsam, ka mums nepatīk viņa izturēšanās un ka ne vienmēr viņam ir taisnība, tāpēc arī viņam dažreiz jāpiekāpjas.

2. situācija.

Kamēr citi klasesbiedri cītīgi atkārtoja uzdoto vēsturē, Dāvis uzjautrinājās, izspārdot Ineses somas saturu pa grīdu.

Kā tu rīkotos Ineses vietā un kādēļ?

- a) pateiktu skolotājam un lūgtu viņas palīdzību;
- b) teiktu, ka vēlos ar Dāvi aprunāties divatā pēc stundām;
- c) raudātu, jo būtu ļoti sarūgtināta.

3. situācija.

Jānis un Nauris nolēma uzjautrināties pie pusdienu galda. Viņi iemeta pa maizes rikai savu galda biedru zupas šķīvjos un sabēra sāli saldaļā ēdienā. Meitenes palika neēdušas.

Ko iesākt meitenēm un kādēļ?

- a) jāpasaka zēniem, ka viņas grib ēst nesabojātu ēdienu un zēniem ir jārūpējas par to, lai meitenes būtu paēdušas;
- b) jāsabojā arī zēnu ēdiens;
- c) lai zēni neiekultos nepatīkšanās, ierosina zēniem dalīties ar savām porcijām.

4. situācija.

Paula ir ļoti klusa meitene. Pārējiem šķiet, ka viņa raud par katru sīkumu. Tomasam ļoti patīk šad un tad noslēpt kādu Paulai piederošu lietu. Šodien viņš klases papīrgrozā iemetis meitenes dienasgrāmatu.

Kāda būtu tava reakcija un kādēļ?

- a) klusējot izvilkto dienasgrāmatu no papīrgroza un neteiktu ne vārda;
- b) izvilkto dienasgrāmatu no papīrgroza un iesistu Tomasam pa galvu;
- c) teiktu viņam, lai mēģina iedomāties sevi manā vietā – cik labi viņš justos.

5. situācija.

Inga ir haotiska meitene, kura bieži nezina, kur nolikusi kādu savu mantu. Vienmēr viņa lietu pazušānā vaino citus. Kad nekur nav atrodams jaunais krāsaino pildspalvu komplekts, Inga saceļ brēķu, ka to nozagusi Lolita, jo viņai taču nekad nekas tik skaists nav!

Kāds risinājums šai situācijai? Pamato savu viedokli!

- a) Ingas vecākiem jāinformē klases audzinātāja par zādzību;
- b) Lolitai jāizrunājas ar Ingu, sakot, ka jūtas slikti, ja viņu apvaino, un jāpalīdz Ingai atcerēties, kur viņa pazudušās lietas atstājusi.
- c) Lolitai jāaizstāv sevi, dusmīgi sakļiedzot uz Ingu.

6. situācija.

Maija ir ļoti apzinīga skolniece, kurai vienmēr izpildīti visi mājasdarbi. Tomēr katru rītu, ejot uz skolu viņa jūtas nelāgi, jo pie garderobes viņu sagaida Gvido, kurš pieprasa iedot norakstīt mājasdarbus. Pretējā gadījumā Maijai būšot darišana ar viņa lielajiem draugiem.

Kā tu rīkotos šādā situācijā? Pamato savu izvēli!

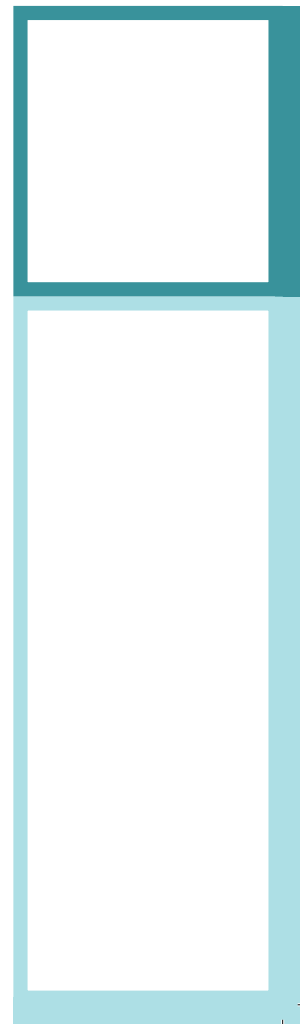
- a) pateiktu Gvido, ka uzskatu viņa rīcību par nepareizu un piedāvātu savu palīdzību mājas uzdevumu sagatavošanā;
- b) turpinātu dot norakstīt mājasdarbus;
- c) meklētu iespēju fiziski ietekmēt Gvido.

7. situācija.

Jolanta un Inese ir draudzenes, viņas kopā iet uz tustiņiem un kino. Draudzība sāk izirt, jo klasē ir jauna skolniece, kura ir ļoti stilīga un kurai vienmēr ir daudz naudas našķiem un žurnāliem. Jolanta vairākas reizes, neko nesakot Inesei, ar jauno meiteni bijušas uz kino un pastaigāties.

Kuram no apgalvojumiem tu piekrīti un kādēļ?

- a) Inesei jāmeklē cita draudzene.
- b) Inesei jāpajautā Jolantai, kādēļ izveidojusies šī situācija, un jāpārlicina draudzene, ka arī trijatā iespējama draudzība.
- c) Inesei jācenšas, Jolantai nezinot, nodibināt draudzīgas attiecības ar jauno meiteni.



Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā

Klases stunda

MĒRĶIS

Intereses izraisīšana par jauniešu darbošanos nevalstiskajās organizācijās.

UZDEVUMI

Iepazīties ar nevalstiskajām organizācijām, kurās darbojas pusaudži.

Mācīties izteikt savu viedokli un to pamatot.

PRASMES

Mācīties iegūt informāciju komunikācijas veidā.

ATSLĒGAS VĀRDI

Brīvprātīgais, demokrātija, formālā izglītība, gaidas, guntiņas, Latvijas Jaunatnes padome, mazpulki, neformālā izglītība, nevalstiskā organizācija, ornitologi, pantomīma, pilsoniska sabiedrība, skauti.

TEORIJA

Nevalstiskās organizācijas

Jebkuras valsts pastāvēšanu nodrošina sakārtota sistēma, kurā funkcionē 3 kritiskie elementi: valsts sektors, biznesa sektors, sabiedriskais sektors. Sabiedrisko sektoru pārstāv nevalstiskās organizācijas (NVO), kuru Latvijā ir ap seši tūkstoši.

Latvijas Jaunatnes padome, kas apvieno 36 aktīvākās jauniešu organizācijas Latvijā, veikusi pētījumus. Tie liecina, ka pusaudži un jaunieši:

- nejūtas droši par savu nākotni (89%);
- baidās kaut ko uzsākt, ierosināt (55%);
- neizjūt vienaudžu atbalstu (53%);
- neizjūt sapratni no pieaugušo puses (62%).

Pētījums liecina, ka šiem jauniešiem ir maza pieredze praktiskā darbībā, raksturīga neizdarība, bezatbildība.

Tikai 6,4% jauniešu ir iesaistījušies kādas nevalstiskās organizācijas, kluba vai apvienības darbībā.

Bet patiesa demokrātija iespējama tikai tad, ja dažādi sabiedrības slāņi, tai skaitā jaunieši, aktīvi iesaistās valstī notiekošajos procesos, līdzdarbojas, pauž savas intereses, aizstāv savas tiesības, piedalās lemjumā un pārvaldē.

Lai tā notiktu, jau pusaudžu gados jāapgūst attiecīgas iemaņas un prasmes. Jauniešu nevalstiskās organizācijas ir pirmā demokrātijas skola ceļā uz pilsonisku sabiedrību.

Tur, kur izveidojušās nevalstiskās organizācijas, jaunieši aktīvāk izmanto savas tiesības, iemācās noformulēt, izteikt savu viedokli, sadarboties ar pašvaldībām, rakstīt projektus, piesaistīt finansējumu un brīvprātīgos palīgus, mācās drosmi, neatlaidību, apgūst sadarbības iemaņas un paši risina sev aktuālas problēmas.

Sabiedriski aktīvi skolotāji neuzveļ visu atbildību par audzināšanu savos plecos, bet mudina audzēkņus un viņu vecākus atrast ceļu uz kādu NVO, jau pamatskolas gados iepazīstot vairākas. 7. – 9. klasēs daudzi pusaudži un jaunieši gūst patiesu prieku, uzticamus draugus un dzīvei nodēvētas iemaņas, darbojoties tādās organizācijās kā skauti, gaidas, ornitologi, mazpulki. Šīm organizācijām ir daudzu gadu darba pieredze un tradīcijas, mērķtiecīgas izglītības programmas. Pusaudžu un jauniešu attīstība notiek, darbojoties mazās grupās vecāka biedra vadībā atbilstoši dalībnieku interesēm un vajadzībām. Dzimtenes mīlestība, patriotisms, uz tikumiskām vērtībām balstītas personības veidošana ir šo organizāciju darbības pamatā.

Ikvienā pašvaldībā var iegūt informāciju par nevalstiskajām organizācijām, kas darbojas tās teritorijā.

RESURSI

Darba lapa Nr. 12 – Nr. 14.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Pārrunas par izlasīto

Skolotājs aicina skolēnus izlasīt NVO biedru izteikumus (Darba lapa Nr. 12). Skolotājs ar skolēniem pārrunā, kādas organizācijas pārstāv jaunieši, ar kuru izteikumiem viņi iepazīs, kuri no izsacījumiem viņiem liekas interesanti un vērtīgi. Skolotājs izdala informatīvu materiālu (Darba lapa Nr. 14), lai skolēni varētu iepazīties un izrakstīt sev interesējošo informāciju.

2. aktivitāte. Apgalvojumu izvērtēšana

Grupas saņem kartītes (Darba lapa Nr. 13), uz kurām uzrakstīti nevalstisko organizācijas raksturojoši apgalvojumi. Katra grupa sarindo šos apgalvojumus nozīmības secībā un argumentēti izstāsta pārējām grupām, kas ir svarīgākais, darbojoties nevalstiskajās organizācijās, un kādas prasmes iespējams attīstīt, ievērojot apgalvojumu nozīmību. Doto tabulu skolēni var papildināt ar saviem apgalvojumiem, kas radušies pēc Darba lapas Nr. 12 un Nr. 14 izlasīšanas un pārrunām.

3. aktivitāte. Spēle ar apgalvojumiem

Katra grupa izvēlas, viņuprāt, svarīgāko apgalvojumus un rāda "mēmo šovu", pārējās grupas cenšas uzminēt, ko skolēni attēlo.

REFLEKSIJA

Skolotājs uzaicina saskatīt sakarības starp dotajiem izteicieniem un nevalstiskajām organizācijām, kurās darbojas pusaudži: skauti un gaidas, mazpulki, ornitologi. Katrai organizācijai ir raksturīgas savas atpazīšanas zīmes, skanīgi izteicieni. Kurai organizācijai pieder šī devīze?

Dzīvo zaļi zaļā pasaulē!	mazpulki
Visu daru es ar prieku!	mazpulki
Lai ar sauli laukā ejam!	mazpulki
Tu vari palīdzēt Eiropas lauku putniem!	ornitologi
Zeme deg – putniem un mums!	ornitologi
Esi modrs!	skauti un gaidas
Centies pasauli padarīt labāku!	skauti un gaidas
Viena pasaule – viens solījums!	skauti un gaidas

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Latvijas jaunatnes padome. Interesu aizstāvība jaunatnes politikā, Rīga, 2004.

Young people in changing societies. Discussion guide, UNICEF, WOSM, 2001.

www.ljp.lv

IETEICAMĀ LITERATŪRA.

Antone D., Meiliņš I., Vāvere G. Skautu un gaidu rokasgrāmata. – Rīga, 1996.

Beiden-Pouels R. „Skautisms zēniem” – Rīga: Vieda, 1995.

Dzīvo zaļi zaļā pasaulē, Latvijas mazpulki, 2005.

Jauniešu organizācijas vadītāja rokasgrāmata, LJP, 2005.

www.youthforum.org

www.skauti.lv

www.gaidas.lv

www.mazpulki.lv

www.lob.lv

Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā

Uzdevums: izlasīt piedāvātos jauniešu izteikumus par darbību NVO un izteikt savu viedokli par izlasīto.

Ko man dod darbošanās nevalstiskajās organizācijās?

Artis, 14 gadi, skauts, mācās pamatskolā.

Šajā organizācijā iemācās daudz ko dzīvei noderīgu: pašam iekārtot apmetni, izveidot pavardu, uz ugunsкура pagatavot ēdienu. Sevišķi man patīk cept skautu maizi. Tam visam mēs gatavojamies nodarbībās, kas notiek katru nedēļu. Man patīk interesanti pārgājieni, kuros pētām dabu, mācāmies iet pa ceļa zīmēm, atpazīt smaržas, skaņas.

Signe, 14 gadi, gaida, mācās pamatskolā.

Apvidus spēlē senajā pilskalnā Kņāvu kalnā kopā ar robežsargiem mēs apgūvām dažādas praktiskas iemaņas – kā tikt pāri upei pa virvēm, darboties ar rāciju, uzzinājām, kā uz robežas pārbauda dokumentus. Robežsargi nodemonstrēja arī savu dienesta suni. Visu dienu, darbojoties kopā ar robežsargiem, daudz uzzinājām par viņu dzīvi un pienākumiem.

Agnese, 11 gadi, guntiņa, mācās pamatskolā.

Es iemācījos uzticēties un palīdzēt citiem, ieguvu jaunus draugus. Ja tic un vēlas izdarīt – visu var paveikt. Pat roku skudru pūznī turēt, ja blakus ir cilvēki, kuriem tu uzticies.

Edgars, 18 gadi, mazpulcēns, mācās vidusskolā.

Druvas mazpulkā Saldus pagastā darbojos jau septīto gadu. Tiem jauniešiem, kuru zināšanas par mazpulkiem aprobežojas ar stereotipu, ka mazpulcēni tikai audzē burkānus un bietes, gribu pateikt, ka šajā organizācijā esmu kļuvis daudz aktīvāks, atvērtāks, pārliecinātāks par sevi, savām spējām. Esmu izstrādājis projektus, kas saistīti ar gladiolu audzēšanu un selekcionēšanu. Līdztekus teorētiskajām zināšanām par gladiolu kaitēkļiem, slimībām un krustošanas īpatnībām esmu apguvis biznesa pamatus, plānojot izdevumus, saskaitot ienākumus un aprēķinot peļņu par gladiolu sīpoliņu un ziedu tirdzniecību.

Dažādos grupu projektos esam tīrījuši strautiņu, dīķus, veidojuši izziņas taku pagastā. Pagastā esam ieviesuši dalīto atkritumu savākšanu. Mazpulkā iegūtās zināšanas par Zaļo punktu un resursu taupību man ļoti noderēja rakstot zinātniski pētniecisko darbu "Zaļā domāšana Saldus pagastā". Projektu forumos iemācījos uzstāties plašākas publikas priekšā, argumentēti aizstāvēt savu viedokli. Esmu vadījis rajona mēroga seminārus un nometnes.

Iesaku ikvienam skolniekam, ja ir iespēja, saistīt savu brīvo laiku ar laimes āboliņa lapiņu, kas ir Mazpulku simbols.

Alise, Inta, mazpulcēni, mācās 8. klasē.

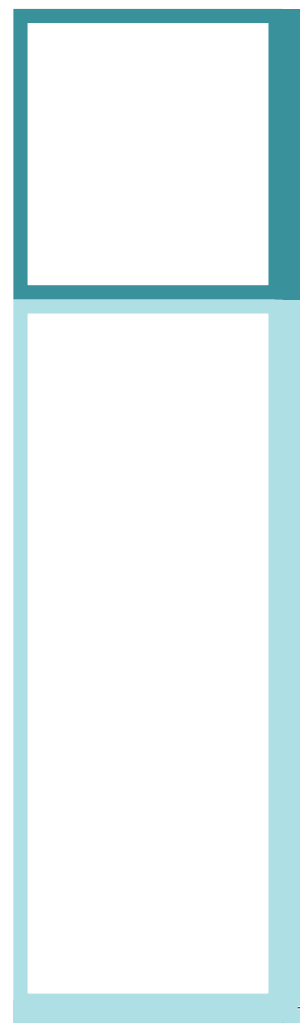
Darbojoties mazpulkā, esam iemācījušies ar iespējami mazākiem resursiem iegūt lielāku rezultātu. Esam iemācījušās, kā organizēt pasākumus, kā rakstīt projektus un to pieteikumus.

Līga, mazpulcēns, mācās 12. klasē.

Mazpulks man ir devis iespēju pilnveidot sevi. Esmu iemācījusies darīt daudzas praktiskas lietas. Esmu piedalījies daudzos pasākumos – skatēs, nometnēs, mazpulcēnu dienās, semināros – gan Latvijā, gan ārpus tās. Lielākā vērtība ir iegūtie draugi un lietderīgi un jautri pavadītais laiks.

Didzis, 19 gadi, bijušais skauts, mācās Zemessargu skolā.

Kad iestājos Zemessargu skolā, lieti noderēja skautos apgūtās iemaņas un prasmes: siet mezglus, uzcelt telti, iekurt ugunsкуру, sniegt pirmo palīdzību.



Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā

Jānis, 18 gadi, bijušais skauts, strādā lauksaimniecībā.

Laikam nav tāda skolēna, kas šajos gados nebūtu strādājis pie dižozola. Bija darbi, ko nevarēja paveikt tikai ar skolēnu rokām, dažiem cirvjiem un lāpstām. Tad notika pats pārsteidzošākais - talkā nāca tēvi un vectēvi! Ar spēku, padomu, tehniku. Projekts kļuva par visu kopējo lietu.

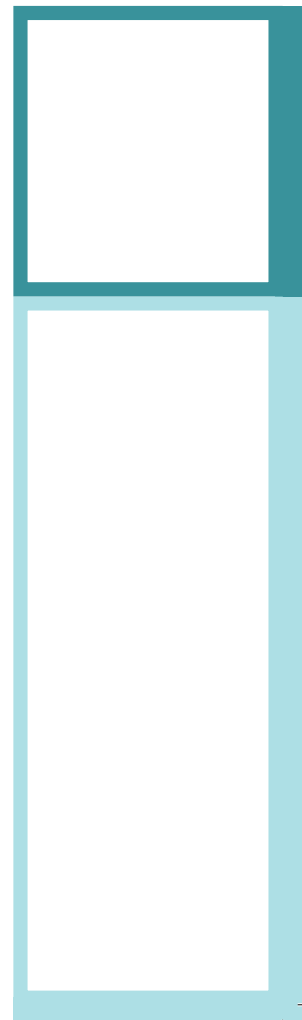
Iļja, 17 gadi, ornitologs, mācās vidusskolā.

Mēs ne tikai ķērām un gredzenojām putnus, bet arī veicām vizuālos novērojumus, skaitījām ceļojošos krustknābjus. Šogad to ir ļoti daudz - dažas dienas Papei pāri pārlidoja vairāki tūkstoši. Uzzinājām arī, kā notiek putnu ķeršana ar murdu.

Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā

Uzdevums: sagrieziet kartītes un sarindot nozīmības secībā pēc apgalvojumiem, kas raksturo nevalstisko organizāciju darbību.

Aizraujoši projekti	Jauni draugi	Mērķtiecīgas nometnes
Saistoši piedzīvojumi	Ceļojumi uz citām valstīm	Cilvēki, kas domā tāpat kā tu
Grūtību pārvarēšana	Atpūta un darbs neparastā vidē	Atbildība par sevi un citiem
Aizraujoši projekti	Jauni draugi	Mērķtiecīgas nometnes
Saistoši piedzīvojumi	Ceļojumi uz citām valstīm	Cilvēki, kas domā tāpat kā tu
Grūtību pārvarēšana	Atpūta un darbs neparastā vidē	Atbildība par sevi un citiem
Aizraujoši projekti	Jauni draugi	Mērķtiecīgas nometnes
Saistoši piedzīvojumi	Ceļojumi uz citām valstīm	Cilvēki, kas domā tāpat kā tu
Grūtību pārvarēšana	Atpūta un darbs neparastā vidē	Atbildība par sevi un citiem
Aizraujoši projekti	Jauni draugi	Mērķtiecīgas nometnes
Saistoši piedzīvojumi	Ceļojumi uz citām valstīm	Cilvēki, kas domā tāpat kā tu
Grūtību pārvarēšana	Atpūta un darbs neparastā vidē	Atbildība par sevi un citiem



Nevalstisko organizāciju loma karjeras veidošanā

Uzdevums: iepazīties ar piedāvāto informāciju.



Nevalstiskā organizācija	Ko pusaudži tajā apgūst	Kas kopīgs NVO
<p>Latvijas Skautu un gaidu centrālā organizācija</p> <p>Kalpaka bulvāris 10 -18 Rīga, LV - 1050</p> <p>tāl. 7323542 (skauti), 9273475 (gaidas)</p> <p>www.skauti.lv www.gaidas.lv</p>	<p>Izdzīvošanas iemaņas: iemācās pārvarēt šķēršļus un orientēties dabā, ierīkot apmetni, pagatavot ēdienu uz ugunsкура, patstāvību.</p> <p>Palīdzības sniegšana ekstremālās situācijās. Sadarbība ar NBS</p>	<p>Nodarbības notiek mazās grupās mazliet vecāka biedra vadībā.</p> <p>Veselīgs dzīves veids.</p> <p>Jautrība mijas ar nopietnām sarunām.</p> <p>Dabas skaistuma meklējumi.</p> <p>Dzimtenes mīlestība.</p>
<p>Latvijas mazpulku organizācija</p> <p>Ezermalas iela 24/26, Rīga, LV - 1014</p> <p>tāl. 7557998</p> <p>www.mazpulki.lv</p>	<p>Ilgtermiņa pētniecības projektu realizēšanas iemaņas. Darboties radoši, prezentēt savu veikumu.</p> <p>Veidot sakoptu apkārtējo vidi. Aktīvi un lietderīgi pavada brīvo laiku sadarbību veicinošā vidē.</p> <p>Iesaistās starptautiskos pasākumos</p>	<p>Noteikumi un atšķirības zīmes, kas disciplinē un vieno.</p> <p>Lētākas nometnes, brīvprātīgie darbinieki,</p> <p>brīvprātīgais darbs</p>
<p>Latvijas ornitoloģijas biedrība</p> <p>Kalnciema iela 27, a/k 1010, Rīga, LV - 1050</p> <p>tāl. 7221580</p> <p>www.lob.lv</p>	<p>Novērot, pazīt, uzskaitīt putnus. Piedalās putnu novērošanas sacensībās, starptautiskos projektos.</p> <p>Rūpējas par Latvijas putnu un to dzīvesvietu izpēti, aizsardzību, saglabāšanu</p>	

Laika plānošana

Klases stunda

MĒRĶIS

Sakarību atklāšana starp sava laika organizēšanu un veiksmīgas karjeras veidošanu.

UZDEVUMI

1. Noskaidrot ikdienas aktivitāšu laiktelpību.
2. Noskaidrot, kuras aktivitātes izvēlētajā karjerā būtu noderīgākas.

PRASMES

Savu iespēju prognozēšana,
laika plānošana.

RESURSI

Darba lapa Nr. 15,
katrai darba grupai viena A4 papīra lapa.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Prāta vētra (5 – 10 min.)

Skolotājs noskaidro, ar kādām nodarbēm ir aizpildīta skolēnu ikdiena. Uz tāfeles top ikdienas nodarbju saraksts domu kartes veidā (miegs, pamošanās, rīta tualete un citi darbi).

2. aktivitāte. Individuāls darbs – personīgā laika sadalījums (10 min.)

Skolēni atzīmē aplī (Darba lapa Nr. 15), pieņemot to kā analogu diennakts laika posmam, dažādus sektorus, kas apzīmētu patērēto laiku dažādām ikdienas nodarbēm. Sektora lielums ir atkarīgs no nodarbei atvēlētajā laika apjomam.

3. aktivitāte. Brīvā laika nodarbju apkopojums (10 –15 min.)

Skolotājs klasi sadala grupās pa 5 – 6 skolēniem.

Skolēni saraksta uz baltajām lapām tās brīvā laika nodarbes, kas redzamas skolēnu individuāli veidotajos ikdienas darbu apļos. Grupas veido nodarbju apkopojumu. Skolēni atzīmē izveidotajā sarakstā, kuras brīvā laika aktivitātes varētu izmantot, izvēloties nākotnes profesiju.

REFLEKSIJA

Grupas var izveidot A3 prezentācijas lapas, kurās atspoguļotas izvēlētas profesijas un tām atbilstošās brīvā laika nodarbes.

IZMANTOTĀ LITERĀTŪRA UN AVOTI

Микляева А. Я - подросток. Встречи с самим собой. Санкт-Петербург, 2003.

Perija N., Zarks van Zants. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem. Nākotnes iespēju izzināšana / Skolotāja ceļvedis / materiāli pārstrādāti un adaptēti Profesionālās karjeras izvēles centrā.

IETEICAMĀ LITERĀTŪRA UN AVOTI

Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpēte. - Rīga, 2001.

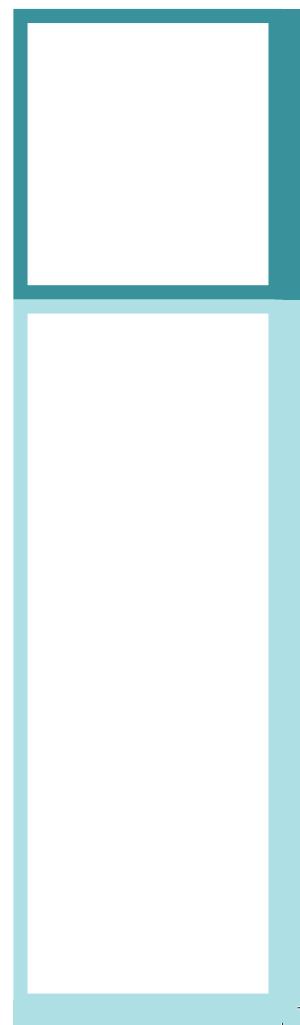
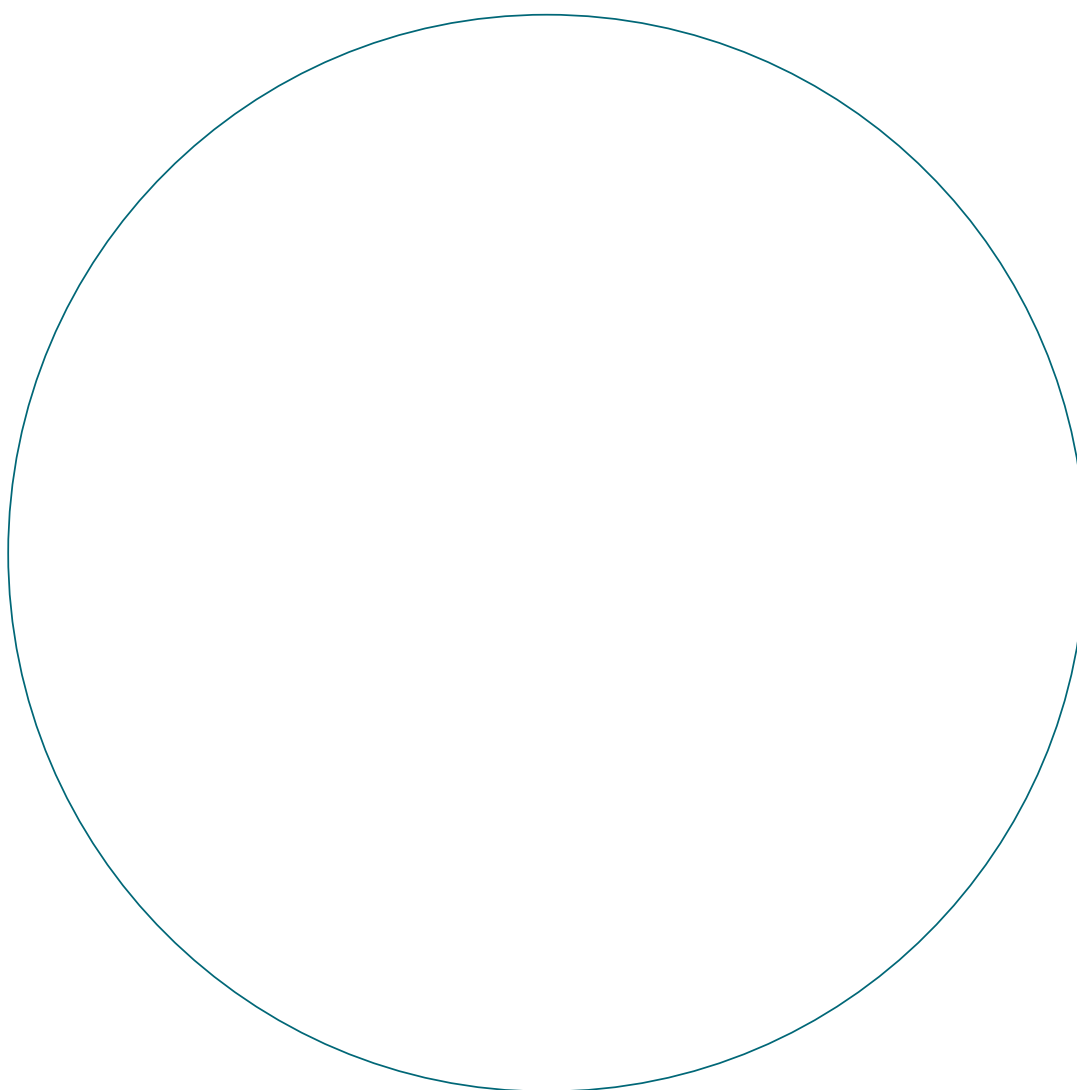
Rubana I. Mācīties darot. - Rīga, 2004.



VIENA DIENA MANĀ DZĪVĒ

Uzdevums: sadalīt doto apli procentuāli sektoros atbilstoši sava dienas laika nodarbju sadalījumam.

Iedomājies, ka aplis atspoguļo tavas dzīves vienu diennakti! Sadali to attiecīgi tik sektoros, cik ikdienas nodarbes tu vari nosaukt! Sektoru lielums ir atkarīgs no tā, cik daudz laika tiek katrai no nodarbēm atvēlēts.



Prasme vērtēt sevi

Klases stunda

MĒRĶIS

Personības atbilstības noteiktiem profesiju tipiem iepazīšana un noteikšana.

UZDEVUMI

1. Iepazīt personības tipus un noteikt savējo.
2. Iepazīt profesiju tipus un noteikt sev piemēroto.

PRASMES

Savu stipro un vājo pušu apzināšana un izvērtēšana.

ATSLĒGAS VĀRDI

Pašpilnveidošanās, psihiskais veidols, vērtējums.

TEORIJA

S. Rubinšteina skaidrojums „Personības psihiskā veidola izpēte ietver sevī trīs galvenos jautājumus. Pirmais jautājums, uz kuru cenšamies rast atbildi, ja gribam uzzināt, kas tad šis īsti ir par cilvēku, skan tā – ko grib cilvēks, kas viņam šķiet interesanti, pēc kā viņš tiecas? Tas ir jautājums par viņa virzību, uzskatiem un tendencēm, vajadzībām, interesēm un ideāliem. Kad noskaidrots, ko cilvēks grib, dabiski rodas otrs jautājums – bet ko viņš var? Tas ir jautājums par cilvēka spējām un dotumiem, par viņa apdāvinātību. Taču spējas, pirmām kārtām, raksturo tikai iespējas; lai uzzinātu, kā viņš tās īsteno un izmanto, mums jāzina, kas viņš ir, kuras īpašības viņa raksturā nostiprinājušās un kļuvušās par noteicošajām. Tas ir jautājums par cilvēka raksturu.”

Šie trīs jautājumi ne tikai veido personības zinātniskās izpētes programmu, tie ir arī pašiepazīšanās un otra cilvēka iepazīšanas orientieri.

Iedziļinoties savas iekšējās pasaules īpatnībās, mēs tīši vai netīši tiecamies apzināties savas vajadzības un vēlmes, spējas un raksturu. Profesionālās pašnoteikšanās problēma šobrīd ir aktuāla ikvienam vecāko klašu skolēnam. Galvenais vadošais motīvs profesijas izvēles ceļā ir cilvēces labklājība, pašpilnveidošanās.

Profesors J. Kļimovs sniedz piecus galvenos profesiju tipus, pamatojoties uz cilvēka attieksmi pret dažādiem apkārtējās pasaules objektiem.

Pie pirmā tipa – **cilvēks un daba** – pieder laukkopja, lopkopja, biškopja, mežziņa, agronoma, veterināra un citas profesijas.

Otrajā profesiju tipā – **cilvēks un tehnika** – ietilpst atslēdznieki, šuvējas, šoferi, inženieri u.c.

Tie, kuri nodarbojas ar dažādām nosacītām zīmēm, šifriem, kodiem, formulām, valodām, pieder pie trešā profesiju tipa – **cilvēks un zīmju sistēma**.

Krāsotāji, kopētāji, mākslinieki, noformētāji, gleznotāji ir ceturtais profesiju tipa – **cilvēks un mākslas tēls** – pārstāvji.

Un, visbeidzot, piektais profesiju tips – **cilvēks un cilvēks** – aptver pārdevējus, medmāsas, audzinātājas, skolotājus.

Profesors J. Kļimovs ir izstrādājis īpašu testu tabulu, kas palīdz orientēties pašam savās interesēs, palīdz padarīt saturīgāku un konkrētāku sarunu pašam ar sevi par tematu “Par ko kļūt?”.

RESURSI

A4 lapas,
flomāsteri,
pildspalva,
Darba lapa Nr. 16.

DARBA GAITA

Stundu skolotājs iesāk ar stāstījumu par pašvērtējumu, kas ir noderīgs profesijas izvēlē.

1. aktivitāte. Personības tipa noteikšana

Skolēni individuāli strādā ar darba lapām (Darba lapa Nr. 16).

2. aktivitāte. Diskusija par pašizpēti

Skolotājs uzdod dažādus jautājumus par to, cik interesanti ir pētīt sevi un uzzināt vairāk pašam par sevi.

Skolotājs un skolēni sarunājas par to, kā pašizvērtēšana palīdz nākamās profesijas izvēlē.

REFLEKSIJA

Skolotājs var izmantot nepabeigto teikumu metodi, lūdzot skolēnus rakstiski vai arī mutiski turpināt dotos teikumus:

Es šodien uzzināju, ka...

Es domāju, ka ...

Izrādās, ka...

Savai māsai/brālim es pastāstīšu, ka ...

Temats " Par ko kļūt?" ir ...

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Kolominskis I. Cilvēks: psiholoģija. – Rīga: Zvaigzne, 1990.

Uzdevums : atzīmēt ar X tos apgalvojumus, kas visprecīzāk atbilst raksturam.

Vārds: _____ Datums: _____

Kāds ir tavs personības tips?



aizpildi

Personības tips	Apgalvojums	Man atbilst
Esmu organizatora/ vadītāja tips	Man patīk pieņemt lēmumus. Man patīk uzņemties atbildību. Man patīk organizēt un vadīt pasākumus. Man patīk vadīt grupu projektus. Man patīk dot uzdevumus citiem. Es saku: "Darīsim to šādi." Kopā:	
Esmu sabiedriskais/ izpalīga tips	Man patīk izskaidrot lietas cilvēkiem. Man patīk palīdzēt draugiem atrisināt problēmas. Man patīk strādāt kopā ar citiem grupā. Man patīk iedrošināt cilvēkus kārtot dažādas lietas. Man patīk uzzināt citu cilvēku viedokļus. Es saku: "Kā varu palīdzēt." Kopā:	
Esmu fiksētāja/ celtnieka tips	Man patīk strādāt ar objektiem. Man patīk lietot darba rīkus. Man patīk izzināt, kā lietas strādā. Man patīk būt organizētam, kad veicu uzdevumu. Man patīk strādāt ar savām rokām. Es saku: "Es varu izdarīt šo darbu." Kopā:	
Esmu radītāja/ novatora tips	Man patīk izmēģināt jaunas lietas. Man patīk izmantot iztēli. Man patīk izmantot paša idejas. Man patīk, ja mani izaicina kas negaidīts. Man patīk darīt lietas savādāk. Es saku: "Man ir ideja." Kopā:	
Esmu darītāja/ detaļu tips	Man patīk strādāt mierīgi/uzmanīgi. Man patīk būt sagatavotam, pirms kaut ko uzsāku. Man labāk patīk ievērot darba instrukcijas. Man patīk pabeigt vienu projektu, pirms sāku nākošo. Man patīk uzdevums, pat ja tā veikšanai ir nepieciešams ilgs laiks. Es saku: "Dod man darbu, un tas tiks padarīts." Kopā:	

Trīs personības tipi, kas vislabāk raksturo mani, ir:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Izzini sevi!

Klases stunda

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par personības izzināšanas nozīmi karjeras izvēles procesā.

UZDEVUMI

1. Attīstīt prasmi izzināt sevi un runāt par sevi.
2. Noskaidrot jēdzienus: pašapziņa, pašcieņa, pašvērtējums.
3. Noskaidrot skolēnu pašreizējo pašnovērtējumu.

PRASMES

Mācīties apzināties un izvērtēt savas stiprās un vājās puses.

ATSLĒGAS VĀRDI

Pašapziņa, pašcieņa, pašvērtējums.

TEORIJA

Panākumus dzīves jomās cilvēkam palīdz gūt starppersonālās attiecības, kas ļauj saglabāt ticību sev, apmierināt savas vajadzības un gūt panākumus arī karjeras veidošanā. Cieņas pilnu izturēšanos pret sevi un citiem spēj ievērot tikai cilvēki ar pozitīvu pašvērtējumu un attīstu pašcieņu. Pozitīvs pašvērtējums ļauj skolēnam izvirzīt sev reālus, sasniedzamus mērķus, izvērtējot savas stiprās un vājās puses. Pašvērtējums nav iedzimta īpašība, to var attīstīt, pārvarot skolēna neticību sev un negatīvu sevis vērtējumu. Cilvēka pašvērtējumu veido 5 komponenti:

- piederība – justies novērtētam un apkārtējo cienītam, kas ļauj ticēt sev, būt patstāvīgam un paļauties uz sevi;
- centieni – jābūt pārliecinātam, ka ir kāds mērķis;
- drošība – drošības izjūta dod iespēju atļauties risku;
- identitāte – apzināties savas stiprās un vājās puses, savas iespējas un šķēršļus kaut kā sasniegšanai;
- panākumi – stiprina pārliecību par savu nozīmību, savām iespējām pašiem pārvaldīt situāciju, pašiem kalt savus panākumus un veidot savu dzīvi.

RESURSI

Darba lapas Nr. 17, Nr. 18.,

katram skolēnam 3 dažādu krāsu (sarkana, dzeltena, zaļa) A5 lapas.

DARBA GAITA.

1. aktivitāte. Sevis izzināšana (5 - 10 min.)

Dalībnieki nostājas aplī. Skolēniem tiek dots uzdevums – ar aizvērtām acīm, pēc kārtas saucot skaitļus, vienam aiz otra secīgi saskaitīt līdz 100. Ja tiek sajaukta kārtība vai atskan 2 dalībnieku balsis vienlaikus, spēle tiek atsākta no jauna. Spēli var beigt, ja bez kļūdām tiek aizskaitīts līdz 50. Dalībnieki pārrunā, ko šajā aktivitātē ir jaunu uzzinājuši par sevi (ir kautrīgs, nepacietīgs, uzmanīgs, drosmīgs utt.).

2. aktivitāte. Nepabeigto teikumu analīze (10 - 15 min.)

Klasi sadala grupās. Skolēni individuāli aizpilda Darba lapu Nr. 17. Grupās skolēni nolasa savus papildinātos teikumus un komentē, kādas dzīves jomas ir analizējuši (skolas dzīvi, nākotnes plānus, attiecības ģimenē, attiecības ar draugiem utt.). Skolēni apspriež, kuras jomas ir svarīgas karjeras izvēlē.

3. aktivitāte. Rakstura īpašību klasificēšana (20 - 25 min.)

Skolēni Darba lapā Nr. 18 iepazīstas ar cilvēka rakstura īpašību sarakstu. Katrs audzēknis no saraksta izvēlas 5 - 6 īpašības, kuras, viņaprāt, ir cilvēkam vissvarīgākās un uzraksta uz dzeltenās lapas. Pēc uzdevuma izpildes, skolotājs lūdz lapu „paslēpt”. Katrs audzēknis no saraksta izvēlas 5 - 6 īpašības, kuras piemīt viņam un uzraksta uz sarkanās lapas. Pēc uzdevuma izpildes, skolotājs lūdz lapu „paslēpt”. Katrs audzēknis no saraksta izvēlas 5 - 6 īpašības, kuras, viņaprāt, cilvēkam varētu nepiemist un uzraksta uz zaļās lapas. Pēc pēdējā uzdevuma izpildes, skolotājs lūdz ieskatīties visās trijās lapās un salīdzināt uzrakstīto.

Skolotājs lūdz izteikties skolēnus par to, vai atšķiras īpašību saraksts dažādajās lapās un kādēļ, skolēnuprāt, tā ir. Skolēni kopā ar skolotāju diskutē par dažādajiem viedokļiem. Lapas var apvienot pa krāsu grupām un izpētīt tajās atainotās sakarības.

REFLEKSIJA

Īpašību sarakstu salīdzināšana.

Uzmanība jāpievērš skolēna pašnovērtējuma un viņa iedomātā ideāla salīdzinājumam. Šāds salīdzinājums ir svarīgs tādēļ, ka audzēkņa ideāls ir viņa vīzija par to, kāds viņš pats velētos būt nākotnē. Jāpievērš uzmanība, vai zaļajā lapā (īpašības, kuras būtu nevēlamas) ir ierakstītas īpašības, kas atzīmētas sarkanajā lapā (sev piemītošās īpašības).

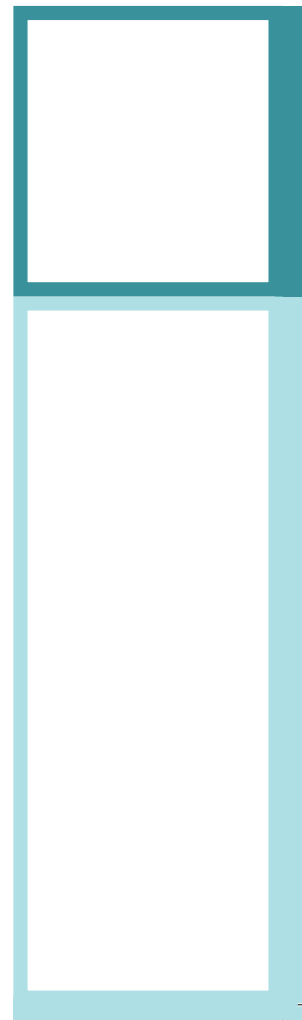
IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – Rīga: Pētergailis, 2001.

Rubana I. Mācīties darot. – Rīga, 2004.

Uzdevums: Papildini teikumus! Lasi un pabeidz iesākto teikumu, attiecinot to uz sevi, uz savām sajūtām, darbiem! Centies būt godīgs!

1. Es gribu... _____
2. Es izvairos no sadursmēm ar... _____
3. Es neieredzu... _____
4. Es smejos par... _____
5. Es mīlu... _____
6. Man patīk... _____
7. Man veicas... _____
8. Es esmu sadusmots par... _____
9. Es esmu bēdīgs par... _____
10. Ar saviem draugiem es esmu... _____
11. Mājās es esmu... _____
12. Lielā grupā es esmu... _____
13. Svešā vietā es jūtos... _____
14. Man patīk cilvēki, kuri... _____
15. Man nepatīk cilvēki, kuri... _____
16. Mana labākā īpašība ir... _____
17. Mana sliktākā īpašība ir... _____
18. Es gribētu, lai man labāk veicas... _____
19. Es labi... _____
20. Es uzticos... _____
21. Es protu... _____
22. Es zinu... _____
23. Es dzīvoju... _____
24. Es veiksmīgi... _____



Darba lapa Nr. 18

8. klase
Izzini sevi!

Uzdevums:

- 1) Izvēlies 5 - 6 vissvarīgākās cilvēka rakstura īpašības,
5 - 6 sev piemītošās īpašības,
5 - 6 nevēlamas īpašības!
- 2) Izraksti izvēlētās īpašības uz atsevišķām lapām!

1. agresīvs
2. aizdomīgs
3. aizrautīgs
4. aktīvs
5. asprātīgs
6. atsaucīgs
7. atturīgs
8. bailīgs
9. bezbēdīgs
10. cietsirdīgs
11. čakls
12. divkosīgs
13. draudzīgs
14. emocionāls
15. godīgs
16. gudrs
17. iedomīgs
18. kautrīgs
19. lepns
20. maigs
21. nekārtīgs
22. nesavtīgs
23. neuzņēmīgs
24. nievājošs
25. pacietīgs
26. pašizliedzīgs
27. patiess
28. piekāpīgs
29. piesardzīgs
30. pievilcīgs
31. principiāls
32. taupīgs
33. uzstājīgs
34. vienaldzīgs
35. vienkāršs

Veselībai droša vide

Klases stunda

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par veselībai drošu vidi.

UZDEVUMI

1. Attīstīt skolēnos prasmes izvērtēt darba vidi.
2. Sekmēt skolēnos interesi par savas izvēlētās profesijas darba vidi.

PRASMES

Mācīties prasmi pieņemt sev „veselīgus” lēmumus.

ATSLĒGAS VĀRDI

Ergonomika.

TEORIJA

Katrā darba vietā sastopami savi riska faktori

Darba vides riska faktori:

1. drošības apstākļi – tie ietekmē bīstamības rašanos: elektroierīces, uzliesmojošie materiāli, kustīgās un griezējierīces un tml.;
2. fiziskā darba vide – darba vides fiziskie komponenti: troksnis, apgaismojums, radiācija, vibrācija;
3. ķīmiskais un bioloģiskais piesārņojums;
4. darba slodze;
5. darba organizācija.

Raksturīgākie riska faktori darbā ar datoru:

- fiziskā slodze (piespiedu darba poza, monotons darbs, ātrs darba temps);
- redzes slodze (nepietiekams apgaismojums, atspīdums, apžilbinājums);
- psiholoģiskā slodze (laika trūkums, ātrs temps, darbs, kam nepieciešams liela koncentrēšanās).

Prasības darba vietas iekārtojumam darbā ar datoru:

- darba procesa plānošana,
- pārtraukumu veids un laiks,
- obligātās veselības pārbaudes,
- redzes korekcija,
- vispārīgās prasības darba vietai,
- apgaismojums,
- datora novietojums,
- atspīdums,
- troksnis,
- elektromagnētiskais un elektrostatiskais lauks.

RESURSI

Darba lapa Nr. 19.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Darba apstākļi (prāta vētra)

Skolēniem piedāvā padomāt par savu līdzšinējo darba pieredzi un lūdz nosaukt:

- darba apstākļus, kuros skolēni ir strādājuši,
- ar kādiem riska faktoriem nācies sastapties.

Skolotājs pieraksta atbildes uz tāfeles, apkopojot un precizējot skolēnu viedokļus, notiek pārrunas par noteiktās darba vietās satopamajiem riska faktoriem.

2. aktivitāte. Riska faktoru analīze

Klasi sadala grupās. Skolēni atbild uz jautājumiem:

- Kā var mazināt katru no iepriekš minētajiem riska faktoriem?
- Kas būtu jādara darba vides uzlabošanai?

Skolēnu grupas prezentē savus atbilžu variantus.

Piemēram, skolēnu atbildes:

1. faktors. Lai mašīnas varētu kontrolēt, jāizpēta tās, jāizlasa instrukcija un tml., jāieklausās citu strādājošo instrukcijās;
2. faktors. Jāizpēta pieļaujamās normas, jāievēro instrukcijas, piemēram, ja jāstrādā ar austiņām;
3. faktors. Jāizpēta ķīmiskais un bioloģiskais piesārņojums, kas var būt sastopams darba vidē, un tā ietekme uz veselību;
4. faktors. Fiziskā piepūle, kravu pārvietošana, uzmanības līmenis, ķermeņa stāvoklis darba laikā;
5. faktors. Cilvēka individuālās īpatnības, darba uzdevuma īpatnības, darba laika organizācija, maiņu darbs, nakts darbs, darbinieka kompetences (svarīgi zināt robežas, kas noteiktas katram darbiniekam).

3. aktivitāte. Līnijdiskusija par datora lietošanu

Skolēnus sadala pāros, katra pāra dalībniekam ir jāpārstāv "+" vai "-" pozīcija darbā ar datoru.

Skolēni izveido 2 līnijas – "+" un "-" – , kas pārmaiņus argumentēti izsaka savus viedokļus.

Skolēni saņem Darba lapa Nr. 19, lai tukšajā laukumā ierakstītu vēl iespējamus riska faktorus. Pēc tam lielā grupā pārrunā darba lapu saturu.

REFLEKSIJA

Pārrunas.

1. Kas tev šajā nodarbībā likās interesants?
2. Kuras lietas tev bija nezināmas?
2. Vai šobrīd jēdzienu darba vide tu uztver savādāk nekā pirms nodarbības?

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Eglīte E. Ergonomika darbā (tulk. no spāņu val.). – Rīga: Labklājības ministrija, 2003.

Kempaua V. Psihosociālā darba vide (tulk. no spāņu val.) – Rīga: Labklājības ministrija, 2003.

www.osha.lv/publikacijas

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

www.osha.lv/publikacijas



Uzdevums: brīvajā laukumā papildināt doto informāciju ar savu viedokli.

Ja draudzējies ar datoru, esi ieguvējs	Pārāk aizraujoties ar datora lietošanu, var rasties problēmas
<p>Tu iemācies:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● apgūt dažādas datorprogrammas, ● apgūt interneta lietošanas prasmes, ● glīti noformēt skolā uzdotos referātus, mājasdarbus, projektus. 	<ul style="list-style-type: none"> ● stundās nāks miegs, ja nakti būsi pavadījis pie datora, ● problēmas skolā, ● stundu kavējumi, ● nesekmība, ● satraukums.
<p>Ar datora palīdzību vari:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● zīmēt, rakstīt, rēķināt, ● iegūt informāciju internetā par jebkuru jautājumu, ● attīstīt loģisko domāšanu, ● trenēt reakciju <p>Mācīties angļu, vācu, krievu valodas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● lai sazinātos ar draugiem Latvijā, Spānijā un citās valstīs <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Attiecībās:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● nesaskaņas ar vecākiem, ● domstarpības ar draugiem, ● nebūs laika attiecībām un kļūsi draugiem NEINTERESANTS. <p>Ar veselību:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● "sausas", nogurušas acis, ● galvassāpes, muguras sāpes, ● miega traucējumi, ● roku locītavu sāpes, ● neveselīgs vājums un bālums vai aptaukošanās no mazkustīga dzīvesveida

Veselības kvalitātes prasības atsevišķās profesijās

Klases stunda

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par veselības nozīmi profesijas izvēlē.

UZDEVUMS

Ierosināt skolēnam aizdomāties par savas veselības piemērotību izvēlētajai profesijai.

PRASMES

Sakarību saskatīšana un izpratne, analīze.

ATSLĒGAS VĀRDI

Alerģijas izpausmes, garšas izjūta, profesija, veselības kvalitāte.

TEORIJA

Skolēns, izvēloties profesiju, reti aizdomājas par visiem pienākumiem, kuri būs jāveic, darot šo darbu. Šobrīd daudzās profesijās notiek pārkārtošanās uz jaunām tehnoloģijām, jauniem darbgaldiem. Daudzas darba operācijas, kuras agrāk veica cilvēki, tagad veic mašīnas.

Vecākiem ir grūti paskaidrot savam bērnam, kādus darba pienākumus tieši veic attiecīgās profesijas pārstāvis. Skolēnam ir jāsaprot, kādas prasības pret strādājošo izvirza darba devējs. Kādos darba apstākļos būs jāstrādā, vai darbs noslogos redzi, dzirdi, vai tas būs veselībai kaitīgs, vai darba apstākļi var izsaukt alerģisku (pastiprināts organisma jutīgums pret tam svešu vielu iedarbību) reakciju, vai darbā ir nepieciešama izcila garšas un ožas izjūta (spēja uztvert, sajust vielu ķīmiskās īpašības).

Skolēnam jau laikus jāapzinās gan savas fiziskās nepilnības, gan izcilās dabas dotās īpašības, citādi izvēlēta profesija var kļūt par neveiksmi visai dzīvei.

Latvija jau šobrīd pārņēmusi praktiski visas darba aizsardzības prasības no Eiropas Savienības tiesību aktiem, tās iekļaujot Darba aizsardzības likumā, kas stājies spēkā 2002. gada 1. janvārī, un uz tā pamata izdotajos Ministru kabineta noteikumos. Likumā ir ietverti ES darba aizsardzības pamatprincipi – darbinieku apdraudošo darba vides risku savlaicīga atklāšana un novēršana, respektīvi, cīņa ar cēloņiem nevis ar sekām, darba vietas pielāgošana indivīdam, bīstamā aizstāšana ar drošo vai mazāk bīstamo u.c.

ES darba aizsardzības prasības ir vispārīgas un attiecas uz visām tautsaimniecības jomām, taču ir arī izņēmumi – ES ir izstrādājusi specifiskas prasības kādai konkrētai tautsaimniecības jomai, kura varētu būt bīstamāka darbinieka drošībai un veselībai (organisma stāvoklis, tā norišu un darbību spēju kopums), piemēram, darbs būvniecībā, zvejniecībā, darbs ar datoru, derīgo izrakteņu izpēte un ieguve.

RESURSI

A4 lapas,
Darba lapa Nr. 20,
krāsainas pildspalvas.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Nākotnes situācijas prognozēšana, iztēlojoties potenciālo darba vietu

Skolotāja kopā ar skolēniem pārrunā (var izmantot teoriju) par profesiju dažādību un to saistību ar mūsu veselību. Pēc tam skolēni raksta par savu iedomāto nākotnes profesiju, aprakstot:

- darba apstākļus,
- veicamo darbu uzskaiti,
- nepieciešamo apģērbu,
- darba vietu (telpā vai brīvā dabā).

2. aktivitāte. Profesijas saistība ar cilvēka veselību (darbs ar tabulu)

Skolotājs katram skolēnam dod iespēju izpētīt tabulu (Darba lapa Nr. 20) un salīdzināt savas domas ar tabulā minēto. Skolēniem ir iespējams papildināt tabulu ar jauniem ierakstiem. Pēc tam skolotājs ierosina kopīgi pārrunāt tabulu, noskaidrojot, kāpēc skolēns piekrīt vai nē tabulā teiktajam un kas vēl būtu jāpieraksta.

REFLEKSIJA

Stundas beigās skolēni īsi prezentē savu darbu par izvēlēto profesiju, lai redzētu klases viedokli kopumā. Skolēni var apkopot savu nākotnes profesiju sarakstu uz lielas papīra lapas, kura piestiprināta pie tāfeles.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Žurnāls "Mērķis". Profesiju katalogs. – 2004.

www.google.lv

Veselības kvalitātes prasības atsevišķās profesijās

Papildini tabulu ar citām profesijām!

Redze	Fiziskā izturība	Garša	Oža	Dzirde	Alerģijas
Optometrists	Pasta piegādātājs	Pavārs	Pavārs	Instrument-atslēdznieks	Vēsturnieks
Pastnieks	Pavārs	Konditors	Konditors	Lidmašīnas pilots	Virtuves strādnieks
Pirmsskolas skolotājs	Stiklinieks		Medicīnas māsa	Pirmskolas skolotājs	Zobu tehniķis
Politologs	Ugunsdzēsējs		Zobārsts	Stjuarte	Lakotājs
Programmētājs	Viesmīlis			Bārmenis	Lauksaimniecības mašīnu operators
Ritošā sastāva atslēdznieks	Vilcienu pavadonis			Ritošā sastāva atslēdznieks	Metāla griezējs
Sekretāre	Virtuves strādnieks			Cietuma uzraugs	Metālapstrādes darbgaldu operators
Logopēds	Zāģētājs			Logopēds	Mūrnieks
Vecmāte	Vecmāte			Guvernante	Agronoms
Vēsturnieks	Lauksaimnieks			Mūziķis	Apkopējs
Zobārsts	Zobārsts			Režisors	Arhivists
Kokapstrādes tehnologs	Zvejnieks			Horeogrāfs	Asfaltēšanas mašīnas vadītājs
Stjuarte	Policists				Bārmenis
Konditors	Koka mēbeļu komplektētājs				Bibliotekārs
Lokomotīves mašīnists	Koku gāzējs				Biškopis
Apkures krāšņu kurinātājs	Lidostas kalpotājs				Būvgaldnieks
Autobusa vadītājs	Maiznieks				Feldšeris
Akušieris	Pārdevējs				
Elektronikas inženieris	Medicīnas māsa				
	Biškopis				
	Būvelektriķis				
	Farmaceits				

Darba aizsardzība

Sociālās zinības

MĒRĶIS

Darba pasaules iepazīšana.

UZDEVUMI

1. Mācīties saprast, ka ir profesijas, kurās pastāv risks vai draudi veselībai.
2. Iepazīties ar jēdzienu darba aizsardzība un veidot izpratni par to.

PRASMES

Draudu apzināšanās.

JĒDZIENI

Darba aizsardzība, darba aizsardzības sistēma, darba devējs, darba vide, darba vides riska faktori, darba vieta, nodarbinātais.

TEORIJA

Darba vidē cilvēks pavada ievērojamu daļu sava mūža. Šajā laikā uz viņu iedarbojas dažādi veselībai kaitīgi vai pat dzīvībai bīstami faktori. Tie var būt – fizikāli (troksnis, vibrācija, starojums), ķīmiski (dažādas vielas un produkti), psihosociāli (stress, nesaskaņas darbā), kā arī dažādas šo faktoru kombinācijas. Darba vietās pastāv iespēja gūt traumas. Galvenais darba aizsardzības uzdevums ir samazināt vai novērst šo faktoru kaitīgo ietekmi un aizsargāt strādājošo veselību un dzīvību.

Svarīgākais tiesību akts, kas regulē darba aizsardzības sfēru, ir 2001. gadā pieņemtais „Darba aizsardzības likums”, kurš stājies spēkā 2002. gada 1. janvārī. Tam pakārtoti virkne Ministru Kabineta noteikumu. Likuma mērķis ir garantēt un uzlabot nodarbināto drošību un veselības aizsardzību darbā. Tas nosaka tiesības, pienākumus un savstarpējās attiecības darba aizsardzības jomā darba devējiem, nodarbinātajiem un viņu pārstāvjiem (jeb uzticības personām) un valsts institūcijām.

Darba aizsardzības vispārīgie principi:

- bīstamo aizstāt ar drošu vai mazāk bīstamu;
- novērst vai mazināt darba vides risku cēloņus;
- izvairīties no darba vides riska vai mazināt tā ietekmi;
- ņemt vērā katra nodarbinātā individuālās īpatnības un veicamā darba specifiku;
- izmantot tehnikas, higiēnas un medicīnas jaunākos sasniegumus, pielietot labākās pieejamās tehnoloģijas;
- izmantot jaunākos pētījumus par darba vides riskiem, to novēršanas paņēmieniem un riska profilaksi.

Lai īstenotu darba aizsardzības principus, uzņēmumā jābūt visaptverošai darba aizsardzības sistēmai. Darba aizsardzības sistēma ir pasākumu kopums, kuru mērķis ir izveidot drošu un veselībai nekaitīgu darba vidi, kā arī novērst nelaimes gadījumus darbā un arodslimības (izmantot Darba lapu Nr. 22).

RESURSI

Darba lapas Nr. 21, Nr. 22,
baltas lapas,
rakstāmpiederumi.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Domu karšu veidošana par tēmu "Darba aizsardzība"

Skolotājs sadala klasi grupās pa četri, pieci vai seši. Grupas apspriež jautājumu – kas ir darba aizsardzība? Grupas izveido domu karti.

2. aktivitāte. Lielās domu kartes veidošana par tēmu "Darba aizsardzība"

Klase kopā veido lielo domu karti „Darba aizsardzība”. Katrai skolēnu grupai ir tiesības ierakstīt domu kartē dažus vissvarīgākos apgalvojumus no savas grupas domu kartes (atkārtoties nedrīkst).

Domu kartē vajadzētu būt ietvertiem atslēgas vārdiem: darba aizsardzība, darba vieta, darba vide, darba vides riska faktori, darba aizsardzības sistēma, Darba aizsardzības likums.

3. aktivitāte. Skolēnu atbildes uz jautājumiem par darba aizsardzību skolā (Darba lapa Nr. 21)

Atbildes darba lapas uzdevumiem

Skolā, tāpat kā jebkurā darba vietā, ir darba vides riska faktori, kas var ietekmēt skolēnu, skolotāju un tehnisko darbinieku drošību un veselību. Kā tu domā, kādas ir darba aizsardzības prasības skolā, kas jāievēro, lai skola būtu droša vide skolēniem? Uz kuriem darba vietas aspektiem šīs prasības attiecas?

- 1) Ugunsdrošība:
 - a) ugunsgrēka savlaicīga atklāšana (vēlama automātiska);
 - b) evakuācija (jābūt izstrādātam evakuācijas plānam);
 - c) evakuācijas ceļi (evakuācijas ceļiem un izejas durvīm jābūt pietiekoši platām, apzīmētām ar attiecīgām drošības zīmēm un brīvām no šķēršļiem);
 - d) ugunsdzēsības aparāti (tiem jābūt pietiekamā skaitā, jāatrodas viegli pieejamās un skaidri apzīmētās vietās).
- 2) Elektroinstalācijas:
 - a) kontaktdakšām un rozetēm jābūt kārtībā, ar norādi „220 V”;
 - b) vadiem jābūt izolētiem.
- 3) Apgaisojums:
 - a) vajadzīgais apgaismojuma līmenis;
 - b) žilbinājums (lai izvairītos no tā, lampas jānosedz ar abažūriem; ar displejiem aprīkotās darba vietās jāizvairās no atspīduma, aprīkojot logu ar žalūzijām).
- 4) Pārvietošanās virsmas – grīdas segums nedrīkst būt slidens, tam jābūt viegli tīrāmam.
- 5) Kāpnes – tām jābūt ar neslīdošiem pakāpieniem; ja pakāpienu ir vairāk par trim, tad kāpnēm jābūt 90 cm augstām margām.
- 6) Telpu vēdināšana.
Temperatūra telpās – lai nebūtu pārāk karsts vai pārāk auksts.

Iedomājies, ka tu esi Valsts darba inspekcijas darbinieks, kurš kādā skolā konstatējis darba drošības pārkāpumus. Kāpēc tie ir pārkāpumi no darba drošības viedokļa? Ko tu ieteiktu darīt skolas direktoram un viņa vietniekam saimnieciskajā darbā, lai šos pārkāpumus novērstu?

- Izeja uz pagalmu, ko ikdienā nelieto, aizkrauta ar vecām mēbelēm.
Visām izejām jābūt brīvi pieejamām, lai evakuācijas gadījumā nebūtu problēmas izkļūt no ēkām.
- Ugunsdzēsības aparāts ievietots telpā, kurā apkopējas glabā savus darbarīkus.
Ugunsdzēsības aparātam jāglabājas redzamā vietā. Ja tas novietots tā, ka nav viegli pamanāms, tad jābūt izliktām norādēm par tā atrašanās vietu. Pie tam tā nedrīkst būt telpa, kura vienmēr aizslēgta.
- Informātikas kabinetā dažu datoru monitoros spīd saule.
Datoriem jābūt novietotiem tā, lai tajos neiespīd saules vai elektriskā gaisma, jo tas rada papildus spriedzi redzei.
- Ir ziema, un visi klašu logi ir aizlīmēti.
Vismaz vienam logam telpā jābūt atveramam, lai varētu vēdināt.
- Sporta ģērbtuvju dušās ir flīžu grīdas.
Uz flīžu grīdas jābūt uzklātam neslīdošā materiāla tepiķim.

REFLEKSIJA

Katra grupa izvēlas vai skolotājs dod noteiktu tēmu (ugunsdrošība, darba drošība informātikas/ mājturība/ ķīmijas/ u.c. kabinetos/ gājēju drošība utt.) un izveido zīmējumu „..... drošības ievērošana skolā”.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Kaļķis V. Darba vides riska faktori un strādājošo veselības aizsardzība. – Rīga: Elpa, 2001.

Krastiņa E., Pipere A. Mācību sasniegumu pašizvērtēšana. – Rīga: RaKa.

Lapiņa, V. Interaktīvās mācīšanas metodes. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1997.

Rubana M. Mācīties darot. – Rīga: RaKa, 2000.

„Darba drošība uzņēmumos”, CD, Reģionālais Apmācības Centrs.

Informatīvi skaidrojošais materiāls „Par darba aizsardzības likumu”, VSAA, 12 lpp.

„Darba aizsardzības prasības darba vietu iekārtošanā”, LR Labklājības ministrija, 27 lpp.

Darba apstākļu novērtēšana mazajos un vidējos uzņēmumos / Praktiskā metodoloģija, LR Labklājības ministrija.

Uzdevums.

1. Skolā, tāpat kā jebkurā darba vietā, ir darba vides faktori, kas var ietekmēt skolēnu, skolotāju un tehnisko darbinieku drošību un veselību. Kā tu domā – kādas ir darba aizsardzības prasības skolā, kas jāievēro, lai skola būtu droša vide skolēniem? Uz kuriem darba vietas aspektiem šīs prasības attiecas?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____

2. Iedomājies, ka tu esi Valsts darba inspekcijas darbinieks, kurš kādā skolā konstatējis sekojošus pārkāpumus:

- Izeja uz pagalmu, ko ikdienā nelieto, aizkrauta ar vecām mēbelēm.

- Ugunsdzēsības aparāts ievietots telpā, kurā apkopējas glabā savus darbarīkus.

- Informātikas kabinetā dažu datoru monitoros spīd saule.

- Ir ziema, un visi klašu logi ir aizlīmēti.

- Sporta ģērbtuvju dušās ir flīžu grīdas.

Kāpēc tie ir pārkāpumi no darba drošības viedokļa? Ko tu ieteiktu darīt skolas direktoram un viņa vietniekam saimnieciskajā darbā, lai šos pārkāpumus novērstu?





izlasi

Uzdevums: lasīt un iepazīties ar piedāvāto informāciju savas personīgās drošības ievērošanai.

Darba drošība un tās loma tavā dzīvē

Ja tu no mācībām brīvajā laikā vai arī vasaras brīvlaikā vēlies strādāt, **neaizmirsti par savu veselību un drošību darbā!**

Darbs ir interesants un dod iespēju nopelnīt, bet, ja neievēro darba drošības noteikumus, tas var kļūt par iemeslu traumām, nopietnām veselības problēmām un pamatīgi sabojāt savu turpmāko dzīvi. Tu taču to nevēlies, vai ne? Lai darbs nekļūtu par tavas veselības un drošības ienaidnieku, zini savas tiesības un ievēro šādus priekšnosacījumus:

1. Ja tavā darbā sastopami kādi veselībai kaitīgi darba vides faktori, piemēram, troksnis, ķīmiskas vielas, vai īpaši apstākļi, piemēram, darbs augstumā, **pirms darbu uzsākšanas tev ir jāpārbauda sava veselība**. Veselības pārbaudi apmaksā darba devējs.
2. Pirms uzsākt darbu, darba devējam ir tevi jāiepazīstina (jāinstruē) ar taviem darba pienākumiem, kā arī to, kā pareizi un droši darbs veicams. **Ja neesi saņēmis ievadinstruktažu, darbu uzsākt nedrīkst!**
3. Ievēro darba devēja izstrādātās drošības instrukcijas un darba vietā izvietotās darba drošības zīmes!
4. Ja tu veic fizisku darbu, darba devējam ir jānodrošina tevi ar darba apģērbu un individuāliem aizsardzības līdzekļiem, kas tevi pasargās pret darba vides riskiem, piemēram, aizsargcimdi, aizsargķivere, aizsargapavi utt. **Strādājot lieto darba devēja piešķirtos aizsardzības līdzekļus!**
5. Rūpējies par savu drošību un veselību darbā un neriskē ar to. Ja ko nezini vai neesi pārlicināts, ka darbu vari veikt droši, jautā palīdzību pieredzējušiem kolēģiem un darbu vadītājam vai darba devējam.

Galvas aizsardzība

Ja tev darbā ir iespēja saskarties ar krītošiem priekšmetiem, piemēram, būvniecībā, **strādājot obligāti lieto aizsargķiveri!**

Galvas aizsardzības līdzekļi (cepures, kapuces, tīkliņi matiem) var būt jālieto arī strādājot ar mehānismiem, kuros iespējams ieraut garus un vaļējus matus, kas var novest pie nelaimes gadījuma.

Acu aizsardzība

Ja tev darbā ir iespēja saskarties ar ķīmiskiem šķidrumiem, kas var nokļūt acīs, vai ar atlecošām daļiņām, piemēram, skaidām no virpas kokapstrādē, **strādājot obligāti lieto aizsargbrilles!**

Dzirdes aizsardzība no trokšņa

Lai aizsargātu savas ausis no pārāk liela trokšņa, ko tavā darba vietā rada rokas instrumenti vai ražošanas iekārtas u.c., **obligāti lieto austiņas!**

Ja sarunājoties ar otru cilvēku tev ir jāpaaugstina balss, tad troksnis darba vietā varētu būt augstāks par atļauto normu un ir jālieto austiņas vai ausu aizbāžņi!

Elpošanas ceļu aizsardzība

Lai aizsargātu savus elpošanas ceļus no darba vietā sastopamiem kaitīgiem putekļiem, dūmiem, vīrusiem u.c. kaitīgām vielām, **obligāti lieto respiratoru!**

Piemēram, lietojot dažādus šķīdinātājus, lakas vai krāsas, to ilgstoša iedarbība uz taviem elpošanas ceļiem var būt ļoti kaitīga, tāpēc lieto respiratoru.

Roku aizsardzība

Lai aizsargātu savas rokas no dažādiem dūrieniem, griezieniem, karstām vai aukstām virsmām, ķīmiskām vielām u.c. riskiem, **obligāti lieto aizsargcimdus!**

Piemēram, nesot kravas, būtu jālieto aizsargcimdi, jo īpaši, ja krava ir smaga vai tai ir asas malas.

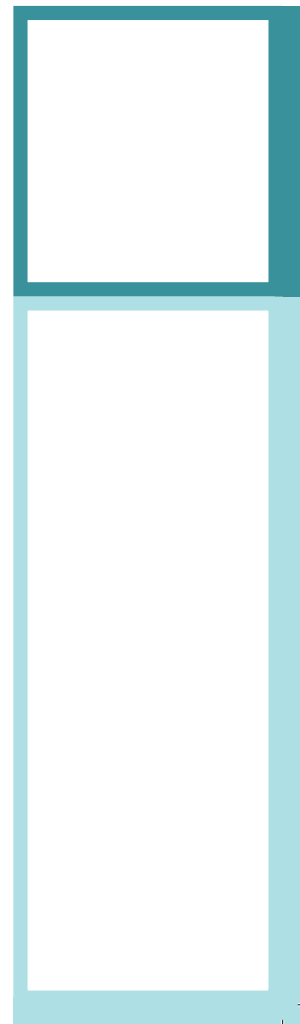
Kāju aizsardzība

Lai aizsargātu savas kājas no dažādiem triecieniem, saspiešanas, smagu priekšmetu uzkrišanas uz kājām, dažādām ķīmiskām vielām, kurās var iekāpt u.c. riskiem, **obligāti lieto aizsargapavus!**

Piemēram, būvniecībā vai noliktavā, kur ir risks, ka kāds priekšmets var uzkrīst uz kājas vai iespējams uzkāpt asam priekšmetam, ir jālieto aizsargapavi ar purngala daļas aizsardzību un necaurduramu zoli.

Gadījumos, ja tev piešķirtie aizsardzības līdzekļi (ķivere, cimdi, apavi u.c.) ir tev neērti un nepiemēroti, piemēram, spiež, jo ir par mazu, vai arī ir radušās citas grūtības to izmantošanā, informē par to savu darba devēju, lai viņš tos varētu samainīt pret tev atbilstošākiem.

Ar sīkāku informāciju par darba drošības jautājumiem tu vari iepazīties, ielūkojoties: www.osha.lv



Izglītības iestādes Latvijā

Sociālās zinības

MĒRĶIS

Informācijas iegūšana par izglītības iestādēm Latvijā.

UZDEVUMI

1. Iepazīties ar Latvijas izglītības iestāžu katalogu.
2. Izvērtēt izglītības ieguves dažādās iespējas.
3. Izveidot savu izglītības iestāžu katalogu.

PRASMES

Prognozēt tālākizglītības iespējas,
iegūt nepieciešamo informāciju.

ATSLĒGAS VĀRDI

Akreditācija, arodģimnāzija, arodizglītība, ģimnāzija, izglītības iestāde, koledža, licejs, licence, profesionālā pamat un vidējā izglītība, profesionālā skola, profesionāla vidusskola, tehnikums, vidusskola, vispārējā vidējā izglītība.

TEORIJA

Latvijas izglītības sistēma pēc 9. klases dod iespēju turpināt izglītību dažādos virzienos:

- profesionālo pamatizglītību – arodskola, speciālās skolas arodklase;
- arodizglītība – amatu skola, arodvidusskola, profesionālā vidusskola;
- profesionālo vidējo izglītību – amatniecības vidusskola, arodģimnāzija, amatniecības vidusskola, profesionālā vidusskola, tehnikums;
- vispārējo vidējo izglītību – vidusskola, ģimnāzija.

Katra no šīm izglītības pakāpēm sagatavo skolēnu turpmākajai dzīvei, katrai ir savi noteikti mērķi. Vispārējās un profesionālās izglītības pamatmērķi ir sagatavošanās studijām vai profesionālajai darbībai.

- Vispārējo vidējo izglītību var apgūt 3 gados, mācības beidzot ir jākārtos centralizētie eksāmeni, kuru rezultāti būs nepieciešami stājoties augstskolā.
- Vispārējo profesionālo izglītību var apgūt 4 gados, kuru beidzot audzēknis saņem teorētisku un profesionālu sagatavotību.
- Arodizglītību var apgūt 3 vai pat 2 gados, bet šīs zināšanas nedod iespēju iegūt augstāko izglītību, tikai, papildus iegūstot vidējo izglītību, var stāties augstskolā vai koledžā.

Pabeidzot vienu no šīm izglītības iestādēm, skolēns saņem izglītības dokumentu: apliecību/ atestātu/diplomu. Skolēns, saņemot atestātu vai diplomu, var turpināt izglītoties, iegūstot augstāko izglītību koledžā vai augstskolā.

Lai iegūtu likumīgu izglītību, par skolu, kurā skolēns vēlas turpināt mācības, ir jānoskaidro:

- kad un vai konkrētajā skolā ir licencēta izglītības programma,
- kad un vai konkrētajā skolā akreditēta izglītības programma,
- vai skolai ir noteikta mācību maksa, cik tā liela,
- skolas iekšējās kārtības noteikumi.

Šīs ziņas par skolām var iegūt Internetā www.izm.gov.lv

RESURSI

Dators ar Interneta pieslēgumu/kopēta informācija par izglītības iestādēm,
Līmlapiņas,
A 4 lapa,
Darba lapas Nr. 23, Nr. 24.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Skolotāja stāstījums par izglītības iespējām

Skolotājs izskaidro atslēgas vārdus, pastāsta par izglītības iespējām un organizē prāta vētru.

Skolotājs lūdz skolēnus pārdomāt, kādi varētu būt ir izglītības mērķi. Skolēni sauc formulējumus, skolotājs uz tāfeles uzraksta piedāvātos apgalvojumus. Skolēni izsaka savas domas, vai viņi piekrīt vai nē pierakstītajiem izteikumiem, paskaidro, kāpēc.

Izteikumi var būt dažādi, piemēram:

- izglītība nekalpo nekādiem mērķiem,
- palīdzēt kļūt par profesionāli,
- palīdzēt kļūt bagātam un varenam,
- palīdzēt iegūt darbu,
- izpatikt vecākiem,
- pakļauties likumam,
- palīdzēt kļūt labākam.

2. aktivitāte. Darbs ar informāciju (Darba lapas Nr. 23, Nr. 24)

Skolotājs uzraksta uz tāfeles Interneta adreses, kur iespējams iegūt ziņas par skolām Latvijā:

www.piaa.gov.lv/Euroguidance/izgl_iesp/sk_adr.php;

www.izmpic.gov.lv;

www.piapa.lv/Euroguidance.

Skolotājs izdala sakopētas lapas ar skolu nosaukumiem, adresēm un jomām, kuras var apgūt šajās skolās. Skolā ir pieejams informatīvais izdevums Kur mācīties? un Izglītības ceļvedis, ar kuriem var strādāt stundas laikā, izrakstot sev interesējošu informāciju.

- Skolēniem tiek dots laiks (atkarībā no skolēnu prasmēm strādāt Internetā), lai iepazītos ar Latvijā esošajām skolām.
- Skolēni izraksta uz lapas, izprintē informāciju par skolām, kas viņus ieinteresējušas.
- Skolēni turpina darbu ar atlasīto informāciju, noskaidrojot sīkāk izglītības iestāžu specifiku. Darba noslēgumā katrs skolēns ir izvēlējies 3 – 5, viņaprāt, sev piemērotākās skolas.

Aktivitātes rezultātu kopsavilkums/apkopojums.

Skolēni uz mazām līmlapiņām atbild uz jautājumiem:

- Ko jaunu uzzināju par iespēju iegūt izglītību?
- Vai bija iespēja izvēlēties turpmāko izglītības iestādi?
- Kāda informācija vēl nepieciešama, lai izvēlētos izglītības iestādi, kur turpināt mācības?

Skolotāja uzlīmē skolēnu rakstītās atbildes uz A4 lapas un sakrāj līdz mācību gada beigām vai atdod klases audzinātājam, lai papildinātu skolēnu karjeras izpēti.

Skolēni var apspriest ar vecākiem iegūtās zināšanas par izglītības iestādēm.

Klases audzinātājam ir iespēja dot skolēnam konkrētāku papildus informāciju par turpmāko izglītību.

Refleksija

Skolēni izstāsta, kā viņi veica skolu atlasī:

- pēc skolu atrašanās vietas,
- pēc piedāvātās profesijas,
- pēc skolas prestiža,
- pēc skolas maksas,
- bija jau izvēlēties pirms tam.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Broks A. Izglītības sistemoloģija. – Rīga: RaKa, 2000.

Izglītības likums. – Rīga: Latvijas vēstnesis, 1998.

Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca. – Rīga: Zvaigzne ABC, 2000.

Vēsture un sociālās zinības / Sorosa fonds – Latvija, ISEC, 2001.

IETEICAMĀ LITERATŪRA

www.izm.gov.lv

www.piaa.gov.lv/Euroguidance

www.izmpic.gov.lv

www.izaugsme.lv/

Informatīva izdevums "Izglītība pēc 9. klases"

Informatīva izdevums "Izglītība pēc 12. klases"

Informatīvs izdevums "Kur mācīties"

Informatīvs izdevums "Izglītības ceļvedis"

Žurnāls "Mērķis"

KO MĀCĪTIES?

Uzdevums: iepazīties ar piedāvāto informāciju, izrakstīt sev interesējošo (1 – 5) profesiju sarakstu.

01. Ainavu plānošana

Ainavu tehniķis

Parka dārznieks

02. Apdares darbi

Apdares darbu strādnieks

Apdares darbu tehniķis

Apmetējs – krāsotājs

Remontstrādnieks

03. Arhitektūra

Arhitekta palīgs

Arhitektūras tehniķis

04. Bibliotēkzinātne un informācija

Bibliotēku informācijas darbinieks

05. Būvdarbi

Būvdarbu vadītājs

Būvgaldnieks

Būvgaldnieks – namdaris

Būvizstrādājumu galdnieks

Būvkonstrukciju montētājs

Būvmeistars

Būvstrādnieks

Ēku inženiertīklu tehniķis

Guļbūves ēku celtnieks

Koka ēku celtnieks

Krāšņu podnieks

Mūrnieks

Mūrnieks, apmetējs

Namdaris

Sanitārtehnisko iekārtu montētājs

Sausās būves celtnieks

06. Būvzinības

Būvtehniķis

Siltumenerģētikas speciālists

07. Civilā aizsardzība un drošība

Ierindas sastāva policists

Jaunākā komandējošā (instruktoru) sastāva policists

Ugunsdrošības un civilās aizsardzības tehniķis

Ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieks

08. Datorvadība un datorzinātnes

Datorsistēmu tehniķis

Datorsistēmu un datortīklu administrators

Datortehnikas mehāniķis

Programmēšanas tehniķis

Programmētājs

09. Dzelzceļa pakalpojumi

Dzelzceļa transporta automātikas, telemehānikas un sakaru tehniķis

Dzelzceļa transporta pārvadājumu un kustības organizators

Lokomotīves vadītāja palīgs

Lokomotīvu saimniecības tehniķis

Ritošā sastāva atslēdznieks

Sliežu ceļu saimniecības tehniķis

10. Elektrozinības

Elektriķis

Elektrisko iekārtu speciālists

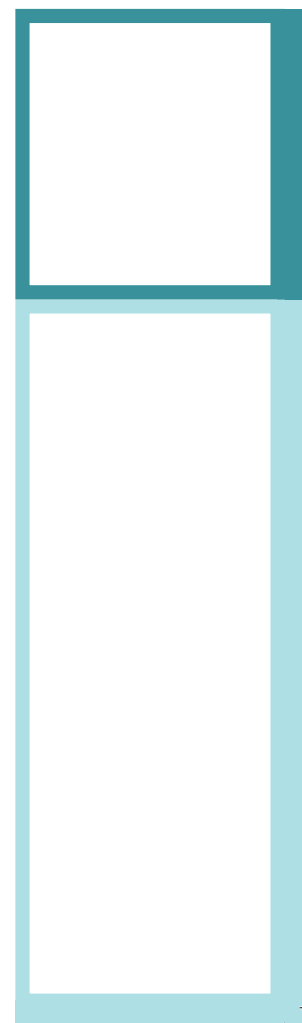
Elektroiekārtu montāžas un apkalpošanas elektriķis

Elektroiekārtu montieris

Elektromontieris

Elektronikas montētājs

Elektronikas speciālists



Elektronikas tehniķis

Elektronikas tehniķis

Elektrotehniķis

Telekomunikācijas speciālists

Telekomunikāciju tehniķis

11. Farmācija

Farmaceita asistents

12. Horeogrāfija un deja

Baletdejojotājs

Deju kolektīva vadītājs

13. Ķīmijas tehnoloģijas

Silikātmateriālu un izstrādājumu ražošanas tehniķis

14. Kokapstrādes tehnoloģijas un izstrādājumu izgatavošana

Galdnieka palīgs

Galdnieks

Kokapstrādes darbagaldu iestatītājs

Kokapstrādes tehniķis

Koksnes apstrādes iekārtu operators

Koksnes materiālu apstrādātājs

Mēbeļu galdnieks

15. Jūras transports

Kuģa mehāniķis

Kuģa vadītājs

Sardzes mehāniķis uz kuģiem virs 750 KW

Sardzes stūrmanis uz kuģiem līdz 500 BT

Sardzes stūrmanis uz kuģiem lielākiem par 500 BT

16. Lauksaimniecība

Biškopis

Dārzkopis stādu audzētājs

Dārznieks

Florists

Lauksaimnieks ar specializāciju mežkopībā

Lauku īpašumu apsaimniekotājs

Lauku mājamatnieks - kokapstrāde

Lauku strādniece

Lauku strādnieks

Zemkopis

17. Mašīnzinātne

Automehāniķa palīgs

Automehāniķis

Automobiļu mehāniķis

Autoservisa speciālists

Celtniecības un ceļu būves mašīnu mehāniķis

Iekārtu mehāniķis

Lauksaimniecības tehnikas mehāniķis

Mašīnbūves tehniķis

Mehāniķis

Mehatroniķis

Programmējamās automātikas mehāniķis

Rūpniecisko iekārtu mehāniķis

Vides saimniecības mehāniķis

18. Materiālu mākslinieciskā apstrāde

Ādas izstrādājumu izgatavotājs

Šūto apģērbu modelētājs

Interjera noformētājs

Stila mēbeļu galdnieks

Tekstilmākslas izstrādājumu izgatavotājs

Trikotāžas apģērbu modelētājs

19. Māksla

Ādas izstrādājumu dizaineris

Apģērbu dizaineris

Dekoratīvo objektu tēlnieks

Ilustrators

Interjera un reklāmas dizaineris

Keramikas izstrādājumu dizaineris

Koka izstrādājumu dizaineris

Metāla izstrādājumu dizaineris

Reklāmas dizaina mākslinieks noformētājs

Restaurators

Rokdarbu modelētājs

Stikla izstrādājumu dizaineris

Tekstilizstrādājumu dizaineris

Vides dizainers

Vizuālās reklāmas noformētājs

20. Mākslas institūciju pārvaldība

Kultūras menedžeris

Kultūras pasākumu organizators

Kultūras tūrisma menedžeris

Mūzikas pasākumu organizators

21. Māšzinības

Māsa

Māsas palīgs

Vecmāte

22. Metālapstrāde

Ciparu programmas vadības (CNC) darbagaldu iestatītājs

Metālapstrādātājs

Metinātājs

Virpotājs

23. Mežsaimniecība

Mežkopis

Mežsaimniecības tehniķis

Mežstrādnieks

24. Mūzika

Dziedātājs

Kormeistars

Mūziķis - flautists, obojists, klarnetists, fagotists, saksofonists, mežradznieks, trompetists, trombonists, tubists, sitaminstrumentu mūziķis, ansambļa vadītājs

Mūziķis - pianists

Mūziķis - pianists / ērģelnieks

Mūziķis - tautas instrumenta (akordeona) spēlētājs

Mūziķis - tautas instrumenta (akordeona, kokles) spēlētājs

Mūziķis - tautas instrumenta (akordeona, kokles, ģitāras) spēlētājs

Mūziķis - vijolnieks, altists, čellists, kontrabasists

Mūzikas teorētiķis

25. Pasta pakalpojumi

Pasta darbinieks

Pasta speciālists

26. Pārtikas rūpniecība un tehnoloģijas

Gaļas kulinārs

Maiznieks

Miltu izstrādājumu speciālists

Pārtikas kvalitātes speciālists

Pārtikas produktu kvalitātes inspektors

Pārtikas produktu pārstrādes speciālists

Pārtikas produktu ražošana - piens

Pārtikas produktu ražošana - piens, gaļa

Ražošanas tehnologa palīgs

27. Poligrāfija

Iespieddarbu maketētājs

Iespiedprodukcijas pēc apstrādātājs

Ofseta iespiedējs

Poligrāfijas ražošanas tehniķis

28. Sabiedrības un iestāžu vadība

Agro uzņēmumu komercdarbinieks

Lietvedis

Sekretārs

29. Saimniecības vadīšana, sabiedriskā ēdināšana, pakalpojumi

Aukle

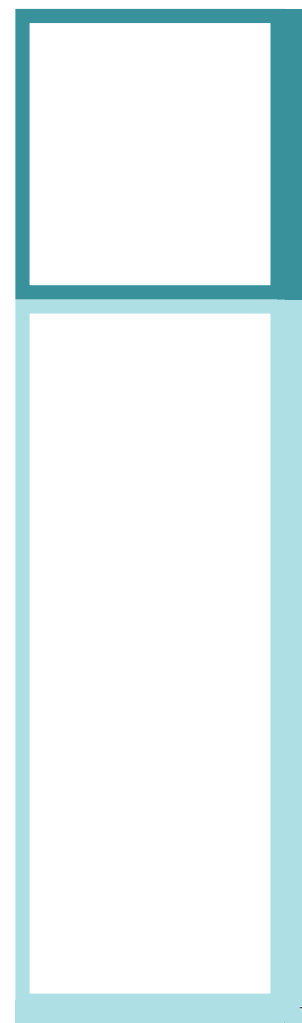
Bārmenis

Ēdināšanas servisa speciālists

Ēdināšanas servisa speciālists uz kuģiem

Fotogrāfs

Frizieris



Frizieris - modelētājs

Konditors

Kosmētiķis

Lauku tūrisma saimniecības darbinieks

Lauku tūrisma speciālists

Pavāra palīgs

Pavārs

Saimniecības vadītājs

Viesmīlības servisa speciālists

Viesmīlis

30. Sociālā aprūpe

Sociālais aprūpētājs

31. Tekstiliju ražošanas tehnoloģija un izstrādājumu izgatavošana

Apģērbu modelēšanas un konstruēšanas
speciālists

Drēbnieks

Šūto izstrādājumu izgatavotājs

Šūto izstrādājumu ražošanas tehniķis

Šuvējs

Modists

Palīgšuvējs

Tekstila izstrādājumu ražošanas tehniķis

Tekstilizstrādājumu izgatavotājs

32. Transporta pakalpojumi

Tramvaja vadītājs

Trolejbusa vadītājs

33. Tūrisma un atpūtas organiza- tors

Ceļojumu aģents

Kultūras tūrisma gids

Pansijas vadītājs

Tūrisma informācijas dienesta darbinieks

Viesnīcu servisa speciālists

34. Uzņēmējdarbība

Agro uzņēmumu komercdarbinieks

Finansu kredīta speciālists

Grāmatvedības un finansu speciālists

Grāmatvedis

Grāmatvedis

Grāmatvedis/nodokļu inspektors

Komercpakalpojumu darbinieks

Lauku uzņēmējs

Mārketinga un tirdzniecības speciālists

Mazo uzņēmumu grāmatvedis

Mazumtirdzniecības komercdarbinieks

Mazumtirdzniecības veikala pārdevējs

Personāla speciālists

Reklāmas servisa komercdarbinieks

Reklāmas uzņēmējdarbības pakalpojumu
pārstāvis

Restorāna servisa komercdarbinieks

Restorāna servisa speciālists

Rūpniecības komercdarbinieks

Transporta pārvadājumu komercdarbinieks

Uzņēmējs lauksaimniecībā

Uzskaites un grāmatvedības darbinieks

35. Veselības aprūpe

Ārsta palīgs

Biomedicīnas laborants

36. Veterinārija

Veterinārārsta asistents

37. Vides zinātne

Biotehologa palīgs

Biotehnologs

Vides iekārtu tehniķis

Vides tehniķis

38. Zivsaimniecība

Zivkopis

39. Zobārstniecība

Zobārsta asistents

Zobārstniecības māsa

Zobu tehniķis

40. Izlīdzinošais kurss

Izlīdzinošais kurss

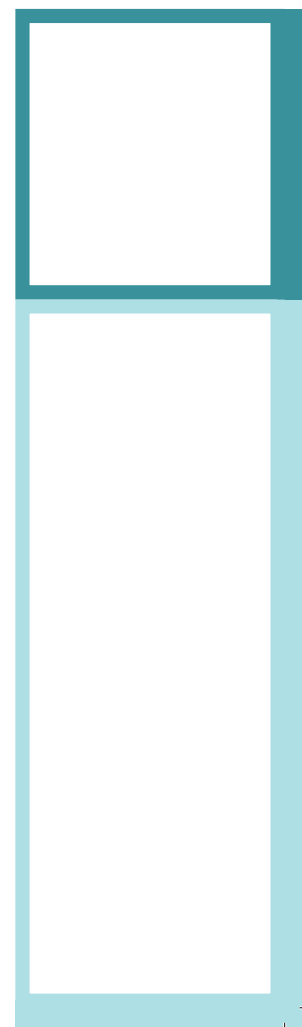
42. Atslēdznieku darbi

Montāžas darbu atslēdznieks

43. Civilā un militārā aizsardzība

Valsts robežsardzes inspektors

Valsts robežsardzes jaunākais virsnieks



KUR MĀCĪTIES?

Uzdevums: iepazīties ar piedāvāto informāciju un izrakstīt izglītības iestādes, kurās būtu iespējams mācīties, lai apgūtu sev interesējošās profesijas.



izpēti

01. Iekšlietu ministrijas pārziņā

LR IeM Ugunsdrošības un civilās aizsardzības koledža

LR IeM Valsts Policijas skola

Valsts robežsardzes koledža

02. Izglītības un zinātņu ministrijas pārziņā

Aizkraukles arodvidusskola

Apes arodvidusskola

Apguldes arodvidusskola

Arodapmācības un rehabilitācijas centrs Alsviķi

Barkavas arodvidusskola, BO valsts SIA

Bebrenes Profesionālā vidusskola

Bulduru dārzkopības vidusskola

Cēsu 4. arodvidusskola

Cīravas arodvidusskola

Ērgļu arodvidusskola, BO valsts SIA

Dagdas arodvidusskola

Daugavpils 1. arodvidusskola

Daugavpils 38. arodvidusskola

Daugavpils Medicīnas koledža

Daugavpils Mežciema arodskola

Daugavpils Tirdzniecības skola

Jāņmuižas Profesionālā vidusskola

Jaunaglonas arodvidusskola

Jaungulbenes arodvidusskola

Jēkabpils Agrobiznesa koledža

Jelgavas Amatniecības vidusskola

Kazdangas Profesionālā vidusskola

Kuldīgas 78. arodvidusskola

Laidzes tehnikums

Latgales Amatniecības meistarų skola

Latgales Transporta un sakaru tehniskā skola

Liepājas 31. arodvidusskola

Liepājas 48. arodvidusskola

Liepājas Jūrniecības koledža

Liepājas medicīnas koledža

Limbažu 18. arodvidusskola

LJA Jūrskola

LJA Jūrskola (Engure, Salacgrīva)

Lūznavas Profesionālā vidusskola

Malnavas koledža

Ogres Amatniecības vidusskola

Ogres Meža tehnikums

Ogres Profesionālā vidusskola

Olaines Mehānikas un tehnoloģijas koledža

Ozolu arodvidusskola

P. Stradiņa veselības un sociālās aprūpes koledža

Preiļu arodvidusskola

Rankas arodvidusskola

Rēzeknes 14. arodvidusskola

Rēzeknes Profesionālā vidusskola

Rīgas 1. medicīnas skola

Rīgas 10. arodskola

Rīgas 13. arodvidusskola

Rīgas 19. arodvidusskola

Rīgas 3. arodskola

Rīgas 34. arodvidusskola

Rīgas 46. arodvidusskola

Rīgas Amatniecības vidusskola

Rīgas Būvamatniecības vidusskola

Rīgas Celtniecības koledža

Rīgas Dzelzceļnieku skola
Rīgas Galdniecības arrodvidusskola
Rīgas Medicīnas koledža
Rīgas pārtikas ražotāju vidusskola, BOV SIA
Rīgas Purvciema Amatu skola
Rīgas Tehniskā koledža
Rīgas Tirdzniecības tehnikums
Rīgas Tūrisma un Tirdzniecības skola
Rīgas Uzņēmējdarbības koledža
Rīgas Valsts tehnikums
Rīgas Viegļās rūpniecības tehnikums
RTU Liepājas filiāles Profesionālā vidusskola
Saldus Profesionālā vidusskola
Sarkanā Krusta medicīnas koledža
Saulaines Profesionālā vidusskola
Skrundas arrodvidusskola
Smiltenes 29. arrodvidusskola
Smiltenes tehnikums
Valmieras 36. arrodvidusskola
Valmieras Pārtikas ražotāju vidusskola
Valsts Kandavas lauksaimniecības tehnikums
Valsts Priekuļu lauksaimniecības tehnikums
Vangažu arodskola
Vecbebru Profesionālā vidusskola
Ventspils 20. arrodvidusskola
Višķu Profesionālā vidusskola
Viesītes arrodvidusskola
Viļānu 41. arrodvidusskola
Zaļenieku arrodvidusskola
Zilupes arrodvidusskola

03. Kultūras ministrijas pārziņā

Alfrēda Kalniņa Cēsu mūzikas vidusskola
Daugavpils Mūzikas vidusskola
Emiļa Melngaiļa Liepājas mūzikas vidusskola
Emīla Dārziņa Mūzikas skola
Jāņa Ivanova Rēzeknes mūzikas vidusskola

Jaņa Rozentāla Rīgas mākslas vidusskola
Jāzepa Mediņa Rīgas mūzikas koledža
Jelgavas Mūzikas vidusskola
Latvijas Kultūras koledža
Liepājas mākslas vidusskola
Rēzeknes mākslas vidusskola
Rīgas dizaina un mākslas vidusskola
Rīgas Doma kora skola
Rīgas Horeogrāfijas vidusskola
Valmieras Mākslas vidusskola
Ventspils mūzikas vidusskola

04. Labklājības ministrijas pārziņā

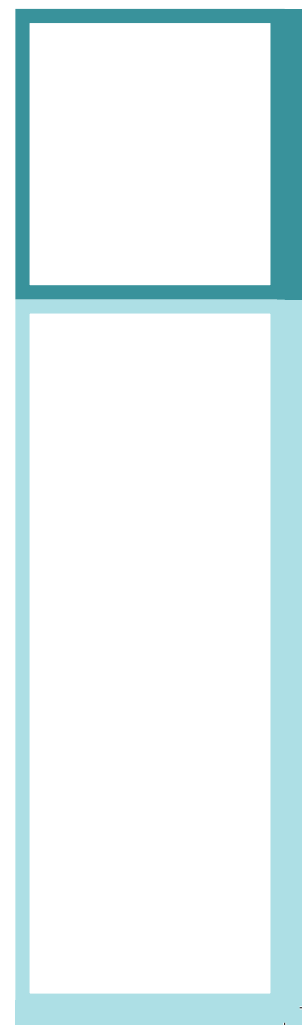
Koledža RRC
V/A 'Sociālās integrācijas centrs' Jūrmalas profesionālā vidusskola

05. Pašvaldību pārziņā

Daugavpils mākslas vidusskola Saules skola
Dobeles Amatu skola
Jēkabpils rajona Saukas arrodvidusskola
Rīgas rajona Mālpils profesionālā vidusskola

07. Juridisku personu dibinātas

Anšpēteru veselīgās ēdināšanas un servisa arodizglītības skola
Mācību centrs RIMAN
Restorānu servisa skola
Rīgas Uzņēmējdarbības tehniskā skola
Rūjienas arodģimnāzija, BO SIA
Starptautiskā CIDESCO Rīgas Kosmētikas skola



Darbā iekārtošanas aģentūra, bezdarbnieku iespējas

Sociālās zinības

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par darbā iekārtošanas aģentūras sniegtajiem pakalpojumiem.

UZDEVUMI

1. Iepazīties ar aģentūras sniegtajiem pakalpojumiem.
2. Attīstīt spējas izvērtēt darba piedāvājumus.

PRASMES

Pieņemt lēmumus.

ATSLĒGAS VĀRDI

Nodarbinātības valsts aģentūra (NVA), bezdarbnieks.

TEORIJA

Nodarbinātības valsts aģentūra īsteno politiku bezdarba samazināšanas un bezdarbnieku un darba meklētāju atbalsta jomā:

- atbilstoši savai kompetencei piedalās nacionālā nodarbinātības plāna izstrādē un īstenošanā;
- organizē un īsteno aktīvos nodarbinātības pasākumus;
- palīdz bezdarbniekiem un darba meklētājiem iesaistīties darba tirgū;
- uzskaita brīvās darba vietas;
- reģistrē un uzskaita bezdarbniekus un darba meklētājus;
- bez maksas informē par brīvajām darba vietām, kā arī bezdarbnieku un darba meklētāju tiesībām un pienākumiem;
- bez maksas konsultē bezdarbniekus un darba meklētājus profesionālās piemērotības jautājumos, piemērotas profesijas un pārkvalifikācijas izvēlē;
- analizē un prognozē darba tirgus konjunktūru;
- nodrošina Eiropas Savienības normatīvo aktu prasībām atbilstošas informācijas sagatavošanu un sniegšanu par bezdarba situāciju valstī;
- licencē un uzrauga juridiskās personas, kuras sniedz darbiekārtības pakalpojumus par maksu (izņemot iekārtošanu darbā uz kuģiem);
- veic citus NVA nolikumā un normatīvajos aktos noteiktos uzdevumus; organizē nodarbinātības pasākumus vasaras brīvlaikā personām, kuras iegūst izglītību vispārējās vidējās un profesionālās vidējās izglītības iestādēs.

Bezdarbniekam ir tiesības:

- piedalīties NVA piedāvātajos aktīvajos nodarbinātības pasākumos;
- saņemt bezdarba apdrošināšanas pakalpojumus saskaņā ar likumu "Par apdrošināšanu bezdarba gadījumam";
- saņemt stipendiju un tīres un transporta izdevumu kompensāciju profesionālās apmācības, pārkvalifikācijas vai kvalifikācijas paaugstināšanas laikā;

- saņemt informāciju par brīvajām darba vietām un ar tām saistītajām kvalifikācijas un citām prasībām;
- saņemt ar profesionālo orientāciju saistītos pakalpojumus;
- noslēgt ar NVA aktīvo nodarbinātības pasākumu individuālā plānojuma līgumu;
- apstrīdēt NVA darbinieku lēmumus, iesniedzot iesniegumus NVA direktoram, bet NVA direktora lēmumus pārsūdzēt tiesā.

Bezdarbniekam ir pienākums:

- patstāvīgi un ar NVA palīdzību aktīvi meklēt darbu*;
- mēneša laikā no iepriekšējā NVA apmeklējuma dienas ierasties aģentūrā un uzrādīt bezdarbnieka statusa saglabāšanai nepieciešamos dokumentus;
- ierasties NVA triju darba dienu laikā no izsaukuma saņemšanas dienas;
- piedalīties aktīvo nodarbinātības pasākumu individuālā plānojuma līgumā paredzētajos aktīvajos nodarbinātības pasākumos;
- ziņot NVA:
 - a) triju darba dienu laikā, ja ir mainījušies iepriekš minētie bezdarbnieka statusa zaudēšanas nosacījumi,
 - b) triju darba dienu laikā, ja ir noslēgts darba līgums uz laiku līdz diviem mēnešiem,
 - c) triju darba dienu laikā par pamata dzīvesvietas maiņu,
 - d) triju nedēļu laikā no pārejošas darbnespējas sākuma par pārejošas darbnespējas laiku, ja tas ir bijis ilgāks par divām nedēļām.

Ja bezdarbnieks maina pamata dzīvesvietu Latvijas teritorijā, viņam jāiesniedz attiecīgs iesniegums NVA pēc iepriekšējās pamata dzīvesvietas. Bezdarbniekam jāierodas NVA pēc jaunās pamata dzīvesvietas mēneša laikā no iesnieguma par dzīvesvietas maiņu iesniegšanas dienas.

Bezdarbnieka iespējas

Ja esat bezdarbnieks, Nodarbinātības valsts aģentūra piedāvā:

- profesionālo apmācību, pārkvalifikāciju un kvalifikācijas paaugstināšanu (kursus),
- algotos pagaidu sabiedriskos darbus,
- pasākumus konkurētspējas paaugstināšanai,
- pasākumus noteiktām personu grupām (jauniešiem bez darba pieredzes, invalīdiem, pirmspensijas vecuma un ilgstošajiem bezdarbniekiem, personām pēc bērnu kopšanas atvaļinājuma, personām pēc ieslodzījuma utt.),
- darba informācijas kabinetu pakalpojumus,
- bezmaksas konsultācijas par iespējām strādāt ārzemēs (EURES).

Ja esat darba meklētājs, Nodarbinātības valsts aģentūra piedāvā:

- iegūt bezdarbnieka statusu,
- darba informācijas kabinetu pakalpojumus,
- pasākumus konkurētspējas paaugstināšanai,
- bezmaksas konsultācijas par iespējām strādāt ārzemēs (EURES).

RESURSI

Materiāls ar teorētiskās daļas informāciju par NVA, ko var demonstrēt ar kodoskopa palīdzību; plakātu lapas grupu darbam.

* Aktīva darba meklēšana ir personas mērķtiecīgas darbības nolūkā atrast algotu darbu – piedalīšanās konkursos uz vakantajām darba vietām, kā arī citas darbības, kuru mērķis ir atrast darbu.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Informācijas apkopošana

Stundas sākumā skolotājs piedāvā skolēniem padomāt jautājumu, kur var griezties pēc palīdzības, ja meklē darbu. Tiek apkopotas skolēnu piedāvātās atbildes, izmantojot prāta vētru un pierakstot uz tāfeles. Seko skolotāja stāstījums par Nodarbinātības Valsts aģentūru.

NVA sastāv no pārvaldes un 28 filiālēm (katrā Latvijas rajona centrā).

Nodarbinātības Valsts aģentūra atrodas:

Kr. Valdemāra ielā 38, Rīgā, LV – 1010

tālr. 7021 706, fakss 7270 253

e-pasts: nva@nva.lv

www.nva.lv

Bezmaksas informatīvais tālrunis 8007700

Darba laiks: 8.30 – 12.30 un 13.00 – 17.00

2. aktivitāte. Plašāks skolotāja stāstījums par NVA (skatīt teoriju)

3. aktivitāte. Domu karte par tēmu „Bezdarbnieks”

Skolēni mēģina formulēt jēdzienu bezdarbnieks, skolotājs papildina skolēnu atbildes.

4. aktivitāte. Informācijas apkopošana

Skolotājs sadala skolēnus grupās. Skolēni noformē plakātus par tēmām: „Bezdarbnieku tiesības”, „Bezdarbnieku pienākumi”.

Grupas prezentē savu veikumu, un skolotājs papildina skolēnu atbildes.

REFLEKSIJA

Aktivitāšu rezultātu kopsavilkums

Skolotājs skolēnu redzesloka paplašināšanai var piedāvāt materiālu „Darba tirgus interneta portālos”.

Atgriezeniskās saites nodrošināšanai skolotājs lūdz skolēniem īsi apkopot savas domas rakstiski:

- Bezdarbs manā valstī _____ .
- Nodarbinātības valsts aģentūrām jānodrošina _____ .
- Bezdarbnieku skaits varētu samazināties, ja _____ .

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

www.vssa.lv;

www.nva.lv

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

www.vsaa.lv

Darbinieka sociālais statuss, ieņemamais amats

Sociālās zinības

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par sakarību starp izglītību, algu, ieņemamo amatu un sociālo statusu.

UZDEVUMI

1. Veidot priekšstatu par ieņemamā amata nozīmīgumu attiecīgajā nozarē.
2. Izvērtēt izglītības nozīmi izvēlētajā profesijā.
3. Izveidot prestižo profesiju sarakstu.

PRASMES

Spēja saskatīt sakarības starp profesiju un izglītību.

ATSLĒGAS VĀRDI

Amats, darba vieta, konkurence, konkurētspēja, prestižs, profesija, sociālais statuss.

TEORIJA

Pētījums liecina, ka 2004. gadā 17% vidusskolas absolventu savu turpmāko dzīvi ir nolēmuši saistīt ar uzņēmējdarbību un vadību, bet 12,3% studēs ekonomiku un finanses. Šīs profesijas bijušas populārākās arī iepriekšējos gados. Pētījumā norādīts, ka jauniešu skatījumā populārākās profesijas ir darbs jurisprudences (62,6%), ekonomikas un finanšu (57,4%) un informācijas tehnoloģiju jomā (27,3%). Pirmās divas profesijas sakrīt ar jauniešu reālajām izvēlēm, taču interneta tehnoloģijas plāno apgūt tikai 8,7% jauniešu.

Aptaujātie uzskata, ka perspektīvākās nozares ir informācijas tehnoloģijas, inženierzinātnes un tūrisms, tomēr šīs profesijas izvēlās mazāk, jo to apguve uzreiz pēc augstskolas nenodrošina prestižu darba vietu.

Galvenie faktori, kas nosaka profesijas izvēli, respondentu skatījumā ir darbs ar cilvēkiem (to īpaši uzsvērušas meitenes), darba sabiedriskais nozīmīgums un profesijas prestižs. Pētnieki norādījuši, ka vispopulārākās profesijas ir tās, kurās vērojams pieaugošs bezdarba līmenis, kas liecina, ka jauniešiem priekšstats par šīm profesijām veidojas pēc atsevišķiem "veiksmes stāstiem", nevis pēc izpratnes par nozari un situāciju kopumā.

2004. gadā pētījums rāda, ka pastāv spilgti izteikts dalījums sieviešu un vīriešu profesijās saskaņā ar vispārpieņemtiem dzimumu stereotipiem. Tāpat vērojamas atšķirības starp izvēli latviešu un krievu skolu beidzēju vidū – ir atsevišķas tipiski "latviskas" profesionālās izvēles, piemēram, sabiedrisko attiecību joma, kā arī tipiski "krieviskas", piemēram, dizains un skaistumkopšana.

2005. gada pavasarī bija mazāk tādu skolēnu, kuri divus mēnešus pirms skolas beigšanas vēl nezināja savu nākamo profesiju – profesiju bija izvēlējušies 35% aptaujāto, 50% bija vairāki iespējamie varianti, un tikai 15% nezināja, kur mācīsies tālāk.

Tāpat kā 2004. gadā lielākā daļa jauniešu plāno turpināt mācības augstskolā (65%) vai arī apvienot studijas augstskolā ar darbu (46%). Atbildot uz jautājumu, ko jaunieši darītu pēc vidusskolas, ja viņu izvēles iespējas būtu neierobežota, 12% jauniešu vēlētos gadu atpūsties. Reālajos plānos gadu ilgs pārtraukums paredzēts tikai 1% aptaujas dalībnieku.

Pētījumā piedalījās 656 vispārizglītojošo skolu divpadsmito klašu audzēkņi no dažādiem Latvijas reģioniem.

RESURSI

A 3 lapas,

līmlapiņas,

A 4 lapas,

Darba lapa Nr. 25.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Atslēgas vārdu noskaidrošana (prāta vētra)

Skolotājs, izmantojot metodi prāta vētra, noskaidro, ko skolēni saprot ar jēdzieniem: prestiža darba vieta, sociālais statuss.

Prestižs – cilvēka, organizācijas vai institūcijas autoritāte, reputācija, cieņa, arī ietekme, kas izriet no to sociālās lomas, sasniegumiem, varas u.tml.; augsts novērtējums sabiedrībā.

Sociāls (statuss) – saistīts ar sabiedrību, cilvēku dzīvi un attiecībām sabiedrībām, sabiedrības sociālās struktūras noteikta vienība, atbilstoši sabiedrības struktūras veidam (šķiriskajam, profesionālajam, demogrāfiskajam utt.), tā ir sabiedrības profesionāla grupa, kurai piemīt profesionālas rakstura pazīmes.

Skolotājs var skolēniem pastāstīt par valstī notikušo pētījumu vidusskolēniem (izmantojot teoriju), par prestižākajām un skolēnu visvairāk izvēlētajām profesijām.

Skolotājs izskaidro jēdzienus konkurence un konkurēt kā prestižo profesiju ieguves pamatojumu. Konkurence [lat. Concurrentia sadursme] – sacensības par pārkumu, priekšrocībām; ekonomiska cīņa par sasniegumiem kādā jomā.

Ārpus konkurences – tā, ka nav ne ar ko salīdzināms, ir pārkams par citiem visiem.

Konkurēt [lat. Concurrere skriet kopā] – censties panākt pārkumu, priekšrocības (kādā jomā), sacensties par labākiem rezultātiem.

Jēdzienu skaidrojumi ņemti no:

Ilustrētā svešvārdu vārdnīca. – Rīga: Avots, 2005.

Latviešu valodas vārdnīca. – Rīga: Avots, 2006.

2. aktivitāte. Diagrammas veidošana

Skolēni izveido diagrammu par savas dzīves svarīgākajiem notikumiem (Darba lapa Nr. 25), atzīmējot diagrammā divus ceļus:

- sapņu nākotne,
- iespējamā nākotne,

Pēc tam skolēni pārrunā par iespēju sasniegt sapņu nākotni:

- tās sasniegšanai nepieciešama veiksmē,
- tās sasniegšana ir nereāla,
- tās sasniegšanai nepieciešams liels darba ieguldījums,
- tās sasniegšanai nepieciešami lieli līdzekļi.

3. aktivitāte. Pārrunas par prestižām profesijām (grupu darbs)

Skolēni grupās pārrunā, pēc kāda principa veidos prestižo profesiju sarakstu:

- pēc atalgojuma,
- pēc darba drošības,
- pēc darba svarīguma sabiedrības izpratnē,
- pēc darba tirgus piedāvājuma,
- pēc ieinteresētības,
- pēc nekaitīguma veselībai,
- pēc vieta uzņēmuma hierarhijā,
- pēc savas grupas pamatojuma.

Grupas sastāda prestižo profesiju "topu", profesijām blakus uzraksta izvēles motīvus; un prezentē, secinot, kuras ir visprestižākās profesijas Latvijā. No grupu prezentācijām izveido vienu kopīgu 10 vispieprasītāko profesiju "topu".

Skolēni pārdomā savas izvēlētās profesijas vietu darba tirgū.

REFLEKSIJA

Skolēni uz mazām līmlapiņām atbild uz jautājumiem:

Ko jaunu uzzināju par profesiju prestižu?

Vai bija iespēja izteikt savu viedokli šajā jautājumā, vai to izantoju?

Ko vēl nepieciešams uzzināt, lai varētu strādāt savā iecerētajā profesijā?

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Catlaks G., Sarma V. Civilzinības 9. klasei. – Rīga: Zvaigzne ABC, 2001.

Krieviņš V. Mājsaimniecības ekonomika. – Rīga: RaKa, 1997.

Latvijas Nacionālais 2005. gada rīcības plāns nodarbinātības veicināšanai (informatīvā daļa).

Nelson Thomson Learning / Copyright, 2001.

IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Žurnāls „Mērķis”

www.lu.lv/laikraksts/izglitiba/62/-34k

www.lm.gov.lv/doc_upl/Zinojums_dz_Isituacija_izglitiba.pdf

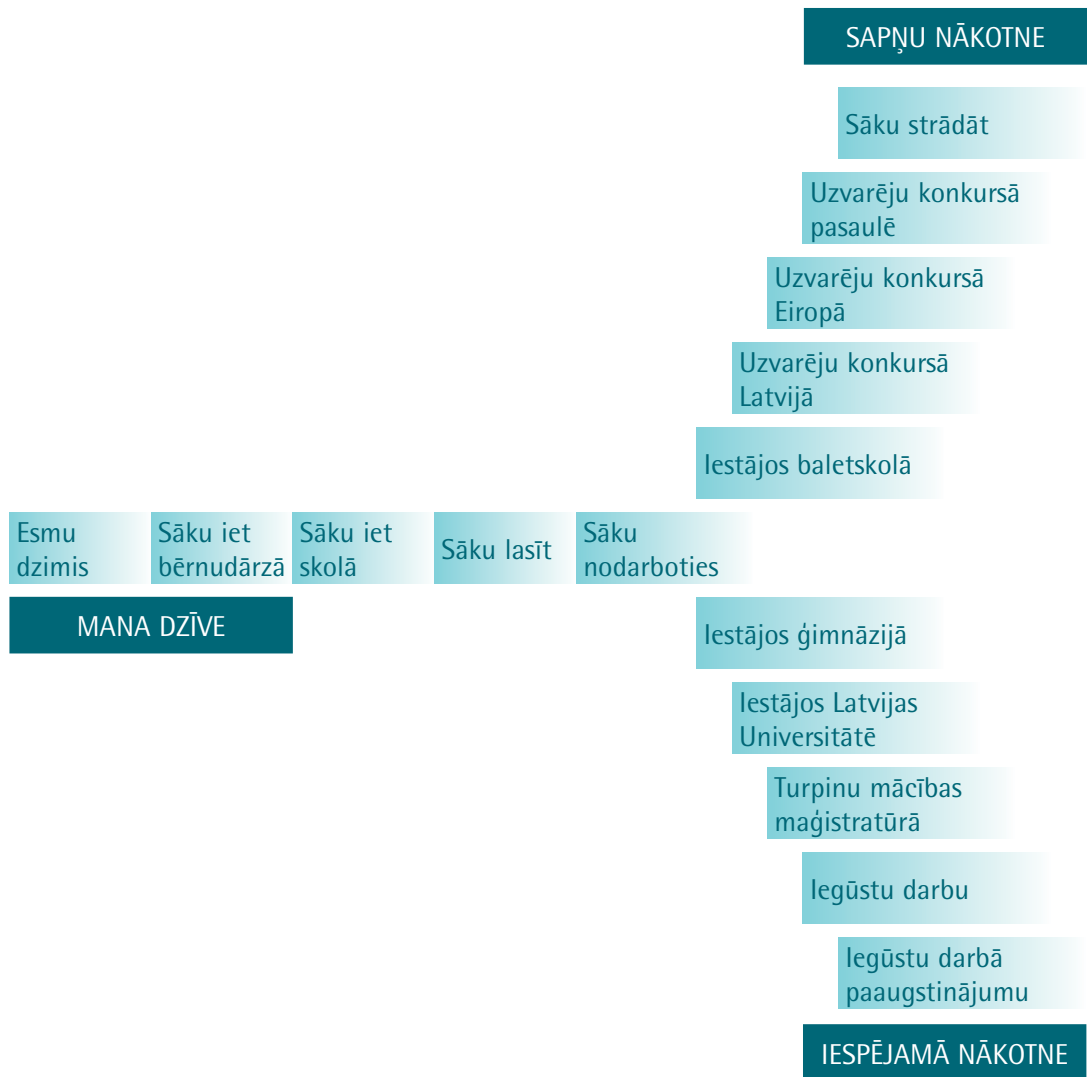
www.piaa.gov.lv/Euroguidance/inf_mat/iep_izgl_d_p.htm

www.piaa.gov.lv/index2.php?lang=lv&menu_id=6

www.izmpic.gov.lv

SAPNIS VAI REALITĀTE

(diagramma - paraugs individuālajam darbam)



Ar mājturību saistītās profesijas

Mājturība

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par mājturības stundās apgūto iemaņu un prasmju noderīgumu izvēlētajā profesijā.

UZDEVUMI

1. Veidot izpratni par mājturības stundās apgūtā saistību ar noteiktām profesijām.
2. Mācīt skolēniem analizēt un izvērtēt savas prasmes un dotumus, lai veiksmīgi plānotu karjeru.

PRASMES

Prasme saskatīt sakarības starp profesiju un izglītību.

ATSLĒGAS VĀRDI

Grafiskā valoda, kokapstrāde, metālapstrāde, patērētāju zinības, profesija, uzturmācība.

TEORIJA

Mācoties mājturību, skolēniem ir iespēja apgūt savas dzīves organizēšanas prasmes, pilnveidot sevi un savas apkārtnes uzturēšanas prasmes, gūt pieredzi dažādu lietišķās mākslas priekšmetu un praktisku lietu darināšanā.

Praktiskā darbībā skolēns veido un radoši pielieto dažādu materiālu apstrādes un izstrādājumu darināšanas prasmes, vienlaicīgi gūstot izpratni par tehnoloģiskā procesa norisi.

Skolēnam rodas iespēja saskatīt sevi dažādās profesijās, kurās ir nepieciešams izmantot apgūtās tehnoloģijas un praktiskās darba iemaņas.

Iespējamās profesijas, ar kurām var iepazīties mājturības stundās

Kokapstrāde

- galdnieks, būvgaldnieks, koktēlnieks, koka mēbeļu komplektētājs, mēbeļu galdnieks, tapsētājs, kokapstrādes darbgaldu iestatītājs, kokapstrādes operators, kokapstrādes tehnologs, kokzāģētavas operators.

Metālapstrāde

- metāla griezējs, juvelieris, kalējs, metālapstrādes darbgaldu operators, metinātājs, skārdnieks, virpotājs.

Uzturmācība

- pavārs, konditors, maiznieks, pārtikas rūpniecības un dzērienu tehnologs, viesmīlis, virtuves strādnieks.

Grafiskā valodā

- arhitekts, šuvējs-drēbnieks, inženieris, telekomunikāciju speciālists, datorgrafīķis, galdnieks, ģeogrāfs- zemes zinātņu speciālists, mašīnbūves speciālists, poligrāfijas speciālists, restaurators.

RESURSI

Krāsainas kartītes ar dažādu profesiju nosaukumiem,
žurnāla "Mērķis" profesiju katalogs (2004),
internets - skolu mājas lapas,
baltas lapas, Darba lapa Nr. 26.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Skolotāja stāstījums par profesijām

Skolotājs iepazīstina ar teorētiskajā daļā minētajām profesijām.

2. aktivitāte. Profesiju darba aprakstu veidošana

Skolēni izvēlas kartītes ar profesiju nosaukumiem (Darba lapa Nr. 26) un individuāli vai pāru darbā veido "Darba aprakstu", kuru prezentē klases biedriem. Skolotājs papildina vai precizē piedāvāto informāciju.

Skolotājs kopā ar skolēniem pārrunā, kādi mācību priekšmeti jāapgūst izvēlētajās profesijas kontekstā.

REFLEKSIJA

Skolēnu darba aprakstu prezentēšana.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Mājturības pamati zēniem un meitenēm 5. - 9. klasei. – Rīga: Zvaigzne ABC, 1998.

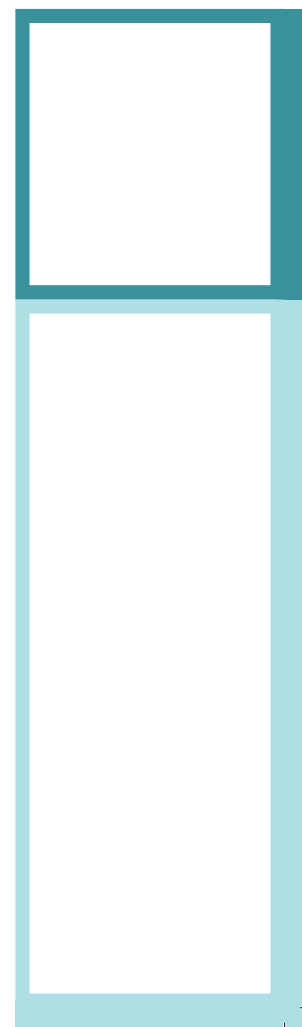
Žurnāla "Mērķis" profesiju katalogs. 2004. gads.

Mājturība (rokdarbi) pamatizglītības standarts 1. - 9. klasei. 2004. gads.

Ar mājturību saistītās profesijas

Izdales kartītes profesiju darba aprakstu veidošanai

GALDNIĒKS	DATORGRAFIĶIS
JUVILIERIS	VIRTUVES STRĀDNIĒKS
PAVĀRS	RESTAURATORS
VIESMĪLIS	KALĒJS
ARHITEKTS	KONDITORS
ŠUVĒJS	APKOPĒJS



Saziņa svešvalodā

Vācu valoda

MĒRĶIS

Skolēnu sagatavošana sarunai svešvalodā karjeras kontekstā.

UZDEVUMI

1. Iepazīstināt skolēnus ar karjeras izglītībā nepieciešamo vācu valodas vārdu krājumu.
2. Vingrināties vācu valodas sarunu frāžu apguvei ar dažādu metožu palīdzību.

PRASMES

Sazināties svešvalodā.

TEORIJA

Saziņas teorija.

RESURSI

Darba lapa Nr. 27, Nr. 28.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Atbildes uz jautājumiem (Darba lapa Nr. 27)

Auf dem Arbeitsamt

Student: Guten Tag. Mein Name ist Andre Preylovsky. Ich bin Student und möchte in den Ferien gern arbeiten. Könnten Sie mir eine Stelle vermitteln?

Angestellte im Arbeitsamt: Ja, Herr Preylovsky. Was möchten Sie denn machen? Was studieren Sie?

Student: Ich studiere Maschinenbau hier in Bonn. Ich habe auch ein Praktikum in einer Berliner Maschinenfabrik hinter mir.

Angestellte: Ach Maschinenbau studieren Sie. Das ist sehr gut. Ich glaube, da kann ich Ihnen helfen. Ich habe heute morgen einen Anruf bekommen. Da sucht eine Fabrik hier ganz in der Nähe kurzfristig einen Arbeiter, der schon einige Kenntnisse davon hat. Haben Sie Ihren Studentenausweis mit Lichtbild dabei?

Student: Ja, hier ist er.

Angestellte: Dann brauche ich noch Ihre Adresse.

Student: Bonn. Bonner Talweg 51.

Angestellte: Danke. Und ich gebe Ihnen hier erst einmal die Adresse der Fabrik. Schauen Sie dort einmal vorbei, und gehen Sie zu Herrn Eckmann, das ist der Mann, der mich heute morgen angerufen hat.

Student: Was ist denn das für eine Fabrik?

Angestellte: Das ist eine Maschinenfabrik.

Student: Das wäre nicht schlecht. Vielen Dank für den Tip. Ich werde sofort hingehen.

Angestellte: Auf Wiedersehen, Herr Preylovsky. Und viel Glück!

Ein Student sucht einen Ferienjob. An wen wendet er sich?

- Wo studiert Andre Preylovsky?
- Was studiert Andre Preylovsky?
- Hat er schon Berufserfahrung?
- Wen sucht die Firma?
- Was möchte die Angestellte wissen?
- Wohin soll der Student gehen?

2. aktivitāte. Jautājumu veidošana (Darba lapa Nr. 27)

_____ ? Andre Preylovsky.
 _____ ? Student.
 _____ ? Maschinenbau.
 _____ ? In Bonn.
 _____ ? Bonn. Bonner Talweg 51.

3. aktivitāte. Dialoga veidošana (grupu darbs)

Skolēnus sadala grupās. Katra grupa saņem dialoga tekstu (Darba lapa Nr. 27), kas sagriezts daļās. No dotajām daļām skolēniem jākonstruē dialogs. Katra grupa prezentē savu dialogu, pēc tam kopā ar skolotāju izvērtē, vai dialogs pareizs vai nē.

Skolotājs nolasa istā dialoga tekstu vai arī izdala lasīšanai jau gatavu tekstu.

4. aktivitāte. Dialoga papildināšana

Skolēniem izdala dialoga tekstu, kurā trūkst vārdi. Skolēni aizpilda dialogu (Darba lapa Nr. 28).

Auf dem Arbeitsamt

Student: Guten Tag. Mein _____ ist Andre Preylovsky. Ich bin Student und möchte in den Ferien gern _____. Könnten Sie mir eine Stelle vermitteln?

Angestellte im Arbeitsamt: Ja, Herr Preylovsky. Was möchten Sie denn _____? Was studieren Sie?

Student: Ich _____ Maschinenbau hier in Bonn. Ich habe auch ein Praktikum in einer Berliner Maschinenfabrik hinter mir.

Angestellte: Ach Maschinenbau studieren Sie. Das ist sehr gut. Ich glaube, da kann ich Ihnen _____. Ich habe heute morgen einen Anruf bekommen. Da sucht eine _____ hier ganz in der Nähe kurzfristig einen Arbeiter, der schon einige Kenntnisse davon hat. Haben Sie Ihren Studentenausweis mit Lichtbild dabei?

Student: Ja, hier ist er.

Angestellte: Dann brauche ich noch Ihre _____.

Student: Bonn. Bonner Talweg 51.

Angestellte: Danke. Und ich gebe Ihnen hier erst einmal die Adresse der Fabrik. Schauen Sie dort einmal vorbei, und gehen Sie zu Herrn Eckmann, das ist der Mann, der mich heute morgen _____ hat.

Student: Was ist denn das für eine _____?

Angestellte: Das ist eine Maschinenfabrik.

Student: Das wäre nicht schlecht. Vielen Dank für den Tip. Ich werde sofort hingehen.

Angestellte: _____, Herr Preylovsky. Und viel Glück!

5. aktivitāte. Dialoga lasīšana lomās

Skolēni lasa lomās doto dialogu. To var arī nedaudz pārveidot, mainot vārdus, darba vietu, profesijas.

6. aktivitāte. Atstāstījums

Šis nebūs tradicionāls atstāstījums, tādēļ paskaidrojiet skolēniem, ka jūs dialogu lasīsit tikai vienu reizi un viņi pagaidām neko nerakstīs, tikai klausīsies.

Tiklīdz dialogs nolasīts, skolēni uzraksta atsevišķus vārdus, kurus atceras. Pierakstīto salīdzina ar blakussēdētāju, pēc tam, apvienojoties grupās pa četri, papildina vārdu sarakstu.

Tālāk grupa izstrādā dialogu. Gatavo darbu salīdzina ar oriģinālu.

REFLEKSIJA

Darbs ar attēlu un dialogu.

Pirms skolēnus iepazīstina ar dialoga tekstu, var piedāvāt viņiem atbilstošu attēlu.

Aicina skolēnus nosaukt vārdus vai frāzes, kas varētu attiekties uz attēlā redzamo cilvēku sarunu. Tos pieraksta. Kad savākts pietiekams daudzums vārdu un frāžu, skolotājs vai skolēni lomās nolasa dialogu.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Werner und Alice Beile Modelle für den audiolingualen Unterricht 2. – Inter Nationes, 6. Auflage, 1988, 96 lpp.

Werner und Alice Beile Alltag in Deutschland. – Inter Nationes, 4. Auflage, 1998, 224 lpp.

Eva-Marie Burwitz-Meltzer und Jürgen Quetz Einblicke. Ein deutscher Sprachkurs. – Inter Nationes, 1999.

AUF DEM ARBEITSAMT

Student: Guten Tag. Mein Name ist Andre Preylovsky. Ich bin Student und möchte in den Ferien gern arbeiten. Könnten Sie mir eine Stelle vermitteln?

Angestellte im Arbeitsamt: Ja, Herr Preylovsky. Was möchten Sie denn machen? Was studieren Sie?

Student: Ich studiere Maschinenbau hier in Bonn. Ich habe auch ein Praktikum in einer Berliner Maschinenfabrik hinter mir.

Angestellte: Ach Maschinenbau studieren Sie. Das ist sehr gut. Ich glaube, da kann ich Ihnen helfen. Ich habe heute morgen einen Anruf bekommen. Da sucht eine Fabrik hier ganz in der Nähe kurzfristig einen Arbeiter, der schon einige Kenntnisse davon hat. Haben Sie Ihren Studentenausweis mit Lichtbild dabei?

Student: Ja, hier ist er.

Angestellte: Dann brauche ich noch Ihre Adresse.

Student: Bonn. Bonner Talweg 51.

Angestellte: Danke. Und ich gebe Ihnen hier erst einmal die Adresse der Fabrik. Schauen Sie dort einmal vorbei, und gehen Sie zu Herrn Eckmann, das ist der Mann, der mich heute morgen angerufen hat.

Student: Was ist denn das für eine Fabrik?

Angestellte: Das ist eine Maschinenfabrik.

Student: Das wäre nicht schlecht. Vielen Dank für den Tip. Ich werde sofort hingehen.

Angestellte: Auf Wiedersehen, Herr Preylovsky. Und viel Glück!

1. uzdevums. Atbildi uz dotajiem jautājumiem!

Ein Student sucht einen Ferienjob. An wen wendet er sich?

Wo studiert Andre Preylovsky?

Was studiert Andre Preylovsky?

Hat er schon Berufserfahrung?

Wen sucht die Firma?

Was möchte die Angestellte wissen?

Wohin soll der Student gehen?

2. uzdevums. Izveido jautājumus dotajām atbildēm!

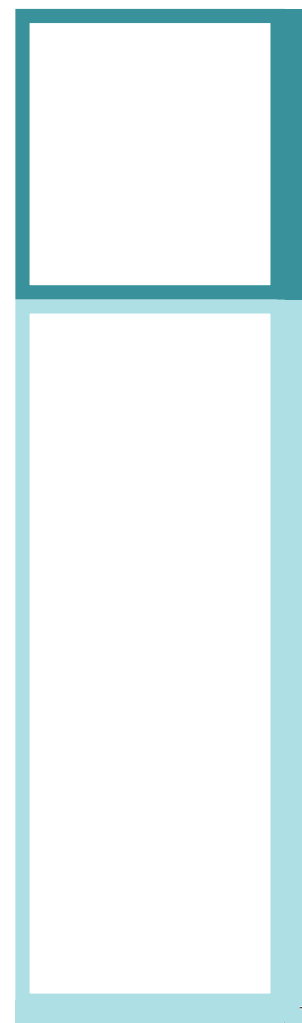
_____ ? Andre Preylovsky.

_____ ? Student.

_____ ? Maschinenbau.

_____ ? In Bonn.

_____ ? Bonn. Bonner Talweg 51.



PAPILDINI DIALOGU!

Auf dem Arbeitsamt

Student: Guten Tag. Mein _____ ist Andre Preylovsky. Ich bin Student und möchte in den Ferien gern _____. Könnten Sie mir eine Stelle vermitteln?

Angestellte im Arbeitsamt: Ja, Herr Preylovsky. Was möchten Sie denn _____? Was studieren Sie?

Student: Ich _____ Maschinenbau hier in Bonn. Ich habe auch ein Praktikum in einer Berliner Maschinenfabrik hinter mir.

Angestellte: Ach Maschinenbau studieren Sie. Das ist sehr gut. Ich glaube, da kann ich Ihnen _____ . Ich habe heute morgen einen Anruf bekommen. Da sucht eine _____ hier ganz in der Nähe kurzfristig einen Arbeiter, der schon einige Kenntnisse davon hat. Haben Sie Ihren Studentenausweis mit Lichtbild dabei?

Student: Ja, hier ist er.

Angestellte: Dann brauche ich noch Ihre _____ .

Student: Bonn. Bonner Talweg 51.

Angestellte: Danke. Und ich gebe Ihnen hier erst einmal die Adresse der Fabrik. Schauen Sie dort einmal vorbei, und gehen Sie zu Herrn Eckmann, das ist der Mann, der mich heute morgen _____ hat.

Student: Was ist denn das für eine _____?

Angestellte: Das ist eine Maschinenfabrik.

Student: Das wäre nicht schlecht. Vielen Dank für den Tip. Ich werde sofort hingehen.

Angestellte: _____, Herr Preylovsky. Und viel Glück!

Cik maksā izglītība

Sociālās zinības

MĒRĶIS

Izpratnes veidošana par izglītības pakalpojuma vērtību.

UZDEVUMI

1. Attīstīt skolēnos izpratni par izglītības vērtību.
2. Izprast izglītību kā mārketinga sastāvdaļu.
3. Mācīties izvīzīt izmaksu prioritātes.
4. Optimāli izmantot piedāvātos resursus.

PRASMES

Budžeta plānošana.

ATSLĒGAS VĀRDI

Mārketingu, cena, prece, reklāma, budžets, finanses, dotācija.

TEORIJA

Katram cilvēkam nepieciešamas dažādas lietas. Lai tās iegādātos, vajadzīga nauda. Iespējas iegādāties lietas un pakalpojumus ir atkarīgas no mūsu rīcībā esošās naudas jeb personīgā budžeta. Saprātīga naudas tērēšana ir iespējama, plānojot savas finanses. Plānošanu vislabāk veikt, sastādot personisko budžetu. Budžets ir plāns, kas norāda, kādi būs ienākumi un izdevumi noteiktā laika periodā: nedēļā, mēnesī, gadā vai ilgākā laika posmā. Ja paredzamie ienākumi ir vienādi ar izdevumiem, tad budžets ir sabalansēts jeb līdzsvarots.

Ar ko sākt budžeta plānošanu?

Sākumā jā sastāda finansiālo mērķu saraksts. Tie ir ar preču un pakalpojumu iegādi saistīti nodomi, kurus gribam piepildīt īsākā vai garākā laika posmā. Budžetā jāietver arī tādi mērķi, kam būtu jā sakrāj nauda ilgākā laika posmā, piemēram, maksa par mācībām. Savas personiskās intereses un vēlmes jā saskaņo ar ģimenes kopīgajiem finansiālajiem mērķiem. Tas nozīmē, ka kopā ar vecākiem jā sastāda visu ienākumu saraksts un tad jāplāno izdevumi. Iegājumē! Izdevumi nedrīkst būt lielāki par ieņēmumiem.

Skolas budžets atšķirībā no ģimenes un personīgā budžeta veidojas, saņemot līdzekļus no valsts mērķa dotācijas veidā – tas sastāda ieņēmumu daļu, bet izdevumu daļu plāno skola un pašvaldība, kuras pārziņā ir attiecīgā izglītības iestāde.

RESURSI

Darba lapa Nr. 29,

Grāmata "Ievads ekonomikā",

normatīvie dokumenti: Izglītības likums, MK noteikumi Nr. 562, Nr. 746, Nr. 998.

DARBA GAITA

1. aktivitāte. Teorētiskās daļas izklāsts

Skolotājs izstāsta par komponentiem, kas ir obligāti, lai nodrošinātu mūsdienīgu, kvalitatīvu un konkurētspējīgu izglītību. Tā ir fiziskā vide: skolas ēka, apkārtējā vide, aprīkotas klases, materiāli tehniskā bāze, finanšu resursi un cilvēkresursi (pedagogi, tehniskais personāls, skolēni). Izglītības kvalitāti nodrošina arī tādi komponenti kā personāla tālākizglītība, ārpusstundu aktivitātes, tradīciju kopšana, reklāma un prezentācijas pasākumi.

2. aktivitāte. Izglītības modeļa izstrāde

Skolotājs sadala skolēnus grupās un lūdz katrai grupai izstrādāt aptuvenās atsevišķu komponentu izmaksas, piedāvājot izveidot tabulu, kuru skolēni var papildināt ar, viņuprāt, nepieciešamajām sastāvdaļām. Tabulu var demonstrēt ar kodoskopa palīdzību, zīmēt uz tāfeles vai izdalīt kopētā veidā.

Komponents	Sastāvdaļas	Iespējamās izmaksas (Ls)
Skolotājs	Alga (mēnesī) Tālākizglītība (gadā) ...	
Mācību materiāli	Grāmatas (reizinot ar skolēnu skaitu) Mācību filmas Kartes (vēsturē, ģeogrāfijā) Ķīmijas, fizikas kabineta aprīkojums ...	
Kancelejas preces	Papīrs Darbvedības piederumi ...	
Inventārs	Sportam Informātikai	
Saimniecības preces	Uzkopšanas līdzekļi ...	
...		

Lai aprēķinātu pedagogu algas, skolotājs var piedāvāt Ministru kabineta noteikumus Nr. 746 "Pedagogu darba samaksas noteikumi" ar grozījumiem Nr. 998 un Nr. 562.

Skolēni var mēģināt aprēķināt aptuvenās katra komponenta izmaksas gadā.

3. aktivitāte. Skolas budžeta tāmes sastādīšana

Skolotājs piedāvā skolas budžeta tāmes neaizpildītu veidlapu (Darba lapa Nr. 29), skolēni individuāli vai pāros mēģina aizpildīt doto tabulu (var izmantot iepriekš aizpildītās tabulas aprēķinusus). Pēc budžeta tāmes aprēķināšanas skolēni var mēģināt aprēķināt viena skolēna aptuvenās izmaksas, dalot budžeta līdzekļus uz kopīgo skolēnu skaitu un pēc tam vienam skolēnam.

REFLEKSIJA

Skolēnu grupas prezentē savus budžeta tāmju variantus.

Skolēni izsaka viedokļus par tēmām:

1. Vai izglītība Latvijā ir dārga.
2. Vai katram Latvijas iedzīvotājam ir iespēja iegūt pamatizglītību, vidējo vai augstāko izglītību.

Skolotāja var izmantot nepabeigto teikumu metodi:

Es uzzināju, ka mūsu skola

Es uzzināju, ka mūsu skolā skolēns ...

Nauda skolas vajadzībām tiek iztērēta:

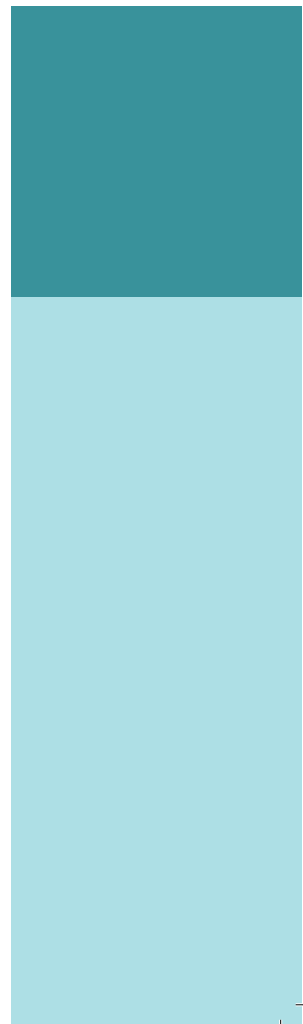
Es varēšu paskaidrot citiem, ka ...

IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI

Avotiņa G. Ievads ekonomikā/Sociālās zinības 8. klasei. – Rīga: RAKA, 1998.

Avotiņa G. Ekonomika/Sociālās zinības 7. – 9. klasei/Darba burtņīca. – Rīga: RAKA, 2005.

Krieviņš V. Ekonomikas pamatkurss – Rīga: RaKa.



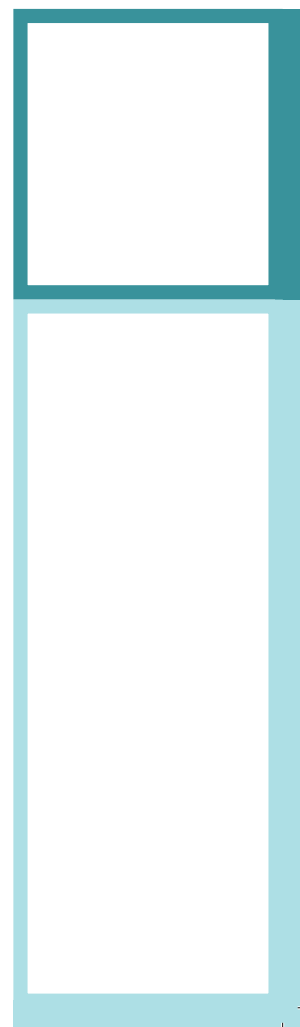
_____ skolas budžets _____ . gadam

Nr.	Izdevumu nosaukums	Plāns _____ . gads
1.	Algas	
1.1	Tehniskie darbinieki	
1.2	Pedagogi	
2.	Nodoklis	
2.1	Tehniskie darbinieki	
2.2	Pedagogi	
3.	Pakalpojumi	
3.1	Sakari	
3.2	Kursi	
3.3	Sludinājumi	
3.4	Remonti	
3.5	Iekārtu apkalpošana	
3.6	Datortehnikas apkope	
3.7	Interneta abonēšana	
3.8	Citi pakalpojumi:	
3.9	Transports	
3.10	Preses abonēšana	
4.	Masu pasākumi	

	Izdevumu nosaukums	Plāns _____. gads
5.	Materiāli	
5.1	Kanceleja	
5.2	Saimniecības preces	
5.3	Inventārs (sporta u.c.)	
5.4	Pārējie materiāli	
6.	Apkure	
7.	Elektrība	
8.	Degviela	
9.	Medikamenti	
10.	Mācību līdzekļi	
11.	Grāmatas	
12.	Kapitālieguldījumi	
	Kopā	

Direktors

A. Ozoliņš





Pielikumi

KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS MĀCĪBU METODES

N.p.k.	Metode	Metodes apraksts
1.	Anketēšana / aptauja	Skolotājs vai skolēni izvēlas jautājumu, problēmu, parādību, viedokli u.tml., kuru vēlas pētīt, vai personas, kuras vēlas intervēt. Skolotājs piedāvā jau gatavus jautājumus, skolēniem jānoskaidro respondentu atbildes, vai arī jautājumus veido paši skolēni. Skolēni izjautā paredzētos respondentus mutiski (intervija) vai rakstiski (anketēšana), pēc aptaujas skolēni apkopo iegūto informāciju, analizē un veido secinājumus. Skolēni attīsta prasmi iegūt un apkopot informāciju, kritiski to analizēt un izdarīt secinājumus, pilnveido saziņas prasmi
2.	Analizē	Pašanalīze – kompleksa savas rīcības, darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšana un analīze. Situācijas analīze – analīzei parasti izmanto reālas situācijas (notikumus), kuras skolēni var saistīt ar savu pieredzi. Notikumus situācijas analīzei var attēlot tekstā, zīmējumos, fotogrāfijās, videoierakstos vai audioierakstos. Skolēni noklausās, izlasa vai noskatās materiālu, saņem konkrētu darba uzdevumu (piemēram, atrast situācijas cēloni, prognozēt notikumu tālāko gaitu, izvēlēties piemērotu risinājumu), grupā izsaka savus minējumus, iespējamus risinājuma variantus utt., apspriēž un izvērtē tos, pieņem kopīgu lēmumu par atbilstošāko, piemērotāko risinājumu un noslēgumā par darba rezultātu ziņo pārējām grupām. Situācijas analīzes parastākā shēma: noskaidrošana → formulēšana → izvērtēšana → risināšana → lēmuma pieņemšana
3.	Brīvais raksts	Brīvs domu un izjūtu plūduma pieraksts, rakstot noteiktu laiku, neatraujot rakstāmo no papīra. Skolēni brīvā formā raksta (raksta visu, ja arī nav par tēmu, līdz rodas domas) savas pārdomas par skolotāja formulēto jautājumu. Var rakstīt arī tad, ja sakrājies daudz emociju. Ir iespēja visiem paust viedokli, bet skaji izsakās tikai daži
4.	Darbs ar informācijas avotiem	Skolotājs piedāvā tekstus lasīšanai (atbilstoši skolēnu lasīšanas tehnikas apguves līmenim) vai ierakstītus tekstus audio/video kasetēs, interneta adreses mācību uzdevumu veikšanai mācību stundā/mājās vai pašizglītībai. Skolēns iepazīstas ar tekstu un iegūst informāciju: veido jautājumus vai analizē, atbild uz jautājumiem – atbilstoši mācību uzdevumam
5.	Darbs grupās	Skolēni sadalās grupās (pa 3-8 grupā) un kopīgi risina noteiktu problēmu, veic kopīgu uzdevumu. Būtisks sekmīgu grupu darba priekšnosacījums ir katra dalībnieka aktīva līdzdalība un grupas dalībnieku izkārtojums telpā
6.	Darbs pāros	Domā/strādā pāri/apspriedies – šīs aktivitātes laikā skolēniem ir iespēja individuāli padomāt par kādu jautājumu. Tad sadalās pāros un pārrunā/salīdzina savas atbildes, bet pēc tam daži pāri ar savstarpējo pārrunu rezultātiem iepazīstina visu klasi
7.	Diskusija	Grupas mērķtiecīga saruna, kurā iesaistās visa klase vai tās daļa, lai apmainītos domām par kopīgu tēmu. Skolotājs (vai skolēni) piedāvā apspriešanai kādu notikumu, jautājumu, problēmu, lai noskaidrotu uzskatu daudzveidību un/vai rastu iespējamus problēmu risinājumus, atbildes uz būtiskiem jautājumiem, izvērtējot dažādus faktus, viedokļus, pieredzi, iespējas. Skolēni iesaistās domu apmaiņā, argumentēti aizstāvēt savu viedokli
8.	Domu karte	Domu kartē tiek sistematizētas zināšanas par kādu konkrētu lietu, jautājumu. Domu kartes viādā uzraksta tematu vai ievieto attēlu, apkārt tam pieraksta idejas, kuras nosauc grupas dalībnieki. Domu karte palīdz strukturēt domas gaitu, sākot ar vispārīgu un pārejojot uz konkrēto

9.	Dubultā dienasgrāmata	Lai izveidotu divdaļīgo dienasgrāmatu, lapas vidū novēl vertikālu svītru, sadalot lapu divās ailēs: kreisā aile – vārds un frāze, labā aile – komentāri. Kreisajā ailē skolēnam jāizraksta no teksta vārdi vai frāzes, kas atstāj uz viņu spēcīgu iespaidu, rosina pārdomas (varbūt tās atgādina kaut ko no paša pieredzes, varbūt samulsina vai pārsteidz). Var arī šajā ailē izvietot visu tekstu – tad skolēni vārdus un frāzes nevis izraksta, bet pasvīturo. Labajā ailē skolēns raksta savus komentārus – kāpēc viņš izrakstījis šo frāzi, kādas asociācijas, pārdomas vai atziņas tā izraisa. Skolēni nolasa izrakstītos vārdus un frāzes atbilstoši to secībai tekstā un savus komentārus par tiem. Ja vairāki skolēni izrakstījuši vienu un to pašu vārdu vai frāzi, vēlams dot vārdu katram. Skolotājs var uzdot papildjautājumus, kas izriet no skolēna komentāriem. Lasīt tekstus, veidojot divdaļīgo dienasgrāmatu, var arī mājās un pēc tam apspriest klasē. Metode rosina skolēnu iekļauties tekstā, pārdomāt to un veikt piezīmes, balstoties uz savu pieredzi
10.	Ekskursija	Mācību ekskursija ir mācību organizācijas forma, kas dod iespēju dabiskos apstākļos novērtēt un izspēlēt dažādu priekšmetu parādības, procesus. Ekskursijām ir mācību un sociālie mērķi. Mācību ekskursija ir reāla notikuma vai darbības vietas apmeklējums, lai tās laikā iegūtu informāciju un padziļinātu mācību satura izpratni, palīdzētu integrēt dažādos mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes, veidotu skolēnu sociālās prasmes. Skolēnus sadala grupās. Katra grupa saņem uzdevumu, kurš jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas grupas sagatavo pārskatu par paveikto un iepazīstina ar to pārējos.
11.	Eseja	Mākslinieciski kritisks sacerējums, kurā izklāstīts viedoklis par kādu literāru, zinātnisku, vēstures, publicistisku vai citu tematu. Zināšanu pārbaudes forma. Izšķir strukturētās, brīvās, argumentētās esejas
12.	Grafiskais organizators	Šādi var gan apkopot iegūto informāciju, gan atsaukt atmiņā informāciju, papildināt to apguves procesa laikā, gan uzskatāmā veidā atspoguļot savas idejas. Veido grafiku, ar atzariem savieno tēmu un apakštēmas. Šiem atzariem piezīmē zariņus, pie kuriem pieraksta atslēgvārdus, kuri saistās ar apakštēmu. Arī šīs saites var sazarot tālāk
13.	INSERT metode	Metodes pamatā ir piezīmju sistēma ar noteiktiem apzīmējumiem, kurus lieto informācijas izvērtēšanai, lasot tekstu: <ul style="list-style-type: none"> • teksta malā jāievelk kāstītis "V", ja lasītā informācija apstiprina to, ko skolēns jau zina vai domā, ka zina; • teksta malā jāliek plus zīme "+", ja izlasītā informācija skolēnam ir jaunums; • teksta malā jāliek mīnusa zīme "-", ja izlasītā informācija ir pretrunā ar to, ko skolēns jau zina vai domā, ka zina; • teksta malā jāliek jautājuma zīme "?", ja rodas neskaidrības vai, ja skolēns vēlas uzzināt par to vēl kaut ko vairāk. Šo metodi ieteicams izmantot informatīvo un mācību tekstu apguvē. Veicot pierakstus, vispirms jāpārdomā rindkopā ietvertā informācija. Jaunākajās klasēs ieteicams izmantot divus vai trīs apzīmējumus: "V" – jau zinu; "?" – gribu uzzināt vairāk; "+" – jauna informācija. Šī metode rosina skolēnus mērķtiecīgi lasīt tekstu, palīdz izprast, izvērtēt, strukturēt no teksta iegūto informāciju
14.	Intervija	Skolotājs dod uzdevumu skolēniem iztaujāt par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus. Skolēni pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus
15.	Kolāža	Dažādu materiālu līmēšana uz pamatnes, parasti stilistiski atšķirīgu mākslas darbu, to elementu vai izveides paņēmieni apvienojums

16.	Pārrunas / saruna	<p>Ir skolotāja un skolēnu dialoga mācību stundas laikā. Pārrunu būtība – skolotāja mērķtiecīgi virzīto jautājumu un skolēnu atbilstošu gaitā – rosināt skolēnus uz jaunām atziņām.</p> <p>Pārrunās skolotājs nesniedz atziņas gatavā veidā, bet vada sarunu tā, lai it kā paši skolēni būtu atklājuši patiesību un nonākuši līdz vajadzīgajai atziņai.</p> <p>Saruna – metode, kurā skolotājs, izmantojot īpaši atlasītus jautājumus, virza skolēnus uz jaunā atklāšanu. Šāda atklāšanas saruna var notikt, pamatojoties uz izlasīto tekstu, dzīves situācijas analīzi, ilustrācijām vai zīmējumu sērijām, taču skolēniem tā vienmēr noslēdzas ar "atklājumu"</p>
17.	Pašvērtējums	Katrs personīgi izvērtē savu darbu / sevi pēc dotajiem kritērijiem un nosaka tālāko darbību
18.	Pētījums	<p>Skolotājs vai skolēni formulē problēmu vai jautājumu, kas jāizpēta, lietojot zinātniskās pētniecības metodes.</p> <p>Skolēns patstāvīgi izpēta avotus un literatūru par pētījuma tematu, vāc informāciju, veic novērojumus, eksperimentus, pieraksta rezultātus, apkopo informāciju, izdara secinājumus, izklāsta pētījuma rezultātus.</p> <p>Pētījumā skolēni pilnveido prasmi patstāvīgi plānot un organizēt savu mācību darbu, iegūt un daudzveidīgi izmantot informāciju</p>
19.	Portfolio	Dokumentu pakete / apkopoti skolēna kādā jomā veiktie uzdevumi, kas atspoguļo viņa izaugsmi noteiktā laika periodā
20.	Prāta vētra	Ideju radīšana grupā, nosaucot maksimāli daudz ideju, atbilstoši, atslēgas vārdu, nekommentējot un nenovērtējot citu teikto. Nosaukto grupē, sakārto un izvērtē. Metode nodrošina katra skolēna iespēju iesaistīties ideju izteikšanā un lēmumu pieņemšanā, aktivizē iztēli un radošo domāšanu
21.	Prezentācija	Sabiedrības iepazīstināšana ar sevi un savu darbu
22.	Prognozēšana	Priekšlaicīga rezultāta paredzēšana.
23.	Projekts	Tā ir metode, kas paredz prognožu izteikšanu apgūstamās tēmas ietvaros, balstoties uz jau zināmo/izlasīto (virsrakstu, attēlu, fragmentu). Prognozēšanu var veikt gan nodarbības sākumā, gan vairākkārt stundas vidū, pārtraucot teksta lasīšanu
24.	Spēles (lomu, situāciju, lietiskās)	<p>Individuāli vai grupā izvēlētas tēmas izpēte, plānojot darbu, vācot informāciju, apkopojot darba rezultātus un iepazīstinot ar tiem sabiedrību, izstrādājot praktiskas darbības plānu un īstenojot to</p> <p>1. Spēles. Spēlei mācību procesā izšķir trīs posmus – sagatavošana, norise, izvērtēšana. Sagatavošanas posmā skolēnus iepazīstina ar spēles mērķi un noteikumiem. Spēles sagatavošanu pēc skolotāja norādījumiem var veikt arī skolēni. Izvērtēšanas posmā skolēni paši izvērtē, kā ievērojuši noteikumus, kā izpildījuši uzdevumu, un secina, kādas prasmes izmantojuši un/vai pilnveidojuši.</p> <p>Pēc darbības veida izšķir: fiziskās, intelektuāli radošās, sociālās un kompleksās spēles.</p> <p>2. Lomu spēles. Dota situācija, lomu apraksti, kā arī skolas noteikumi. Skolēni noklausās vai izlasa lomu spēles sižetu, sadala lomas, iepazīstas ar skolu aprakstiem, iestudē lomas un izspēlē situāciju.</p> <p>Skolēni, kuri lomu spēlē nav iesaistīti, vēro un pieraksta.</p> <p>Pēc situācijas izspēlēšanas skolēni kopīgi diskutē un izvērtē lomu spēles norisi</p>

25.	SVID analīze	Savu stipro vājo pušu noteikšana pretstatu veidā, izmantojot SVID shēmu: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">STIPRĀS PUSES</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">VĀJĀS PUSES</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">IESPĒJAS</td> <td style="text-align: center;">DRAUDI</td> </tr> </table>	STIPRĀS PUSES	VĀJĀS PUSES	IESPĒJAS	DRAUDI
STIPRĀS PUSES	VĀJĀS PUSES					
IESPĒJAS	DRAUDI					
26.	Tabula	Izmanto, lai vienu parādību izvērtētu no 2 aspektiem. Piemēram: Profesijas savlaicīga izvēle <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">+</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">-</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table> <p>Tabulā var atspoguļot attiecības, struktūras un procesus. Tabulu var veidot, vācot informāciju no rakstu avotiem par kādu tēmu, lai labāk izprastu aplūkojamo tēmu un veiktu vispārīgāku, klasifikāciju, izdarītu secinājumus vai vienkārši apzinātu situāciju kādā jomā. Tabulu var veidot arī rezultātu apkopošanai, veicot pētījumus, aptaujājot respondentus. Uzskatāmais informācijas izkārtojums ļauj ietaupīt laiku un uzlabot plānošanas procesu</p>	+	-		
+	-					
27.	Tests	Zināšanu vai prasmiju pārbaude jautājumu veidā				
28.	Tikšanās	Komunikācijas veids, satiekoties dažādām cilvēku grupām vai individuālām personām				
29.	Venna diagramma	Lieto kopīgā un atšķirīgā noteikšanai un slēdzienu definēšanai. Šo diagrammu zīmē kā divus vai trīs aplus, kas daļēji pārklājas. Tas ir veids, kā noteikt un parādīt attiecības starp grupām, kategoriju kopām, lielumiem. Venna diagrammu var izmantot dažāda rakstura attiecību demonstrēšanai. Daļās, kuras nepārklājas, raksta atšķirīgo daļu, kurā apli pārklājas, – kopīgo				
30.	Vizualizēšana	Attēli, zīmējumi, shēmas, simboli videoieraksti vai grafiskie organizētāji – vizuālās atslēgas: tabulas, domu kartes, Venna diagramma, lai demonstrētu dažādu notikumu, parādību vai jēdzienu kopsakarību, ilustrētu kāda vārda vai jēdziena nozīmi un saturu, padarītu uzskatāmāku teksta vai cita mācību materiāla ideju, labāk iegaumētu svarīgu informāciju				

TERMINU VĀRDNĪCA

Adaptācija – pielāgošanās jaunai situācijai, prasībām, noteiktiem apstākļiem, kas nepārtraukti mainās; ar negatīvo, nelabvēlīgo faktoru pārvarēšanu saistīta piemērošanās videi.

Adekvāts (pielīdzināts) – savam uzdevumam precīzi atbilstošs.

Aizspriedums – maldīgs, novecojis uzskats, kas kļuvis par šķērslī saprātīgam, pareizam spriedumam, rīcībai.

Akadēmiskā studiju programma – studiju programma ar mērķi nodrošināt studējošiem teorētisko zināšanu un pētniecības iemaņu apguvi, sagatavojoties patstāvīgai zinātniskās pētniecības darbībai izvēlētajā zinātņu nozarē vai apakšnozarē.

Akreditācija – valsts garantēta kvalitāte studijām.

Amatieris – cilvēks, kas intereses dēļ darbojas kādā mākslas, sporta vai tehnikas nozarē, negūstot no tā materiālu labumu.

Amatpersona – varas pārstāvis, arī organizatorisku vai administratīvu un saimniecisku pienākumu veicējs iestādē vai organizācijā.

Amats – 1. kvalificēts darbs, arī nodarbošanās – dažādu izstrādājumu ražošana ar rokām, izmantojot vienkāršus darbarīkus. Kalēja, kurpnieka amats. 2. jebkurš kvalificēts darbs, arods. Skolotāja, ārsta amats. 3. dienesta stāvoklis, postenis, vieta. Stāties direktora amatā.

ANO – Apvienoto Nāciju Organizācija.

Apziņa – augstākais psihes attīstības līmenis, kas raksturīgs tikai cilvēkiem un kas veidojas dzīves laikā.

Arodizglītība – daļēja vidējās pakāpes profesionālā izglītība, kas dod iespēju iegūt otrā līmeņa profesionālo kvalifikāciju.

Arodskola – ir vidējās pakāpes izglītības iestāde, kas īsteno arodizglītības programmas.

Arodvidusskola (arī arodģimnāzija un tehnikums) – vidējās pakāpes izglītības iestāde, kas īsteno profesionālās vidējās izglītības programmas.

Arodslimības – atsevišķām darbinieku kategorijām raksturīgas slimības, kuru cēlonis ir darba vides fizikālie, ķīmiskie, higiēniskie, bioloģiskie un psiholoģiskie faktori.

Augstākā izglītība – izglītības pakāpe, kurā pēc vispārējās vidējās izglītības iegūšanas notiek zinātnē vai mākslā/zinātnē un mākslā saskaņota personības attīstība izraudzītajā akadēmisko vai profesionālo/akadēmisko un profesionālo studiju virzienā sagatavošanās zinātniskai vai profesionālai darbībai.

Atbildība – personas vai organizācijas pienākums; paškontroles nepieciešamība; rūpes par savas darbības procesu un sekām.

Augstskola – augstākās pakāpes izglītības iestāde, kura īsteno otrā līmeņa profesionālās augstākās izglītības un akadēmiskās izglītības programmas. Augstskolas iedalās universitātes tipa un neuniversitātes tipa augstskolās. Augstskola drīkst lietot savā nosaukumā vārdu "akadēmija" vai "universitāte".

Universitātes tipa augstskolas ir tās, kurās pamatā īsteno akadēmiskās izglītības programmas vai uz bakalaura standartu balstītās augstskolu izglītības programmas.

Neuniversitātes tipa augstskolas ir tās, kurās studijas orientētas profesionālo zināšanu un prasmju apguvei, kuru saturs nav saistīts ar bakalaura standartu.

Bakalaura studiju programma – zinātniski pamatotas plaša profila studijas.

Bezdarbnieki – cilvēki no 16 gadiem līdz pensijas vecumam, kuriem nav darba un kuri meklē darbu, ir reģistrējušies Nodarbinātības valsts dienestā.

Bezdarbs – situācija, kad daļa no ekonomiski aktīvajiem valsts iedzīvotājiem ir bez darba un aktīvi meklē darbu, ir reģistrēti kā darba meklētāji.

Brīvā (informālā) izglītība – dabiska ikdienas dzīves sastāvdaļa. Tā var nebūt mērķtiecīga. Tas ir viss, ko iemācās, esot kopā ar ģimeni, draugiem, lasot grāmatas, laikrakstus, skatoties televizoru vai vienkārši ejot pa ielu.

Brīvība – cilvēka iespējas un spējas domāt, darboties, uzvesties saskaņā ar personiskajiem motīviem, interesēm un mērķiem. Brīvība ir apzināta nepieciešamība, iekšējo un ārējo faktoru optimāla sintēze.

Brīvprātīgais darbs – ir sociālās līdzdalības forma, uz pieredzes balstīta izglītība un vienlaicīgi arī faktors, kas veicina nodarbinātību un integrāciju. B D tiek atzīts par izglītības pieredzi un neformālās izglītības laiku. (Izglītības un kultūras Ģenerāldirektorāts. Jauns impulss Eiropas jaunatnei. Baltā grāmata. Eiropas Komisija)

BD ir bezatlīdzības darbs vai pakalpojumi, ko veic fiziska persona, darbojoties kādā konkrētā organizācijā, un šis darbs ir vērst uz organizācijas noteikto mērķu sasniegšanu. Jaunatnes organizāciju pamats ir brīvprātīgie jaunieši, kuri, no vienas puses, iegulda laiku organizācijas attīstībā un sabiedriskā labuma darbībā, bet no otras puses, iegūst prasmes un zināšanas, kas noderēs dzīves laikā.

Centralizētais eksāmens – pēc īpašas metodikas izveidots un pēc vienotas kārtības valsts mērogā organizēts mācību sasniegumu novērtēšanai atsevišķos priekšmetos pamatizglītības un vispārējās vidējās izglītības pakāpes noslēgumā.

Cilvēktiesības – valsts varas noteikta un tiesību aktos atspoguļota sabiedrisko attiecību regulēšanas sistēma, kas ietver uzvedības normas, obligātus izturēšanās noteikumus u.tml. Ar likumu aizsargāta un nodrošināta vai morāli nodrošināta iespēja.

CV – īss dzīves apraksts.

Dabas parks – ainaviski, bioloģiski vai kultūrvēsturiski nozīmīga aizsargājama dabas teritorija.

Darba alga – samaksa, atlīdzība par darbu.

Darba attiecības – attiecības starp darba devēju un darba ņēmēju, kas sākas ar līguma noslēgšanas brīdi.

Darba devējs – fiziska vai juridiska persona, kas uz darba līguma pamata nodarbina vismaz vienu personu.

Darba līgums – rakstveida vienošanās starp darbinieku un darba devēju, saskaņā ar kuru: darbinieks apņemas veikt noteiktu darbu, ievērojot iekšējo darba kārtību un darba devēja rīkojumus; darba devējs apņemas nodrošināt darba samaksu un darba apstākļus, kas paredzēti likumdošanas aktos vai arī pēc līgumslēdzēju vienošanās.

Darba ņēmējs – fiziska persona, kas uz līguma pamata veic zināmu darbu darba devēja vadībā.

Darba stāžs – fiziskās personas darba ilgums kādā uzņēmumā, iestādē, organizācijā.

Darba vide – materiālo aspektu kopums, kas veido apkārtējo vidi (apstākļus), kuros noris darbs, mainīgs darba apstākļu komplekss, kurš var ietekmēt attiecību „darbs – veselība”.

Darbinieks – fiziska persona, kas uz darba līguma pamata par nolīgto samaksu veic noteiktu darbu darba devēja vadībā. Darbinieku mēdz saukt arī par darba ņēmēju.

Darbs – cilvēka jebkāda intelektuāla vai fiziska darbība, kas tiek mērķtiecīgi veikta (lai ražotu labumus un pakalpojumus), prece, ko pārdod darba tirgū.

Demokrātija – valsts forma, kas balstās uz visu pilsoņu tiesību un brīvību vienlīdzību, visu sabiedrības locekļu aktīvu līdzdalību sabiedrisko organizāciju darbībā. Demokrātija praksē ir tas, kā mēs uzņemamies kopīgus pienākumus un atbildību gan par savu māju, gan pasauli kopumā.

Dienas režīms – dienas darbiem un atpūtai saplānots laiks.

Diskomforts – 1. normālai cilvēka dzīves norisei nepieciešamo ērtību trūkums, neērtība; 2. iekšējs nemiers.

Diskriminācija – tiesību ierobežošana.

Diskusija – jautājuma publiska apspriešana.

Doktora studiju programma – studijas zinātniskās darbības veicināšanai.

ECTS kredītpunkts – Eiropas kredītpunktu sistēmas studiju darba slodzes uzskaites vienība, kur 1,5 ECTS kredītpunkti atbilst vienam Latvijā pieņemtam kredītpunktam.

Ekonomija – racionāla materiālo vērtību, naudas līdzekļu u.c. izmantošana; šīs darbības rezultāts.

Empātija – spēja iejusties citas personas emocionālajā stāvoklī, izjust to pašu pārdzīvojumu.

Ergonomika – paņēmieni kopa, kuras mērķis ir darba un cilvēka savstarpējā piemērošanās.

Es tēls – zināšanas un priekšstati par sevi.

Etiķete – 1. formāls uzvedības kods, piemērots noteiktām sociālās mijiedarbības situācijām; 2. preču zīme, kuru uzlīmē uz preces vai iesaiņojuma.

Fiziskā darba vide – troksnis, vibrācija, vides termiskie apstākļi (siltums, aukstums), radiācija.

Formālā izglītība – sistēma, kas ietver pamatizglītības, vidējās izglītības un augstākās izglītības pakāpes, kuru programmu apguvi apliecina valsts atzīts izglītības vai profesionālās kvalifikācijas dokuments, kā arī izglītības un profesionālās kvalifikācijas dokuments.

Gaidisms – dinamiska, brīvprātīga, atvērta, uz garīgām vērtībām balstīta neformālās izglītības programma, kas atbilst dažādu sabiedrības slāņu meiteņu vajadzībām. Mūsdienās šī pasaules organizācija apvieno 10 miljonus meiteņu 136 pasaules valstīs, nodrošina labvēlīgu vidi meiteņu vispusīgai attīstībai, palīdzot viņām izkopt savus talantus un spējas, dod reālu ieguldījumu miera stiprināšanā un labākas pasaules veidošanā.

Atjaunota 1990. gadā kā Latvijas Skautu un gaidu centrālā organizācija – LSGCO. 1999. gadā LSGCO atkal uzņemta Pasaules Gaidu Asociācijā – WAGGGS. Atkarībā no vecuma gaidas dalās 3 pakāpēs: guntiņas, gaidas, lielgaidas. Gaidas ir meitenes, kam patīk kopā mācīties, doties piedzīvojumos, uzveikt grūtības, meklēt savu ceļu dzīvē.

Guntiņas – jaunākā pakāpe gaidu organizācijā, kurā darbojas meitenes no 7 – 11 gadu vecumam.

Garīgā veselība – attieksme pret sevi, pašapziņa, pašcieņa, attieksme pret citiem cilvēkiem un notikumiem, emociju un jūtu izpausmes.

Harta – 1. papirus vai pergaments, uz kura uzrakstīts manuskripts, arī sens rokraksts; 2. vēst. Publiski tiesiska vai politiska rakstura dokuments.

Ideāls – 1. augstākā pilnība, augstākais mērķis, paraugs, norma; 2. iedomāts, reāli nepastāvošs; 3. pilnīgs, priekšzīmīgs; 4. tāds, kas attiecas uz ideju, uz domāšanas procesu attiecīgs.

Individualitāte – 1. raksturīgu (kāda cilvēka) īpatnību kopums; spilgti atšķirīga īpatnība. Rakstnieka individualitāte; 2. cilvēks ar raksturīgām individuālām iezīmēm, personība. Spilgta individualitāte.

Indivīds – atsevišķs cilvēks savā nedalāmajā viengabalainībā, kas attīstības gaitā pakāpeniski pārtop par personību, ikviens patstāvīgi eksistējošs cilvēks.

Indivīda pašrealizācija – spēja sevi izpaust darbībā, kas sekmē tādu personības īpašību veidošanos kā pašcieņa, pašapzinīgums, pašlepnums.

Iniciatīva – ierosme, aktīva darbības uzsākšana, virzīšana; uzņēmība; arī spēja patstāvīgi, aktīvi rīkoties.

Iniciācija – 1. cilvēka pāriešana jaunā sociālā statusā; 2. kāda procesa ierosināšana, izraisīšana.

Intelekt – cilvēku domāšanas un izziņas spēja; spēja darboties jaunā situācijā, izmantojot izziņas rezultātus.

Intereses – 1. indivīdam, ģimenei, sabiedrībai u.tml. nozīmīgais, vajadzīgais; 2. tas, kam pievērš uzmanību, piemēram, nodarbība, nozare.

Interesu izglītība – personas individuālo izglītības vajadzību un vēlmju īstenošana neatkarīgi no personas vecuma un iepriekš iegūtās izglītības.

Intervija – saruna ar kādu personu, lai iegūtu informāciju (publicēšanai utt.).

Invaliditāte – ilgstošs vai pastāvīgs vispārīgās vai profesionālās darbības spējas zudums (slimības, ievainojuma vai citu cēloņu dēļ).

Izaugsme – attīstība, pilnveidošanās, piemēram, talanta izaugsme.

Izglītība – 1. zināšanu un kultūras izplatīšana; mācīšanas un audzināšanas pasākumu kopums; 2. mācoties, skoloties iegūto zināšanu kopums, piemēram, vidējā izglītība, augstskolas izglītība, vispusīga izglītība.

Izglītības iestāde – valsts, pašvaldību vai citu juridisko vai fizisko personu dibināta iestāde, kuras uzdevums ir izglītības programmu īstenošana, vai uzņēmums (uzņēmējsabiedrība), kuram izglītības programmu īstenošana ir viens no nodarbošanās veidiem.

Izglītības sistēma – valsts mērķtiecīgi noteikts izglītības ieguves organizācijas veids.

Izglītības pakāpe – izglītības sistēmu organizatoriska vienība un personas iegūtās izglītības raksturojums, kas aptver kvalitatīvi noteiktas secīgi īstenotas izglītības ieguvei. Izglītības pakāpes ir: pirmskolas izglītības pakāpe, pamata izglītības pakāpe, vidējā izglītības pakāpe, augstākā izglītības pakāpe.

Izglītības programma – izglītības iestādes darbības pamatdokuments, kuru atbilstoši valsts izglītības standartam un atbilstošajiem normatīviem izstrādā izglītības iestāde.

Izglītības veids – izglītības sistēmas organizatoriska vienība, kuru raksturo noteikts izglītības saturs. Ir trīs izglītības galvenie veidi: vispārējā izglītība, profesionālā izglītība, akadēmiskā izglītība. Ir arī interešu izglītība, speciālā izglītība, tālākizglītība un mūžizglītība.

Izvēle – iespēja izvēlēties; izvēlēšanās. Profesija izvēle.

Īpašas prasības atsevišķu uzdevumu veikšanai – aprakstītas nepieciešamās speciālās cilvēka fiziskās spējas kādu konkrētu pienākumu veikšanai, muzikālā dzirde, redzes asums, vestibulārā aparāta īpatnības.

Īstermiņa izglītība – tāda, kas paredzēta īsam termiņam (ne ilgākam par 12 mēnešiem).

Karjera – vadošais attīstības un izaugsmes virziens, kuru izvēlas darbinieks un realizē sava mūža laikā.

Karjeras izglītība – plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādē, kas sekmē karjeras plānošanu un attīstīšanu visa mūža garumā.

Koledža – augstākās pakāpes izglītības iestāde, kas īsteno pirmā līmeņa profesionālās augstākās izglītības programmas.

Kolektīvs – mērķtiecīgi organizēta, saliedēta cilvēku grupa, kurus savstarpēji saista sociāli vienots darbības mērķis, intereses, vajadzības, noteikts savstarpējo attiecību, rīcības un uzvedības modelis, iekšēja organizatoriska struktūra un kopīga darbības vide.

Kompetence – zināšanu, prasmju un attieksmju kopības veidota intelektuāla, profesionāla un praktiska spēja atbildīgi un lietpratīgi risināt problēmas noteiktā jomā, noteiktā sarežģītības pakāpē.

Komplekss – vienots priekšmetu vai parādību kopums, veselums, sistēma.

Kompromiss – izlīgums, kas panākts savstarpēji piekāpjoties.

Komunikācija – saskarsme, saziņa; domu, priekšstatu, jūtu apmaiņa starp cilvēkiem viņu darbības procesā.

Konflikts – pretēju interešu, uzskatu, vēlmju sadursme, saskaņas trūkums starp divām vai vairākām pusēm – personām vai grupām.

Konkurss – sacensība, kuras mērķis ir noskaidrot tās labākos, spējīgākos dalībniekus.

Kontrolpunkti – ir īpaši apzīmētas vietas apvidū, piemēram, no sarkana un balta auduma veidoti lukтури, piemēram, orientēšanās sportā, kuros jāveic noteikti šķēršļi vai uzdevumi, pēc to veikšanas saņemot atzīmi īpašā kontrolkartē.

Konvencija – līgums, noteikums, vienošanās.

Kredītpunkts (KP) – studenta darba apjoma mērvienība, kas atbilst studējošā 40 akadēmisko stundu darba apjomam, vienai studiju nedēļai.

Kvalifikācija – 1. īpašību noteikšana, novērtēšana; 2. cilvēka sagatavotība kādam darbam.

Kvalitāte – 1. atbilstība kādām prasībām, nosacījumiem, labums; 2. īpašība.

Latvijas Jaunatnes padome (LJP) – 1992. gadā dibināta jaunatnes sabiedrisko organizāciju apvienība. Tā apvieno 33 organizācijas, kurās kopumā darbojas 30800 jaunieši. LJP misija ir jauniešu dzīves kvalitātes uzlabošana un interešu pārstāvēšana, veicinot jaunatnes līdzdalības iespējas nacionālā un starptautiskā līmenī. LJP ir Eiropas Jaunatnes foruma dalīborganizācija.

Latvijas ornitoloģijas biedrība (LOB) – sabiedriska organizācija, kuras mērķis ir veicināt putnu un to dzīvesvietu izpēti un aizsardzību. Dibināta 1985. gadā. Apvieno 500 biedru – profesionālus ornitologus, skolēnus, skolotājus, mežkopjus, u.c., kas interesējas par putniem. Kopš 1994.g. LOB Latvijā pārstāv starptautisko putnu aizsardzības biedrību savienību Birdlife International, kas darbojas 100 pasaules valstīs. Tās mērķis uzlabot dzīvās dabas daudzveidību un, sadarbojoties ar sabiedrību, veicināt dabas resursu saprātīgu izmantošanu.

Labklājība – labi materiālie apstākļi; turība, pārticība.

Lēmumi – veic izvēli. /Nisparastākie lēmumi/.Svarīgi lēmumi, kas būtiski ietekmē visu dzīves gaitu, reizēm pilnībā to mainot. /Stratēģiskie lēmumi/.

Licence – tiesības uzņemt un apmācīt studentus.

Līdzdalība – vairāku cilvēku kopā darbošanās kādu noteiktu uzdevumu veikšanai vai mērķu īstenošanai. Kopā strādāšana, aktīva darbošanās, sadarbība, piedalīšanās, iesaistīšanās sabiedriskajos procesos ar iespēju ietekmēt šo procesu rezultātus sev vēlamajā virzienā. Līdzdalība ir viens no demokrātijas pamatelementiem.

Indivīda aktīva iesaistīšanās sabiedriskajā dzīvē un procesa ietekmēšana, līdzdarbojoties, paužot savu viedokli un sniedzot ieguldījumu vispārējā procesa virzībā un attīstībā. Līdzdalība ir iespēja īstenot savas idejas, uzlabot savu pašreizējo dzīvi. (Pilsoniskā līdzdalība. LJP)

Līgums – dokuments, kas fiksē divu vai vairāku juridisko vai fizisko personu savstarpēju vienošanos par kādu attiecību nodibināšanu un noteikumus, kas regulē šīs attiecības;

Likums – valsts varas augstākā orgāna apstiprināts obligāts noteikums, tiesību norma, kas regulē sabiedriskās attiecības. (LLVV)

Mazpulki – starptautiska bērnu un jauniešu sabiedriska organizācija, kura Latvijā tika nodibināta 1929. gadā. Šobrīd Latvijas mazpulku organizācijā ir vairāk nekā 2600 bērnu un jauniešu, kas aktīvi darbojas 199 mazpulkos.

Pasaulē mazpulkus pazīst kā **4H klubus**. Organizācija dibināta 1902. gadā Amerikas Savienotajās Valstīs ar mērķi iesaistīt bērnus uzņēmējdarbības un jaunāko tehnoloģiju apguvē lauksaimniecībā. Tagad 4H klubi darbojas 86 valstīs un dod iespēju tūkstošiem bērnu un jauniešu pilnveidot sevi radošā, mērķtiecīgā un sadarbību veicinošā vidē. (Latvijas Mazpulku organizācija)

Mācīšana – skolotāja mērķtiecīga darbība mācību procesā – zināšanu, prasmju un attieksmju apguves organizēšana, sniedzot informāciju, stāstot par iepriekšējo paaudžu pieredzi apgūto un veicinot skolēna attīstību un aktivitāti sevī, dabas un sabiedrības izziņas procesā. Mācīšana saistīta ar mācību uzdevumu risināšanu, kontroli, rezultātu novērtēšanu;

Mācīšanās – process, kurā indivīds pārņem sabiedrībā uzkrāto pieredzi, apgūst, zināšanas, prasmes, attieksmes, pilnveido savu pieredzi, patstāvīgi un atbildīgi darbojoties un izzinot sevi, dabu un sabiedrību. Šo procesu sekmē aktīvas sociālās mijattiecības, apkārtējās sabiedrības atsaucība.

Maģistra studiju programma – studijas padziļinātu teorētisko zināšanu ieguvei un zinātniskās pētniecības iemaņu attīstīšanai.

Mērķis – 1. priekšstats par vēlamu darbības rezultātu; domās prognozētais (paredzētais) darbības vēlamais rezultāts, tas, ko cenšas panākt, sasniegt, kas piešķir virzību.

Mikroklimats – vairāku apkārtējās vides (temperatūra, starojums, mitrums) un individuālo (aktivitātes veids, apģērbs) faktoru kopums.

Morzes ābece – īpašs rakstības veids, kur burti un cipari aizstāti ar svītriņām un punktiem.

Motivācija – mudinājums, ierosme, kas izraisa organisma aktivitāti un nosaka tās virzību uz kāda mērķa sasniegšanu.

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

Neformālā izglītība – ārpus formālās izglītības organizēta interesēm un pieprasījumam atbilstoša izglītojošā darbība.

Nepilna laika studijas – studiju veids, kuram atbilst mazāk nekā 40 kredītpunkti akadēmiskajā gadā un vidēji mazāk nekā 12 kontaktstundas nedēļā.

Nodarbinātības apraksts – sniedz informāciju par nozari vai starpnozaru sektoru/jomu, kurā darbinieks varētu tikt nodarbināts galvenajiem pienākumiem, aprakstā tiek norādīta arī atbildības pakāpe.

Nozare – patstāvīga (piem. zinātnes, mākslas) daļa, nozarojums.

Objektīvs – reāls, kāds pašlaik pastāv īstenībā.

Organizācija – cilvēku vai institūciju apvienība ar vienotu rīcības programmu mērķi, uzdevumu. Bērnu organizācija, jauniešu organizācija, nevalstiska organizācija, sabiedriska organizācija, studentu organizācija, sieviešu organizācija (PTSV).

Ornitologi – putnu pētnieki.

Pamatizglītība – izglītības pakāpe, kurā notiek sagatavošanās izglītībai vidējā pakāpē vai profesionālajai darbībai, sabiedrības un cilvēka individuālajā dzīvē nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguve, vērtīborientācijas veidošanās un iesaistīšanās sabiedrības dzīvē.

Pantomīma – specifisks aktiera tēlojuma veids, kurā dažādas darbības, norises tiek atspoguļotas bez vārdiem ar nosacītām ķermeņa kustībām un vaibstiem; uzvedums, izrāde, kurā izmanto šādu tēlojuma veidu. (Latviešu literārās valodas vārdnīca)

Pašapziņa – spēja apzināties sevi, savas zināšanas, intereses, tieksmes, tikumus, ideālus, rīcības motīvus un savu vietu sabiedrībā (..) ir nepieciešama, lai cilvēks varētu aktīvi iesaistīties sabiedrības procesos.

Pašapziņa – spēja atspoguļot pašam sevi.

Pašcieņa – uz savas morālās vērtības apjēgšanas balstīta attieksme, kas saistīta ar sevis cienīšanu, apzināšanu, pašlepnumu. To nevar ieaudzināt, var radīt apstākļus pašcieņas izkopšanai. Lai attīstītu pašcieņu, jāatzīst cilvēka tiesības un brīvības, cilvēkam jābūt iespējai apliecināt sevi.

Pašsajūta – cilvēka fiziskā un psihiskā stāvokļa atspoguļojums pašā psihē.

Pašvērtējums – personības "Es – tēla" vērtējums.

Personība – jebkurš cilvēks, kas spēj apzināti vadīt un kontrolēt savu darbību.

Perspektīva – nākotnes izredzes; nākotne. Turpmākās attīstības perspektīvas.

Piedāvājums – 1. piedāvāt; arī tas, ko piedāvā. Pieņemt vai noraidīt piedāvājumu. 2. ekonomikā – gatavība pārdot preces tirgū; tirgū nonākušo preču daudzums. Pieprasījums pārsniedz piedāvājumu.

Pienākums – radniecīgu uzdevumu brīvs grupējums, nav izmērāms un darbībai nav sākuma un beigu.

Pieprasījums – 1. prasība, pieteikums, iesniegums, kurā kas pieprasīts. 2. vajadzība, nepieciešamība sabiedrībā (pēc kā). Preču pieprasījums ir būtiski palielinājies.

Pieredze – darbībā gūto zināšanu, prasmju kopums. Dzīves pieredze. Darba pieredze. Dalīties pieredzē ar kādu. Rūgta pieredze – ir piedzīvota vilšanās, neizdošanās.

Pilsoniska sabiedrība – pilsoņu sabiedriskās pašorganizēšanās sistēma, kas rodas un funkcionē ārpus valsts institūtiem. Tās sabiedriskās darbības un indivīdu sociālo attiecību sfēras, kuras valsts tieši nekontrolē un neietekmē, piemēram, reliģiju, interešu grupas, kultūru. Sekmīgai jautājumu risināšanai gan valstij, gan pilsoniskās sabiedrības grupām konstruktīvi jāsadarbojas. (MLV)

Pilsoniskums – katra pilsoņa tiesību un pienākumu apzināšanās un īstenošana attiecībā pret valsti un sabiedrību.

Pilnā laika studijas – studiju veids, kuram atbilst mazāk nekā 40 kredītpunkti akadēmiskajā gadā un vidēji vismaz 12 – 25 kontaktstundas nedēļā.

Portfolio – svarīgāko darbu mape, kas atspoguļo cilvēka profesionālo izaugsmi un veikumu.

Prasmes un zināšanas – apraksts kalpo izglītības mērķu definēšanai izstrādājot izglītības programmas. Apraksts izriet no nodarbinātības apraksta un attiecīgās profesijas galvenajiem pienākumiem un darba uzdevumiem. Vispārējo prasmju/spēju apraksts kalpo vajadzīgo mācību metožu izvēlei. Prasmes iedalās: kopīgajās prasmēs, specifiskajās prasmēs profesijā, vispārējās prasmēs/spējās.

Prestīžs – cieņa sabiedrībā, ietekme, autoritāte. Nostiprināt preses izdevumu prestižu.

Prioritāte – 1. priekšrocība, 2. nosacījums autora tiesību atzīšanai – atzinums, ka noteikta persona radījis kādu darbu pirmā.

Profesija – pamatdarbs, patstāvīga nodarbošanās, kas prasa noteiktu sagatavotību, izglītību.

Kvalificēta nodarbošanās (nodarbošanās veids), kurā darbiniekam nepieciešama noteikta izglītība, zināšanas, pieredze, apgūtas prasmes un iemaņas. Specialitāte, nodarbošanās, kas prasa noteiktas zināšanas un iemaņas un kas ir eksistences līdzekļu iegūšanas pamats.

Profesijas standarts – dokuments, kas nosaka profesionālās kvalifikācijas pamatprasības, kā arī specifiskās prasības, kas nepieciešamas galveno pienākumu un darba uzdevumu veikšanai attiecīgajā profesijā.

Profesionālā augstākā izglītība – augstākās profesionālās izglītības pakāpe, kas dod iespēju iegūt ceturta vai piekta līmeņa profesionālo kvalifikāciju.

Profesionālā izglītība – praktiska un teorētiska sagatavošanās darbībai noteiktā profesijā, profesionālās kvalifikācijas ieguvei un pilnveidei.

Profesionālā konsultācija – skolēna personības psiholoģiski pedagoģiskās sistēmas izpēte, lai sniegtu viņam būtisku palīdzību veiksmīgai profesionālās pašnoteikšanās realizācijai.

Profesionālās kvalifikācijas līmenis – teorētiskā un praktiskā sagatavotība, kas dod iespēju veikt noteiktai sarežģītības un atbildības pakāpei atbilstošu darbu.

Profesionālā orientācija – zinātniski pamatotas uz cilvēka spējām, interesēm un sabiedrības vajadzībām balstītas informācijas sniegšana profesijas (aroda) izvēlei atbilstoši sociālajam pieprasījumam un profesionālās vidējās un augstākās izglītības ieguves iespējām. Profesionālā orientācija ietver profesionālo informāciju, konsultāciju, ieteikumus, izmanto profesiogrammas, lai noteiktu profesionālo piemērotību, atbilstību attiecīgās profesijas prasībām.

Profesionālā pamatizglītība – pamata pakāpes profesionālā izglītības, kas dod iespēju iegūt pirmā līmeņa profesionālo kvalifikāciju.

Profesionālā augstākā izglītība – augstākās izglītības pakāpē īstenota profesionālā izglītība.

Profesionālā vidējā izglītība – vidējā izglītības pakāpē apgūtas noteikta aroda darba iemaņas un prasmes.

Profesionālā studiju programma – studiju programma ar mērķi sagatavot studentu darbam noteiktajā profesijā.

Profesionālā vidējā izglītība – vidējās pakāpes profesionālā izglītība, kas dod iespēju iegūt trešā līmeņa profesionālo kvalifikāciju.

Profesionālis – tas, kam kāda nodarbošanās ir profesija. Futbola sacikstes starp profesionāļu komandām.

Promocija – doktora grāda piešķiršana.

Psihoemocionālā slodze – maņu, kustību un enerģētiskais garīgās aktivitātes līmenis, kas nepieciešams darba veikšanai.

Raksturs – 1. cilvēka psihisko un garīgo īpašību kopums, kas atklājas viņa rīcībā. 2. īpašības, kas piemīt patstāvīgas, noteiktas un enerģiskas dabas cilvēkiem. Viņam ir vājš raksturs, nav rakstura. 3. pazīmju kopums, kas atšķir (ko) no līdzīgiem. Kora repertuārā ir dažāda rakstura dziesmas.

Reaģēt – kaut ko darīt sakarā ar cita rīcību, paust savu attieksmi, nostāju pret kaut ko.

Reakcija – darbība, izpausme, izturēšanās, kas rodas kā atbilde uz kādu ārēju vai iekšēju kairinājumu, ārēju iedarbību, norisi, pirmais iespaids par kaut ko.

Reģions – rajons; atsevišķs apgabals, atsevišķa daļa vai vairākas kaimiņvalstis.

Rēbuss – mīkla, kas izteikta zīmējumā un kurā atminamie vārdi vai frāze doti zīmju, figūru vai burtu kombinācijās.

Riska faktori – darba apstākļi, kas rad kaitējumu darbinieka veselībai.

Rīcība – darbība, kas virzīta uz noteikta mērķa sasniegšanu un tiek veikta ar konkrētu nodomu.

Sabiedriskās organizācijas (nevalstiskās organizācijas) – organizācijas, kuras veidojušās, pamatojoties uz privāto iniciatīvu, to mērķis nav peļņas gūšana.

Saskarsme – savstarpējo attiecību realizācija uzvedībā. Ar jēdzienu saskarsme vienlaikus apzīmē gan komunikāciju, gan mijiedarbību, gan sociālo uztveri. Saskarsmes raksturs atkarīgs no personības īpašībām, saskarsmes prasmes.

Satversme – valsts pamatlikums, konstitūcija (LLVV).

Situācija – stāvoklis, apstākļi, apstākļu kopums; noteiktās attiecībās esošu, laikā sakrītīgu kādam individuālam vai grupai nozīmīgu apstākļu kopums kāda procesa, norises vai darbības brīdī.

Skauti (angl. scout) – patriotiska zēnu organizācija, kas aptver dažāda vecuma zēnus. Kustības pamatā – audzināšanas sistēma (skautisms), kurā ar rotaļām un citām nodarbēm (atkarībā no zēnu vecuma) vingrina uzņēmību, drošsirdību, taisnīguma izjūtu, godīgumu, iecietību, paklausību vecākiem, dzimtenes mīlestību, veiklību, apķērību, izturību, uzmanību, tīrību, pieklājību u.c. Darbības veidi: palīdzība citiem, orientēšanās, dzimtenes apeļošana, kārtības uzturēšana sabiedriskos pasākumos.

Atkarībā no vecuma skauti dalās trijās pakāpēs: mazskauti, skauti, roveri. Skautu organizācija Latvijā tika nodibināta 1921. gadā, tās pirmais prezidents bija ģenerālis Kārlis Goppers. Organizācija darbojās līdz 1940. gadam. Padomju

varas gados tā bija aizliegta. Atjaunota 1990. gadā kā Latvijas Skautu un gaidu centrālā organizācija (LSGCO). 1993. gadā LSGCO atkal uzņēma Pasaules Skautu kustības organizācijā (WOSM).

Skautisms – audzināšanas sistēma, ko 1908. gadā izstrādāja angļu ģenerālis, lords Roberts Beiden-Pouels kā papildinājumu audzināšanai skolā. Sk. pamatā ir cilvēka dabisko spēju un stingra rakstura veidošana, tos vispusīgi vingrinot. Sk. ir jaunu cilvēku audzināšana ar vērtību sistēmu, kas balstās uz skautu likumiem un solījumu, palīdzot veidot labāku pasauli, kur cilvēki spēj sevi realizēt kā personības un ir nozīmīgi sabiedrības veidotāji. Mūsdienās skautu kustība apvieno 25 miljonus biedru 215 pasaules valstīs.

Sliksme – tieksme, kas izpaužas kā gatavība vērst savu darbību noteiktā virzienā, uz noteiktu priekšmetu. Tā ir pozitīva attieksme pret darbību, darbība saista pie sevis, sagādā prieku un apmierinājumu.

Sludinājums – īss paziņojums (laikrakstā, TV vai tml.) iedzīvotājiem.

Sociālā veselība – saprašanās ar citiem, spēja iekļauties sabiedrībā un apkārtējās norisēs, notikumos.

Specialitāte – atsevišķa (zinātnes, tehnikas, mākslas vai aroda) nozare, kurā nepieciešamas īpašas zināšanas, iemaņas; arī izglītība, ko cilvēks ieguvis kādā nozarē.

Speciālā izglītība – personām ar speciālām vajadzībām un veselības traucējumiem vai arī speciālām vajadzībām vai veselības traucējumiem adaptēta vispārējā un profesionālā izglītība.

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

Stereotips – vispārpieņemts darbības, rīcības u.tml. veids, vispārpieņemts uzskats; etniski stereotipi – vērtējumu ietveroši priekšstati par dažādu etnosu un etnisko kopiņu grupu pārstāvju tikumiem, garīgajām un fiziskajām īpašībām.

Stress – būtiska nevienlīdzība starp prasībām un indivīda atbildes spējām uz tām, tādu apstākļu klātbūtne, kuros nespēja apmierināt šīs prasības izraisa (uztveramas) sekas.

Stresors – spriedze, cilvēka vai dzīvnieka organiska un psihi kompleksveidīga reakcija uz stresoriem.

Studijas – 1. mācības augstākajā mācību iestādē; 2. rūpīga iedziļināšanās, zinātniska pētīšana.

Studiju kredīts – paredzēts mācību maksas segšanai.

Studējošo kredīts – papildus līdzekļi dzīvošanai.

Studiju programma – augstākās izglītības ieguvei nepieciešamās prasības, kuru sekmīga izpilde ļauj studējošam iegūt noteiktu augstākās izglītības grādu vai kvalifikāciju.

Subjektīvais – vēlamais, ideālais, kas redzams iztēlē.

SVID – pašreizējās situācijas izvērtēšana un turpmākās darbības prognozēšana (stiprās un vājās puses, iespējas un draudi).

Šifrēta vēstule – vēstule, kuras izlasīšana ar nolūku apgrūtināta, uzrakstot ar neredzamu tinti vai tekstu aizstājot ar simboliskām zīmēm, burtus sajaucot, izlaižot.

Šķēršļu josla – mežā vai parkā izveidota sacensību trase ar kontrolpunktiem (KP), kuros noteiktā laikā jāpārvar dažādi dabiski vai mākslīgi šķēršļi. KP atrodami, sekojot marķējumam, norādījumiem (vēstulēm) vai kartei. Šķ. J. var veikt individuāli vai komandās kājām, ar slēpēm, ar velosipēdu, ūdens šķēršļus – ar plostu vai laivu.

Tālākizglītība – izglītības ieguves nepilna laika formas paveids, kuru raksturo pašizglītībai piemērotā veidā īpaši strukturēti mācību materiāli, individuāls mācīšanās temps, īpaši organizēts pašizglītībai piemērots izglītības sasniegumu novērtējums, kā arī dažādu tehnisko un elektronisko saziņas līdzekļu izmantošana.

Temperaments – cilvēka individuāli – psiholoģiskās īpašības, kas nosaka psihisko un fizisko procesu un stāvokļa intensitāti, ātrumu un ritmu.

Tendence – 1. attīstības virzība, tieksme uz ko.2.vienpusīgums, neobjektivitāte.

Tiesības – 1. valsts varas izdotajos likumos un pieņemtajos lēmumos ietvertas normas un noteikumi sabiedrisko attiecību regulēšanai; arī zinātne, kas šīs normas un noteikumus pēti. Tiesību zinātne. Starptautiskās tiesības.

Tiesiska valsts – valsts, kurā ir augsts un stabila tiesiskā kārtība: tiesību normu savstarpējā saskaņotība, likuma prioritāte pār visu varas iestāžu un personu gribu, visu valsts institūtu un amatpersonu pakļautība likumam, valsts un pilsoņu savstarpēja atbildība, pilsoņu likumisko tiesību un brīvību nodrošināšana.

Troksnis – nevēlama vai traucējoša skaņa.

UNESCO – (United Nations Education Science Culture Organization) Apvienoto Nāciju Izglītības, Zinātnes, Kultūras organizācija.

Uzdevums – var praktiski izpildīt un novērtēt, vai izpildīt neatkarīgi no darbiem, ir noteikts sākuma un beigu punkts, summējoties dod rezultātu.

Uzskats – viedoklis, pārliecība. Uzskati par literatūru. Mainīt savus uzskatus. Pasaules uzskats – priekšstatu, uzskatu kopums par pasauli un tās likumbām; uzskatu sistēma, kuros cilvēks izsaka savu attieksmi pret dabas un sabiedriskās dzīves parādībām.

Uzturs – uzturlīdzekļu kopums, kas nepieciešams, lai cilvēks augtu, attīstītos, pastāvīgi atjaunotu darbaspējas un saglabātu veselību.

Uzvedība – cilvēka mijiedarbība ar apkārtējo vidi, kas izpaužas rīcībā un reakcijā.

Vajadzības – objektīva prasība pēc materiālajiem labumiem, garīgi intelektuālām, kultūras u.c. vērtībām, kas nepieciešamas cilvēka, sociālo grupu, visas sabiedrības darbībai.

Valūta – kādā valstī pieņemtā naudas sistēma vai šīs valsts naudas vienība.

Vibrācija – daļiņas kustību svārstība attiecībā pret noteiktu punktu.

Vidējā izglītība – izglītības pakāpe, kurā notiek daudzpusīga personības pilnveide, mērķtiecīga un padziļināta izaugsme apzināti izraudzītā vispārējās un profesionālās izglītības virzienā, sagatavošanās studijām augstākajā izglītības pakāpē vai profesionālajai darbībai, iesaistīšanās sabiedrības dzīvē.

Vispārējā izglītība – cilvēka, dabas un sabiedrības daudzveidības un vienotības izziņas, humānas, brīvas un atbildīgas personības veidošanās process un tā rezultāts.

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, kā arī, kas sekmē viņa personības veidošanos.

Veselība – fiziska, garīga un sociāla labklājība, nevis tikai stāvoklis bez slimībām vai fiziskiem trūkumiem, līdzsvara stāvoklis starp cilvēka organismu un vides fizikālajiem, bioloģiskajiem un sociālajiem faktoriem, kas nodrošina normāls organisma funkcijas.

IZMANTOTĀ LITERATŪRA

Ekonomikas un finanšu vārdnīca. – Rīga: Norden AB, 2003.

Izglītības likums I nodaļa.

Klauss A. Kontrolings. A-Z skaidrojošā vārdnīca. – Rīga: A/S Prese Nams, 2000.

Latviešu valodas vārdnīca. – Rīga: Avots, 1998.

Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca. – Rīga: Zvaigzne ABC, 2000.

Psiholoģijas vārdnīca. – Rīga: Mācību grāmata, 1999.

Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca. – Rīga: SDSPA Attīstība, 2000.

Svešvārdu vārdnīca. – Rīga: Norden, 1996.

Vilne D, Birzniece J. Ekonomika. – Rīga: Kamene, 2001.