

**KARJERAS NEDĒĻA 2024**  
**Tēma – Izglītība un karjera ikvienam**  
 (neatkarīgi no dzimuma, vecuma, veselības stāvokļa...)  
**07. - 11. oktobris**

Skola: Rīgas 64. vidusskola

**Mērķis: iekļaujošas sabiedrības veidošana, kurā ikvienam, neatkarīgi no dzimuma, vecuma, veselības stāvokļa ir iespējas un tiesības izvēlēties, plānot un īstenot sev atbilstošu izglītību un karjeru.**

**Skolas pasākumu plāns.**

<i>Cikos?</i>	<i>Kas?</i> Pasākuma nosaukums	<i>Kur?</i> Vieta	<i>Kam?</i> Mērķa auditorija	<i>Par ko?</i> Pasākuma īsa anotācija	<i>Kontaktpersona?</i>
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Piektiena, 06.09. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
Pēc mācību stundu saraksta	Angļu valodas stunda – leksika.	5. kab.	9.a; 9.b; 9.d	Personības rakstura īpašības saistībā ar profesijām. SR: prot aprakstīt cilvēku rakstura īpašības, izprot, kādas īpašības nepieciešamas dažādās profesijās.	I.Paegle
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Trešdiena, 18.09. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					

Visu dienu	Mācību ekskursija uz beķereju "Bricēni."	Beķereja "Bricēni"	9.a; 9.b; 9.c; 9.d	Iepazīties ar lauku tūrisma iespējām, darbu zemnieku saimniecībā un picu cepēja profesiju.	G.Gaiduka Zenčenko, J.Kitenberga, P.Avetisjana, D.Kalēja, G.Stūrmane
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Piektdiena, 27.09. <b><i>Dienas tēma – Tavas iespējas</i></b>					
	Zinātnieku nakts.	Pārtikas drošības, dzīvnieku veselības un vides zinātniskais institūts BIOR	6.b	Skolēni Zinātnieku nakts ietvaros apmeklēja Pārtikas drošības, dzīvnieku veselības un vides zinātnisko institūtu BIOR, kur tikās ar zinātniekiem un pētniekiem, iepazīnās ar viņu darba specifiku.	I.Paegle
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Pirmdiena, 30.09. <b><i>Dienas tēma – Tavas iespējas</i></b>					
13.15-13.55	Sociālās zinības.	30.kab	7.e kl.	Raksturs, griba, mērķtiecība, to nozīme profesijas izvēlē.	I.Stūrmane Siļutina
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Trešdiena, 02.10. <b><i>Dienas tēma – Tavas iespējas</i></b>					
9.00-9.40	Tikšanās ar starptautiskā konsultatīvā centra KALBA pārstāvi - "Kā atrast pašam savu izvēles ceļu?" Studiju iespējas ārzemēs.	3.kab.	12.VUD	Izvērtē savu potenciālu un uzzina par starptautisko studiju iespējām.	G.Stūrmane, I.Rūtenberga

9.45.-10.25	Angļu valodas stunda. Tēma – Netiešie jautājumi darba intervijā. SR: zina atšķirību starp tiešajiem un netiešajiem jautājumiem, prot veidot netiešos jautājumus, kurus izmantot darba intervijā.	5. kab.	9.b kl.	Skolēni iemācās veidot netiešos jautājumus, ko var izmantot darba intervijā.	I.Paegle
10.45-11.25	Klases stunda.	15. kab.	8.c kl.	Savas personības izzināšana (personības testa veikšana) un potenciālā karjeras virziena noteikšana (profesiju novērtēšanas testa veikšana).	E.Baumane
13.15-13.55	Sociālās zinības.	30. kab.	7.d kl.	Raksturs, griba, mērķtiecība, to nozīme profesijas izvēlē.	I.Stūrmane Siļutina
<b><i>Diena, datums</i></b> <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
Ceturtdiena, 03.10.					
9.00-9.40	Vērtību svērtuvē.	13.kab.	9.c kl.	9.c klases skolēniem tika nodoti 70 darbību raksturojumi, kur katrs no tiem attiecas uz kādu no 14 svarīgākajām darba vērtībām. Izlasot katru darbības raksturojumu, skolēns apdomā, cik lielā mērā tajā ietvertā doma ir viņam svarīga, domājot par savu ideālo darba vidi un profesiju. Sniedz savu vērtējumu, izvēloties	P. Avetisjana,

				<p>atbilstošo ciparu diapazonā no 1-5. Ieguva kopskatu ar 14 vērtībām un uzzināja par katras vērtības nozīmi.</p> <p>SR: noskaidrot, kuras darba vērtības dzīvē ir vissvarīgākās un attiecīgi – kāda varētu būt tā darba vide, kurā skolēns justos vislabāk.</p>	
<b>Diena, datums</b>					
Piektdiena, 04.10. <b>Dienas tēma – Es gribu būt skolotājs!</b>					
8.15.-8.55	Stundu vadīšana.	Burtnieku skoliņā	Vidusskolēni	Vidusskolas skolēni vada stundas sākumskolas skolēniem.	I.Dalbiņa, L.Mihailova, G.Stūrmane
<b>Diena, datums</b>					
Pirmdiena, 07.10. – 11. 10. <b>Nedēļas tēma – Tavas iespējas</b>					
Visu nedēļu	Informatīva izstāde.	Skolas bibliotēka	5.-12.kl.	Informatīvo materiālu izstāde karjeras izvēles atbalstam.	D. Kociņa, B.Caune
<b>Diena, datums</b>					
Pirmdiena, 07.10. <b>Dienas tēma – No izaicinājuma līdz risinājumam</b>					
13.30-15.00	KIAC organizētais pasākums “Ko darīt tālāk?” Interaktīva izaugsmes nodarbība jauniešiem.	Teikas vidusskolā	10.-12. klašu skolas komanda	Neatlaidīgais jautājums, kas nomoka jauniešus gandrīz ik dienu. Mūsdienų pasaule piedāvā tik daudz iespēju. Kā neapjukt? Ko izvēlēties? Kā zināt, ka izvēle būs pareizā? Kā izdarīt savas izvēles, kā uzturēt motivāciju un kā apiet šķēršļus, kas neizbēgami sastopami attīstības ceļā.	G. Stūrmane

14.45-15.25	Tikšanās ar starptautiskā konsultatīvā centra KALBA pārstāvi - "Kā atrast pašam savu izvēles ceļu?" Studiju iespējas ārzemēs.	3.kab.	12.VUD kl.	Izvērtē savu potenciālu un uzzina par starptautisko studiju iespējām.	G.Stūrmane, P.Ozols
12.30-13.10	"Jaunieši izvēles priekšā"	32 kab.	9.a kl.	Pie 9.a klases jauniešiem nāk 10. klases jaunieši, lai dalītos pieredzē par savas izvēles veikšanu.	G. Gaiduka-Zenčenko, G.Stūrmane
14.00-14.40	Izrunājam iespējas turpināt izglītību pēc 9.kl.	33.kab.	9.d kl.	Izvērtē un iepazīst, kur meklēt informāciju.	D.Kalēja
9.45-10.25	Sociālās zinības.	30.kab.	7.b kl.	Raksturs, griba, mērķtiecība, to nozīme profesijas izvēlē.	I.Stūrmane Siļutina
10.45-11.25	Sociālās zinības	30. kab.	7.a kl.	Raksturs, griba, mērķtiecība, to nozīme profesijas izvēlē.	I.Stūrmane Siļutina
9.00-9.40	Sociālās zinības	30.kab.	7.e kl.	Raksturs, griba, mērķtiecība, to nozīme profesijas izvēlē.	I.Stūrmane Siļutina
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Otrdiena, 8.10. <b>Dienas tēma – Empātijas diena</b>					
13.15-13.55	Darba sludinājumi. Darbs ar leksiku.	26.kabinetā	10.INZ kl.	Iepazīstas ar darba sludinājumos sastopamo leksiku un darba sludinājumu veidošanas pamatprincipiem.	N. Eglīte
9.00-13.00	"Kas ir empātija?"	Ūnijas ielā 93	5.kl.	Datorikā 5. klasēm tēma - gatavošanās NPD "Tekstapstrāde". Skolēniem būs jāveido un jānoformē	L.Zaķe

				saraksts ar spējām, kas piemīt empātiskam cilvēkam.	
9.00-9.40	Saruna par tematu “Spēja būt empātiskam”.	32. kab.	5.c kl.	Stundas laikā darbs ar tekstu. Saruna par empātiju, atbildes uz jautājumiem par tekstu.	G.Gaiduka-Zenčenko
11.45-12.25	Saruna par tematu “Spēja būt empātiskam”.	32.kab.	5.b kl.	Stundas laikā darbs ar tekstu. Saruna par empātiju, atbildes uz jautājumiem par tekstu.	G.Gaiduka-Zenčenko
9.00-9.45	Klases stunda “Iekāp savu vecāku kurpēs!”	37.kab.	5.b kl.	Izpēta un prezentē savu vecāku profesijas.	J.Strautmane
Pēc mācību stundu saraksta	Sporta stundas – stafetes.	Sporta zāle	7.a; 7.c.; 7.e; 8.b; 8.d; 8.e kl.	Aktivitātes, kas palīdz iejusties neredzīgo cilvēku pasaulē.	Sporta skolotāji
Pēc mācību stundu saraksta	Sporta stundas – sēdvolejbols.	Sporta zāle	10.b; 10. INZ kl.	Iejusties cilvēku ar kustības traucējumiem “ādā.” Izpētīt sporta spēlēs cilvēkiem ar dažādiem ierobežojumiem.	Sporta skolotāji
9.00-9.40	Karjeras iespēju diagnostika.	13.kab.	7.e kl.	Katram skolēnam būs iespēja izcilāt savā prātā dažādas profesijas un piešķirt tām bronzas, sudraba vai zelta godalgu. Rezultātā skolēns iegūs savas personības raksturojumu - vadošos personības tipus un tiem atbilstošās karjeras iespējas.	P.Avetisjana

***Diena, datums***

Trešdiena, 09.10. <b>Dienas tēma – Vienlīdzīgas tiesības un iespējas darba tirgū</b>					
12.00	RTU zinātkāres centra “Futurimo Rīga” apmeklējums.	Meža iela 1, K-6	7.a kl.	Rosināt interesi par inženierzinātnēm. Iepazīties ar Spektroskopijas nozari.	I.Spriņģe, G.Stūrmane
3.,7.stunda	Naudas pavēlnieks 1.sezona,1.filma	33.kab.	9.d kl.	Finanšu plānojums ģimenē.	D.Kalēja
9.45-10.25	Klases stunda “Iekāp savu vecāku kurpēs!”	1. .kab.	8.a kl.	Izpēta un prezentē savu vecāku profesijas.	I.Strautiņa
15.30-16.10	Sporta stundas – sēdvolejbols.	Sporta zāle	10.a kl.	Iejusties cilvēku ar kustības traucējumiem “ādā.” Izpētīt sporta spēlēs cilvēkiem ar dažādiem ierobežojumiem.	Sporta skolotāji
9.45-10.25	Klases stunda – “ Darba tiesības.”	23. kab.	10.a kl.	Vienlīdzīgas tiesības un iespējas darba tirgū.( Prezentācija.)	G.Stūrmane
9.45-11.25	“Kāpēc sievietēm tiek maksāts mazāk?” (“Why Women are Paid Less?”) video skatīšanās un diskusija par tēmu.	6.kab.	11.INZ kl.	Skolēni skatās video par to, kāpēc sievietēm ir zemāks atalgojums nekā vīriešiem un kādi ir risinājumi dažādās pasaules valstīs. Skolēni piedalās diskusijā un izmanto leksiku, kas saistīta ar atalgojumu un vienlīdzību.	L. Mihailova
12.30-13.55	“Kāpēc sievietēm tiek maksāts mazāk?” (“Why Women are Paid Less?”) video skatīšanās un diskusija par tēmu.	6.kab.	11.VUD kl.	Skolēni skatās video par to, kāpēc sievietēm ir zemāks atalgojums nekā vīriešiem un kādi ir risinājumi dažādās pasaules valstīs. Skolēni piedalās diskusijā un izmanto	L.Mihailova

				leksiku, kas saistīta ar atalgojumu un vienlīdzību.	
Pēc stundu saraksta	Vēstures stundas.	17.kab.	8.b; 8.c; 8.e kl.	Dalīšanās ar darba pieredzi vasaras periodā- (grupu darbs) prezentāciju vai kolāžu veidošana.	E.Hiršsons
10.45-11.25	Klases stunda.	15.kab.	8.c kl.	Par vienlīdzīgām iespējām darba tirgū, ņemot vērā dažādus sociālos faktorus (vecums, izglītība, nacionalitāte, rase, grūtniecība, dzimums, invaliditāte, garīgās attīstības traucējumi).	E.Baumane
13.15-13.55	Sociālās zinības.	30.kab.	7.d kl.	Raksturs, griba, mērķtiecība, to nozīme profesijas izvēlē.	I.Stūrmane Siļutina
9.45-10.25	Sociālās zinības.	30.kab.	8.c kl.	Uzņēmējdarbības plānošana. “ Mana biznesa ideja.” Sekmēt uzņēmējspēju attīstību.	I.Stūrmane Siļutina
12.30-13.10	Sociālās zinības.	30.kab.	8.d kl.	Uzņēmējdarbības plānošana. “ Mana biznesa ideja.” Sekmēt uzņēmējspēju attīstību.	I.Stūrmane Siļutina
14.00-14.40	Sociālās zinības.	30.kab.	8.a kl.	Uzņēmējdarbības plānošana. “ Mana biznesa ideja.” Sekmēt uzņēmējspēju attīstību.	I.Stūrmane Siļutina
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Ceturtdiena, 10.10. <b>Dienas tēma – Arī vecāki mācās !</b>					

9.45-10.25	Darbs ar video par veco profesiju atdzimšanu.	21.kab.	11.VUD kl.	Diskusija par redzēto video, skolēni izsaka viedokli par veco profesiju atdzimšanu, dalās pieredzē.	N.Eglīte
12.00	RTU zinātkāres centra "Futurimo Rīga" apmeklējums.	Meža iela 1, K-6	7.e kl.	Rosināt interesi par inženierzinātnēm. Iepazīties ar Spektraskopijas nozari.	K.Gaigala, G.Stūrmane
10.45-11.25	Darbs ar video par veco profesiju atdzimšanu.	21. kab.	11.INZ kl.	Diskusija par redzēto video, skolēni izsaka viedokli par veco profesiju atdzimšanu, dalās pieredzē.	N.Eglīte
18.30	Publiskā diskusija tiešsaistē "Mācīšanās mūža garumā - vai nepieciešama un pieejama?"	FACEBOOK "Tavai karjerai"	Vecākiem	Diskusija par to vai mūžizglītība ir nepieciešama un pieejama ikvienam.	VIAA
9.00-9.40	Klases stunda "Iekāp savu vecāku kurpēs!"	5.kab.	6.b kl.	Skolēni iepriekš, izmantojot dotos jautājumus, ir nointervējuši vienu no saviem vecākiem, apkopojusi informāciju un dalās informācijā ar klasesbiedriem.	I.Paegle
9.00-16.00	Kustību veicinošie un ierobežojošie faktori.	Ūnijas ielā 93	8.kl.	Fizikā ievads par tēmu "Kustība". Jāveido domu karte ar faktoriem, kas ietekmē kustību.	L.Zaķe

				Kuras profesijas saistītas ar lielu ātrumu. Kādām jābūt cilvēka spējām, lai spētu izturēt lielu ātrumu.	
4.,7.st.	Naudas pavēlnieks 1.sezona,1.filma	33.kab.	8.e kl.	Finanšu plānojums ģimenē.	D.Kalēja
Pēc mācību stundu saraksta	Sporta stundas – sēdvolejbols.	Sporta zāle	9.c; 9.d; 11. VUD; 11.INZ kl.	Iejusties cilvēku ar kustības traucējumiem “ādā”. Izpētīt sporta spēlēs cilvēkiem ar dažādiem ierobežojumiem.	Sporta skolotāji
Pēc mācību stundu saraksta	Sporta stundas.	Sporta zāle	5.a; 5.b; 5.c; 5.d; 6.a; 6.b kl.	Tikšanās ar tenisa treneri – karjeras iespējas sportā.	Sporta skolotāji
1.- 6.st.	Arī pieaugušie mācās!	22.kab.	5.a, 5.b, 5.c, 5.d, 6.b kl.	Tiks veidotas mācību stundas ar informatīvo pienesumu, lai izglītojamie izprastu nepieciešamību attīstīties un karjeras ziņā augt arī pieaugušajiem. Tiks runāts par dažādiem kursiem un sevis attīstošām iespējām matemātikas kontekstā.	L.Veide
8.15.-9.00	Klases stunda “Iekāp savu vecāku kurpēs!”	2.kab.	8.b kl.	Skolēni iepriekš, izmantojot dotos jautājumus, ir nointervējuši vienu no saviem vecākiem, apkopojuši informāciju un dalās informācijā ar klasesbiedriem.	V.Sniķere

9.00-9.40	"Iekāp savu vecāku kurpēs!!"	13.kab.	9.c kl.	SR: Skolēni veido vizuālus plakātus (KURPES) un organizē sarunu par vecāku profesijām.	P.Avetisjana
8.15-9.00	"Izpēti profesiju pats!"	13.kab.	7.c kl.	Skolēni izpēta dažādas profesijas, zina, kur un kā meklēt informāciju par profesijām – dažādas idejas informācijas meklēšanai. SR: Katrs skolēns veido savas profesijas aprakstu.	P.Avetisjana
9.00-9.40	Klases stunda.	30.kab.	7.c kl.	Iepazīt vecāku profesijas, iesaistot vecākus.	I.Stūrmane Siļutina
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Piektā diena, 11.10. <b>Dienas tēma – Iekļaujošas sabiedrības virzienā</b>					
16.00-20.00	"Iespēju un profesiju karuselis."	Svētku zāle	7.- 8. kl.	Pasākums ar mērķi iepazīt dažādas profesijas, iesaistot vecākus. Arī vecāki mācās! Veicināt radošumu, darbības plānošanas prasmes, pašvadības un sadarbības prasmes.	G.Stūrmane, klašu audzinātāji
14.45-15.25	Diskusija. Kā mainās profesijas? Jaunākās tendences darba tirgū.	13.kab.	12.VUD kl.	Skolēni skatās video, strādā grupās ar darba lapā sagatavotiem jautājumiem. Diskutē par profesijām, to veikšanai nepieciešamajām prasmēm, kā mainās darba tirgus.	N.Eglīte
9.00-16.00	Kustību veicinošie un ierobežojošie faktori.	Ūnijas ielā 93	8.kl.	Fizikā ievads par tēmu "Kustība". Jāveido domu karte ar faktoriem, kas ietekmē kustību.	L.Zaķe

				Kuras profesijas saistītas ar lielu ātrumu. Kādām jābūt cilvēka spējām, lai spētu izturēt lielu ātrumu.	
9.00-9.40	Kā saprast, ko māku?	33.kab.	8.e kl.	Izrunāt, ko piedāvā karjeras konsultants.	D.Kalēja
14.00-14.40	Klases stunda "Iekāp savu vecāku kurpēs!"  Jaunieši izvēles priekšā.	20.kab.	9.b kl.	Izzināt savu vecāku profesijas. Veidot prezentāciju un prezentēt.  Pie 9.a klases jauniešiem nāk 10. klases jaunieši, lai dalītos pieredzē par savas izvēles veikšanu.	J.Kitenberga  G.Stūrmane
10.45-11.25	Karjeras nedēļai veltīta klases stunda "Iekāp savu vecāku kurpēs!"	31.kab.	7.b kl.	Skolēni apkopo informatīvu materiālu par savu vecāku profesijām, to ierakstot un vizualizējot kā kurpi.	I.Kalniņa
9.00-9.40	Klases stunda – "Mācīšanās mūža garumā."	16.kab.	10.INZ kl.	Izglītības ceļa līkloči, profesijas izvēles iespējas, karjeras ceļš – diskusijas ar uzaicinātiem vecākiem.	S.Grintāle
12.30-13.10	Klases stunda "Iekāp savu vecāku kurpēs!"	22.kab.	5.a kl.	Klases stundas ietvaros skolēni apkopo iepriekš iegūto informāciju par savu vecāku profesijām, veidojot klases noformējuma elementu "Vecāku kurpēs". Mērķis: izzināt profesiju dažādību, iespējamību, ar tām saistītos pasākumus (nepieciešamā izglītība,	L.Veide

				papildmācības, vecums, citi parametri), lai paplašinātu gan savu izpratni par profesiju daudzveidību, gan arī izvirzītu jau pirmās domas par savas karjeras izvēli.	
9.00-9.40	Sociālās zinības.	30.kab.	8.b kl.	Uzņēmējdarbības plānošana. “Mana biznesa ideja”. Sekmēt uzņēmējspēju attīstību.	I.Stūrmane Siļutina
11.45-12.25	Sociālās zinības.	30.kab.	8.d kl.	Uzņēmējdarbības plānošana. “Mana biznesa ideja”. Sekmēt uzņēmējspēju attīstību.	I.Stūrmane Siļutina
<b>Diena, datums</b>					
Otrdiena, 15.10. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
Visu dienu	Mediju ombuda darbība	Meistaru iela 10	12.VUD uzņēmējdarbības grupa	Iepazīstinās ar mediju ombuda darbību un aktuālajiem mediju ētikas un strīdu jautājumiem	P.Plakans
<b>Diena, datums</b>					
Ceturtdiena, 17.10. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
12.00	RTU zinātkāres centra “Futurimo Rīga” apmeklējums	Meža iela 1, K-6	7.d kl.	Rosināt interesi par inženierzinātnēm.	B.Ķevere, G.Stūrmane
<b>Diena, datums</b>					
Trešdiena, 30.10. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
9.00	RTU zinātkāres centra “Futurimo Rīga” apmeklējums	Meža iela 1, K-6	7.b kl.	Rosināt interesi par inženierzinātnēm.	I.Kalniņa, G.Stūrmane
<b>Diena, datums</b>					

Ceturtdiena, 31.10. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
9.00	RTU zinātkāres centra “Futurimo Rīga” apmeklējums	Meža iela 1, K-6	7.c kl.	Rosināt interesi par inženierzinātnēm.	I.Stūrmane Siļutina, G.Stūrmane
<b><i>Diena, datums</i></b>					
Ceturtdiena, 31.10. <b>Dienas tēma – Tavas iespējas</b>					
9.00	RTU zinātkāres centra “Futurimo Rīga” apmeklējums	Meža iela 1, K-6	7.c kl.	Rosināt interesi par inženierzinātnēm.	I.Stūrmane Siļutina, G.Stūrmane

**Apkopoja karjeras izglītības jautājumu koordinatore - Gunta Stūrmane**