Rīgas 64. vidusskolas

Karjeras izglītības programma

Rīga 2021

Saturs

1. Karjeras attīstības atbalsta programmas mērķis un uzdevumi 3

2. Karjeras attīstības atbalsta programmas īstenošanas pamatprincipi: 3

3. Izglītojamo vajadzības karjeras attīstībai dažādos vecumposmos 4

4. Karjeras attīstības atbalsta saturs 5

5. Karjeras attīstības atbalsta programmas īstenošana 9

6. Karjeras attīstības atbalsta programmas īstenotāji 10

7. Karjeras attīstības atbalsta īstenošanas darba organizācijas formas 13

8. Karjeras attīstības atbalsta sasniegto rezultātu izvērtēšana 14

9. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns 15

10. Plānotie izglītojamo sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 3., 6., 9. un 12. klasi, un veidi to izvērtēšanai 28

11. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra un informācijas avoti 36

Pielikumi 40

1. pielikums – Jēdzienu skaidrojumi 40

2. pielikums – Karjeras attīstības atbalsta metodes un metodiskie paņēmieni 41

3. pielikums – Karjeras izglītībā izmantojamās metodes un iegūstamās prasmes 47

4. pielikums – Izglītojamo karjeras attīstības pašvērtējuma anketa 7. - 12. klasēm 50

5. pielikums – Anketa par karjeras atbalsta nepieciešamību 8. – 9. un 52

6. pielikums – Anketa par karjeras izglītības apguves nepieciešamību skolā 9. klašu izglītojamajiem 53

7. pielikums – Anketa par karjeras atbalsta nepieciešamību skolā 7. – 8. klašu izglītojamajiem 55

8. pielikums – Anketa par karjeras izglītības apguves nepieciešamību skolā 10. - 12. klašu izglītojamajiem 57

9. pielikums – Metodiski ieteikumi tēmu GRIBU, VARU, VAJAG apgūšanai 59

1. Karjeras attīstības atbalsta programmas mērķis un uzdevumi

1.1. Karjeras attīstības atbalsta programmas mērķis ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu;

- nodrošinot izglītojamajam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un karjeras vadības prasmju apguvi un pilnveidi;
- radīt pamatu patstāvīgu un mērķtiecīgu personīgo karjeras attīstības lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību vai iekļaušanos darba tirgū (darba dzīves uzsākšanu).

1.2. Uzdevumi:

1. Stiprināt skolēna izpratni par izglītības un darba vērtībām, veidojot vērtējošu attieksmi un atbildību par sevi un savu rīcību.
2. Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām.
3. Nostiprināt un attīstīt sekmīgai karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas, karjeras iespēju izpētes un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.
4. Apgūt karjeras attīstībā un karjeras vadībā nepieciešamās caurviju prasmes, *lai stiprinātu jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, veidotu pozitīvas attiecības un pieņemtu atbildīgus lēmumus*.

2. Karjeras attīstības atbalsta programmas īstenošanas pamatprincipi:

- Karjeras attīstības atbalsts ir izglītības sastāvdaļa.
- Karjeras izglītība ir visas izglītības iestādes atbildība.
- Tiek ievērotas izglītojamo vecumposmu intereses un vajadzības.
- Mērķi — objektīvi un sasniedzami;
- Pasākumi — īstenojami.
- Pasākumi ir orientēti uz zināšanu un karjeras vadības prasmju apguvi.

3. Izglītojamo vajadzības karjeras attīstībai dažādos vecumposmos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
Pamatskolas 1. – 4. klase Nepieciešama uzmanība un uzslavas Piemīt neierobežota enerģija Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes Nepieciešama pašapziņas veidošana	Atšķir darbu no spēles Identificē dažādus darba veidus Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos Zina, kā pieņem lēmumus Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu Identificē personīgas sajūtas
Pamatskolas 5. – 9. klase Daudz patstāvīgāki Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga Var uzņemties vairāk atbildības Pārsteidzošs interešu vēriens Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami	Identificē personīgās intereses, spējas, savas stipras un vājas puses Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu
Vidusskolas 10. – 12. klase Veido savu identitāti Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/ karjeras meklējumus Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli Kļūst aizvien patstāvīgāki	Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām

	Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu

4. Karjeras attīstības atbalsta saturs

Karjeras attīstības atbalsta programma tiek īstenota tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā, gan vispārējas prasmes, kas saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstība tiek atspoguļota valsts pamatizglītības un vispārējās vidējās izglītības mācību priekšmetu standartos.

4.1. Karjeras attīstības atbalsta jomas

Karjeras attīstības atbalsts izglītības iestādē ietver trīs pamatjomas:

- **pašizziņa un pašvadība;**
- **karjeras iespēju izpēte;**
- **karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana.**

4.2. Karjeras attīstības atbalsta jomu uzdevumi:

4.2.1. Palīdzēt izglītojamajiem pilnveidot pašizziņas un pašvadības prasmes:

- kritiskās domāšanas attīstīšanu, izvērtējot savas personības iezīmes, raksturu, vērtības, dotumus un spējas;
- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses;
- izpratnes veidošanu par sevi, apkopojot un analizējot pašizpētē iegūto informāciju;
- izveidot elastīgu skatījumu uz dzīvi un reālistiskas gaidas attiecībā uz savu karjeru;
- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, - pašapziņa, pašpaļāvība, spēja *"sevi pasniegt",* prasme prezentēt savu veikumu, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,

4.2.2. Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

- izprast izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeru attīstību;
- izmantot daudzveidīgus informācijas avotus, izvērtējot, atlasot un analizējot karjeras informāciju;
- izmantot digitālo pratību karjeras informācijas atrašanā un izvērtēšanā;

- izpētīt dažādas karjeras iespējas to veidošanai;
- izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespēju attīstības tendences;
- pētīt profesiju pasauli un tās attīstības tendences;
- izpētīt dažādas izglītības un darba iespējas Latvijā un pasaulē;
- salīdzināt un samērot personīgos sasniegumus un īpašības ar tiem sasniegumiem un īpašībām, kas ir nepieciešamas konkrētai tālākai karjerai/mācībām/studijām;
- piedalīties darba izmēģinājumos;
- uzzināt, kur un kā iegūt vajadzīgo informāciju, resursus un palīdzību;
- gatavoties pārejai no mācībām uz darba dzīvi vai uz tālākām mācībām/citu darbu;
- izpētīt un pārdomāt savas personīgās un sabiedrības vērtības, uzzināt, kādas prasības izvirza darba devēji, kādas prasmes un personīgās īpašības palīdz noturēties darba tirgū.

4.2.3. Palīdzēt attīstīt un pilnveidot karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes:

- apgūt karjeras vadības prasmes;
- noteikt savas attīstības vajadzības;
- pilnveidot savas zināšanas un prasmes;
- apzināties informācijas ieguves un konsultēšanas iespējas;
- pilnveidot prasmi pieņemt karjeras attīstības lēmumu;
- veidot savu personīgās karjeras plānu;
- attīstīt pieņemto personīgo lēmumu plānu īstenošanas prasmes;
- veidot izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

4.3. Karjeras attīstības atbalsta jomās ietveramās saturiskās tēmas:

4.3.1. Pamatjoma **"Pašizziņa un pašvadība"** ietver šādas saturiskas tēmas:

- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
- manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;
- mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
- sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
- attieksmes un vērtības;

- mana veselība un nākotnes nodomi;
- mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- pašaudzināšana.

4.3.2. Pamatjoma "Karjeras iespēju izpēte" ietver šādas saturiskas tēmas:

- darba nozīme cilvēka dzīvē;
- populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- manu vecāku darba dzīve;
- informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- darba tirgus un nodarbinātība;
- izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- darba likumdošana, darba drošība;
- pašnodarbinātība.

4.3.3. Pamatjoma "Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana" ietver šādas saturiskas tēmas:

- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība
- kad viss nenorit tā, kā plānots;
- mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- pārmaiņas manā dzīvē;
- komandas darba pieredze;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšana.

Katras karjeras attīstības atbalsta jomas saturs tiek integrēts visā izglītības procesā (mācību priekšmetu stundās, klases stundās, interešu izglītībā, ārpusstundu darbā, konsultācijās).

4.4. Sevis izzināšanas aktivitātes, kurās skolēni:

• identificē savas personīgās īpašības (fiziskās, intelektuālās, emocionālās iezīmes, prasmes, intereses un vērtības),

• izpēta personīgo īpašību un nepieciešamo prasmju samērotību, lai gūtu panākumus dažādās dzīves un darba situācijās,
• izvērtē stratēģijas un apstākļus, kas ietekmē viņu mācīšanos dažādās dzīves un darba situācijās.

4.5. Karjeras iespēju izpētes aktivitātes

Iespēju apzināšanās aktivitātes iesaista skolēnus darba pasaules izpētē un iepazīšanā.
Aktivitātes var ietvert:
• dažādas darba vides iepazīšana un pētīšana,
• dažādu profesiju un izglītības un apmācības iespēju izpēte,
• darba pasaules vēsturisko un plānoto izmaiņu analīze.

4.6. Lēmumu pieņemšanas prasme, kas ir saistīta ar mācīšanos, kā pieņemt lēmumus, lai plānotu un vadītu savu karjeru. Skolēni iesaistās aktivitātēs, kas palīdz:
• izpētīt, kā citi cilvēki pieņem lēmumus, un saprast, kas var ietekmēt lēmuma pieņemšanu,
• identificēt atbilstošus lēmuma pieņemšanas stilus un stratēģijas,
• ģenerēt dažādas ar karjeru saistītas izvēles.
Pieņemt lēmumu par karjeras izvēli nenozīmē tikai piemērot indivīdu noteiktai profesijai. Lēmuma pieņemšanu ietekmē dažādi faktori, kuri ir jāņem vērā:
• individuālās iezīmes (veselība, vērtības, intereses, prasmes, vecums, zināšanas u.c.),
• sociālais konteksts (ģimene, vienaudži, sabiedrības grupas, sociāli-ekonomiskais statuss u.c.),
• vides konteksts (politiskie uzskati, izglītības iestādes, ģeogrāfiskais izvietojums, darba tirgus u.c.),
• citi faktori (laika perspektīvas, izdevība, izmaiņas laika gaitā u.c.).
Sagatavošanās pārmaiņām un pārejai attiecas uz tādas izpratnes un prasmju veidošanu, kādas skolēnam ir nepieciešamas, lai tiktu galā ar jaunām situācijām, gan vēlamām, gan nevēlamām. Šādas aktivitātes palīdz:
• noteikt dažādas plānotas un neplānotas dzīves/darba pārmaiņas un pārejas periodus, ar kādiem ir jāsastopas dzīves laikā,
• izpētīt, kā cilvēki reaģē uz izmaiņām,
• attīstīt prasmes, lai efektīvi pārvarētu dažādas plānotas un neplānotas pārmaiņas, piemēram, problēmu risināšanu, atbalsta tīklu identificēšanu un izmantošanu.

5. Karjeras attīstības atbalsta programmas īstenošana

Karjeras izglītība ir izglītības procesā integrēti pasākumi, kas nodrošina izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstību un ir izglītības sastāvdaļa.

Karjeras izglītība harmoniski tiek integrēta visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai nevis epizodiski, bet caurviju un veselumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

Karjeras izglītība tiek integrēta:

- audzināšanas darbā/ klases stundās;
- vispārizglītojošajos mācību priekšmetos;
- skolēnu mācību uzņēmumu darbībā;
- interešu izglītībā;
- ārpusstundu pasākumos;
- sadarbībā ar skolēnu vecākiem.

Karjeras vadības prasmju attīstīšanā un pilnveidošanā tiek realizētas caurviju prasmes:

- kritiskā domāšana un problēmu risināšana;
- jaunrade un uzņēmējspējas;
- pašvadīta mācīšanās;
- sadarbība;
- pilsoniskā līdzdalība;
- digitālās prasmes.

Karjeras attīstības atbalsta darbs ir skolas izglītības darba sastāvdaļa, kas skolas līmenī tiek plānots, saskaņā ar Ministru kabineta " Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem" Nr. 747 (27.11.2018.) un "Noteikumi par valsts vispārējās vidējas izglītības standartu un vispārējas vidējas izglītības programmu paraugiem" Nr. 416 (03.09. 2019) prasībām, skolas attīstības plānu un izvirzītajām skolas prioritātēm. Klases līmenī karjeras izglītību plāno klases audzinātājs, saskaņā ar skolas audzināšanas darba programmu, iekļaujot karjeras izglītības jautājumus katra semestra klases audzināšanas darba plānā, par to veicot ierakstu e- klasē.

Skolā, tiek plānota izglītojamo izpēte katra speciālista (klases audzinātāja, skolas psihologa, logopēda, administrācijas, PKK u. c.) kompetences ietvaros. Ar pētījumu rezultātiem tiek

iepazīstināti gan pedagogi, gan izglītojamie, gan vecāki. Karjeras izglītībā tiek pētīti 9. un 12. klašu nākotnes nodomi, karjeras attīstības atbalsta nepieciešamība (5., 6., 7., 8. pielikums), absolventu karjeras izvēles, vispārējās vidējās izglītības piedāvāto grozu izvēles nosacījumi, intereses, spējas, vajadzības u. c. jautājumi.

Skolā tiek plānota arī sadarbība izglītojamo vecākiem gan skolas, gan klases līmenī. Skolā to veic skolas administrācija, klasē klases audzinātājs. Savu darbu ar vecākiem plāno arī skolas atbalsta personāls: psihologs, sociālais pedagogs, logopēds, skolas mediķis, pedagogs karjeras konsultants. Sadarbībā ar vecākiem tiek plānoti arī izglītojamo karjeras attīstības īstenošanas pasākumi un vecāku izglītošana par atbalsta sniegšanu saviem bērniem. veiksmīgas karjeras veidošanā.

Karjeras izglītības jautājumi tiek pārrunāti vadības komandas sanāksmēs, klašu audzinātāju sanāksmēs, metodisko jomu sanāksmēs, pedagoģiskajās sēdēs.

Pedagogi regulāri tiek informēti par aktualitātēm karjeras izglītības darbā valstī, pilsētā, skolā. Pedagogiem tiek piedāvāta iespēja papildināt zināšanas, iegūt jaunas prasmes karjeras izglītības realizēšanai skolā un integrēšanai mācību priekšmetu saturā un ārpusstundu pasākumos.

Karjeras izglītības darbu Rīgas 64. vidusskolā koordinē pedagogs karjeras konsultants (PKK). Skolā strādā 3 pedagogi karjeras konsultanti, kuri ieguvuši sertifikātu pedagogs karjeras konsultants (PKK} un sertifikātu "Pedagogs karjeras konsultants (individuālas konsultēšanas kompetenču apguvei)" ar tiesībām veikt pedagoga karjeras konsultanta pienākumus un vadīt individuālo konsultēšanu vispārējā un profesionālajā izglītībā.

6. Karjeras attīstības atbalsta programmas īstenotāji

Skolā tiek nodrošināta visu pedagoģiskajā procesa iesaistīto specialistu sadarbība, īstenojot skolas attīstības plānā paredzētos mērķus un uzdevumus, realizējot izvirzītās prioritātes katram mācību gadam, balstoties uz valstī noteiktajiem ieteikumiem.

Karjeras attīstības atbalsta komandas uzdevums ir veicināt izglītojamo karjeras attīstību, t.i. palīdzēt izglītojamajiem attīstīt karjeras vadības prasmes, izvēlēties karjeru atbilstoši personīgajām īpašībām, dotumiem, interesēm un spējam, kā arī izprast vides faktoru ietekmi izglītības un profesionālo iespēju izmantošanā**.**

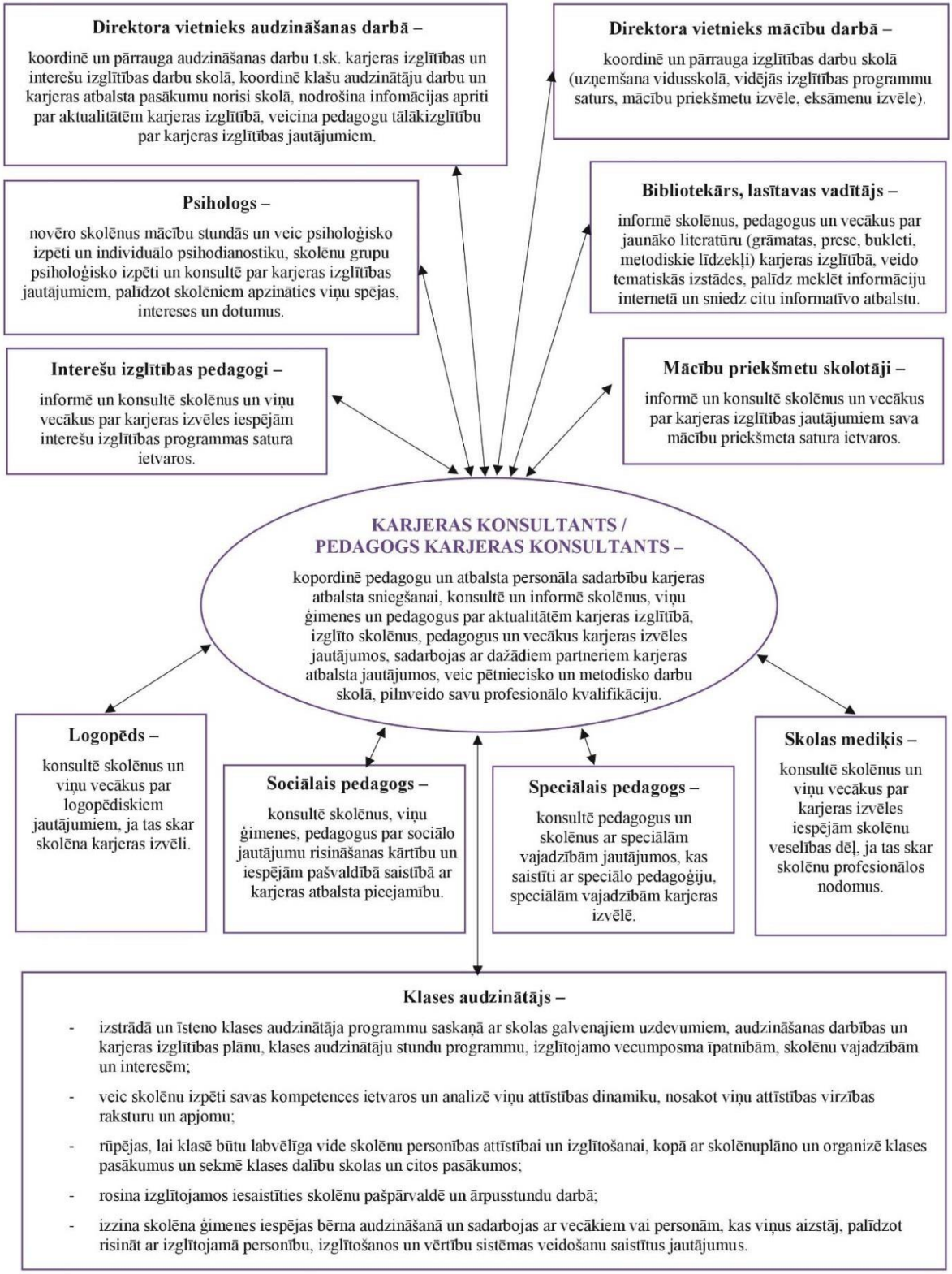
Katrs karjeras attīstības atbalstā iesaistītais speciālists darbojas savas kompetences un veicamo darba pienākumu ietvaros.

6.1. Pienākumu un atbildības sadalījums atbilstoši kopīgi sasniedzamajiem mērķiem:

- **Direktors** - “virsatbildība”: izglītības standartu izpilde, skolas attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana; izpildes pārraudzība/kontrole.
- **Direktora vietnieks mācību darbā** - koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā.
- **Direktora vietnieks audzināšanas darbā** - koordinē un pārrauga audzināšanas darbu skolā, t.sk. karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā.
- **Pedagogs karjeras konsultants** - koordinē pedagogu un atbalsta personāla sadarbību karjeras attīstības atbalsta sniegšanai, konsultē un informē skolēnus, viņu ģimenes un pedagogus par aktualitātēm karjeras izglītībā.
- **Klašu audzinātāji** - izstrādā un īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas darba un karjeras izglītības plānu.
- **Mācību priekšmetu skolotāji** - informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izglītības jautājumiem sava mācību priekšmeta ietvaros.
- **Metodiskās komisijas/apvienības** - karjeras izglītības plānotāji, metodiskais atbalsts, integrācija.
- **Bibliotekārs** - informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, veido tematiskās izstādes, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.
- **Psihologs** - novēro skolēnus mācību stundās un veic psiholoģisku izpēti un individuālo psihodiagnostiku, skolēnu grupu psiholoģisko izpēti, un konsultē par karjeras izglītības jautājumiem, palīdzot skolēniem apzināties viņu spējas, intereses un dotumus.
- **Sociālais pedagogs** - konsultē skolēnus, viņu ģimenes, pedagogus par sociālo jautājumu risināšanas kārtību un iespējām pašvaldībā attiecībā uz karjeras attīstības atbalsta pieejamību.
- **Speciālais pedagogs** - konsultē pedagogus un skolēnus ar speciālām vajadzībām jautājumos, kas saistīti ar speciālo pedagoģiju, speciālām vajadzībām karjeras izvēlē.
- **Logopēds** - konsultē skolēnu un viņa vecākus par logopēdiska rakstura jautājumiem, ja tas skar skolēna karjeras izvēli.
- **Skolas mediķis** - konsultē skolēnus un viņu vecākus par karjeras izvēļu atbilstību veselības stāvoklim.
- **Interešu izglītības pedagogi** - informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izvēles iespējām interešu izglītības programmas ietvaros.

Karjeras attīstības atbalsta īstenotāju funkcijas un atbildības sadalījums ietverts katra speciālista amata aprakstā.

Skolas pedagogu un citu karjeras attīstības atbalsta, īstenošanā iesaistīto speciālistu sadarbības modelis un darbības funkcijas (1. attēls)



1.attēls. *Pedagoģiskajā procesa iesaistīto speciālistu sadarbība skolā karjeras attīstības atbalsta īstenošanā*

7. Karjeras attīstības atbalsta īstenošanas darba organizācijas formas

7.1. klases stundas - notiek saskaņā ar klases audzinātāja izstrādāto audzināšanas darba programmu 1 stunda nedēļā, iekļaujot tajā karjeras attīstības atbalsta jautājumus;

7.2. mācību priekšmetu stundas - mācību priekšmetu skolotāji plāno mācību priekšmeta satura apguvi, tematiski tajā integrējot karjeras vadības prasmju apguvi, kuras atspoguļotas Valsts pamatizglītības un vidējās izglītības mācību standartos, izmantojot Valsts izglītības attīstības aģentūras izstrādātā palīglīdzekļa "Karjera vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā." (VIAA, 2016) rekomendācijas;

notiek realizējot valsts pamatizglītības un vispārējās vidējās izglītības mācību priekšmetu standartus un programmas

7.3. interešu izglītības nodarbības (atbilstoši izstrādātajām programmām);

7.4. skolēnu mācību uzņēmumu darbība (pamatskolā un vidusskolā programmā "Uzņēmējs;")

7.5. projektu nedēļa (zinātniski pētniecisko darbu izstrāde 5. - 8. kl. 11. - 12. klase);

7.6. individuālais darbs ar talantīgajiem izglītojamajiem un izglītojamajiem kuriem ir mācīšanās grūtības vai nepieciešami atbalsta pasākumi (Eiropas Sociālā fonda projekts "Atbalsts izglītojamo individuālo kompetenču attīstībai;"

7.7. 9. un 12. klašu izglītojamo nākotnes nodomu izpēte un informēšana par izglītības iespējām pēc pamatskolas un vai vidusskolas beigšanas (veic pedagogs karjeras konsultants);

7.8. 9. un 12. klašu izglītojamo un viņu vecāku instruēšana par valsts pārbaudes darbu norises kārtību un pamatizglītības apliecības vai vidējas izglītības atestāta iegūšanu (organizē skolas vadības komanda);

7.9. 9. klašu izglītojamo un vecāku informēšana par vidusskolā piedāvātajiem izvēļu groziem un to saturu (klašu audzinātāji un pedagogs karjeras konsultants);

7.10. topošo pirmklasnieku vecāku sapulce un informēšana par izglītības procesu skolā;

7.11. absolventu aptauja un datu bāzes veidošana par absolventu tālākās izglītības gaitām;

7.12. izglītojamo vajadzību izpēte, anketēšana par karjeras attīstības atbalsta nepieciešamību (5.; 6.; 7.; 8. pielikums)

7.13. izglītojamo individuālās un grupu konsultācijas/individuālo karjeras plānu veidošana;

7.14. individuālās un grupu nodarbības;

7.15. ārpusstundu pasākumi skolā: mācību priekšmetu nedēļas, konkursi, olimpiādes, izstādes, tematiskās lekcijas, profesiju pēcpusdienas, semināri, tikšanās, praktiskās nodarbības par

karjeras izglītības tēmām, ZPD konference, atskaites par "Ēnu dienā" piedzīvoto, Karjeras nedēļas prezentācijas;

7.16. sadarbība ar augstskolu pasniedzējiem un augstskolu vēstnešiem;

7.17. sadarbība ar skolas absolventiem;

7.18. ārpusskolas pasākumi: mācību ekskursijas uz iestādēm, uzņēmumiem izglītības iestādēm, Ēnu diena, atvērto durvju dienas , karjeras un informācijas dienas dažādās izglītības iestādēs un uzņēmumos, starptautiskā izglītības izstāde "Skola";

7.19. izglītojoši pasākumi vecākiem par karjeras izglītības tēmām;

7.20. vecāku iesaistīšana profesiju popularizēšanā (pasākumi, klases stundas);

7.21. pieredzes apmaiņas, tālākizglītības, profesionālās pilnveides pasākumi pedagogiem: kursi, semināri, sanāksmes, supervīzijas u. c.

8. Karjeras attīstības atbalsta sasniegto rezultātu izvērtēšana

Izglītojamo sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti bezatzīmju vērtēšanas sistēmā, īsi mutiski vai rakstiski raksturojot izglītojama mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku.

- Sasniedzamo rezultātu karjeras izglītībā raksturo karjeras vadības prasmju apguves līmenis katras klašu grupas posma noslēgumā 3.,6.,9.,12.klasē (skatīt 11. pielikumu);
- Izglītojamo pašvērtējums (skatīt 4. pielikumu)
- Izglītojamo mācību sasniegumu pierādījumi – pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli, kas tiek uzkrāti darba mapēs (portfolio);
- Izglītojamo karjeras attīstības sasniegumi tiek apzināti (ne retāk kā 1 reizi gadā), informējot vecākus par izglītojamā zināšanām, prasmēm, iemaņām un sasniegumu attīstības dinamiku.

9. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

9.1. Klases stundu tematika

1. - 3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.	1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā. 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	• Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. • Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	1. Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki mājās. 3. Manas intereses pulciņos. 4. Es vēlos strādāt par ...	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms	1. Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2. Mani dienas darbi skolā un mājās. 3. Mani vaļasprieki un atpūta. 4. Mans dienas režīms.	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības - skolēna darbs	1. Kāpēc jāmācās? 2. Kā labāk mācīties? 3. Mācības – pienākums un atbildība. 4. Mācību rezultāti un sasniegumi.	• Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. • Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.
5.	Karjeras vīzija	1. Pēc 20 gadiem es būšu... 2. Profesijas pēc 50 gadiem. 3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā? 4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

4. - 6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	1. Vislabāk es protu … 2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? 3. Manas intereses. 4. Manu spēju un talantu prezentācija.	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.

2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	1. Mana diena ģimenes plānā. 2. Mana dienas režīma proporcijas (mācības, vaļasprieki, atpūta). 3. Vai es protu palīdzēt? 4. Sadarbojoties var ietaupīt laiku. Kā?	• Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. • Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana	1. Mūsu klases hobiji (vaļasprieki). 2. Pulciņi skolā. 3. Interešu izglītība pilsētā / pagastā. 4. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1. Mana sasniegumu mape. 2. Mana izaugsme. 3. Vai es mācos tik, cik spēju? 4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	• Mācās dokumentēt savus sasniegumus. • Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	1. Fizisks un garīgs darbs. 2. Profesiju veidi. 3. Profesiju prestižs un nepieciešamība. 4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā/novadā/ pagastā.	• Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. • Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. • Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.
6.	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	1. Valodas kultūra ikdienā. 2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība. 3. Elektroniskās saziņas kultūra. 4. Telefonsaziņas kultūra.	• Izkopj savu valodas kultūru. • Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.

7.- 9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības). 2. Mani plāni šim gadam. 3. Ko es esmu labu izdarījis šogad? 4. Mani nozīmīgākie sasniegumi.	• Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. • Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. • Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās. 2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā. 3. Interešu izglītība un pašattīstība. 4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.	• Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. • Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.
3.	Izglītības vērtība	1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. 2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. 3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas. 4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	• Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. • Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. • Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.
4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule	1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi. 2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas). 3. Ēnu diena kā iespēja. 4. Manā pilsētā/ novadā/ pagastā pieprasītākās profesijas.	• Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. • Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. • Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos.

			• Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.
5.	Individuālā karjeras plāna izveide	1. Mērķis un starpmērķi. 2. Izvēle un alternatīvas. 3. Lēmumu pieņemšanas ceļi. 4. Manas sasniegumu mapes prezentācija.	• Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. • Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. • Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).

10. - 12. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	1. Latvijas izglītības sistēma un tālākās izglītības iespējas. 2. Nosacījumi studijām ārzemēs (apmaiņas programmas). 3. Informācijas avoti par iespējām turpināt izglītību. 4. Informācijas avoti par studiju fondiem, stipendijām, kredītiem.	• Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. • Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.
2.	Mūžizglītība	1. Kāpēc saka: "Mūžu dzīvo, mūžu mācies"? 2. Darba loma un izglītība kā vērtība manā dzīvē. 3. Formālās un neformālās izglītības iespējas. 4. Pašizglītošanās iespējas vietējā pilsētā/ novadā/ pagastā. Informācijas avoti.	• Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. • Apzinās izglītību kā vērtību. • Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas

3.	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	1. Laiks un profesijas. 2. Darba tirgus perspektīvas un lēmuma pieņemšana. 3. Nodarbinātības tendences Latvijā un pasaulē. 4. Alternatīvu lēmumu pieņemšana karjeras izvēlē.	• Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. • Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. • Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.
4.	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	1. Ko sagaida darba devējs? 2. Darba meklēšanas process un iespējas. 3. Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju mainību. 4. Profesionālā ētika un darba likumdošana.	• Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. • Pārzina darba meklēšanas procesu. • Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. • Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.
5.	Darbs ārzemēs	1. Darbs ārpus Latvijas. Iespējas un riski. 2. Informācijas avoti par dažādu valstu darba likumdošanu. 3. Veiksmes stāsti par darbu ārzemēs. Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. 4. Kāpēc es atgriezos? Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. Negatīvā pieredze un patriotisms.	• Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. • Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.
6.	Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide	1. Man piemērotāko profesiju saraksts. 2. Izvēlētās profesijas apguves iespējas. 3. Individuālā plāna īstenošanas termini. 4. Dažādas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas. Izvēle un alternatīvas.	• Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. • Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. • Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamo.

9.2 Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns mācību priekšmetu stundās

Klašu grupa	Karjeras izglītības joma	Tēma		Īstenošana	Metodika
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība	Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem. Veido stāstījumu par darba darītājiem.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma	**"Pavāra darbarīki"** (20. metodika)
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība	Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem. Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Uzmini profesiju!"** (24. metodika)
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Darba nozīme cilvēka dzīvē	Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām. Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma	**"Nozīmīgās profesijas"** (72. metodika)
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesiju daudzveidība	Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām. Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Profesijas mums apkārt"** (80. metodika)

4.-6.	Pašizziņa	Izjūtu un mācību (darba) rezultātu saistība	Nosauc un analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras jomās (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Palīdzošo izjūtu bingo"** (18. metodika)

4.-6.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Sevis iepazīšanas veidi	Nosauc un analizē personiskās īpašības un uzvedību. Salīdzina profesiju veidus, balstoties uz tajās veicamā darba specifiku. Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu dažādās profesijās.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma	**"Sarunas profesijās"** (33. metodika)
4.-6.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Darbs kā katra cilvēka ikdienas nepieciešamība un zināšanu un prasmju pilnveides iespēja	Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu. Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu. Piedalās karjeras iespēju un karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Mani darbi skolā un mājās"** (44. metodika)
4.-6.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana.	Profesijas, to saturs un daudzveidība	Skaidro dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē. Salīdzina profesiju veidus, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku. Piedalās karjeras iespēju un karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Darba saturs profesijās"** (58. metodika)

7.9.	Pašizziņa	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu rod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Mans mācīšanās stils"** (1. metodika)

7.-9.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana	Savu sasniegumu atspoguļojums, izmantojot IKT	Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izvēlas un izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā. Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās. Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Digitālā darbu mape"** (30. metodika)
7.-9.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Izglītības iespējas Latvijā	Izvēlas un izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai atrastu un apstrādātu nepieciešamo informāciju par karjeras iespējām. Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Izglītības iespējas Latvijā"** (51. metodika)

7.-9.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, ievēro kopīgi izveidotos diskusijas noteikumus. Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, kultūras izpratnes un pašizpausmes mākslā mācību joma	**"Profesijas infografika"** (78. metodika)
10.-12.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Pašnodarbinātais vai darbinieks?	Raksturo vērtību realizēšanas iespējas profesionālajā darbībā. Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, piekrišanu vai nepiekrišanu, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo. Raksturojot karjeras iespējas, sprież no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto. Argumentē, pierādot izteiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamatotus secinājumus, pamana un novērš savas un citu loģiskās argumentācijas kļūdas. Novērtējot savas zināšanas un intereses, pieņem lēmumus, plāno savu nākotnes karjeru. .	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma, kultūras izpratnes un pašizpausmes mākslā mācību joma	**"Ceļš uz uzņēmējdarbību"** (65. metodika)
10.-12.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Nodarbinātības jomas, intereses un profesijas	Analizē savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs. Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām un profesionālo interešu jomām.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**"Nodarbinātības jomas"** (54. metodika)
10.-	Karjeras iespēju	Daudzveidīgā	Gūst vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras	Sociālā un pilsoniskā mācību	**"Tautsaimnie**

12.	izpēte	darba pasaule	iespējām, izvērtē tās ticamību un analizē, kādēļ atsevišķās situācijās ticamu informāciju iegūt ir grūtības. Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas nozarē, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju.	joma	**cības nozares un atbilstošās profesijas”** (84. metodika)

10.-12.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Gatavība tālākizglītībai un darba tirgum	Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenot viņu karjeras ieceres. Proaktīvi meklē jaunas karjeras attīstības iespējas, lai tās īstenojot, efektīvi uzlabotu savu un citu dzīves kvalitāti.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma	**„Darba un izglītības nozīme”** (88. metodika)

9.3. Ārpusstundu pasākumi

Karjeras izglītības joma	Tēma	Sasniedzamais rezultāts	Pasākuma veids	Mērķauditorija
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana	Profesiju daudzveidība un darba pienākumi	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, piekrišanu vai nepiekrišanu, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo.	**"Nakts profesijas"** (45. metodika)	5.-12. klašu izglītojamie
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana	Karjeras iespējas pēc pamatskolas vai vidusskolas	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, piekrišanu vai nepiekrišanu, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo.	**"Atnāc un uzzini!"** (53. metodika)	8.-12. klašu izglītojamie
Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība un profesijas izvēles nosacījumi	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.	**"Ceļvedis profesiju pasaulē"** (57. metodika)	8.-9. klašu izglītojamie
Karjeras iespēju izpēte	Nodarbinātības iespējas tuvākajā apkārtnē	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.	**"Iespēju durvis"** (66. metodika)	7.-12. klašu izglītojamie

Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Profesiju un amatu daudzveidība	Izvēlas savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes nosaka šo izvēļu priekšrocības un trūkumus. Analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību. Atpazīst savas darbības stiprās puses un rod veidus, kā attīstīt spējas pārvaldīt savu domāšanu, emocijas un uzvedību.	**"Amatam ir zelta pamats"** (64. metodika)	1.-12. klašu izglītojamie
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Nodarbošanās veidu daudzveidība	Izvēlas savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes nosaka šo izvēļu priekšrocības un trūkumus. Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses, analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos). Skaidro vaļasprieku un profesionālo interešu savstarpējo atbilstību. Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības. Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu.	**"Es to protu! Iemācies arī Tu?"** (92. metodika)	1.-12. klašu izglītojamie
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesija un tās piemērotība	Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes. Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām. Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Plāno savu izaugsmi saistībā ar mācībām un	**"Zinātniskās pētniecības darbs karjeras izglītībā"** (99. metodika)	8.-12. klašu izglītojamie

		vaļaspriekiem, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.		
Pašizziņa	Profesiju daudzveidības iepazīšana.	Izvēlas savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes nosaka šo izvēļu priekšrocības un trūkumus. Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību, atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu rod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.	**"Tirdziņš / gadatirgus"** (93. metodika)	1.-12. klašu izglītojamie

9.4. Pasākumi vecākiem

Pasākuma nosaukums un veids	**Sasniedzamais rezultāts**	**Mērķauditorija**
"Vecāku karjeras atbalsts izlaiduma klašu skolēniem" (48. metodika)	Izglītojamo vecāki zina, kā atbalstīt savu bērnu karjeras izvēles un lēmumu pieņemšanas procesā	9. un 12. klašu izglītojamo vecāki
"Iekāp sava bērna kurpēs!" (49. metodika)	Izglītojamo vecāki gūst priekšstatu, kā notiek aktīvā mācīšanās stundās	Potenciālo izglītojamo - 1.un 10. klašu izglītojamo vecāki
"Vecāku atbalsts bērnam veiksmīgas karjeras veidošanā"- interaktīva lekcija	Tiek pilnveidotas vecāku zināšanas par karjeras attīstības atbalsta nepieciešamību ģimenēs	8. un 9. klašu izglītojamo vecāki

10. Plānotie izglītojamo sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 3., 6., 9. un 12. klasi, un veidi to izvērtēšanai

Klase	Pašizziņa un pašvadība	Karjeras iespēju izpēte	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Izvērtēšanas veidi
3.	Pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī par neizdošanos un kļūdām. Uzdod jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) un ar pieaugušā atbalstu, iedvesmojoties no citu sasniegumiem, meklē idejas tās uzlabošanai. Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam Ar pedagoga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi. Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Pastāsta par savas mācīšanās progresu un prasmēm, veido saprotamu mutvārdu runu un reaģē uz klausītāju jautājumiem.	Meklē pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un pats tos pārbauda. Izmanto digitālās tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai pēc norādījumiem. Salīdzina uzņēmumus savā novadā un pilsētā, meklē informāciju par veiksmīgiem sava novada uzņēmumiem un stāsta par tiem. Nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām. Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īstenot intereses un iespējas darba tirgū. Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem. Izmantojot vienkāršu situāciju	Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām. Ir atvērts jaunai karjeras pieredzei. Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzklausa citu viedokli. Atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu saistošā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā. Ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu Izvirza īstermiņa mērķus savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgūšanai. Raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai. Ar pedagoga atbalstu veido karjeras attīstības plānu, īsteno to un izvērtē rezultātu.	Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana

	Sniedz par sevi informāciju anketā. Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas sniegšanai pēc norādījumiem.	piemērus, pamato, kāpēc darbs ir vērtība. Saskata vienkāršas ar sekmīgu karjeru saistītas kopsakarības sabiedrībā (skolā, ģimenē un vietējā kopienā). Veido stāstījumu par darba darītājiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli. Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes. Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām. Veido savā pieredzē un viedoklī balstītu argumentāciju karjeras iespēju raksturošanai. Formulē savus secinājumus, saskaņā ar dotajiem norādījumiem.	Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz. Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpausmes karjerā un sadzīve, un piedalās tā nodrošināšanā.	
6.	Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses, analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras	Pārliecinās, vai iegūta pietiekami vispusīga un precīza informācija par karjeras iespējām, pārbauda tās ticamību. Izmanto digitālās tehnoloģijas, lai	Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības. Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu.	Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu mape Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās)

	jomās (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Izvērtē pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) izmanto radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie idejām tās pilnveidei, iedvesmojas no citu idejām, tās papildina. Ar skolotāja atbalstu izveido un patstāvīgi papildina darbu mapi (porfolio). Patstāvīgi plāno laiku mācībām un darbam. Patstāvīgi seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei dažādās karjeras jomās un nosaka, vai un kā sniegumu uzlabot. Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu, iesaistās dialogā ar klausītājiem. Atbilstoši adresātam un saziņas	iegūtu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām. Analizē publiski pieejamo informāciju, lai noskaidrotu, kādi uzņēmumi un kādās nozarēs ir izplatīti vietējā pašvaldībā, un kādu profesiju pārstāvji tajos strādā. Salīdzina profesijas, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās. Atlasa un vizualizē un informāciju par darba saturu dažādās nozares profesijās. Skaidro dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē. Skaidro sekmīgas karjeras ietekmi uz tās īstenotājiem, viņu ģimenes locekļiem, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību	Piedalās savu karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā. Ar pedagoga atbalstu nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu dotajā kontekstā. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot. Patstāvīgi izvirza vairākus karjeras attīstības (mācīšanās) mērķus un plāno, kā tos īstenot gan vienatnē, gan grupā. Izvirzot sev īstermiņa mērķus, izmanto gan savu, gan nozīmīgu citu cilvēku pieredzi. Iztēlojoties karjeras mērķa sasniegšanas gaitu un eksperimentējot domās, veido karjeras attīstības plānu, īsteno to, izvērtē paveikto pēc paša radītiem kritērijiem un iesaka uzlabojumus. Izzina pieejamos resursus un	Multimediju prezentācija Mutiska uzstāšanās Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana

	mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētas aptaujas jautājumiem. Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei	nacionālā mērogā un saskata savu nepieciešamību iesaistīties savas kopienas dzīves uzlabošanā. Iepazīst un izvērtē veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Pēc dotajiem un paša radītajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē informāciju par karjeras iespējām. Veido faktos par karjeras iespējas kontekstu balstītu argumentāciju, atšķir atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā. Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus par karjeras iespēju.	atrod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri. Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to. Analizē sadarbību karjerā un sabiedrībā.	
9.	Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt	Tiecas iegūt vispusīgu un precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.	Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus. Ir gatavs pieņemt nenoteiktību un jaunus izaicinājumus. Piedalās un aizstāv viedokli diskusijās par savām karjeras iecerēm.	Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu mape Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Multimediju prezentācija Mutiska uzstāšanās Pašvērtējums

	savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses. Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes. Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā. Nosauc savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs. Patstāvīgi izvēlas un iekļauj plānā savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes, nosakot šo izvēļu priekšrocības un trūkumus. Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās, izzina sava padarītā progresu un nosaka, vai un kā uzlabot sniegumu. Izmanto kļūdas, lai mērķtiecīgi mainītu savu	Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās. Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām. Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās. Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs. Analizē dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē. Analizē, kā sekmīga atsevišķu indivīdu karjera ietekmē pašus, viņu ģimenes locekļus, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību Eiropas mērogā un pamato to, ar dažādos avotos gūtu informāciju un statistikas datiem.	Nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, raksturo problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēloņsakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā. Formulē kontekstā balstītus strukturētus pieņēmumus. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot. Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi. Plāno savu izaugsmi mācībās un brīvā laika aktivitātēs, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos. Spriežot “atpakaļgaitā” un atrodot pretpiemērus veido karjeras attīstības situācijas modeli un tajā pamatotu karjeras attīstības plānu. Īsteno to, un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu	Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rakstiska atskaite Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana

	darbību. Mērķtiecīgi plāno un veido strukturētu un saturīgu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju. Raksta patstāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē. Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta satura (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas.	Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un patstāvīgi formulē pamatotus secinājumus.	mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņēmienu. Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam. Elastīgi un izsvērti izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri. Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu. Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.	
12.	Patstāvīgi un regulāri analizē un reflektē par sava snieguma saistību ar emocijām, personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi), patstāvīgi rod veidus, kā attīstīt spējas pārvaldīt savu domāšanu, emocijas un uzvedību. Raugoties uz esošo karjeras	Gūst vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras iespējām, izvērtē tās ticamību un analizē, kādēļ atsevišķās situācijās ticamu informāciju iegūt ir grūtības. Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.	Interesējas par atklājumiem un inovācijām, proaktīvi meklē jaunas karjeras attīstības iespējas, lai, tās īstenojot, efektīvi uzlabotu savu un citu dzīves kvalitāti. Rosina diskusijas par savām karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo, pauž piekrišanu vai nepiekrišanu.	Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu mape Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Multimediju prezentācija Mutiska uzstāšanās Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rakstiska atskaite

	situāciju no dažādiem skatu punktiem, pamana jaunas iespējas; mērķtiecīgi un elastīgi izmanto citu pieredzi vai attīsta savas ideju radīšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jauniem un noderīgiem risinājumiem. Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas digitālās darbu mapes veidošanā. Analizē savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs. Pieņem lēmumus, novērtējot savas vajadzības, zināšanas un intereses, patstāvīgi plāno savu ikdienu saistībā ar nākotnes karjeru. Patstāvīgi izmanto kritērijus, kas palīdz īstenot darba uzraudzīšanu un pilnveidošanu dažādās karjeras jomās, izvērtē, apkopo un turpmākā darba procesā mērķtiecīgi izmanto gūto pieredzi. Veido un prezentē tekstus karjeras mērķu sasniegšanai (piem., savu	Atlasa un analizē informāciju par izglītības un darba iespējām Latvijā un ārzemēs. Atlasa un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām un par darba tiesisko regulējumu, t.sk., par darba vides riska faktoriem Latvijā. Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām, profesionālo interešu jomām un nozarēm. Raksturo vaļasprieku, mācību priekšmetu satura un profesionālo interešu savstarpējo atbilstību. Raksturo vērtību realizēšanas iespējas profesionālajā darbībā. Skaidro un pamato savu skatījumu par izglītības, nodarbinātības kopsakarībām gan vietējā, gan globālā mērogā; izvērtē indivīdu, sabiedrības un vides mijiedarbību karjeras attīstības kontekstā. Salīdzina darba devēju un klientu	Patstāvīgi nosaka aktuālas karjeras attīstības vajadzības, precīzi formulē karjeras attīstības problēmu un pamato nepieciešamību to risināt. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā vairākus risinājumus. izvērtē tos attiecībā pret mērķi, izvēlas un nolemj īstenot labāko risinājumu. Regulāri un atbilstoši savām karjeras attīstības vajadzībām izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības mērķus; formulē kritērijus, pēc kuriem izvērtēt, vai mērķis ir sasniegts; plāno mērķa īstenošanas soļus; uzņemas atbildību par savu lomu soļu īstenošanā un mērķu sasniegšanā. Izvirza dzīves mērķus un darbojas, lai prognozētu, patstāvīgi pieņemtu atbildīgus un izsvērtus lēmumus par savu nākotnes darbības jomu (karjeru), ņemot vērā informāciju par izmaiņām darba tirgū un respektējot savas vajadzības un	Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana

	dotumu, sasniegumu, interešu, vajadzību un nākotnes nodomu savstarpējās saistības atklāšanai), bagātina tos ar specifiskiem līdzekļiem (balss toni, tēlainu valodu, precīzu un aprakstošu vārdu krājumu, neverbālajiem saziņas līdzekļiem), lai sasniegtu komunikatīvo mērķi. Izmanto svešvalodu savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai starptautiskā kontekstā klātienē vai virtuālā vidē. Patstāvīgi vai pēc noteiktiem paraugiem veido profesionālajai saziņai atbilstošus rakstveida tekstus (iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli), identificē raksturīgākās kļūdas lietišķajā saziņā. Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai radītu, prezentētu un pārraidītu karjeras mērķu sasniegšanai nozīmīgu saturu.	prasības dažādos laika posmos un valstīs, un izdara secinājumus par darba tirgus, t.sk., uzņēmējdarbības, attīstības tendencēm. Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju par karjeras iespējām. Raksturojot karjeras iespējas, spriež no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto. Argumentē, pierādot izteiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamatotus secinājumus, pamana un novērš loģiskās argumentācijas kļūdas.	vērtības. Patstāvīgi izstrādā karjeras attīstības plānu; īsteno to, izvēloties, lietojot un pielāgojot piemērotas problēmrisināšanas stratēģijas; elastīgi reaģē uz neparedzētām izmaiņām; izvērtē paveikto un gūtos secinājumus izmanto arī citā kontekstā. Efektīvi organizē resursus, lai īstenotu savu karjeras ieceri; patstāvīgi meklē, izvērtē un atbildīgi izmanto citu idejas. Kļūdas un grūtības karjeras attīstības plāna īstenošanā izmanto kā iespēju izaugsmei. Plāno un īsteno nozīmīgu, cieņpilnu verbālu, neverbālu un digitālu komunikāciju karjeras attīstības mērķu sasniegšanai. Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenot viņu karjeras ieceres.	

11. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra un informācijas avoti

1. Akmeņkalna I., Kārkliņš A., Kalniņa I. Mērķtiecīga karjeras veidošana. Mācību metodika.– R.: LUMA, 2007
2. Akmeņkalna I., Kārkliņš A., Skutele D. Mērķu sasniegšana. – R.: LUMA, 2007
3. Alens Dž., Nerne Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – R.: Skolu atbalsta centrs, 2000
4. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – R.: Pētergailis, 2001
5. Beloraga G. Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
6. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. – R.: Profesionālās karjeras izvēles centrs, 2000
7. Daiktere I. Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika. – R.: SIA LUMA, 2007
8. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9.klasēs. – R.: PIAA, PIAC, 2004
9. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Interesantas idejas klases audzinātājam.– R.: RaKa, 2008
10. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Mūsdienīga skolēna portfolio.– R.: RaKa, 2008
11. Ertelts B.J., Šulcs V. Karjeras konsultēšanas kompetences. – R.: VIAA, 2008,Vācija: Rosenberger
Fachverlag, 2007
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kompetences_2008.pdf
12. Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem. Caur mācīšanos uz darbu.– R.: VIAA, 2011,
Eiropas profesionālās izglītības attīstības centrs, 2010
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf
13. Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi.– R.: VIAA, 2008
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf
14. Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām.
Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts.
Pieejams: http://www.careercenteronline.org
15. Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīglīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā.– R.: PIAP aģentūra, 2003 Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
16. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009.– R.: VIAA, 2010
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
17. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata.
Karjeras izglītība 7.-9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006
Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
18. Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi.
Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi.

Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006
Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
19. Karjeras izglītība 10.-12. klasei. Skolotāja rokasgrāmata.- R.: VIAA, 2007
20. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā.– R.: PIAA, PIAC, 2004 Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
21. Karjeras konsultēšanas metodes.– R.: VIAA, 2009, Bukareste: Institute of Educational Sciences,
Euroguidance, 2007
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
22. Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi.– Jelgava: PKIC, 2007
23. Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?
24. Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?– Jelgava: PKIC, 2007
25. "Karjera vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā." R.: VIAA, 2016
26. Karjeras Ziņas. – R.: VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums.
Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
27. Korna. E. Karjeras izglītība. Tukuma 2.vidusskolas pieredze. – R.: RaKa, 2011
28. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.– R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008
Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
29. Ķīkule I. Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5. – 8.klasei. – R.: Labklājības ministrija, SIA „ULMA", 2006
30. Lemešonoka I. Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem- R.: Zvaigzne ABC, 2018
31. Lemešonoka I. Vecāku atbalsts bērnam veiksmīgas karjeras veidošanā. Rokasgrāmata skolotājiem un vecākiem.- R.:Zvaigzne ABC, 2020
32. Mans bērns izvēlas karjeru.– R.: VIAA, 2010
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf
33. Pavulēns J. Rokasgrāmata pedagogiem karjeras konsultantiem individuālo karjeras konsultāciju īstenošanai vispārējās un profesionālajās izglītības iestādēs. Metodisks materiāls. R.: VIAA, 2020
Pieejams:https://viaa.gov.lv/library/files/original/Rokasgramata_IKK_istenosanai_2020.pdf
34. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem.
Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma vidusskolas skolēniem. – R.: PKIVA.
35. Pīvijs V. Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijs_2012_f.pdf
36. Profesiju aprakstu katalogs.– R.: PKIVA, NVA., 2007,2012

Pieejams:http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf; http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf
37. Profesiju definīciju katalogs.– R.: PKIVA, 2007
Pieejams: http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf
38. Profesiju klasifikators.– R.: Latvijas Vēstnesis, 2006 Pieejams: http://www.lm.gov.lv/text/80
39. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004
40. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa, 2008
41. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. - Vīne: 2012 Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
42. Templers R. Veiksmīgas karjeras likumi.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
43. Veiksmīgas karjeras anatomija.– R.: Lietišķās informācijas dienests, 2009

Videomateriāli

1. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas būvniecības nozarē.
Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē.
Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas meža nozarē. – DVD: VIAA.
2. Domā pats! (videofilma 5. – 8.klasei.)
3. Iepazīsti izglītības un darba pasauli. – CD – ROM: PIAP.
4. Iepazīsti un izvēlies! Virtuālais ceļvedis: Daugavpils Universitāte, Latvijas Lauksaimniecības universitāte, Liepājas Pedagoģijas akadēmija, Rēzeknes augstskola, Ventspils Augstskola, Vidzemes Augstskola. – CD.
5. Izglītība Latvijā 2008 – CD: STA. 6. Kurp doties? Ķīmiķis. Farmaceits. Mikrobiologs. (TV raidījumi) Nākotnes aprēķins. (īsfilma)– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2006
6. Kurp doties? Farmaceits. Vides speciālists. Mārketinga speciālists.– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2007
7. Karjeras iespējas Latvijā. RSEBAA. AIESEC. – CD.
8. Labklājības ministrijas pētījumi. ES struktūrfondu Nacionālās programmas „Darba tirgus pētījumi” projekts. – CD.
9. Mana karjera. Mana karjera manās rokās. Autoceļu būvniecība.
Mana karjeras – manās rokās. Enerģētika. – CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
10. Profesionālās darbības jomas Latvijā. – DVD (1., 2.disks), VHS: PKIVA.
11. Progresīvās profesijas. – CD: PKIVA, Labklājības ministrija, projekts „Profesiju segregācijas cēloņu mazināšana”
12. Studijas datorikas nodaļā. Fragments no LTV7 raidījuma „Aktualitātes”. (13.04.2008.) – CD (.mpg): SIA „AGD GRUPA”
24. “Zaļais pipars 1-4” – CD: RTU
Pieejams: http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitojosa-filma-zalais-pipars

Interneta resursi:

1. www.europass.lv/ - CV standarts “Europass”

2. http://jaunatne.gov.lv/lv - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu
3. www.niid.lv - nacionālā izglītības iespēju datu bāze
4. http://www.nva.gov.lv/karjera/ - informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespāju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai
5. www.prakse.lv - prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām
6. www.profesijupasaule.lv – profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.

Programmas izstrādē izmantotā literatūra:

1. Ieteikumi klases stundu programmas īstenošanai. Metodiskie ieteikumi. R.2016., VISC, 37. lpp.
2. Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm. Metodisks materiāls. R.2019., VIAA, 116.lpp.
3. Klases stundu programmas paraugs. Metodisks līdzeklis. R.2016., VISC, 46.lpp.
4. 100 metodikas karjeras attīstības atbalstam. R.: VIAA, 2019, 428.lpp.
5. Rīgas pilsētas vispārizglītojošo izglītības iestāžu "Karjeras izglītības programma 1.-12. kl.," R. 2013/2015, 38. lpp.

Pielikumi

1. pielikums

Jēdzienu skaidrojumi

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izaugsmei visa mūža garumā. Tas ir nepārtraukts mācīšanās un attīstības process; tā ir cilvēka virzība visa mūža garumā gan sociālajā, gan profesionālajā jomā.

Karjeras attīstība ir indivīda personīgās dzīves, mācību un darba vadības process mūža garumā. Tas ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi, un apkārtējo pasauli, analizē un pielieto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju.

Karjeras attīstības atbalsts — pasākumu kopums, kas ietver informācijas, karjeras izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamajiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu.

Karjeras izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem apgūt un attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā, karjeras vadīšanā un sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un attīstīšanu visa mūža garumā.

Karjeras vadības prasmes ir vadošās individuālās prasmes, kas palīdz *izprast, plānot, organizēt, vadīt* un *kontrolēt* savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai. Tās attiecas uz nepieciešamajām prasmēm, lai atrastu sev izglītības virzienu un nodrošinātu sev darbu un lai sekmīgi veidotu personīgo dzīvi.

Kompetencēs balstītas izglītības pieeja ir orientēta uz skolēna personalizētu mācīšanos un praktisku darbošanos, daudzveidīgi izmantojot informācijas komunikāciju tehnoloģijas daudzveidīgā mācību vidē, balstīta uz skolēna pašizziņu un pašpieredzes izmantošanu un partnerībā veidotu skolēna – skolotāja mijiedarbību.Tā ir karjeras vadības prasmju veiksmīgas pilnveides priekšnoteikums.

Konsultēšana (visplašākajā nozīmē) ir konsultanta profesionāla darbība, atbalsta sniegšana klientam, viņam nozīmīgu mērķu sasniegšanā un dzīves kvalitātes uzlabošanā.

Karjeras konsultēšana ir "uz personas vajadzībām un karjeras mērķiem" centrēta palīdzība cilvēkam, lai veicinātu sevis izzināšanu, savas profesionālās ievirzes apzināšanu, padziļinātu

izpratni par izglītību un iespējām darba tirgū un atklātu to profesionālo virzienu, kas vislabāk atbilst viņa personībai, viņa vērtībām, mērķiem. Karjeras konsultēšana sekmē apzinātu un patstāvīgu karjeras lēmumu pieņemšanu.

2. pielikums

Karjeras attīstības atbalsta metodes un metodiskie paņēmieni

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni.

Aptauja

Jautājumu vai jautājumu un atbilžu formā mutvārdos vai rakstveidā veidota informācijas iegūšanas metode (Pedagoģijas terminu …, 2000). Aptauju izmanto kā heiristisku mācību metodi, lai iegūtu citu mācību metožu (piem., diskusijas, projekta darba u.c.) īstenošanai nepieciešamo informāciju (Rubana, 2004).

Asociāciju kartes

Neliela izmēra daudznozīmīgi attēli, kuri, izraisot asociācijas un "atdzīvinot" atmiņas un izjūtas, palīdz veidot stāstījumu par noteiktām, stāstītājam nozīmīgām tēmām (Popova, Miloradova, 2015).

Apskats (pārskats)

Skolēni, veicot mācību uzdevumu, vāc informāciju (datus), piem., veic aptauju, anketēšanu u.c., un rezultātus apkopo rakstiskā apskatā (pārskatā) (Sociālās zinības, 2014).

Āra nodarbības

Skolotāja organizēta mācību organizācijas forma, kuras laikā skolēni ārpus skolas veic skolotāja sagatavotos uzdevumus un meklē atbildes uz skolotāja sagatavotiem jautājumiem. Pārskatu par paveikto āra nodarbībās skolēni var sagatavot klasē vai mājās (Literatūra, 2008).

Darbu mape (portfolio)

Skolēna veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš ieplānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu kopīgi izvērtē skolēna sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna pašizpēti, pašanalīzi un pašregulāciju (Klases stundu…, 2016). Darbu mape ir pašizziņas, pašatklāsmes, paraksturošanas un pašanalīzes instruments, kas cilvēkam palīdz apzināties dabas dotos talantus, savas stiprās puses un priekšrocības, novērtēt sevi un palīdz saskatīt karjeras iespējas. (Work on it, 2018). Darbu mapi skolēni var veidot papīra formātā vai digitāli.

Darbs ar tekstu

Skolotājs piedāvā tekstus (rakstveidā, audio un videoierakstos) mācību uzdevuma veikšanai, skolēni iepazīstas ar tekstiem un atbilstoši mācību uzdevumam veido jautājumus par tekstu, analizē tekstu, atbild uz tekstā ietvertajiem jautājumiem u.c. (Psiholoģija, 2014).

Demonstrēšana

Skolotājs vai skolēni demonstrē vizuālu informāciju (videofilmas, attēlus, tabulas utt.), parasti – papildinot stāstījumu (lekciju, izklāstu) (Psiholoģija, 2014).

Didaktiskā spēle

Pieredzes izglītības metode, *spēle,* kurai ir skolotāja definēts izglītojošs mērķis un noteikta struktūra. Didaktiskās spēles var iedalīt trīs kategorijās: konstruēšanas spēles (spēles ar materiāliem, detaļām, dažādu telpisku objektu un mehānismu konstruēšana), lomu (simulācijas) spēles (reālās dzīves notikumu, darbību un situāciju atveidošana) un spēles ar noteikumiem (spēles, kurās jāievēro noteikti nosacījumi – galda spēles, kāršu spēles, bingo, sporta spēles, muzikālās spēles u.c.) (Jančič, Hus, 2017).

Diskusija

Skolotājs vai skolēni piedāvā apspriešanai kādu tematu, skolēni individuāli vai iepriekš mērķtiecīgi izveidotās grupās iesaistās sarunā, argumentēti aizstāvot savu viedokli (Psiholoģija, 2014). Galvenie skolēna uzdevumi diskusijā ir: skaidri izteikt savas domas, ieklausīties citos, censties izprast citu viedokli un uzņemties atbildību (Klases stundu…, 2016).

Domu karte

Grafiskais organizators – tīklveida zīmējums ("zirneklis"), kuru veido lapas vidū apļa centrā ierakstot tēmu (nozīmīgāko jēdzienu) un to ar atzariem savienojot ar apakštēmām. Atzariem piezīmē zariņus, pie kuriem pieraksta atslēgas vārdus (vai pievieno attēlus), kuri saistās ar apakštēmu. Ja nepieciešams, šīs saites, veidojot loģisku sistēmu, var sazarot tālāk. Domu karte palīdz strukturēt domas gaitu: sākt ar vispārīgo (tēmu), pāriet uz konkrēto (apakštēmu) un tikai tad iedziļināties detaļās (Miķelsone, 2002; Sociālās zinības.., 2014).

Ēnošana *(job or work shadowing)*

Karjeras izglītības metode (Rojewski, 2006)- mācību ekskursijas variants, kurā skolēni, īstenojot mācību uzdevumu, mērķtiecīgi individuāli iepazīstas ar noteiktas profesijas pārstāvja darba ikdienu. Mācību metode palīdz skolēniem pārbaudīt sevi darba vidē, izzināt savas intereses un dod iespēju labāk iepazīt izvēlēto profesiju. Pēc Ēnu dienas skolēni dalās pieredzē ar klases biedriem, dodot iespēju ikvienam skolēnam vairāk uzzināt par dažādām profesijām (Karjeras izglītība skolā, 2009).

Grafiskais organizators (grafiskais informācijas organizators)

Noteiktā sistēmā sakārtotas informācijas vizuāls attēlojums, izmantojot specifiskus simboliskus apzīmējumus. Grafiskie informācijas organizatori (tabulas, shēmas, diagrammas, domu kartes u.c.) palīdz abstraktas idejas attēlot konkrētākā veidā, parādīt informācijas vienību (faktu, jēdzienu, koncepciju u.c.) savstarpējās attiecības, sakārtot un organizēt idejas, vieglāk iegaumēt un atcerēties informāciju (Rubana, 2004).

Heiristiskas (daļēju meklējumu) pārrunas

Skolotāja vadītas pārrunas, kuru laikā skolēni nonāk pie subjektīvi jauniem atklājumiem (Miķelsone, 2002).

Intervija

Skolēni, atbilstoši skolotāja dotajam uzdevumam, iztaujā par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus, pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus (Psiholoģija, 2014).

Jautājumi – atbildes

Skolotājs vai skolēni mutvārdos vai rakstiski uzdod jautājumus par noteiktu tematu un atbild uz tiem (Sociālās zinības, 2014).

Katehētiskas pārrunas

Pārrunas, kuru laikā skolēni precizē un nostiprina esošās zināšanas (Miķelsone, 2002).

Klausīšanās metode

Skolēni uzmanīgi klausās stāstījumu, individuāli pieraksta mācību uzdevumam atbilstošo informāciju (jautājumus, problēmas, viedokļus), stāstījuma beigās uzdod jautājumus (ja nepieciešams), un noslēgumā, atbilstoši mācību uzdevumam, sniedz atgriezenisko saiti vai ziņojumu (Miķelsone, 2002).

Kolāža

Skolēnu individuāli, pāros vai grupās veidots kompozicionāli vienots attēls, kurā skolēni atklāj savu priekšstatu par kādu skolotāja dotu tematu, piem., veido kolāžu par sociālo vidi klasē, vērtējot savstarpējās attiecības (Klases stundu…, 2016). Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus (Literatūra, 2008), metode ļauj skolēniem izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras (Kulturoloģija, 2008), kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.

Kooperatīvā mācīšanās (grupu darbs)

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs izveido skolēnu grupas tādu uzdevumu vai projekta darbu veikšanai, kuros nepieciešama produktīva grupas dalībnieku sadarbība, t.i., uzdevuma rezultāti atkarīgi no katra grupas dalībnieka ieguldījuma kopējā darbā. Risinot uzdevumu, grupas dalībnieki pilnveido saskarsmes prasmes, mācās sadarboties un viens no otra. Skolotājs organizē mācības un konsultē skolēnus. Metodi var izmantot gan plaša informācijas klāsta apkopošanai, gan arī radošu uzdevumu izpildei, piem., komiksa veidošanai par noteiktu tēmu (Psiholoģija, 2014).

Krustvārdu mīklas

Viens no intelektuāli radošo didaktisko spēļu (projektēšanas spēles, burtu, skaitļu mīklas, anagrammas u.c.) veidiem, kas īpaši lietderīgs jēdzienu izpratnes nostiprināšanā (Rubana, 2004).

Lomu spēles

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni iejūtas lomās atbilstoši mācību situācijā ietvertajam uzdevumam. Citi skolēni veic skolotāja dotu uzdevumu – vēro, pieraksta, vērtē atbilstoši noteiktiem kritērijiem u.c., lai pēc situācijas izspēlēšanas izteiktu viedokli diskusijā (Psiholoģija, 2014).

Mācību ekskursija

Āra nodarbību forma, kas dod iespēju skolēniem dabiskos apstākļos iepazīt dažādas parādības un procesus; reālu notikumu vai darbības vietu apmeklējums, kas ļauj iegūt jaunu informāciju dabiskā vidē, padziļināt mācību satura izpratni, integrēt dažādos mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes un pilnveidot skolēnu sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni saņem mācību uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni sagatavo pārskatu par paveikto un demonstrē to pārējiem, vai iesniedz skolotājam (Sociālās zinības.., 2014).

Pārrunas

Dialoģiska mācību metode, kuru īstenojot runātājs (skolotājs vai skolēns) ar mērķtiecīgu un loģiski secīgu jautājumu palīdzību palīdz klausītājiem, kuriem ir vai pārrunu laikā būs iespēja iegūt priekšzināšanas, konstruēt jaunas atziņas. (Miķelsone, 2002).

Piramidālā diskusija

Mācību metode, kurā notiek pakāpeniska pāreja no individuālā darba uz diskusiju klasē (grupā). Pēc mācību uzdevuma saņemšanas, skolēni strādā individuāli, izdarot uzdevumā paredzētās izvēles un pieņemot lēmumus. Pēc tam skolēni apvienojas pāros un apspriež individuāli pieņemtos lēmumus, izveidojot kopīgu pāra viedokli par veicamo uzdevumu. Nākamajā posmā, diviem pāriem apvienojoties, diskusija un lēmuma pieņemšana, no visām izvēlēm izveidojot vienu kopēju izvēli, notiek četratā. Diskusija turpinās aizvien lielākās grupās, kamēr viens kopējs lēmums tiek pieņemts klases kopējā diskusijā. Nobeigumā skolēni skolotāja izvēlētā veidā izvērtē kopējo lēmumu un tā pieņemšanas gaitu (Sociālās zinības.., 2014).

Praktiskais darbs

Skolēni atbilstoši mācību uzdevumam veic mācību darbu, lietojot apgūtās zināšanas, prasmes un īstenojot savas radošās ieceres, strādājot individuāli vai grupā (Mājsaimniecība, 2014).

Prāta vētra

Mācību metode, kurā skolotājs uzdod jautājumu vai izvirza problēmu un skolēni īsi izsaka iespējamās atbildes, idejas, risinājumus u.c., uzmanīgi klausoties, papildinot, bet nekomentējot un nevērtējot citu teikto. Metodi ieteicams izmantot kā ieaicināšanas fāzes sastāvdaļu, lai aktualizētu esošās skolēnu zināšanas un izpratni, sākot jaunu tēmu (Psiholoģija, 2014).

Projektu metode

Mācību metode, kuru īstenojot, skolēni individuāli vai darba grupās formulē idejas un jautājumus, iegūst informāciju, pēta un risina problēmas, apkopo darba rezultātus un iepazīstina ar tiem citus skolēnus. Skolotājs palīdz skolēniem formulēt projekta mērķi, izveidot darba grupas un sniedz atbalstu projekta izveidē (Literatūra, 2008).

Radošais darbs

Skolēnu pašizpausmes metode, mācību uzdevuma īstenošana individuālās vai kooperatīvās mācīšanās rezultātā radīta stāsta, esejas, dzejas, aforisma, zīmējuma, attēla
u.c. formā (Miķelsone, 2002).

Sarunas mazās grupās

Mācību metode, kurā skolēni, saskaņā ar pašu pieņemtiem noteikumiem, veic skolotāja dotu uzdevumu, sarunājoties mērķtiecīgi izveidotās grupās, kur katrs izsaka savu viedokli vai vērtējumu un dalās pieredzē, kā arī saņem informāciju no citiem (Klases stundu…, 2016)

Simulācija

Situāciju izspēles metode, kurai, salīdzinot ar lomu spēli, raksturīga lielāka nenoteiktība skolotāja piedāvātajā situācijas aprakstā, elastīgums un sarežģītība (Psiholoģija, 2014).

Situāciju analīze

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas situācijas

aprakstu (rakstiski vai mutiski), audio vai videoierakstu un uzdod jautājumus par šo situāciju. Skolēni pārrunā, analizē, pieraksta, secina un atbilstoši situācijas analīzes mērķim veido kopsavilkumus vai ieteikumus (Psiholoģija, 2014).

Situāciju izspēle

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas problēmsituācijas aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni meklē situācijas risinājumus, izspēlējot situāciju lomu spēlē (ja situācijas aprakstā skaidri definētas dalībnieku lomas) vai simulācijā (ja lomas situācijā ir nenoteiktas vai neviennozīmīgas). Metodi īstenojot, skolēni var veidot un izspēlēt iespējamos situācijas attīstības scenārijus, un saņemt atgriezenisko saiti no citiem skolēniem un skolotāja. Skolotājs var modelēt izspēlei skolēnu dzīves pieredzei līdzīgas situācijas (Psiholoģija, 2014).

Spēle

Noteiktu darbību kopums vēlamā rezultāta sasniegšanai, kam piemīt sacensības pazīmes un kas ietver ne tikai prasmju un iemaņu mērķtiecīgu, noteikumiem atbilstošu izmantošanu, bet arī nejaušības elementus un brīvas interpretācijas, darbības un rīcības iespējas. Spēle veicina izziņas spēju, sadarbības prasmju un radošuma attīstību un veicina spriedzes samazināšanos (Latvijas Universitātes.., 2013)

Stāstījums (izklāsts, lekcija)

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs vai skolēns izklāsta kāda temata saturu (piem., idejas, viedokļus, faktus, teorijas vai notikumus), bet klausītāji (piem., citi skolēni) klausās, veido pierakstus atbilstoši uzdevumam, uzdod jautājumus (Psiholoģija, 2014).

SVID analīze

Ārējo (iespējas un draudi) un iekšējo (priekšrocības un trūkumi) ietekmes faktoru noteikšanas metode. Metode ļauj izvērtēt un prognozēt indivīda, grupas vai organizācijas un apkārtējās vides faktoru mijiedarbību (Allison, Kaye, 2005; Tāšica, 2009).

Venna diagramma

Grafiskais organizators, kuru izmanto kopīgā un atšķirīgā noteikšanai un jēdzienu definēšanai. Venna diagrammu zīmē kā vairākus, parasti divus vai trīs pārklājošos apļus. Diagramma ļauj uzskatāmi parādīt dažāda rakstura attiecības starp jēdzieniem, grupām, kategoriju kopām u.c. Atspoguļojot informāciju diagrammā, apļu daļās, kuras nepārklājas, raksta atšķirīgo, daļās, kurās apļi pārklājas – kopīgo (Sociālās zinības.., 2014). Apkopojot individuāli vai mazajās grupās izveidoto Venna diagrammu saturu, skolotājs, uzklausot argumentētus skolēnu viedokļus, var veidot lielu diagrammu uz tāfeles un organizēt diskusiju par jēdzienu attiecībām (Ētika, 2008).

Viktorīna

Spēles veids, kas liek skolēniem koncentrēt zināšanas, saskatīt būtisko, lietu un parādību loģisko kārtību un noformulēt to vārdos. Skolēnus var iesaistīt viktorīnā kā dalībniekus, kā arī var piedāvāt skolēniem pašiem mācību procesā veidot uzdevumus (Rubana, 2004).

Vizualizēšana

Mācību metode, kurā skolotājs vai skolēni informācijas uztveres atvieglošanai un papildināšanai izmanto vai patstāvīgi izveido simboliskus uzskates līdzekļus (īstenības objektu attēlus ar vārdu, simbolu un krāsu palīdzību), piem., domu kartes, shēmas, diagrammas,

tabulas, plānus, kartes, zīmējumus u. c. (Psiholoģija, 2014). Lietojot vizualizācijas metodes, skolēni pilnīgo vizuālo uztveri, apgūst skaidrāku redzējumu uz lietām un pilnveido spēju paskatīties uz problēmām no cita skatupunkta un ieraudzīt problēmu risinājumu skaidrākā perspektīvā (Riņķis, 2007).

Zinātniskās pētniecības darbs

Mācību metode, kuru īstenojot skolēni patstāvīgi vai ar skolotāja palīdzību izvēlas pētāmo problēmu, izvirza pētījuma jautājumus vai hipotēzi, definē pētījuma mērķi un uzdevumus, izvēlas pētniecības metodes, kā arī plāno un veic pētījumu. Pētījuma noslēgumā, pamatojoties uz tā rezultātiem, skolēni izdara secinājumus, sagatavo pētījuma atskaiti un iepazīstina ar pētījuma rezultātiem citus skolēnus (audzēkņus) (Veselības mācība, 2014).

3. pielikums

Karjeras izglītībā izmantojamās metodes un iegūstamās prasmes

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja	Apgūt prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi Ieinteresēt audzēkni izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba pasaules iespējas Attīstīt prasmi kritiski domāt
2.	Analīze	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag'' veidotu vienotu kopumu
3.	Brīvais raksts	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
4.	Darbs ar informācija avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
5.	Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
6.	Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklausīt otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
7.	Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklausīt citu domas Meklēt problēmu risinājumu
8.	Dubultā dienasgrāmata	Veidot prasmi atrast tekstā nepieciešamo informāciju, to analizēt, paust savu viedokli, balstoties uz pieredzi
9.	Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
10.	Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētās profesijas plusus un mīnusus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus

11.	Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
12.	Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi
13.	INSERT metode	Apgūt prasmi izvērtēt informāciju
14.	Intervija	Apgūst prasmi sarunāties: uzklausīt sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu
15.	IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
16.	Pārrunas/sarunas	Apgūst prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
17.	Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
18.	Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
19.	Portfolio/darba mape	Vākt materiālus, iegūt informāciju, to apstrādāt, krāt un veidot savu darba mapi - portfolio
20.	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
21.	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
22.	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
23.	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt

		informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
24.	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
25.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem Iejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
26.	SVID analīze	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas
27.	T- tabula	Apgūt iemaņas izvērtēt parādību no vairākiem aspektiem
28.	Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
29.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
30.	Venna diagramma	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu
31.	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

4. pielikums

Izglītojamo karjeras attīstības pašvērtējuma anketa 7. - 12. klasēm

Karjeras vadības prasmes	**Pilnībā atbilst (4)**	**Lielākoties atbilst (3)**	**Lielākoties neatbilst (2)**	**Vēl jāturpina attīstīt (1)**
Pašizziņa un pašvadība				
Zinu, kas mani interesē, protu savas intereses attīstīt				
Zinu, kāds/ kāda es esmu, protu novērtēt un attīstīt sava rakstura iezīmes				
Apzinos savas stiprās puses, savas spējas un dotumus, zinu kā tos attīstīt				
Apzinos savas dzīves vērtības				
Protu vērtēt savu darbību				
Aizvien labāk pārvaldu savas karjeras vadības prasmes				
Izprotu to, kas man šajā brīdī ir svarīgākais savai pašattīstībai				
Protu novērtēt savu progresu				
Karjeras iespēju izpēte				
Apzinos, kas nepieciešams, lai strādātu noteiktās profesijās				
Protu pētīt profesiju pasauli un tās sniegtās karjeras iespējas				
Protu izmantot daudzveidīgus informatīvos resursus				
Protu mācīties no savas un citu pieredzes				
Protu mēķtiecīgi izmantot daudzveidīgus IKT resursus				
Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana				

Protu pieņemt lēmumus un īstenot tos darbībā				
Protu izveidot iespējamo rīcības plānu				
Protu vadīt savu darbību				
Saskatu karjeras iespējas un cenšos tās īstenot				
Protu pielāgoties personīgās, sabiedrības dzīves, ekonomikas un darba tirgus pārmaiņām				
Apzinos, ka jāmācās un jāpilnveido sevi visu mūžu				

1. Kāds atbalsts Tev nepieciešams, lai izvēlētos turpmāko izglītību un karjeras virzību?

a) par profesijas daudzveidību un saturu,
b) par profesijas pieprasījumu darba tirgū,
c) par profesijas atbilstību Tavām spējām,
d) par palīdzību karjeras izvēles procesā,
e) cita informācija

……
……

2. Kur Tu vari meklēt palīdzību karjeras izvēles procesā?

……
……
……
……

3. Kuru no karjeras atbalsta iespējām esi izmantojis/izmantojusi, kādam nolūkam?

……
……
……
……

4. Kurš karjeras atbalsta pasākums šajā mācību gadā Tev šķita visnoderīgākais? Kāpēc?

……
……
……
……

Izglītojamā vārds, uzvārds:…… Klase:…….

5. pielikums

Anketa par karjeras atbalsta nepieciešamību 8. – 9. un 11. – 12. klašu izglītojamajiem

Šīs aptaujas mērķis ir izpētīt skolēnu gatavību pāriet uz nākošo izglītības līmeni un to, cik lielā mērā skolā tiek īstenota karjeras izglītība, kā arī secināt, kāds atbalsts skolēniem nepieciešams profesionālās pašnoteikšanās procesā.

Skolēna vārds, uzvārds_____

Lūdzu, atzīmējiet vecuma grupu, kurā mācāties!

8. -9.kl.	**11. – 12.kl.**

Lūdzu, apvelciet savi izvēlei atbilstošo variantu! Ja atbildē nav minēti vārdi „jā" vai *„nē", tad drīkst atzīmēt vairākus atbilžu variantus vai pierakstīt savu papildinājumu, kur tas nepieciešams.*

1. **Vai Tu zini, kāda profesija Tev būtu vispiemērotākā?** Jā Nē
2. **Vai jau esi izvēlējies/izvēlējusies savu nākamo profesiju?** Jā Nē

Ja „jā", tad kas Tev palīdzēja izvēlēties

2.1. ģimene 2.3. pats/i
2.2. skola 2.4. draugi
2.5. cits _____

Kādu profesiju esi izvēlējies/usies? _____

Kāpēc to esi izvēlējies /izvēlējusies?

2.6. profesijas prestižs 2.10. radošs darbs
2.7. augsts atalgojums 2.11. risks un piedzīvojumi
2.8. brīvs darba laiks 2.12. nozīmīgs darbs
2.9. darbs ar cilvēkiem 2.13. vienkāršs
2.14. cits iemesls _____

Ja „nē", tad kāda informācija nepieciešama, lai veiktu pareizo izvēli par turpmāko izglītību un karjeras virzību?

2.15. par profesijas daudzveidību un saturu
2.16. par profesijas pieprasījumu darba tirgū
2.17. par profesijas atbilstību Tavām spējām
2.18. kur saņemt karjeras konsultanta palīdzību
2.19. cita informācija _____

3. Kur var meklēt palīdzību karjeras izvēles procesā? Kuru no iespējām esi izmantojis/ izmantojusi, kādam nolūkam?

Paldies!

6. pielikums

Anketa par karjeras izglītības apguves nepieciešamību skolā 9. klašu izglītojamajiem

Šī anketa palīdzēs plānot skolas karjeras izglītības darbu, lai sniegtu pēc iespējas pilnvērtīgāku un efektīvāku palīdzību skolēnu sagatavošanai karjeras izvēlei.

Vispiemērotāko atbildi savai izvēlei apvelc vai papildini iesākto teikumu, kur tas paredzēts! Uz 5., 6., 7.jautājumu var būt vairākas atbildes.

Klase:_____ Vārds, uzvārds: _____

1. **Par nākamo nodarbošanos man jāsāk domāt jau tagad:**
jā, nē,
cits variants _____
2. **Tas, ko un kā es apgūstu pamatskolā, ietekmēs manu karjeras izvēli pēc 9.klases**
jā, nē,
daļēji, jo _____
3. **Tas, ko es mācīšos pēc pamatskolas beigšanas, ietekmēs tālāko mācību un profesijas izvēli:**
jā, nē,
daļēji, jo _____
4. **Vislabākais laiks, kad sākt plānot savu karjeru, ir izglītības iestādes pēdējā klase / pēdējais kurss:**
jā, nē,
cits variants _____
5. **Kādai būtu jābūt tavai izvēlei, izvēloties turpmākās izglītības virzienu?**
   - mērķtiecīgai, par to jādomā jau 7., 8.klasē;
   - mērķtiecīgai, jo jābūt saistītai ar maniem nākotnes nodomiem pēc izglītības iestādes beigšanas;
   - saistītai ar manām spējām mācībās un interesējošiem mācību priekšmetiem;
   - saistītai ar citu (draugu, skolas biedru, vecāku, skolotāju utt.) ieteikumiem;
   - nejaušai, bez motivācijas par to, kāpēc es izvēlos šo programmu;
   - cits variants _____
6. **Ar karjeras izglītības jautājumiem jau esmu iepazinies/iepazinusies:**
   a. klases audzinātāja stundās,
   b. projektu nedēļas darbu izstrādē,
   c. patstāvīgi internetā,
   d. lasot par to žurnālos, laikrakstos,
   e. apmeklējot psihologa konsultācijas,
   f. apmeklējot profesionālās karjeras izvēles centra speciālistus,
   g. tiekoties skolas pasākumos ar dažādu mācību iestāžu studentiem un mācībspēkiem,
   h. sarunās ar vecākiem,
   i. mācību priekšmetu stundās,
   j. patstāvīgajā darba pieredzē, strādājot algotu darbu vai brīvprātīgi u.tml.,
   k. skolēnu mācību firmu darbībā,
   l. apmeklējot izglītības izstādi „Skola” u.c.,
   m. piedaloties „Ēnu dienās”,
   n. apmeklējot mācību iestāžu atvērto durvju dienas,

o. cits variants _____

7. Par karjeras izvēli es sāku domāt:

p. pamatskolā 5.-6.kl.,
q. pamatskolā 7.-8.kl.,
r. domāju tagad, 9.klasē
s. vēl nedomāju, domāšu, kad _____
t. cits variants _____

8.Kādu palīdzību tu gribētu saņemt karjeras izvēles jomā?

Kur tu varētu meklēt palīdzību karjeras izvēles atbalstam?

Paldies!

7. pielikums

Anketa par karjeras atbalsta nepieciešamību skolā 7. – 8. klašu izglītojamajiem

Šī anketa palīdzēs plānot skolas karjeras izglītības darbu, lai sniegtu pēc iespējas pilnvērtīgāku un efektīvāku palīdzību skolēnu sagatavošanai karjeras izvēlei.

Vispiemērotāko atbildi savai izvēlei pasvītro vai papildini iesākto teikumu, kur tas paredzēts! Uz 5., 6., 7.jautājumu var būt vairākas atbildes.

- Klase:_____Vārds, uzvārds_____

1. Par nākamo nodarbošanos man jāsāk domāt jau tagad:
jā, nē,

cits variants _____

2.Tas, ko un kā es apgūstu pamatskolā, ietekmēs manu karjeras izvēli pēc 9.klases beigšanas:
jā, nē,

daļēji, jo _____

3.Tas, ko es mācīšos pēc 9.klases izvēlētajā izglītības iestādē, ietekmēs tālāko mācību un profesijas izvēli:
jā, nē,

daļēji, jo ___

4.Vislabākais laiks, kad sākt plānot savu karjeru, ir izglītības iestādes pēdējā klase/kurss:
jā, nē

cits variants _____

5.Kādai būtu jābūt tavai izvēlei, izvēloties turpmākās izglītības virzienu pēc 9.klases beigšanas?

- mērķtiecīgai, par to jādomā jau 7., 8.klasē;
  mērķtiecīgai, jo jābūt saistītai ar maniem nākotnes nodomiem pēc izglītības iestādes beigšanas;
- saistītai ar manām spējām mācībās un interesējošiem mācību priekšmetiem;
- saistītai ar citu (draugu, skolas biedru, vecāku, skolotāju utt.) ieteikumiem;
- nejaušai, bez motivācijas par to, kāpēc es izvēlos šo programmu;

cits variants _____

6. Ar karjeras izglītības jautājumiem jau esmu iepazinies/usies:

- klases audzinātāja stundās,
- projektu nedēļas darbu izstrādē,
- patstāvīgi internetā,
- lasot par to žurnālos, laikrakstos,
- apmeklējot psihologa konsultācijas,
- apmeklējot profesionālās karjeras izvēles centra speciālistus,
- tiekoties skolas pasākumos ar dažādu mācību iestāžu studentiem un mācībspēkiem,

- sarunās ar vecākiem,
- mācību priekšmetu stundās,
- patstāvīgajā darba pieredzē, strādājot algotu darbu vai brīvprātīgi u.tml.,
- skolēnu mācību firmu darbībā
- apmeklējot izglītības izstādi „Skola” u.c.,
- piedaloties „Ēnu dienās”
- apmeklējot mācību iestāžu atvērto durvju dienas,
- cits variants _____

7. Par karjeras izvēli es sāku domāt:

- pamatskolā 5.-6.kl.,
- pamatskolā 7.-8.kl.,
- vēl nedomāju, domāšu, kad _____
- cits variants _____

8. Kādu palīdzību tu gribētu saņemt karjeras izvēles jomā?

_____

9. Vai tu zini, kur meklēt palīdzību karjeras izvēles jomā?

jā nē

10. Ja esi meklējis/meklējusi palīdzību karjeras izvēles jomā? Savu atbildi pamato!

Jā, tāpēc ka _____

Nē, tāpēc ka _____

Paldies!

8. pielikums

Anketa par karjeras izglītības apguves nepieciešamību skolā 10. - 12. klašu izglītojamajiem

Šī anketa palīdzēs plānot skolas karjeras izglītības darbu, lai sniegtu pēc iespējas pilnvērtīgāku un efektīvāku palīdzību skolēnu sagatavošanai karjeras izvēlei.

Vispiemērotāko atbildi savai izvēlei apvelc vai papildini iesākto teikumu, kur tas paredzēts! Uz 5., 6., 7.jautājumu var būt vairākas atbildes.

Klase: *Vārds, uzvārds:*

1. Par nākamo nodarbošanos man jāsāk domāt jau tagad:

- jā,
- nē,
- cits variants ___

2. *Tas, ko es mācos vidusskolā, ietekmēs tālāko mācību un profesijas izvēli:*

- jā,
- nē,
- daļēji, jo _____

3. *Vislabākais laiks, kad sākt plānot savu karjeru, ir vidusskolas pēdējā klase:*

- jā,
- nē,
- cits variants ___

4. *Kuru vispārējās vidējās izglītības programmas virzienu tu apgūsti?*

- vispārizglītojošā virziena programma,
- profesionāli orientētā (komerczinību) programma,
- humanitārā un sociālā virziena (cilvēkzinību) programma,
- cits.

5. *Kāda bija tava izvēle, stājoties vidusskolā un izvēloties izglītības programmu?*

- mērķtiecīga, par to domāju jau 7., 8., 9.klasē;
- mērķtiecīga, jo ir saistīta ar maniem nākotnes nodomiem pēc skolas beigšanas;
- vieglāk padevās un bija labāki rezultāti šī virziena piedāvātajos mācību priekšmetos (interesēja šī specialitāte);
- nejauša, izvēlējos tāpēc, ka to ieteica … (draugi, skolas biedri, vecāki, skolotāji utt.)
- cits variants ___

6. *Ar karjeras izglītības jautājumiem jau esmu iepazinies/iepazinusies:*

- klases stundās,
- projektu nedēļas darbu izstrādē,
- patstāvīgi internetā,
- lasot par to žurnālos, laikrakstos,
- apmeklējot psihologa konsultācijas,
- apmeklējot profesionālās karjeras izvēles centra speciālistus,
- tiekoties skolas pasākumos ar dažādu mācību iestāžu studentiem un mācībspēkiem,
- sarunās ar vecākiem,
- mācību priekšmetu stundās,
- patstāvīgajā darba pieredzē, strādājot algotu darbu vai brīvprātīgi u.tml.,
- skolēnu mācību firmu darbībā,
- apmeklējot izglītības izstādi „Skola” u.c.,
- piedaloties „Ēnu dienās”,
- apmeklējot mācību iestāžu atvērto durvju dienas,

- cits variants __

7. *Par karjeras izvēli es sāku domāt:*

- pamatskolā 5.-6.kl.,
- pamatskolā 7.-9.kl.
- neilgi pirms 9.klases beigšanas,
- kad iestājos vidusskolas 10.klasē,
- vēl nedomāju, domāšu, kad
- cits variants __

8. *Kādu palīdzību tu gribētu saņemt karjeras izglītības jomā?*

9. Vai Tu zini, kur saņemt palīdzību karjeras izglītības jomā?
Jā Nē

Ja "Jā", minēt kādu palīdzību un kur iespējams saņemt!

Paldies!

9.pielikums

Metodiski ieteikumi tēmu GRIBU, VARU, VAJAG apgūšanai

Profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi

Izvēloties savas profesionālās karjeras virzienu un profesiju, jāņem vērā **trīs** būtiski nosacījumi:

• lai profesija būtu interesanta un saistoša,

• lai profesija atbilstu spējām,

• lai varētu atrast darbu šajā profesijā.

Plānojot savu personīgo dzīvi, veidojot profesionālo karjeru un izvēloties profesiju, ir svarīgi saprast- ko pats cilvēks **GRIB, VAR** un ko **VAJAG** sabiedrībai.

GRIBU - tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā.

Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem ir plašs interešu loks, un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus un apstākļus.

VARU - tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, kā arī veselības stāvoklis,- visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad ir noskaidrotas profesionālās intereses, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā - mācībās vai jau praktiskajā darbā.

VAJAG - tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad - kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc, izvēloties izglītības virzienu ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot vienā vai otrā programmā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties.

1.-2. klase.

Sevis izzināšana – GRIBU

Intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē
Kas es esmu?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Manas intereses. Kas es esmu? Kāds es vēlos kļūt? Manas intereses. Lietas ko man patīk darīt. Interešu attīstīšanas veidi. Kad es jūtos labi?	• Klases stunda; • Sociālās zinības; • Ētika.	Apzinās savas intereses, to kādas darbības patīk veikt . Prasme izdarīt izvēli, attīstīt savas prasmes.
2. Mani plāni. Mana nedēļa šodien un nākotnē. Kā cilvēki un es dzīvoju pasaulē? Par ko vēlos kļūt?	• Klases stunda; • Sociālās zinības; • Ētika.	Prot sevi raksturot, novērtēt. Mācās plānot savu darbību, saredzēt noteiktas rīcības sekas. Prasme iztēloties.

1.-2. klase.

Apzināšanās – VARU
Zināšanas, prasmes, spējas, stiprās, vājās puses
Ko es varu?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Mani sasniegumi. Manas prasmes. Nepietiek zināt, vajag darīt! Kā atrisināt dažādas domstarpības? Manas rīcības mērķis. Kā piepildīt vēlmes? Vai es protu sadarboties?	• Lasīšana – mani sasniegumi; • Ētika – nepieciešamais mērķa sasniegšanai; • Sociālās zinības – sadarbība, dažādas situācijas;	Prot novērtēt savas stiprās puses. Izzina savas prasmes sadarboties, rīkoties dažādās situācijās. Mācās izprast, kas ir mērķis un izprast kādi ir mērķi pašu rīcībai.
2. Mans brīvais laiks. Mani pienākumi. Ko es darīšu šovasar?	• Sociālās zinības – lietderīga laika pavadīšana; • Audzinātājstundas – mani, vecāku, klases biedru, skolotāju vaļasprieki. Skolēnu pienākumi skolā un mājās.	Izzina daudzpusīgas un lietderīgas brīvā laika pavadīšanas iespējas.

3. klase.

Sevis izzināšana – GRIBU
Intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē
Kas es esmu?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Manas intereses. Kuri mācību priekšmeti mani interesē? Kas mani interesē ārpus skolas?	• Klases stunda; • Sociālās zinības; • Ētika.	Apzinās savas intereses.
2. Mans raksturs. Pašvērtējums. Ko vēlos sevī mainīt?	• Lasīšana – labsirdība, cieņa, godīgums, vēlme sevī kaut ko mainīt; • Ētika – taisnīgums, drosme, atbildība; • Ētika – nepieciešamās rakstura īpašības, lai sasniegtu mērķi.	Izprot doto īpašību nozīmi. Prot sevi raksturot, novērtēt.

3. klase.

Apzināšanās – VARU
Zināšanas, prasmes, spējas, stiprās, vājās puses
Ko es varu?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Mani sasniegumi. Ko jau tagad var darīt, lai sasniegtu mērķi?	• Lasīšana – mani sasniegumi; • Ētika – nepieciešamais mērķa sasniegšanai.	Prot novērtēt savas stiprās puses.
2. Mans dienas režīms. Pienākumi mājās, skolā, sabiedrībā.	• Sociālās zinības – dienas režīms; • Lasīšana – pienākumi, darbi mājās.	Apzinās savus pienākumus pret sevi, tuviniekiem, apkārtējiem. Prot organizēt savu laiku.
3. Mans brīvais laiks. Ko patīk darīt brīvajā laikā vienam, kopā ar draugiem, ģimeni? Lietderīga laika pavadīšana. Klases biedru, vecāku vaļasprieki.	• Sociālās zinības – lietderīga laika pavadīšana, datoratkarība; • Klases stunda– mani, vecāku, klases biedru, skolotāju vaļasprieki.	Izzina daudzpusīgas un lietderīgas brīvā laika pavadīšanas iespējas.

3. klase.

Lēmumu pieņemšana – VAJAG
Profesiju daudzveidība, perspektīvās profesijas, darba tirgus, mācību un darba iespējas, darbs vasarā, palīdzība vecākiem
Kas es būšu? Kurp es eju?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Profesiju daudzveidība. Profesija un atbilstošais apģērbs, darba piederumi. Mans mērķis un nākotnes profesija. Vecāku un tuvinieku profesijas.	• Matemātika – lietvedis, pārdevējs, šoferis, žurnālists, mežzinis, kartogrāfs; • Lasīšana – daiļdārznieks, tēlnieks, scenogrāfs, pilots, pētnieks, amatnieks; • Dabas zinības – meteorologs, metinātājs, ugunsdzēsējs, elektriķis, ķīmiķis, astronoms, ģeogrāfs, darbi tipogrāfijā; • Sociālās zinības – bibliotekārs, skolotājs, zobārsts, profesijas medicīnā, televīzijā, radošās profesijas.	Ir priekšstats par profesijā strādājošo pienākumiem, kādi darba rīki jālieto. Zina nosaukt vecāku profesijas, kādas profesijas viņa dzimtā.
2. Profesijas, kurām nepieciešamas datorprasmes.	• Sociālās zinības – tuvinieku datorprasmes, kāda nepieciešamība viņu darbā.	Izprot jauno tehnoloģiju nozīmi profesionālajā attīstībā.
3. Pakalpojumu sfēras profesijas. Pērkamie pakalpojumi – transporta, sakaru, kultūras, komunālie, medicīniskie, izglītības, sadzīves.	• Sociālās zinības	Izprot pakalpojumu sfēras profesiju nozīmīgumu cilvēku dzīvē.

4. klase.

Sevis izzināšana – GRIBU
Intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē
Kas es esmu?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Manas intereses. Ar ko saistītas manas intereses – cilvēkiem,	• Visi mācību priekšmeti; • Projektu nedēļa.	Apzinās savas intereses.

dabu, tehniku, zīmēm, mākslu?		
2. Mans raksturs. Pašvērtējums. Darbs grupā, vienatnē. Dažādu rīcību – vēlamas, nevēlamas izvērtēšana.	• Lasīšana – godīgs, atjautīgs, dažādu rīcību vērtēšana; • Visos mācību priekšmetos, projektos – darba izvērtējums grupā.	Izzina savas rakstura īpašības. Prot izvērtēt savu darbu grupā. Mācās izvērtēt vēlamu, nevēlamu rīcību.

4. klase.

Apzināšanās – VARU

Zināšanas, prasmes, spējas, stiprās, vājās puses

Ko es varu?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Manas stiprās puses un neveiksmes, grūtības. Ko protu darīt, kas neveicas? Mācības – tā ir mana atbildība. Mācību priekšmetu un profesiju saistība.	• Lasīšana – ko patīk darīt, manas grūtības; • Sociālās zinības – atbildība par mācībām, mācību priekšmetu un profesiju saistība.	Prot novērtēt savas vājās puses, kas patīk, ko prot darīt, kādas grūtības. Izprot savu atbildību mācību procesā. Mācās izprast mācību priekšmetu un profesiju saistību.
2. Mana veselība un nākotnes profesija. Veselība un piemērotā profesija.	• Sociālās zinības – veselības stāvokļa nozīme profesijas izvēlē.	Prot novērtēt veselības nozīmi cilvēka dzīvē. Gūst priekšstatus par piemērotību noteiktām profesiju grupām.

4. klase.

Lēmumu pieņemšana – VAJAG

Profesiju daudzveidība, perspektīvās profesijas, darba tirgus, mācību un darba iespējas, darbs vasarā, palīdzība vecākiem

Kas es būšu? Kurp es eju?

Tēma	Mācību priekšmeti	Paredzamais rezultāts
1.Profesiju daudzveidība. Drošības pasākumi un noteikumi darbā, darba piederumi. Riska profesijas. Profesiju popularitāte.	• Matemātika – dārznieks, šuvējs, šoferis, galdnieks, sekretāre; • Lasīšana – kurpnieks, juvelieris, tulkotājs, redaktors, korektors, galdnieks, kalējs, žurnālists, operators, viesmīlis; • Dabas zinības – dārznieks, kartogrāfs, ģeologs;	Ir priekšstats par profesijā strādājošo pienākumiem, kādi darba rīki jālieto. Izprot drošības noteikumus darbā. Ir priekšstats par profesiju popularitāti. Mācās domāt par savu nākotni.

Perspektīvās profesijas. Mani nākotnes plāni un nākotnes profesija.	• Sociālās zinības – ugunsdzēsējs, ekonomists, frizieris, komersants, drošība darbā, nākotnes plāni, profesija.	
2. Darba tirgus. Uzņēmumi un profesijas skolēna dzīves vietā. Ekskursijas uz uzņēmumu, iestādi. Darbs vasarā. Bezdarbs. Nodarbinātības valsts aģentūra. Interviju veidošana.	• Sociālās zinības – interviju veidošana, uzņēmumi dzīvesvietā ; • Lasīšana – interviju veidošana; • Projektu nedēļa; • Interešu izglītība; • Mācību ekskursijas.	Prot nosaukt savas dzīvesvietas uzņēmumus, profesijas uzņēmumā. Ir priekšstats par darba tirgu, bezdarbu un tā sekām. Ir priekšstats par pieprasītajām profesijām Latvijā. Zina, kas ir NVA. Prot izveidot vienkāršus intervijas jautājumus un intervēt kādu speciālistu.
3. Izglītības sistēma Latvijā. Mācību iestādes tuvākajā apkārtnē, rajonā. Mācību iestādes, kuras pabeiguši vecāki, tuvinieki. Kāda nozīme izglītībai nākamajās darba gaitās?	• Sociālās zinības; • Klases stunda; • Projektu nedēļa.	Ir priekšstats par dažādu mācību iestāžu veidiem tuvākajā apkārtnē, Latvijā. Apzinās izglītības nozīmi profesijas izvēlē.

Programmu izstrādāja: Rīgas 64. vidusskolas direktora vietniece izglītības jomā, PKK Gunta Stūrmane un PKK Iveta Stūrmane – Siļutina

Rīga 2021