



RĪGAS 86.VIDUSSKOLA

Ilūkstes iela 10, Rīga, LV-1082, tālrunis 67247436, fakss 67136008, e-pasts
r86vs@riga.lv

DARBĪBAS PLĀNS

Rīgā

2023.gada 11.septembrī

Nr.VS86-23-5-plr

Rīgas 86. vidusskolas KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

Saturs

1. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI.....	3
1.1. Terminu skaidrojums un profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi.....	3
1.2. Karjeras vadības prasmes	4
1.3. Bērna karjeras vajadzības dažādos vecumposmos	5
2. KARJERAS IZGLĪTĪBA	6
3. RĪGAS 86.VIDUSSKOLAS KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA.....	8
3.1. Karjeras izglītības programmas mērķis un uzdevumi	8
3.2. Karjera izglītības programmas saturs	8
3.3. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns.....	11
3.4. Ārpusstundu pasākumi.....	20
3.5. Pasākumi potenciālajiem izglītojamajiem un viņu vecākiem	22
3.6. Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 3., 6., 9.un 12.klasi un veidi to izvērtēšanai	23
3.7. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes.....	32
3.8. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra.....	33
3.9. Interneta resursi ar paskaidrojumiem darbam ar skolēniem.....	36

1. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

1.1. Terminu skaidrojums un profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi

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 izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādē, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā, karjeras vadīšanā; sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un tālākizglītības iespējām, kā arī nodrošinātu efektīvu dalību darba dzīvē.

Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu “karjera” skaidroja un asociēja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, tad tagad termins “karjera” ir jāsaprot ne vien kā izaugsme profesionālajā jomā, bet arī kā likumsakarīga personības izaugsme un nodarbošanās secīga maiņa visas dzīves garumā. Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurā summējas visas indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbs.

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. Karjeras vadības prasmes

21. gadsimtā situācija pasaulē ir krasi mainījusies, jo globālā tirgus un uz zināšanām balstītas ekonomikas un sabiedrības apstākļos indivīdiem ir nepieciešams nepārtraukti uzlabot savas prasmes un apgūt jaunas kompetences. Karjeras attīstības atbalstu vairs nevar uzskatīt vienīgi par lietderīgu atbalstu indivīdam pārejā no viena izglītības līmeņa uz citu un no mācībām uz darbu. Lai pielāgotos mainīgajām darba tirgus vajadzībām un uzņēmumu konkurētspējai, ir jāspēj ātri reaģēt darba vides mainīgajos procesos, radot efektīvu rezultātu. Ilgstoša mācīšanās ir tieši tas, kas mūsdienās ir kļuvusi par galveno faktoru konkurences izturēšanā un veiksmē.

Lai noturētos darba tirgū, indivīdam ir pašam jāklūst par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja indivīds (ne tikai jauniešs, bet arī pieaugušais) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību.

1.3. Bērna karjeras vajadzības dažādos vecumos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
Sākumskolas 1. – 3. klase	
<p>Nepieciešama uzmanība un uzslavas</p> <p>Piemīt neierobežota enerģija</p> <p>Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes</p> <p>Nepieciešama pašapziņas veidošana</p>	<p>Atšķir darbu no spēles</p> <p>Identificē dažādus darba veidus</p> <p>Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos</p> <p>Zina, kā pieņemt lēmumus</p> <p>Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu</p> <p>Identificē personīgas sajūtas</p>
Pamatskolas 4. – 9. klase	
<p>Daudz patstāvīgāki</p> <p>Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga</p> <p>Var uzņemties vairāk atbildības</p> <p>Pārsteidzošs interešu vērēns</p> <p>Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami</p>	<p>Identificē personīgās intereses, spējas, savas stipras un vājas puses</p> <p>Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem</p> <p>Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem</p> <p>Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu</p>
Vidusskolas 11. – 12. klase	
<p>Veido savu identitāti</p> <p>Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/karjeras meklējumus</p> <p>Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem</p> <p>Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli</p> <p>Kļūst aizvien patstāvīgāki</p>	<p>Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem</p> <p>Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū</p> <p>Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām</p> <p>Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus</p> <p>Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu</p>

2. KARJERAS IZGLĪTĪBA

Karjeras izglītības mērķis ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

Karjeras izglītība 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 izglītības uzdevumi:

1. Palīdzēt skolēniem pašattīstīties:

- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses,
- izveidot elastīgu skatījumu uz dzīvi un reālistiskas gaidas attiecībā uz savu karjeru,
- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, piemēram, pašapziņa, pašpaļāvība, spēja “sevi pasniegt”, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

2. Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

- izprast izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeru attīstību,
- izpētīt dažādas karjeras un iespējas to veidošanai,
- izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespēju attīstības tendences,
- 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.

3. Palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:

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

Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi

- Karjeras izglītība ir izglītības sastāvdaļa.
- Karjeras izglītība ir visas izglītības iestādes atbildība.
- Ievērotas vecumgrupu intereses un vajadzības.
- Mērķi — objektīvi un sasniedzami; pasākumi — īstenojami.
- Pasākumi ir orientēti uz zināšanu un prasmju apguvi.

3. RĪGAS 86. VIDUSSKOLAS KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

3.1. Karjeras izglītības programmas mērķis un uzdevumi

Karjeras izglītības programmas **mērķis**: veidot skolēniem izpratni par likumsakarībām starp sevi, sabiedrības attīstību un darba tirgu, apgūt prasmes patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, veidot elastīgu skatījumu uz savu karjeru un dzīvi, iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību.

Uzdevumi:

1. Nodrošināt skolēniem informāciju par izglītības un darba vērtībām, veidojot attieksmi un atbildību pret sevi un savu rīcību;
2. Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām;
3. Veicināt skolēnu vēlmi pieņemt patstāvīgus karjeras lēmumus, mērķtiecīgi tos īstenot un attīstīt karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas un karjeras iespēju izpētes prasmes;
4. Apgūt karjeras vadībā un attīstībā nepieciešamās caurviju prasmes, lai veidotu personiskās pieredzes sasaisti ar jaunām zināšanām;
5. Pilnveidot skolēnu izpratni par pozitīvu attiecību veidošanas un atbildīgu lēmumu pieņemšanas procesiem.

3.2. Karjera izglītības programmas saturs

Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

Katra karjeras izglītības joma — **pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība** — ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.

Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti (Noteikumi par valsts pamatzglītības standartu):

- pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
- analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
- morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
- sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uz klausīt un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību par to īstenošanu, atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās, rūpēties par savu un līdzcilvēku drošību un meklēt palīdzību atbilstošās institūcijās un dienestos;
- saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
- mācīšanās un praktiskās darbības aspekts: prasme patstāvīgi plānot, organizēt un īstenot mācīšanos; dažādu zināšanu un prasmju lietošana praktiskajā darbībā; prasme mācību procesā izmantot dažādu veidu informāciju, konsultēties, atrast palīdzību; prasme izmantot modernās tehnoloģijas;
- matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās, taču ne vienādā mērā.

Pamatjoma “**Pašizziņa**” ietver šādas saturiskās 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;
- prasme sadarboties, risināt konfliktus;
- mana veselība un nākotnes nodomi;
- mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- pašaudzināšana.

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;
- sociālā vide un nodarbinātība;
- izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- darba likumdošana, darba drošība;
- pašnodarbinātība.

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 u.c.);
- dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- 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.

3.3. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c. 7.-12.klašu skolēniem ir iespēja saņemt individuālās un grupas karjeras konsultācijas pēc pieprasījuma visa mācību gada laikā.

Klašu grupa	Karjeras izglītības joma	Tēma	Sasniedzamais rezultāts	Īstenošana	Metodika
1.-3.	Pašizziņa	Mani pienākumi un tiesības ģimenē un skolā	Saprot, ka katram cilvēkam ir tiesības un pienākumi; Prot nosaukt nozīmīgākās bērna tiesības un pienākumus, kas skolēnam jāveic ikdienā (ģimenē, skolā)	Klases stundas, valodas, sociālās zinības	Darbs grupās, darbs pāros, diskusija, pašanalīze, prāta vētra, spēle u.c.
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi	Klases stundas, valodas	Intervija, pārrunas, individuāls darbs u.tml.
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība	Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem; Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām; Skolēns izprot profesiju nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.	Klases stundas, valodas, vizuālā māksla, dizains un tehnoloģijas, datorika	Spēles, darbs grupās, diskusija, ekskursija, prezentācija, tehnoloģiju izmantošana u.c.
1.-3.	Pašizziņa	Mani vaļasprieki	Gūst priekšstatu par interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām un darbu, gūst izpratni par to dažādību.	Klases stundas, valodas, sociālās zinības	Individuāls darbs, pašanalīze u.c.
1.-3.	Pašizziņa	Dienas režīms	Prot plānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.	Sociālās zinības, klases stundas	Pašanalīze, individuāls darbs u.c.

1.-3.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Mācības – skolēna darbs	Izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā, izprot izglītības nozīmi darba pasaulē; Spēj mācīties patstāvīgi.	Klases stundas, sociālās zinības	Darbs grupās, darbs pāros, diskusija, individuāls darbs u.c.
1.-3.	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Karjeras vīzija	Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām; Mācās domāt par savu nākotni, fantazējot savu sapņu profesiju	Valodas, klases stundas, sociālās zinības	Darbs ar informāciju, pašizpēte
1.-3.	Pašizziņa	Komandu spēles; Savstarpējās attiecības	Spēj analizēt un saprast savstarpējās attiecības, uzklaut un sadarboties ar klasesbiedriem vienota mērķa sasniegšanai; Spēj būt pieklājīgs un tolerants pret citiem.	Sports un veselība, mūzika, vizuālā māksla, dizains un tehnoloģijas, sociālās zinības, valodas, klases stundas	Spēles, grupu darbs u.c.
1.-3.	Pašizziņa, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Tikumiskās vērtības	Apzinās normu dažādību; Apzinās pašvērtību un pašdisciplīnas nozīmi; Mācās kritiski domāt un veikt vērtību izvēli; Prot raksturot atbildīgu/bezatzbildīgu rīcību.	Klases stundas	Individuāls darbs, diskusija, pārrunas u.c.
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Darba nozīme cilvēka dzīvē	Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes.	Klases stundas, valodas	Diskusija, pārrunas u.c.
4.-6.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Es un mani dotumi	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas; Analizē savas rakstura iezīmes un uzvedību; Prot pastāstīt par saviem dotumiem,	Valodas, klases stundas, sociālās zinības un vēsture	Tests, pašanalīze, individuālais darbs u.c.

			sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu; Piedalās karjeras iespēju un karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.		
4.-6.	Pašizziņa, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Mani darba ieradumi	Analizē savu mācīšanās procesu un skaidro, kā organizēt savu darba vidi, lai gūtu pozitīvus sasniegumus.	Klases stundas, sociālās zinības un vēsture	Pašanalīze, individuālais darbs, darbs pāros u.c.
4.-6.	Pašizziņa	Sadarbības prasmes	Ievēro savas un citu intereses; Uzklausa, ieklausās un izvērtē citu cilvēku viedokļus; Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.	Sports un veselība, klases stundas, valodas, sociālās zinības un vēsture, dabaszinības, dizains un tehnoloģijas	Grupu darbs, spēles, darbs pāros, intervija u.c.
4.-6.	Pašizziņa, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Brīvais laiks un tā lietderīga izmantošana	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga laika izmantošanas iespējas, atrod savām vēlmēm un spējām atbilstošāko.	Klases stundas, ārpusstundu nodarbības	Darbs ar informācijas avotiem, pašanalīze, tests u.c.
4.-6.	Pašizziņa, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Laika plānošana	Mācās izvirzīt kādu mērķi un plānot savu laiku, lai sasniegtu to; Izveido savu plānu mērķa sasniegšanai.	Klases stundas, sociālās zinības un vēsture	Pašanalīze, brīvs raksts, portfolio u.c.
4.-6.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība	Salīdzina profesiju veidus, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku (fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā); Piedalās karjeras iespēju un karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.	Klases stundas, vizuālā māksla, datorika	Prezentācija, spēles, grupu darbs, darbs pāros, intervija, kolāža u.c.

4.-6.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju prestižs un pievilcība	Analizē informāciju par veicamā darba saturu dažādās profesijās, kā arī nosaka profesijas nozīmi sabiedrībā; Piemēra sev dažādas profesijas.	Klases stundas	Prezentācija, spēles, grupu darbs u.c.
4.-6.	Pašizziņa, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Lietišķā valoda un ētika	Apgūst lietišķo ģērbšanās stilu, valodu; Izkopj savu valodas kultūru; Izprot publiskās uzstāšanās būtību un apgūst prasmes tajā piedalīties prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.	Sociālās zinības, valodas, klases stundas, datorika	Prezentācija, darbs grupās, pāru darbs, individuāls darbs u.c.
4.-6.	Pašizziņa, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, karjeras iespēju izpēte	Fizisko īpašību tests	Iepazīst savas fiziskās īpašības, piemēra sev profesijas pēc fiziskiem rādītājiem.	Sports un veselība, dabaszinības	Fiziskas aktivitātes, tests, spēles u.c.
4.-6.	Pašizziņa	Konfliktu risināšana	Mācās mierīgi un toleranti paust savu viedokli konfliktā un meklēt kopīgu risinājumu.	Klases stundas, sociālās zinības un vēsture	Lomu spēles, spēles, prezentācija, tests u.c.
7.-9.	Pašizziņa	Mērķtiecība	Apgūst, kā apzināti virzīt savu darbību mērķa sasniegšanai; Sava individuālā mērķa virzības plāna izveide.	Klases stundas, valodas, sociālās zinības	Individuāls darbs, prezentācija u.c.
7.-9.	Pašizziņa	Konfliktu risināšana	Apgūst konfliktu risināšanas stratēģijas; Iepazīst savu konfliktu risināšanas stratēģiju; Iemācās analizēt konfliktsituācijas un toleranti izvērtēt pretējo pušu viedokļus.	Klases stundas, sociālās zinības	Tests, grupu darbs, spēles, prezentācija u.c.
7.-9.	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa, karjeras lēmumu	Brīvprātīgais darbs	Iepazīst brīvprātīgā darba būtību; Apzinās brīvprātīgā darba nozīmi personības veidošanā, savas karjeras un sabiedrības	Klases stundas, sociālās zinības, valodas	Prezentācija, tikšanās, darbs ar informācijas avotiem

	pieņemšana un īstenošana		izaugsmē.		
7.-9.	Pašizziņa	Pašvērtējums	Objektīvi vērtē savas intereses, spējas un dotumus; Izveido savu vērtību un personīgo īpašību apkopojumu; Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā; Novērtē savu sasniegumu rezultātus.	Klases stundas, valodas, sociālās zinības	Testi, spēles, individuāls darbs, tikšanās ar skolas atbalsta personālu u.c.
7.-9.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšan un īstenošana	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	Skolēni apzināti virza savu darbību un mācību procesu savu dotību un spēju attīstīšanai un pilnveidošanai; Mācās izmantot savas stiprās puses; Apzinās savas iespējas skolā un ārpus tās; Patstāvīgi analizē sava sasnieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mājasdarbi, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mācību darbs).	Ārpusstundu nodarbības un aktivitātes, klases stundas	Individuāls darbs, fakultatīvu apmeklēšana, ekskursijas, darbs ar informācijas avotiem u.c.
7.-9	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Izglītības sistēma Latvijā un tās vērtība	Iepazīst dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām; Iemācās un spēj izskaidrot izglītības, profesijas un nodarbinātības saistību; Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas; Izvirza savu karjeras attīstības (mācīšanās) mērķi.	Klases stundas	Tikšanās ar atbalsta personālu, prezentācija, darbs ar informācijas avotiem u.c.
7.-9.	Karjeras iespēju	Profesiju	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un	Klases stundas,	Prezentācija, darbs ar

	izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	daudzveidīgā pasaule	savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu; Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, ievēro kopīgi izveidotos diskusijas noteikumus; Apzinās sev saistošās profesijas, iesaistās darba izmēģinājumos; Iegūst zināšanas par vietējo darba tirgu.	visi mācību priekšmeti	informācijas avotiem, tikšanās organizēšana, aptaujas, diskusijas u.c.
7.-9.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Individuālais karjeras plāns	Patstāvīgi pilnveido darbu mapi; 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.	Klases stundas, ārpusstunu pasākumi, sociālās zinības	Darba mape, portfolio, individuāls darbs u.c.
7.-9.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Tehnoloģiju izmantošanas iespējas karjeras plāna izveidei	Izvēlas un izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā.	Klases stundas, ārpusstunu pasākumi, datorika, dizains un tehnoloģijas	Prezentācija, portfolio u.c.
7.-9.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	CV un motivācijas vēstule	Apgūst CV un motivācijas vēstules rakstīšanas pamatprincipus; Mācās patstāvīgi veidot savu CV un motivācijas vēstuli; Skolēni papildina savu darba mapi.	Klases stundas, datorika, dizains un tehnoloģijas, sociālās zinības	Individuāls darbs, darbs ar darba lapām, diskusija, prezent
7.-9.	Pašizpēte	Publiskā uzstāšanās.	Skolēns apgūst veiksmīgas uzstāšanās	Valodas, klases	Pašprezentācija,

		Pašprezentācija	pamatprincipus; Paktiski pielieto apgūto informāciju un bez problēmām spēj uzstāties publikas priekšā.	stundas, sociālās zinības u.c.	prezentācija u.c.
7.-9.	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Lēmumu pieņemšanas process	Apdomā savas nākotnes iespējas; Izvirza mērķi un plāno tā izpildi; Iegūst informāciju par iespējām no dažādiem informācijas avotiem.	Valodas, ārpusstundu pasākumi, interešu izglītība	Individuāls darbs, tikšanās ar atbalsta personālu u.c.
11.-12.	Karjeras iespēju izpēte	Uzņēmējdarbība	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, spriež 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.	Klases stundas, valodas, sociālās zinātnes, vēsture u.c.	Diskusija, darbs grupās, prāta vētra, spēles u.c.
11.-12.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un	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	Klases stundas, ārpusstundu pasākumi, programmēšana	Diskusija, prezentācija, darbs ar informāciju, prāta vētra, tehnoloģiju izmantošana u.c

	īstenošana		interesešu jomām.		
11.- 12.		Darba pasaule	Gūst vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras 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.	Klases stundas, sociālās zinātnes, valodas, programmēšana	Tikšanās ar atbalsta personālu, diskusijas, prezentācija, intervija u.c.
11.- 12.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Gatavība tālākizglītībai un darba tirgum	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; Apzinās savas iespējas un piemērotību darba tirgum.	Klases stundas, sociālās zinātnes, programmēšana	Diskusija, grupu darbs, darbs ar informācijas avotiem, tests, prezentācija, intervija, sarunas u.c.
11.- 12.	Pašizziņa	Pašidentitāte	Novērtē savas stiprās un vājās puses; Nosaka savu pašvērtējumu un piemēro sev dažādus dzīves scenārijus.	Klases stundas	Pašprezentācija, tests, portfolio u.c.
11.- 12.	Karjers iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Eiropas brīvprātīgais darbs	Izprot brīvprātīgā darba nozīmi; Skolēns ir motivēts veikt brīvprātīgo darbu; Apzinās brīvprātīgā darba iespējas Eiropas Savienībā, pasaulē un savā pilsētā./novadā.	Sociālās zinātnes, vēsture, kultūras pamati, ģeogrāfija, valodas, klases stundas	Prezentācija, tikšanās ar atbalsta personālu, darbs ar informācijas avotiem, diskusija u.c.
11.- 12.	Karjers iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un	Izglītības iespējas pasaulē un Latvijā	Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs;	Valodas, klases stundas, programmēšana	Darbs ar informāciju, prezentācija, IT tehnoloģiju izmantošana,

	īstenošana		Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas; Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs.		pašanalīze u.c.
11.- 12.	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, karjeras iespēju izpēte	Mūžizglītība	Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas; Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē; Apzinās izglītības vērtību.	Klases stundas	Individuāls darbs, ekskursija, tikšanās, intervija u.c.
11.- 12.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Darba devēju prasības	Iepazīst dažādas darbavietas, darba devēju prasības, kā arī darba pienākumus; Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē.	Programmēšana valodas, klases stundas, interešu izglītība, ārpusstundu pasākumi u.c.	Tikšanās, intervijas, IT tehnoloģiju izmantošana, darbs ar informācijas avotiem u.c.
11.- 12.	Karjeras iespēju izpēte	Darbs ārzemēs	Izprot savas iespējas strādāt ārpus Latvijas un kur var griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams; Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.	Programmēšana, klases stundas, valodas	IT tehnoloģiju izmantošana, darbs ar informācijas avotiem, prezentācija, pašanalīze u.c.
11.- 12.	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Karjeras izvēles plānošana. Individuālais karjeras plāns.	Ir izvēlēta profesija un novērtēta sava piemērotība tai; Izzina izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu; Pilnveido plānošanas prasmes un veicina spēju uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu;	Klases stundas, programmēšana, valodas	Portfolio, pašanalīze, darbs ar informācijas avotiem, IT tehnoloģiju izmantošana u.c.

			Apkopo informāciju atbilstoši izvēlētajai profesijai.		
11.- 12.	Karjeras iespēju izpēte	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība	Izprot tehnoloģiju un zinātnes attīstības ietekmi uz profesiju mainīgumu un darba tirgus pieprasījumu mainīgo dabu.	Programmēšana, eksaktās zinātnes, klases stundas	IT tehnoloģiju izmantošana, darbs ar informācijas avotiem, grupu darbs, diskusija, prezentācija u.c.

3.4. Ārpusstundu pasākumi

Tabulā minēti ikgadēji ārpusstundu pasākumi, kas tiek regulāri organizēti un apmeklēti. Atkarībā no piedāvājumiem mācību gadā var tikt pievienoti un organizēti citi ārpusstundu pasākumi.

Karjeras izglītības joma	Tēma	Sasniedzamais rezultāts	Pasākuma veids	Mērķauditorija
Karjeras iespēju izpēte	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; Intervē dažādu izglītības iestāžu pārstāvjus; Iepazīst dažādas izglītības programmas un izgītības iegūšanas iespējas.	Atvērto durvju dienas	9.-12.klašu skolēni
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesijas un darba pienākumu izpēte	Apgūst kādas profesijas ikdienu; Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās;	Ēnu diena	7.-12.klases skolēni

		Piemēro sev kādu profesiju un izmēģina savu kandidatūru, veicot darba pienākumus speciālista vadībā.		
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, pašizziņa	Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju dažādību	Iepazīst jaunākās tehnoloģijas un zinātnes attīstības tendences; Pielieto un analizē iegūto informāciju, apsverot nākotnes darba tirgus iespējamās izmaiņas un profesiju pieprasījumu.	Zinātnieku nakts	1.-12.klases skolēni
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, pašizziņa	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	Apzinās savas tālākās izglītības iespējas; Iepazīst dažādas studiju programmas un piemēro sev; Diskutē un intervē dažādu izglītības iestāžu pārstāvjus, iegūstot sev nepieciešamo informāciju.	Izstāde "Skola 2024"	9.-12.klases skolēni
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, pašizziņa	Nodarbošanās veidu daudzveidība	Apmeklējot dažādus skolas pasākumus, piemēro profesijas un darbu sev; Apdomā savu karjeras lēmumu un izvirza nākotnes mērķus; Izpēta dažādus dzīves scenārijus un pielīdzina tos sev.	Karjeras nedēļa	1.-12.klases skolēni
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Karjeras veidošanas process	Izzina izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu; Pilnveido plānošanas prasmes un veicina spēju uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu; Objektīvi vērtē savas intereses, spējas un dotumus; Izveido savu vērtību un personīgo īpašību apkopojumu; Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un	Grupu karjeras konsultācijas (grupu tematiskās nodarbības)	7.-12.klases skolēni

		personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā; Novērtē savu sasniegumu rezultātus. Apdomā savas nākotnes iespējas; Izvirza karjeras attīstības mērķi.		
Pašizziņa	Atbilžu meklēšana uz dažādiem karjeras jautājumiem	Pašizpētes rezultātā veic savu zināšanu, prasmju analīzi; Definē neizprastus karjeras jautājumus un iegūst skaidras atbildes uz tiem; Karjeras atbalsta programmas pilnveidošanas process.	Interesešu izpēte	7.-12.klases skolēni
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesiju un amatu daudzveidība	Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības; Uzdrīkstas mēģināt un iepazīt kaut ko jaunu; Iepazīst dažādus amatus un to nozīmi sabiedrībai un valstij; Pielīdzina sev jauniegūto informāciju.	Mācību ekskursijas	1.-12.klases skolēni

3.5. Pasākumi potenciālajiem skolēniem un viņu vecākiem

Pasākuma nosaukums un veids	Sasniedzamais rezultāts	Mērķauditorija
Vecāku sapulce „Mana bērna karjeras lēmums”	Vecāki izprot savu lomu bērna karjeras lēmuma pieņemšanas un veiksmīgas karjeras veidošanas procesā.	1.-12.klases skolēnu vecāki
Tikšanās ar vecākiem par tēmu „Mans bērns absolvē skolu. Ko tālāk?”	Vecāki apgūst dažādus veidus, kā atbalstīt un piedalīties bērna karjeras lēmuma pieņemšanas procesā; Vecāki iepazīst dažādas tālākās izglītības iespējas un	9. un 12.klašu skolēnu vecāki

	piemēro tās saviem bērniem.	
Grupu nodarbība ar 9.klašu skolēniem par tēmu "Vidusskolas piedāvājums"	Skolēni izprot, kādus „grozus” piedāvā skola; Izvērtē savu piemērotību dažādiem dzīves scenārijiem pēc pamatskolas izglītības iegūšanas.	9.klašu skolēni
Grupu nodarbība ar 12.klašu skolēniem par tēmu „Tālākās izglītības iespējas. Pieteikšanās augstākās izglītības pamatstudijām”	Skolēni izprot Latvijas Izglītības sistēmu; Izvērtē savu piemērotību dažādiem dzīves scenārijiem pēc vidusskolas absolvēšanas; Apgūst latvija.lv elektroniskās pieteikšanās studijām sistēmu; Zina, kur meklēt informāciju par studiju un darba iespējām.	12.klašu skolēni
Tālākās rīcības aptaujas organizēšana	Skolēni apdomā savu tālāko rīcību un karjeras veidošanas jautājumus, aizpildot anketu.	9. un 12.klašu skolēni

3.6. Plānotie skolēnam 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.	<ul style="list-style-type: none"> Skolēns spēj pastāstīt par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas un kas sagādā grūtības. Izprot pats savu mācīšanās procesu un pašreizējos sasniegumus karjeras jomā (mācības, brīvais laika akritātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.). Ar pieaugušā starpniecību nosaka, kā uzlabot savus sasniegumus. 	<ul style="list-style-type: none"> Formulē savus secinājumus saskaņā ar iegūtajām zināšanām un norādījumiem. Karjeras iespējas raksturo, veidojot savā viedoklī un pieredzē balstītu argumentāciju. Spēj atrast pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un 	<ul style="list-style-type: none"> Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām. Ir atvērts jaundai karjeras pieredzei. Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzklausa citu viedokli. Atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu 	<ul style="list-style-type: none"> Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rezumēšana (secināšana)

	<ul style="list-style-type: none"> • Skolotāja vadībā spēj organizēt savu laiku skolā mācībām stundās un atpūtai starpbrīžos. • Spēj pēc kritērijiem skolotāja vadībā novērtēt savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi. • Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. • Veido saprotamu mutvārdu runu un reaģē uz klausītāju jautājumiem, spēj pastāstīt par savu mācīšanās progresu un apgūtajām prasmēm. • Spēj norādīt par sevi informāciju nelielas grūtības pakāpes anketā. • Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas sniegšanai pēc norādījumiem. 	<p>pats tos pārbauda.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pēc norādījumiem izmanto IT tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai. • Salīdzina uzņēmumus savā pilsetā un novadā, meklē informāciju par veiksmīgiem uzņēmumiem un spēj pastāstīt par tiem. • Spēj nosaukt un pastāstīt par savu vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām, to darba ikdienu. • Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īstenot intereses darba tirgū. • Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem. • Izmantojot vienkāršu situāciju piemērus, pamato, kāpēc darbs ir vērtība. • Saskata vienkāršas ar sekmīgu karjeru saistītas kopsakarības sabiedrībā (skolā, ģimenē un vietējā kopienā). • Veido stāstījumu par 	<p>saistošā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. • Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz. • Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpausmes karjerā un sadzīvē, un piedalās tā nodrošināšanā. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sadarbības prasmju novērtēšana
--	---	--	--	--

		<p>darba darītājiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes. 		
6.	<ul style="list-style-type: none"> • 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 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 	<ul style="list-style-type: none"> • Pārlicinās, vai iegūta pietiekami vispusīga un precīza informācija par karjeras iespējām, pārbauda tās ticamību. • Izmanto digitālās tehnoloģijas, lai 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, 	<ul style="list-style-type: none"> • Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības. • Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu. 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • Āra nodarbības (mācību ekskursijas) • Ziņojums • Darbu mape • Informācijas vizualizēšana • Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) • Multimediju prezentācija • Mutiska uzstāšanās • Pašvērtējums • Piedalīšanās diskusijās (diskusija) • Rezumēšana (secināšana) • Sadarbības prasmju novērtēšana

	<p>izvirzītu snieguma kritēriju izpildei dažādās karjeras jomās un nosaka, vai un kā sniegumu uzlabot.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētas aptaujas jautājumiem. • Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei. • Izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību, novērtē savu darbu komandā. 	<p>aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 atrod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri. • Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to. • Analizē sadarbību karjerā un sabiedrībā. 	
--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> • Veido faktos par karjeras iespējas kontekstu balstītu argumentāciju, atšķir atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā. • Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus par karjeras iespējām. 		
9.	<ul style="list-style-type: none"> • 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 savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses. • Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošas domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes. • Patstāvīgi pilnveido darbu māpi. • Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās 	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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, 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 • Rezumēšana (secināšana) • Sadarbības

<p>darbu mapes veidošanā.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 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. 	<p>īpašībām.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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 	<p>izvēlas labāko un nolemj to īstenot.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 karjeras plānu, un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņēmieni. • Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam. • Elastīgi un izsvērti izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceris. • Saskaroties ar grūtībām 	<p>prasmju novērtēšana</p>
---	--	---	----------------------------

		<p>karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un patstāvīgi formulē pamatotus secinājumus. 	<p>karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai. 	
12.	<ul style="list-style-type: none"> • 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 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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., 	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 • Rezumēšana (secināšana) • Sadarbības prasmju novērtēšana

<p>nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 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 	<p>par darba vides riska faktoriem Latvijā.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 individu, sabiedrības un vides mijiedarbību karjeras attīstības kontekstā. • Salīdzina darba devēju un klientu prasības dažādos laika posmos un valstīs, un izdara secinājumus par darba tirgus, t.sk., uzņēmējdarbības, attīstības tendencēm. • Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 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 	
--	---	---	--

	<p>(CV) un motivācijas vēstuli), identificē raksturīgākās kļūdas lietišķajā saziņā.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai radītu, prezentētu un pārraidītu karjeras mērķu sasniegšanai nozīmīgu saturu. 	<p>analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. • Spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū; ir interesēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevi darba intervijā u.c.) 	<p>izmanto arī citā kontekstā.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	
--	---	--	--	--

3.7. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes.

Metode	Prasmes
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
Analīze	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu
Brīvais raksts	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
Darbs ar informācija avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas Meklēt problēmu risinājumu
Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētajās profesijās plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus
Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi
Intervija	Apgūt prasmi sarunāties: uzklaut sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietīšku dialogu
IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
Portfolio/darba mape	Vākt materiālus, iegūt informāciju, to apstrādāt, krāt un veidot savu darba māpi - portfolio
Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu

Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
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
Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
Vērošana	Apgūt iemaņas izvīrīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

3.8. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra

https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf

Akmeņkalna, I., Kārklīšs, A., Kalniņa, I., (2007). Mērķtiecīga karjeras veidošana.

Rīga: LUMA.

Akmeņkalna, I., Kārklīšs, A., Skutele, D. (2007). Mērķu sasniegšana. Rīga: LUMA.

Akmeņkalna, I., Skutele, D., (2007). Saskarsme. Rīga: LUMA

Amundsons, N., (2016). Aktīvā iesaistīšanās. Esība un darbība karjeras konsultēšanā.

4.izd. Rīga: VIAA. Pieejams:

http://viaa.gov.lv/library/files/original/Amundsen_book_FINAL.pdf

Baldiņš, A., Raževa, A., (2001). Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. –

Rīga: Pētergailis.

Beloraga, G., (2007). Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām. Rīga: Zvaigzne ABC.

Boitmane, I., (2006). Personāla atlase un novērtēšana. Rīga: SIA Lietišķās

informācijas dienests.

Ceļā uz mūžizglītību. Mūžizglītības politika Latvijā. (2007). Rīga: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība.

Daija, Z., Panasina, I., (2000). Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. Rīga: Profesionālās karjeras izvēles centrs. Pieejams:

http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/_51f9ff8ca00116.19265717.pdf

Daiktere, I. (2007). Mērķu izvīrīšana un sasniegšana. Mācību metodika. Rīga: SIA LUMA.

Darba likums un Darba aizsardzības likums. / Sērija: Likumi. (b.g.) – Rīga: Zvaigzne ABC. 73 Eiropas Savienības fondu darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 8.3.5. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts Nr.8.3.5.0/16/I/001 “Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs

Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7.–9. klasēs. (2004). Rīga: PIAA. Pieejams:

http://viaa.gov.lv/library/files/original/Darba_pasaules_un_karjeras_iespeju_izp_ete.pdf

Darbaspēka profesionālā mobilitāte. (2007). Rīga: LU., Pieejams:

http://www.lm.gov.lv/upload/darba_tirgus/darba_tirgus/petijumi/darbaspeku_profesionala_mobilitate.pdf

- Darba tirgus īstermiņa prognozēšana. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6&mid=465>
- Dektereva, N., Dorofjeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G., (2008). Interesantas idejas klases audzinātājam. Rīga: RaKa.
- Dektereva, N., Dorofjeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G.,(2008). Mūsdienīga skolēna portfolio. Rīga: RaKa.
- Dokumenti un statistika. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6>
- Drošas un atbilstošas darba videsizveide cilvēkiem ar invaliditātirokasgrāmata. (2006) Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeirons”.
- Dubkēvičs, L. (2006). Saskarsme audzēkņiem. Rīga: Jumava.
- Es. Sabiedrība. Valsts. Rokasgrāmata pasniedzējiem pilsoniskajā izglītībā. (1999). Rīga: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība, „Impresio”.
- Eiropas Savienības nodarbinātības politika, darba tirgus un dzimumu līdztiesības jautājumi. 1., 2.daļa. (2005). Rīga: Labklājības ministrija, ULMA.
- EMKAMPT karjeras atbalsta glosārijs. (2013). Rīga. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/glossary_web_emkapt.pdf
- Iesalniece, A. (2022). Rīga: Zvaigzne ABC Improvizē savai izaugsmei
- Iepazīsti sevi! Psiholoģiskie testi. (1997). Sast. F.Kvīna-Šīca. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Izglītība pēc 9. klases. (2005). Rīga: V/A PIAA, Profesionālās orientācijas informācijas centrs.
- Izglītība pēc 12. klases. (2005). Rīga: V/A PIAA, Profesionālās orientācijas informācijas centrs.
- Jaunieši pārmaiņu sabiedrībās. Diskusiju ceļvedis. (2002). Rīga: UNICEF.
- Jērane, J., Vilcāne, K. (2020). Rīga: Dardedze Hologrāfija SIA “52 Patiesības. Par tevi. Par mani. Par dzīvi.”
- Kalme, A., Kāds es esmu? Pašizziņas testi. (B.g.). Rīga: Zvaigzne ABC.
- Karjeras atbalsta sistēma Latvijā. (2012). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/guidance_system_lv.pdf
- Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem – caur mācīšanos uz darbu. (2010). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf
- Karjeras attīstības atbalsts. Rokasgrāmata politikas veidotājiem. (2007). Rīga: VIAA
- Virtuālā karjeras konsultantu platforma. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts. Pieejams: <http://www.careercenteronline.org/>
- Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem Rīga: PIAP aģentūra. Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
- Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs. Darba burtnīca. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/prof_karjeras_izgl_burtnica.pdf
- Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs. Skolotāja rokasgrāmata. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_9_klasee_2006.pdf
- Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009 (2010). Rīga: VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
- Karjeras izglītība 7. klasē. Metodiski ieteikumi. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgliitiiba_7_klase_metodika_2006.pdf
- Karjeras izglītība 7.-9. klasei. Skolotāja rokasgrāmata. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_7_9_klaseee.pdf

- 74 Eiropas Savienības fondu darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība”
8.3.5. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam
izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts
Nr.8.3.5.0/16/I/001 “Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības
iestādēs
- Karjeras izglītība 8. klasē. Metodiski ieteikumi. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_8_klasee.pdf
- Karjeras izglītība 9. klasē. Metodiski ieteikumi. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_9_klasee_2006.pdf
- Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem
pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemānu veidošanai starp priekšmetu
tēmā. (2004). Rīga: PIAA, PIAC. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras_izglitibas_merki_psk.pdf
- Karjeras konsultēšanas metodes. (2009). Rīga: VIAA. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
- Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā. (2016). VIAA.
Pieejams:
http://viaa.gov.lv/library/files/original/38233_Karjeras_vadibas_buklets.pdf
- Karjeras Ziņas. Rīga: VIAA Karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
- Ko darīt pēc 9. klases? (2003). Rīga: LR IZM.
- Lemešonoka, I., (2017). Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās
vispārizglītojošās skolas pedagoģiskajā procesā. Promocijas darbs. Rīga:
Latvijas Universitāte.
- Mans bērns izvēlas karjeru. (2010). VIAA. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
- Mūža ilgumā pieejamu karjeras attīstības atbalsta pakalpojumu uzlabošana.
Improving lifelong guidance policies and systems. Neoficiāls Eiropas vienoto
uzziņas materiālu tulkojums. (2006). Rīga: PIAA.
- Nodarbinātība. (B.g.). Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeironi”.
- Nodarbinātības valsts aģentūras pētījumi. (2019). Pieejams:
<http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6&mid=95>
- Par darba aizsardzības jautājumiem, uzsākot darba gaitas. (2011). Rīga: Rīgas
Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts. Pieejams:
http://www.lm.gov.lv/upload/jauniesiem2/atg_uzsak_darb.pdf
- Profesiju aprakstu katalogs. (2007). 1.sēj. Rīga: PKIVA. Pieejams:
http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf
- Profesiju definīciju katalogs. (2007). Rīga: PKIVA. Pieejams:
<http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>
- Profesiju klasifikators. (2006). Rīga: Latvijas Vēstnesis. Pieejams:
http://www.lm.gov.lv/lv/index.php?option=com_content&view=article&id=80154
- Saltana, R. Dž., (2011). Karjeras vadības prasmes – vērtēšana kā mācību procesa daļa.
- Skutele, D., Akmeņkalna, I., (2007). Saskarsme. Mācību metodika. Rīga: SIA LUMA.
- Stabiņš, J., Pupiņš, M., (2008). Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis
sociālajās zinātnēs. Rīga: RaKa.
- Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. (2012).
2.izd., VIAA. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
- Templers, R., (2007). Veiksmīgas karjeras likumi. Rīga: Zvaigzne ABC.

Topošā darbinieka rokasgrāmata. (2011)., Latvijas Brīvo arodbiedrību savienība.

Pieejams:

http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts_jaunajiem_uznemejiem.pdf

Veiksmes kods. Latviešu uzņēmēju veiksmes stāsti un atziņas. Rīga: LIAA, ZINIS.

Pieejams: http://www.liaa.gov.lv/files/liaa/attachments/28_veiksmes_kods.pdf

Veiksmīgas karjeras anatomija. (2009). Rīga: Lietišķās informācijas dienests.

3.9. Interneta resursi ar paskaidrojumiem darbam ar skolēniem

Interneta resurss	Paskaidrojums
www.niid.lv	Izglītības programmu un kursu meklētājs, e-konsultācijas un cita aktuāla informācija par izglītības iespējām Latvijā
www.profesijupasaule.lv	Profesiju apraksti, intervijas ar speciālistiem, video materiāli u.c.
www.macibaspieaugusajiem.lv www.muzizglitiba.lv	Izglītības iespējas pieaugušajiem dažādās Latvijas pilsētās
www.fonds.lv www.vitolufonds.lv	Mecenātu stipendijas studijām Latvijā
www.sza.gov.lv	Informācija par studiju un studējošo kredītiem no valsts budžeta līdzekļiem
www.svr.aic.lv	Studiju virzienu reģistrs
www.latvijaskvalifikācijas.lv	Informācija par Latvijas ietvarstruktūrā iekļautajām izglītības kvalifikācijām
www.izm.gov.lv	Informācija par Latvijas izglītības sistēmu un tās aktualitātēm
www.viaa.gov.lv	Sadaļa „Karjeras atbalsts”, kurā atrodami dažādi materiāli un informācija par aktualitātēm karjeras atbalstā.
www.profolio.lv	Virtuāls portfolio
www.parprof.lv	1.-6.klašu skolēniem izveidota spēle „Kļūšu par profesionāli!”

Direktore

A.Dmitrijeva

Bluse 67247436