

Apstiprināts  
ar Bauskas 2.vidusskolas  
Rīkojumu Nr.1-9/42  
(18.punkts)

# Karjeras izglītības programma

Bauska  
2018

# I. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

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 iestādēs, 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.

Pašiem savu garīgo pasauli un pasauli ap mums. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, pilnveidošanai un attīstībai.

## 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 jaunietis, bet arī pieaugušais) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību.

### Pamatskolas 1.- 4.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"><li>• Nepieciešama uzmanība un uzslavas</li><li>• Piemīt neierobežota enerģija</li><li>• Nespēja nošķirt iedomu pasauli no</li><li>• Nepieciešama pašapziņas veidošana</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Atšķir darbu no spēles</li><li>• Identificē dažādus darba veidus</li><li>• Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos realitātes</li><li>• Zina, kā pieņemt lēmumus</li><li>• Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu</li><li>• Identificē personīgas sajūtas</li></ul>

### Pamatskolas 5.- 9.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Daudz patstāvīgāki</li> <li>• Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga</li> <li>• Var uzņemties vairāk atbildības</li> <li>• Pārsteidzošs interešu vēriens</li> <li>• Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificē personīgās intereses, spējas, savas stipras un vājas puses</li> <li>• Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem</li> <li>• Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem</li> <li>• Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu</li> </ul>

### Vidusskolas 10. –12. klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Veido savu identitāti</li> <li>• Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/karjeras meklējumus</li> <li>• Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem</li> <li>• Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli</li> <li>• Kļūst aizvien patstāvīgāki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem</li> <li>• Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū</li> <li>• Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus</li><li>• Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu</li></ul>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## II. KARJERAS IZGLĪTĪBA

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

Karjeras izglītība ir harmoniski jāintegrē 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.

## **III. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA**

Lai skolēnus sagatavotu efektīvai pārejai no skolas uz pieaugušo darba dzīvi, skolai ir jānodrošina saviem skolēniem aizvien daudzveidīgāks un lielāks mācīšanās pieredžu skaits.

### **Karjeras izglītības programmas sastāvdaļas:**

**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. 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.



**Lēmumu pieņemšana** 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 nenožīmē 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 jāstopas 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.

## **IV. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA**

### **I. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi**

**1. Karjeras izglītības mērķis:** organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2013. gada 22. augusta noteikumu Nr. 530 “ Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem” prasībām, integrējot specifiskus mērķus:

- nodrošināt izglītojamam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;
- radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

### **2. Karjeras izglītības uzdevumi:**

2.1. nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves

iespējas;

2.2. palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;

2.3. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru,

iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;

2.4. nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;

2.5. palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;

2.6. nodrošināt iespēju gūt darbības pieredzi;

2.7. izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu prēt daudzveidību;

2.8. veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

## **Karjeras izglītības saturs**

3. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir —īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu ganzināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība) 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.

4. 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.

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

5.1. pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;

5.2. analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;

5.3. morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;

5.4. 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;

5.5.saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;

5.6.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;

5.7.matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

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

**7. Pamatjoma “Pašizpēte”** ietver šādas saturiskās tēmas:

7.1.mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;

7.2.manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;

7.3. mana ģimene, tās loma, tradīcijas;

7.4. sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;

7.5.attieksmes un vērtības;

7.6.prasme sadarboties, risināt konfliktus;

7.7.mana veselība un nākotnes nodomi;

7.8.mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;

7.9.pašaudzināšana.

**8. Pamatjoma “Karjeras izpēte”** ietver šādas saturiskas tēmas:

8.1.darba nozīme cilvēka dzīvē;

8.2.populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;

- 8.3.manu vecāku darba dzīve;
- 8.4.informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- 8.5.profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- 8.6.darba tirgus un nodarbinātība;
- 8.7.sociālā vide un nodarbinātība;
- 8.8.izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- 8.9.darba likumdošana, darba drošība;
- 8.10.pašnodarbinātība.

### **9.Pamatjoma “Karjeras plānošana un vadība”**

ietver šādas saturiskas tēmas:

- 9.1.lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- 9.2.lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- 9.3.dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- 9.4.kad viss nenorit tā, kā plānots;
- 9.5.mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- 9.6.pārmaiņas manā dzīvē;
- 9.7.komandas darba pieredze;
- 9.8.praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 9.9.sevis prezentēšana.

## Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

10. Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas— mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c.

### 1. - 2. klasē tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
<b>Valodas</b>	♦ Mans hobijs	1
	♦ Es un mani draugi	1
	♦ Mani mājdzīvnieki	1
	♦ Mana istaba	1
	♦ Mans apģērbs	1
<b>Ētika</b>	♦ Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku	1
	♦ Mans varonis	1
	♦ Manas īpašības, manas stipras puses	1
<b>Lasīšana</b>	♦ Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana)	1
	♦ Domraksts ‘Mani nākotnes nodomi’	1

<b>Mājturība</b>	Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām	<b>1</b>
<b>Sociālās zinības</b>	Manas intereses	<b>1</b>
<b>Sports</b>	♦ Komandu spēles	<b>1</b>
	♦ Fizisko īpašību tests	<b>1</b>
<b>Klases stundās</b>	♦ 1. kl. Es varu rūpēties par savu veselību	<b>1</b>
	♦ 1. kl. Aizraušanās, hobiji	1
	♦ 1. kl. Profesijas skolā	1
	♦ 2. kl. Es –sava rakstura saimnieks	1
	♦ 2. kl. Mācos mācīties	1
	♦ 2. kl. Mācos risināt strīdus	1
	♦ 2. kl. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	♦ 1. kl. Adaptācijas nodarbības (klases audzinātājs, skolas psihologs): „Kāds es esmu?”; „Draudzēsimies!”; „Atrisinām strīdus”	<b>1</b>
	♦ 1. kl./2. kl. Vecāku sapulce „Kā mācīt un palīdzēt savam bērnam mācīties”	<b>2</b>
	♦ 2. kl. Pārrunas „Kā man izdodas sadarboties ar citiem”	<b>1</b>

	♦2. kl. Projekts „Mana veselība”	<b>1</b>
	♦Akcija „Cieni sevi, cieni citus, esi pieklājīgs”	<b>1</b>
	♦Diskusija „Es un mani draugi”	<b>1</b>

**3. – 4. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:**

<b>Mācību priekšmetu stundas</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu vai pasākumu skaits</b>
<b>Valodas</b>	♦Mans brīvais laiks	<b>1</b>
	♦ Es un mani draugi	<b>1</b>
	♦ Profesijas	<b>1</b>
	♦ Dienas režīms	<b>1</b>
<b>Vizuālā māksla</b>	3. kl. Cilvēks darbā	<b>1</b>
<b>Mājturība</b>	3. kl. Rokdarbi – Drošība darbā	<b>1</b>
<b>Dabaszinības</b>	4. kl. Cilvēki, kas rūpējas par dabu. Iepazīšanās ar dabu saistībām profesijām	<b>1</b>



<b>Lasīšana</b>	♦3. kl. Domraksts. Mani vecāki un darbs.	<b>1</b>
	♦4.kl. Domraksts. Populārākās profesijas	<b>1</b>
	♦4. kl. Par ko es gribētu kļūt	<b>1</b>
<b>Sociālās zinības</b>	4. kl. Sava laika plānošana	<b>1</b>
<b>Sports</b>	♦Komandu spēles	<b>1</b>
	♦ Fizisko īpašību tests	<b>1</b>
<b>Klases stundās</b>	♦3. kl. Manas intereses, dotumi un spējas	<b>1</b>
	♦3. kl. Kāpēc vajadzīgs darbs?	<b>1</b>
	♦3. kl. Profesiju izstāde. Praktiskais darbs	<b>1</b>
	♦4. kl. Mans brīvais laiks, manas iespējas pašrealizēties	<b>1</b>
	♦4. kl. Profesijas pagātnē, tagadnē un nākotnē	<b>1</b>
	♦3. -4. kl. Mani darbiņi. Pienākumi ģimenē	<b>1</b>
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un	♦3. –4. kl. Drošības dienas skolā	<b>2 pasākumi</b>
	♦3. kl. Konkurss „Profesiju	<b>1 pasākums</b>

klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	daudzveidība”	
	♦4. kl. Mācību ekskursija. Iepazīstam dažādus darbus.  ♦4. kl. Uzņēmuma apmeklējums.	<b>1 pasākums</b>  <b>1 pasākums</b>

**5. – 6. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:**

<b>Mācību priekšmetu stundas</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu vai pasākumu skaits</b>
<b>Valoda</b>	♦Manas intereses.	<b>1</b>
	♦6. kl. Valodas kultūra.	<b>1</b>
	♦Rakstura īpašības..	<b>1</b>

	♦Mans brīvais laiks. Saziņa. Emocijas.	<b>1</b>
<b>Informātika</b>	♦5. kl. Teksta apstrāde lietišķie teksti datora.	<b>1</b>
	♦5. kl. Informācijas ieguves un komunikācijas līdzekļu izmantošana.	<b>1</b>
<b>Vēsture</b>	6. kl. Es ienāku sabiedrībā.	<b>1</b>
<b>Literatūra</b>	♦5. kl. Domraksts. Mans varonis tiek galā ar grūtībām.	<b>1</b>
	♦6. kl. Mūsdienu jaunieša problēmas.	<b>1</b>
<b>Sociālās zinības</b>	♦5. -6. kl. Konflikts, to rašanās un risināšana.	<b>1</b>
	♦5. kl. Mana mācīšanās taktika.	<b>1</b>
	♦6. kl. Pienākumi un tiesības.	<b>1</b>
<b>Dabaszinības</b>	♦5. kl. Cilvēka maņas un darbs.	<b>1</b>
	♦5. kl. Organisma augšana.	<b>1</b>
<b>Sports/Mājturības</b>	Drošības noteikumi un to nepieciešamība. Veselība un darbs.	<b>2</b>
<b>Klases stundās</b>	♦5. kl. Mani mērķi un kā es tos varu sasniegt.	<b>1</b>
	♦5. kl. Uzvedības etiķete.	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦5. kl. Sevis reprezentēšana.</li> <li>♦6. kl. Kā cilvēki tiek galā ar grūtībām.</li> <li>♦6. kl. Mans nākotnes redzējums.</li> <li>♦6. kl. Laika plānošana.</li> </ul>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
<p>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦5. kl. Adaptācijas nodarbības sadarbībā ar skolas psihologu. Darbs komandā. Stresa menedžments.</li> <li>♦5. kl. Projekts : „Profesiju daudzveidība”</li> <li>♦5. kl. –6. kl. Drošības nedēļa: Darbs un risks.</li> <li>♦6. kl. Ekskursijas: uzņēmumi Latvijā.</li> </ul>	<p>2</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>

### 7. klasē tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
<b>Valoda</b>	♦Mans hobijs	<b>1</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Es un mani draugi</li> <li>♦Mani mājdzīvnieki</li> <li>♦Mana istaba</li> <li>♦Mans apģērbs</li> <li>♦Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>
<b>Ģeogrāfija</b>	Klimata izmaiņas un veselība	<b>1</b>
<b>Vēsture</b>	Seno baltu ciltis	<b>1</b>
<b>Literatūra</b>	Boņuka, Billes un mana bērnība	<b>1</b>
<b>Mājturības</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Rokdarbi – zeķu adīšana.</li> <li>♦Kulinārija</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>
<b>Sociālās zinības</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Atkarības</li> <li>♦Lietišķas saskarsmes etiķete</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>
<b>Sports</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Fizisko īpašību tests</li> <li>♦Komandu darbs</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>
<b>Klases stundās</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Es starp citiem</li> <li>♦Mans raksturs un paradumi</li> <li>♦Uztveres tipi</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Temperamenti</li> <li>♦Mācies mācīties</li> <li>♦Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru?</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>
<p>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Pēcpusdiena „Draudzības brīnums – saprast un saprasties”</li> <li>♦Konkurss „Ko es zinu par profesijām?”</li> <li>♦Ēnu dienas</li> <li>♦Diskusija „Es un mani draugi”</li> <li>♦Nodarbības par karjeru „Sevis izzināšana. Kas es esmu? Ko es protu un varu?”</li> </ul>	<p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>3</b></p>

## 8. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
<b>Svešvalodas</b>	♦Lietišķi raksti – CV	<b>1</b>
	♦Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem.	<b>1</b>
<b>Latviešu valoda</b>	♦Lietišķie raksti-darba sludinājumu pētīšana.	<b>1</b>
	♦Tekstveidne -pārspriedums.	<b>1</b>
<b>Sociālās zinības</b>	♦Droša sociālā vide	<b>1</b>
	♦Darbs un karjera	<b>1</b>
<b>Matemātika</b>	Izcilākie matemātiķi.	<b>1</b>
<b>Ķīmija</b>	♦Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde.	<b>1</b>
<b>Ģeogrāfija</b>	♦Darbaspēka migrācija Eiropas Savienībā	<b>1</b>
	♦Darba vietas dažādās valstīs	<b>1</b>
<b>Fizika</b>	Izcilākie fiziķi	<b>1</b>
<b>Vēsture</b>	♦Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19. gadsimta	<b>1</b>

	beigās. ♦Strādnieku kustība 19. gs. pēdējā trešdaļā.	<b>1</b>
<b>Klases stundās</b>	♦Darbs un vaļasprieks  ♦Kas man patīk?  ♦Darba sludinājumu pētīšana  ♦Profesiju prestižs un perspektīvas  ♦Manu vecāku profesijas un karjeras izaugsmes iespējas.	<b>1</b>  <b>1</b>  <b>1</b>  <b>1</b>  <b>1</b>
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	♦Droša vide (darba drošība)  ♦Ēnu diena „Mana sapņu profesija”  ♦Skolēnu portfolio veidošana.	<b>1</b>  <b>1</b>  <b>2</b>



**9. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:**

<b>Mācību priekšmetu stundas</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu vai pasākumu skaits</b>
<b>Valodas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Izglītības sistēmas dažādās valstīs</li> <li>♦ Publiskā uzstāšanās – sevis prezentēšana</li> <li>♦ Lietišķie raksti</li> <li>♦ CV</li> <li>♦ Publiskā runa - sevis prezentēšana</li> </ul>	<p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p>
<b>Ģeogrāfija</b>	Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā.	<b>1</b>
<b>Ķīmija</b>	♦ Ķīmija sadzīvē	<b>1</b>
<b>Vēsture</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Pasaules ekonomiskā krīze 20. gs. 30. gados</li> <li>♦ Izcilākie zinātnieki 20. gs.</li> <li>♦ 20. gs. progress zinātnē un tehnikā</li> </ul>	<p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p>
<b>Sociālās zinības</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Ģimenes budžets</li> <li>♦ Nodokļi</li> </ul>	<p align="center"><b>1</b></p> <p align="center"><b>1</b></p>

	♦Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība	<b>1</b>
	♦Civillikums	<b>1</b>
<b>Klases stundās</b>	♦Karjeras plānošana	<b>1</b>
	♦Sekmju plānošana un izvērtēšana	<b>1</b>
	♦Lēmumu pieņemšana, atbildība	<b>1</b>
	♦Iekļaušanās darba tirgū	<b>1</b>
	♦Profesionālā virzība. Profesionālā piemērotība	<b>1</b>
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	♦Tikšanās ar skolas administrāciju par izglītības programmām vidusskolā	<b>1</b>
	♦Vecāku sapulce „Mana bērna nākotnes plānošana”	<b>1</b>
	♦Izstādes „Skola” apmeklējums	<b>1</b>
	♦Ēnu diena	<b>1</b>
	♦Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem.	<b>1</b>

## 10. klasē tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas
<p><b>Klases stundās</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Mani sapņi un nākotnes nodomi.</li> <li>♦Manas intereses un prasmes.</li> <li>♦Kāds es esmu saskarsmē ar citiem.</li> <li>♦Manu vecāku „Veiksmes stāsti”.</li> <li>♦Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru?</li> <li>♦Darbs un vaļasprieks.</li> </ul>
<p>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem.</li> <li>♦Karjeras dienas –tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.</li> <li>♦Ēnu dienas uzņēmumos.</li> <li>♦Ekskursijas uz uzņēmumiem.</li> <li>♦Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.</li> <li>♦Nākotnes karjeras izvēles iespējas Latvijā un Eiropā.</li> </ul>

## 11. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas
<p><b>Klases stundās</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Nākotnes iespēju izzināšana.</li> <li>♦ Manu vecāku darbs, profesijas.</li> <li>♦ Darba tirgus un pieprasījums.</li> <li>♦ Radošā domāšana palīgs karjeras plānošanā.</li> <li>♦ Tavas intereses un profesiju tipi.</li> <li>♦ Biznesa idejas un to īstenošana.</li> </ul>
<p>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Ēnu dienas uzņēmumos.</li> <li>♦ Izstādes „Skola” apmeklējums.</li> <li>♦ TIKŠANĀS ar dažādu jomu speciālistiem.</li> <li>♦ Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.</li> <li>♦ Tikšanās ar augstskolu pārstāvjiem.</li> <li>♦ Nākotnes karjeras izvēles iespējas Latvijā un Eiropā.</li> </ul>

## 12. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:

<b>Mācību priekšmetu stundas</b>	<b>Tēmas</b>
<b>Klases stundās</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Mana izvēle un atbildība.</li><li>♦ Izglītības iespējas Latvijā un Eiropā.</li><li>♦ CV un motivācijas vēstule.</li><li>♦ Veselīga konkurence un sāncensība.</li><li>♦ Kā radīt pozitīvu iespaidu darba devējam.</li><li>♦ Lēmumu pieņemšana un īstenošana.</li></ul>
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Tikšanās ar augstskolu pārstāvjiem.</li><li>♦ Ēnu dienas uzņēmumos.</li><li>♦ Izstādes „Skola” apmeklējums.</li><li>♦ Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.</li></ul>

## **IV. Karjeras izglītības vērtēšana**

### **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 1. –6. klasē**

#### ***Beidzot 6. klasi, skolēns:***

- ♦ ir iepazinies ar dažādām profesijām;
- ♦ izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē;
- ♦ mēģina izzināt savas personīgās intereses un spējas;
- ♦ zprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību;
- ♦ izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību.

#### ***Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:***

- ♦ skolēns spēj analizēt un izvērtēt savus sasniegumus, personiskās īpašības, spējas un iemaņas;
- ♦ skolēns spēj noteikt savas attīstības mērķus;
- ♦ skolēns prot izmantot pašanalīzes rezultātus savu attīstības vajadzību noteikšanai un sava pozitīva paštēla veidošanai;
- ♦ skolēns spēj atšķirt stereotipus un sagrozītus, realitātei neatbilstošus cilvēku un profesiju aprakstus;
- ♦ skolēnam ir izveidojušās noteiktas attieksmes pret dzīves pamatvērtībām, prasmes mācīties un izpratne par darbu, tajā skaitā arī komandas darbu, nozīmi.

#### ***Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:***

- ♦ skolēns zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu; zina, kur meklēt karjeras konsultantu palīdzību; ir spējīgs izmantot informācijas avotus;
- ♦ skolēns apzinās savas iespējas. Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes;
- ♦ skolēns izprot, ka darba dzīve nav tikai iešana uz darbu un naudas pelnīšana; saprot, ka darba dzīvei ir daudzi svarīgi aspekti;
- ♦ skolēns spēj apsvērt dažādas iespējas un, ja nepieciešams, spēj koriģēt vai mainīt savus plānus;
- ♦ skolēns spēj (daļēji) uzņemt atbildību par savas personības attīstību.

## **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.-9. klasē**

### ***Beidzot 9. klasi, skolēns:***

- ♦ sāk apzināties savas iespējas un sāk reālistiski samērot savas intereses, spējas/dotumus, personīgās īpašības un vērtības;
- ♦ spēj novērtēt un samērot savas spējas, vēlmes un iespējas pieņemt ar karjeras izvēli saistītos lēmumus;
- ♦ ir ieinteresēts turpināt savu izglītību; izzina savas tālākizglītības iespējas; spēj savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju;
- ♦ ir ieguvis zināšanas par vietējo darba tirgu;
- ♦ izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību;
- ♦ izprot mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus;
- ♦ spēj saskatīt izvēles iespējas/alternatīvas karjeras iespēju izvēlē.

## ***Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:***

- ♦ skolēns ir veicis vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus;
- ♦ skolēns spēj noteikt un novērtēt, kāda ir viņa ārpusklases darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli;
- ♦ skolēns spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā;
- ♦ skolēns ir spējīgs paskaidrot, kāpēc ir nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā. Darba pasaules izziņāšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes;
- ♦ skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;
- ♦ skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
- ♦ skolēns spēj formulēt savas attīstības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas. Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes;
- ♦ skolēns māk sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
- ♦ skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
- ♦ skolēns prot atlasīt nepieciešamo informāciju, kas nepieciešama, lai tiktu uzņemts.



## **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 10.-12. klasē**

***Beidzot 12. klasi, skolēns:***

- ♦saprot koncepciju par darba tirgu mainīgumu;
- ♦saskata vietēja un starptautiskā darba tirgus tendences;
- ♦izprot sakarības starp izmaiņām darba tirgū un sociālajiem, politiskajiem un ekonomiskajiem procesiem;
- ♦ir ieinteresēts attīstīt tās personiskās īpašības un iemaņas, kas ir būtiskas dažādām profesijām;
- ♦spēj atrast interesantu informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām;
- ♦prot izstrādāt pagaidu termiņa karjeras plānus, analizējot savas personiskās īpašības un prasmes, vērtības un panākumu kritērijus;
- ♦spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū; ir interesēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevī darba intervijā u.c.);
- ♦ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas;

## V. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes

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 informācijas avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju.
5.	Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus.
6.	Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu.
7.	Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu

		viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklausīt citu domas. Meklēt problēmu risinājumu.
<b>8.</b>	Dubultā dienasgrāmata	Veidot prasmi atrast tekstā nepieciešamo informāciju, to analizēt, paust savu viedokli, balstoties uz pieredzi
<b>9.</b>	Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām.
<b>10.</b>	Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētajā profesijā plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus.
<b>11.</b>	Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā.
<b>12.</b>	Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi
<b>13.</b>	INSERT metode	Apgūt prasmi izvērtēt informāciju
<b>14.</b>	Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz

		tiem.
<b>15.</b>	Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi.
<b>16.</b>	Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam.
<b>17.</b>	Portfolio/darba mape	Vākt materiālus, iegūt informāciju, to apstrādāt, krāt un veidot savu darba mapi –portfolio.
<b>18.</b>	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē.
<b>19.</b>	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu.
<b>20.</b>	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu.
<b>21.</b>	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, projects sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus.
<b>22.</b>	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt

		24.seminārs vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu -rezumēt.
<b>23.</b>	Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai.
<b>24.</b>	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai.
<b>25.</b>	Venna diagramma	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu.
<b>26.</b>	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus.

## **VI. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra**

1. Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005
2. Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005.
3. Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi/(2008)Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra
4. Karjeras izglītība 10.-12. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.
5. Karjeras izglītība 7., 8., 9. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006
6. Korna E. Karjeras izglītība. Rīga: Raka. (2011)
7. Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010.
8. Nensija Perija, Zarks van Zants. Nākotnes iespēju izzināšana. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskola skolēniem.
9. Nensija Perija, Zaks van Zants. Skats nākotnē. Karjeras attīstīšanas mācību plāns vidusskolēniem.

### ***Interneta resursi, kuri saistīti ar karjeras izglītību***

10. [www.izaugsme.lv](http://www.izaugsme.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem Latvijā, par mācību iespējām ārzemēs, kā arī apraksti par profesijām.
11. [www.izm.gov.lv](http://www.izm.gov.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādē.
12. [www.nva.lv](http://www.nva.lv) - par bezdarbnieku profesionālo apmācību.

13. [www.lak.lv](http://www.lak.lv) - par amatu apguves iespējām (tostarp cilvēkiem ar nepabeigtu pamatzglītību un cilvēkiem ar garīgiem un fiziskiem veselības traucējumiem) pie amatu meistariem.
14. [www.niid.lv](http://www.niid.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, karjeras izglītības testi. Lapā atrodama informācija par Valsts ieskaitēm un eksāmeniem, par Latvijas izglītības iestādēm. Datubāzē atrodamas profesionālās vidējās izglītības programmas, augstākās izglītības studiju programmas, kā arī augstskolu un koledžu izglītības piedāvājums, arī 7karjeras izvēles testi.
15. [www.prakse.lv](http://www.prakse.lv) - Sadaļā Studijas alfabēta kārtībā nosauktas studiju programmas, augstskola, studiju veids, ilgums un iegūstamais grāds. Ir pieejams arī meklētājs pēc studiju virziena, izglītības iestādes un tās atrašanās vietas.
16. [www.vakance.lv](http://www.vakance.lv) - darba sludinājumu portāls.
17. [www.izm.gov.lv/lv/studentiem](http://www.izm.gov.lv/lv/studentiem) -informācija par stipendijām, studiju un studējošā kredītiem.
18. [www.aikne.lv](http://www.aikne.lv) - augstākās izglītības kvalitātes noteikšanas centrs. Informācija par augstskolu un koledžu statusu; par augstskolu un koledžu licencēšanu, akreditāciju.
19. [www.iespejas.lv](http://www.iespejas.lv)