



VANGAŽU VIDUSSKOLA

**KARJERAS IZGLĪTĪBAS
PROGRAMMA**

2020

SATURS

IEVADS.....	3
KARJERAS IGLĪTĪBA.....	4
KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI.....	5
KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA	9
KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA	32
KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODES.....	38
KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA.....	42

IEVADS

Vispārējais skolas raksturojums

Vangažu vidusskolā apmācības notiek latviešu valodā un krievu valodā. Skolā tiek realizētas šādas izglītības programmas:

- Vispārējā pamatizglītība ar latviešu valodas mācībvalodu;
- Mazākumtautību vispārējā pamatizglītības programma (ar krievu mācībvalodu);
- Vispārējā vidējās izglītības vispārīzglītojošā virziena programma;
- Piecgadīgo un sešgadīgo bērnu obligātās pirmskolas izglītības programma;
- Piecgadīgo un sešgadīgo bērnu obligātās pirmskolas izglītības ar mazākumtautību programma;
- Speciālās pamatizglītības programma izglītojamiem ar mācīšanās traucējumiem (latviešu mācībvalodu);
- Speciālās pamatizglītības programma izglītojamiem ar mācīšanās traucējumiem (lkriev mācībvalodu).

Visiem skolas pedagogiem ir augstākā pedagogiskā izglītība un atbilstoša specialitāte. Vangažu vidusskola ir vispārīzglītojoša skola bez specializācijas, tādēļ nepieciešams skolēniem sniegt vispārējas ziņas par karjeras iespējām un darba tirgu. Skolā pārsvarā mācās skolēni no ģimenēm, kurās vecākiem ir vidējā, profesionālā vai pamata izglītība.

Karjeras izglītība ir izglītības sastāvdaļa, par programmas realizāciju ir atbildīga visa izglītības iestāde. No 2017. gada marta līdz 2021. gada 31. augustam skolā strādā pedagogs karjeras konsultants (PKK). No 2019. gada septembra skolēniem ir iespēja saņemt individuālās karjeras konsultācijas pie PKK.

Karjeras izglītība skolā ir saistīta ar visām tematiskajām jomām un mācību priekšmetiem. Daļa tēmu ir apgūstamas audzināšanas stundās, kā arī mācību stundu ietvaros. Mācību priekšmetu programmās ir iekļautas tēmas, kas tieši saistās ar karjeras izvēli. Karjeras izglītībai skolā ir saikne starp skolēnu mācībām un nākotnes plāniem; tā veicina karjeras vadības prasmju attīstību; veicina nodarbinātībai nepieciešamo prasmju attīstību; palīdz plānot nākotni; veicina karjeras izvēles konsultēšanas un citu mācību iestādes sniegto iespēju un resursu izmantošanu; veicina efektīvu sevis pasniegšanu.

Skolā ir pieejama plaša materiālā bāze (grāmatas, interneta materiāli, infografikas), ik gadu tiek organizētas tematiskas tikšanās ar studentiem un profesionāļiem, karjeras speciālistiem, skolas psihologu. Klašu grupas katru gadu apmeklē “Zinātnieku nakti”, izstādi “Skola”. “Skills Latvia”,

pasākumu “Ēnu dienas”, ekskursijas uz uzņēmumiem. Skolā tiek organizētas Karjeras dienas. Klases audzināšanas stundās piedalās arī skolēnu vecāki, lai pastāstītu par savas karjeras virzību, profesiju.

KARJERAS IGLĪTĪBA

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 ir integrēta visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu skolēniem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai nevis epizodiski, bet caurviju un veselumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus. Karjeras izglītību iekļautas tēmas: pašnovērtējuma veikšana, darba pasaules iepazīšana, karjeras lēmumu pieņemšana, izglītības iespēju izpēte. Šīm tēmām ir caurviju princips mācību procesā.

Sasniedzamais rezultāts karjeras izglītībā

Pašnovērtējuma veikšana

- 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.

Darba pasaules iepazīšana:

- izpēta un iepazīst darba pasauli,
- izpēta un iepazīst dažādas darba vides,
- izpēta un iepazīst darba pasaules vēsturisko un plānotās izmaiņas.

Karjeras lēmumu pieņemšana:

- izpēta un saprot, kā citi cilvēki pieņem lēmumus, kas var ietekmēt lēmuma pieņemšanu,
- identificē atbilstošus lēmuma pieņemšanas stilus un stratēģijas,

Izglītības iespēju izpēte:

- izpēta dažādu profesiju un izglītības un apmācības iespējas,
- ģenerē dažādas ar karjeru saistītas izvēles.

KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

Terminu skaidrojums

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 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.

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

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. Cilvēks var sevi īstenot **divos** profesionālās karjeras veidos. **Vertikālā karjera** ir saistīta ar cilvēka virzību pa karjeras hierarhijas kāpnēm vertikāli uz augšu, ieņemot arvien augstākus un atbildīgākus amatus ar tam atbilstoši augstāku atalgojumu un attiecīgi augstākām kompetences prasībām. Šajā karjeras veidā indivīds parasti specializējas kādā noteiktā sfērā un var sasniegt reti sastopamu izcilību savā profesionālajā darbībā, piemēram, izcils ķirurgs vai panākumiem bagāts advokāts. **Horizontālā**

karjera ir process, kurā cilvēks profesionāli paplašina savu kvalifikāciju, kā arī ceļ un nostiprina savu vērtību darba tirgū. Darbinieka ieguvums ir jauna pieredze, apmācība un nebijuši izaicinājumi. Šis karjeras veids ļauj darbiniekiem papildināt un padziļināt savas profesionālās amata kompetences un radīt pievienotās vērtības savai darba ikdienai. Mūsdienās sekmīga profesionālā karjera ir divpusējas sadarbības rezultāts, kas ir ieguvums gan darbiniekam, kurš ir motivēts un realizē savas ieceres un ambīcijas, gan arī darba devējam, kurš saņēmis paaugstinātu produktivitāti no lojāla darbinieka.

Karjeras izvēles pamatnosacījumi

Svarīgi, lai cilvēks strādātu darbu, kas viņam sniedz gan morālu gandarījumu, gan pietiekamu finansiālu nodrošinājumu. Gandarījuma un apmierinātības sajūtu cilvēkam var sniegt darbs, kurā viņam ir iespēja īstenot savas spējas un potenciālu. Tas nodrošina cilvēka pozitīvu attieksmi pret savu darbu un darba pienākumiem, kā arī garantē augstu darba produktivitāti un kvalitāti. Strādājot darbu, kas pienācīgi tiek atalgots, cilvēks jūtas novērtēts un apmierināts. Pietiekams finansiāls nodrošinājums cilvēkam dod iespēju uzturēt sevi un savu ģimeni, pilnvērtīgi un kvalitatīvi atpūsties, attīstīties garīgi, personiski un profesionāli. Arī studijas un mācības ir darbs. Lai neatpaliktu no pastāvīgi mainīgās darba pasaules un saglabātu savu konkurētspēju darba tirgū, mūsdienās ikvienam ir jāmācās nepārtraukti, visas dzīves garumā.

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 izziņāt 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.

Kopumā jēdziens “**karjera**” ietver arī citas nozīmīgas cilvēka dzīves jomas.

Ģimene. Ģimenes dzīve ir viena no svarīgākajām cilvēka dzīves jomām. Ģimene un attiecību veidošana nereti prasa ļoti daudz laika, pūļu un enerģijas, taču tikpat bieži tā ir arī neizvietoājams atbalsts grūtos brīžos. Ir cilvēki, kuri tieši šai dzīves jomai ir izvēlējušies veltīt lielāko sava laika, spēku un enerģijas daudzumu. Šī ir ne tikai personīgi, bet arī sabiedriski nozīmīga izvēle, jo bērnu audzināšana ir “kapitālieguldījums” kā savas ģimenes, tā arī visas sabiedrības nākotnē.

Garīgums. Tas ir laiks un nodarbes, kuras mēs veltām savai dvēselei un garīgai izaugsmei. Katram tās var būt atšķirīgas. Šī ir joma, kas sniedz iespēju pilnveidot 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.

Pilsoniskums. Tas ir laiks un enerģija, kuru veltām sabiedrībai un labajiem darbiem. Daudzi aktīvi iekļaujas valsts politiskajā dzīvē un ir aktīvi savas valsts vai novada patrioti, citi ir gatavi darboties sabiedriskajās organizācijās un brīvprātīgo kustībā, nodarboties ar labdarību. Katram cilvēkam vajadzība just sevi kā sabiedrības daļu ir atšķirīga, taču tā ir ikviena cilvēka dzīves sastāvdaļa.

Brīvais laiks. Lai cilvēks justos labi un varētu ķerties pie darba ar entuziasmu un pilnu atdevi, ir jāspēj atļaut brīdi atpūtai. Veidi, kā mēs atpūšamies un aizpildām brīvo laiku, var būt ļoti dažādi. Svarīgākais, lai cilvēkam būtu šis brīvais laiks un lai viņš to varētu aizpildīt atbilstoši savām vēlmēm un vajadzībām. Tāpat svarīgs ir fakts, ka brīvais laiks un dažādi vaļasprieki cilvēkiem sniedz iespējas īstenot tās viņu intereses, kuras nevar īstenot darbā.

Bērna karjeras vajadzības dažādos vecumposmos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
Pamatskolas 1. – 4. klase Nepieciešama uzmanība un	Atšķir darbu no spēles

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

KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

Karjeras izglītības pamatmērķi

- Radīt skolēnos interesi par karjeru un iepazīstināt viņus ar darba pasaules daudzveidību un ar to saistīto izglītību, tās ieguves iespējām.
- Mācīt pašnovērtēšanas metodes (salīdzināt intereses un spējas).
- Palīdzēt pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru.
- Motivēt skolēnus apgūt tās profesijas un specialitātes, kuras ir pieprasītas darba tirgū un veicina skolēnu personības realizāciju.

Uzdevumi:

1. Organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru Kabineta 2018. gada 27. novembra noteikumu Nr. 749 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem" un 2019. gada 3. septembra noteikumiem Nr. 416 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem".

2. Nodrošināt izglītojamam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;

3. Radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

4. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;

5. Izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu pret daudzveidību;

6. Veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

Karjeras izglītības saturs

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

1.-2. klase

“Es un citi. Cilvēku profesijas”

Mērķis

Sekmēt skolēnu izpratni par izglītības lomu cilvēka dzīvē.

Uzdevumi

- Apzināties mācību, darba un saturīga brīvā laika pavadīšanas nozīmi karjeras izvēles procesā.
- Mācīties domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūstot mācīšanās prasmes.

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valoda	Skolotāja profesija.	1
	Ārsta profesija	1
Matemātika	Pārdevēja profesija.	1
	Kasieris. Darbs ar naudu	1
Datorika	Dators - darba instruments.	1
	Dators darbavietā. Teksta rediģēšana.	1
Svešvaloda	Es ģimenē.	1
	Es skolā.	1
Dabaszinības	Mežsarga profesija.	1
	Dārznieka profesija	1
Sociālās zinības	Profesijas skolā.	1
	Prasmes un īpašības, kas nepieciešamas ikvienā darbā.	1
	Laika plānošana.	1
	Īslaicīgi un ilglaicīgi mērķi. Kā tos sasniegt?	1
Vizuālā māksla	Ar mākslu saistītās profesijas (gleznotājs, keramiķis, tekstilmāslinieks)	2
Dizains un tehnoloģijas	Darbavietas sakārtošanas noteikumi. Apkopēja profesija	1
	Dekoratora profesija. Maiznieka profesija.	1

	Profesijas ēdināšanas uzņēmumā. Amatnieki un amatniecība. Šuvēja profesija. Svētku organizatora profesija.	1 1 1 1 1
Ētika	Es ģimenē. Pienākumi ģimenē. Es skolā. Mans darbs – mācības.	1 1
Sports un veselība	Sadarbība. Rotaļas.	2
Mūzika	Pasaule skaņās. Tautas mūzika un profesionālā mūzika.	1 1
Teātra māksla	Teātra māksla. Aktiera profesija. Profesijas leļļu teātrī.	1 1
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
1. klase	Mācības – skolēna darbs	1
	Manu ģimenes locekļu darbavieta, profesija	1
2.klase	Laika plānošana brīvajam laikam un pienākumu izpildei	1
	Cilvēku profesiju pasaule	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu, izpēte	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība 1.klasē	Es esmu skolnieks.	Adaptācijas periodā
Izpēte 1. klase	Emocionālā gatavība skolai.	Pēc plāna
Nodarbība 2.klase	Cieni sevi un citus!	Pēc plāna
Izpēte 2. klasē	Bērna iesaistīšanās mācību darbā	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
1.klase	Jaunāko klašu skolēnu domāšanas īpatnības. Kā mācīt un palīdzēt bērnam mācīties?	1

2.klase	Ģimenes loma svarīgāko morāli ētisko normu un rakstura īpašību veidošanā	1
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Projekti	Kāds es esmu?	Pēc plāna
	Profesiju pasaulē	Pēc plāna
Radošā darbnīca	Amats visa pamats	Pēc plāna
Tikšanās ar vecākiem	Manas karjeras stāsts	Pēc individuālas vienošanās
Ekskursijas	Iepazīsim Latvijas uzņēmumus un profesijas!	Saskaņā ar audzināšanas plānu

3.-4. klase

“Mācības skolā – mans darbs”

Mērķis

Sekmēt skolēnu izpratni par izglītības lomu cilvēka dzīvē, veicināt skolēnu motivāciju mācīties.

Uzdevumi

- Apzināties mācību, darba un saturīga brīvā laika pavadīšanas nozīmi karjeras izvēles procesā.
- Mācīties domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūstot mācīšanās prasmes.

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valoda	Rakstītprasme un lasītprasme, kādas profesijas pārstāvjiem tā ir nepieciešama?	1
	Darba sludinājums.	1
	Ka sir intervija?	1
Matemātika	Celtnieka profesija.	1
	Profesijas, kurās nepieciešamas matemātiskās prasmes.	1
Datorika	Digitālā komunikācija.	1
	Datordizainera profesija.	1
Svešvaloda	Cilvēku profesijas.	1
	Skolotāja profesija.	1

Dabaszinības	Elektriķa profesija. Astronoma profesija. Vetārsta profesija.	1 1
Sociālās zinības	Naudas nozīme.preces un pakalpojumi. Etiķete sabiedriskās vietās, darbavietā. Ko dara uzņēmēji? Sabiedriskais darbs. Sabiedriskā uzņēmējdarbība.	1 1 1 1
Vizuālā māksla	Daudzveidīgo ar mākslu saistīto profesiju iepazīšana caur praktisko darbību	2
Dizains un tehnoloģijas	Šuvējaun tērpu dizainera profesija. Arhitekta profesija Kokapstrāde. Galdnieka profesija.	1 1 1
Ētika	Es savā pilsētā. Es pasaulē.	1 1
Sports un veselība	Sadarbība. Komandu spēles.	2
Mūzika	Dziesmusvētki latviešu kultūrā. Komponista profesija	2
Teātra māksla	Leļļu meistari. Dramaturga profesija. Uzstāšanās publikas priekšā.	1 1 1
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
3.klase	Manas intereses un vaļasprieki.	1
	Darba vietas un profesijas, kurās strādā cilvēki manā dzīvesvietā. Darbs un atalgojums.	1
4.klase	Fiziskais un garīgais darbs, tam nepieciešamās prasmes un iemaņas.	1
	Cilvēku profesiju pasaule. Profesiju pasaule agrāk,	1

	tagad un nākotnē	
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu, izpēte	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība 3.klasē	Mācīsimies risināt konfliktsituācijas!	Pēc plāna
Izpēte 3. klase	Manas attiecības ar vienaudžiem	Pēc plāna
Nodarbība 4.klase	Iecietības stunda. Prasme vienoties – ceļš uz sadarbību	Pēc plāna
Izpēte 4. klasē	Pašapziņa. Pašvērtējums	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
3.klase	Pienākumu nozīme bērna ģimenes dzīvē. Tā loma personīgo īpašību attīstīšanā	1
4.klase	Skolas loma sabiedrībā, bērna dzīvē	1
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Projekti	Profesijas pagātnē, tagadnē, nākotnē	Pēc plāna
	Darbs, atalgojums. Ģimenes budžeta plānošana	Pēc plāna
Radošā darbnīca	Amats visa pamats	Pēc plāna
Tikšanās ar vecākiem	Manas karjeras stāsts	Pēc individuālās vienošanās
Ekskursijas	Iepazīsim Latvijas uzņēmumus un profesijas!	Saskaņā ar audzināšanas plānu

5.-6. klase **“Pašizpēte”**

Mērķis

Sekmēt skolēnu izpratni par izglītības lomu cilvēka dzīvē, veicināt skolēnu motivāciju mācīties, sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.

Uzdevumi

- Izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses.
- Attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru
- Mācīties domāt par savu nākotni, veidot priekšstatu par iespējamo nākotnes profesiju.

Karjeras izglītības programmes īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Literatūra	Rakstnieku profesijas. Skola un skolotāja profesija agrāk un tagad.	2
Datorika	E pasts. Lietišķās vēstules, pasta kārtošana Digitālās tehnoloģijas dažādās profesijās	1 1
Valoda	Leksika. Profesionālismi, jēdzieni, termini. Intervija.	2
Matemātika	Profesijas, kas saistītas ar matemātiku. Kur dzīvē pielietot matemātiskās prasmes?	1 1
Svešvaloda	Profesiju pasaule	2
Sociālās zinības	Konfliktu risināšanas iespējas sabiedrībā. Darbs pašvaldībā. Kā veidojas valsts? Budžeta plānošana. Uzņēmējdarbība.	2 2 1 1 1
Dizains un tehnoloģijas	Kokapstrādes inženieris. Senie amati. Materiālo zinātņu inženiera profesija. Uzņēmējdarbība un biznesa pamati.	2 2 2
Vizuālā māksla	Stils mākslā un dzīvē. Informatīvais dizains. Vitrāža. Forma, tēlniecība. Dizains, vizuālā informācija.	8 8
Sports un veselība	Komandu spēles.	1

	Profesionālā sportista karjeras izvēle.	1
Mūzika	Mana darbošanās mūzikas jomā.	2
Teātra māksla	Profesiju pasaule teātrī. Režisora profesija. Scenogrāfs.	1 1 1
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
5.klase	Manas spējas, dotumi, intereses. Mans temperaments.	2
6.klase	Mācības un darbs, bezdarbs. Darba tirgus	1
	Es darba tirgū. Profesiju "pielaikošana"	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu, izpēte	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība 5.klasē	Mācīsimies risināt konfliktsituācijas!	Pēc plāna
Izpēte 5. klase	Bērna pašsajūta skolā.	Adaptācijas periodā
Nodarbība 6.klasē	Zēnu un meiteņu attiecības. Kā izrādīt simpātijas? Mācāmies risināt domstarpības!	Pēc plāna
Izpēte 6. klasē	Es un mani dotumi	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
5.klase	Noteikumi ģimenē - ierobežošana vai disciplinēšana.	1
6.klase	Ģimenes saimniecība, budžets. Bērna loma tajā. Kabatas nauda.	1
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Projekti	Profesiju pasaule	Pēc plāna
	Mana nākotnes profesija	Pēc plāna
Meistarklase	Profesijas pelaikošana	Pēc plāna

Tikšanās ar vecākiem	Manas karjeras stāsts	Pēc ind. vienošanās
Ekskursijas	Iepazīsim Latvijas uzņēmumus un profesijas!	Saskaņā ar audzināšanas plānu

7. klase “Pašizpēte”

Mērķis

Izzināt sevi kā personību, spējas, veselības potenciālu, intelekta diapazonu.

Uzdevumi

- Nodrošināt skolēnu pašizpēti, lai izzinātu savas psihofiziskās personības īpatnības, profesionālās prasmes un talantus.
- Izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu pret daudzveidību.
- Padziļināt skolēnu zināšanas par mācību priekšmetu saistību ar profesiju pasauli.

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Literatūra	Cilvēka rakstura īpašības – karjeras veiksmes garants. Rakstnieki un viņu otrās profesijas, vaļasprieki	5
Dzimtā valoda	Saziņa. Valodas stili, lietišķie raksti, etiķete	5
Datorika	Mājaslapa – uzņēmuma vizītkarte.	1
Inženierzinības	Gāzes un vides inženieris. Inženierzinātniskie risinājumi enerģētikā.	1 1
Vēsture	Viduslaiku pilsētas dzīve un ikdiena	1
Sociālās zinības	Stresa menedžments. Ilgtermiņa mērķi.	1 1
Vizuālā māksla	Interjera – krāsa, forma un funkcija. Arhitektūra – rotājums un stils.	5 5

Dizains un tehnoloģijas	Poligrāfija. Profesiju pasaule tipogrāfijā.	2
Mūzika	Latvijas tradicionālās kultūras vērtības.	1
Svešvaloda	Dialoga veidošanas principi Darbs grupā	2
Matemātika	Darbs ar skaitļiem, garfiku un tabulu analīze	1
Bioloģija	Boloģija. Biologs. Ekologs	3
Sports un veselība	Dažādu ar sportu saistītu profesiju pašizpēte.	1
Teātra māksla	Sadarbības prasmes darba grupā.	1
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Mans mācīšanās stils	1
	Veselības nozīme darba dzīvē	1
	Latvijas izglītības koks.	1
	Profesijas prestižs un pievilcība. Darba tirgus.	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu, izpēte	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība	Individuālās rakstura iezīmes.	Pēc plāna
Izpēte	Pašvērtējums. Tā nozīme cilvēka dzīvē	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Pusaudža komunikācijas prasmju attīstīšana Kā veicināt gribasspēku?	1
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Karjeras dienas, Ēnu diena	Profesiju pielaikošana	2
Mācību priekšmetu dienas	Mācību priekšmets un tā saistība ar profesijām	Pēc plāna

Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Profesionāļu diena	Pēc plāna
Ekskursijas	Latvijas uzņēmumi. Iepazīšanās ar darba vidi pienākumiem	Saskaņā ar audzināšanas plānu
Tikšanās ar vecākiem	Vecāku darba pieredze	Pēc individuālās vienošanās
DVAD un atbalsta personāla tikšanās ar 7. klases audzinātāju	Karjeras portfolio	Pēc plāna

8. klase “Karjeras izpēte”

Mērķis

Akcentēt uzmanību uz skolēna karjeras izpēti, izzināt skolēnu karjeras iespējas vietējā darba tirgū un skolēnu gatavību sekmīgai karjerai

Uzdevumi

- Attīstīt skolēnu prasmi objektīvi izvērtēt savus dotumus, spējas, intereses, samērot tās ar nākotnes profesijas izvēli
- Apkopot un analizēt faktoros, kuri ietekmē karjeras attīstību, darba spējas
- Nodrošināt iespēju skolēniem iegūt informāciju par izglītības iespējām, par vietējo darba tirgu

Karjeras izglītības programmes īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Literatūra	Darba tēmas atspoguļojums literatūrā Cilvēka rakstura īpašības – karjeras veiksmes garants Rakstnieki un viņu otrās profesijas, vaļasprieki	4
Dzimtā valoda	Saziņa. Darba intervija. Motivācijas un ieteikuma vēstules	5
Datorika	Datu apstrāde un analīze, to izmantošana dažādās profesijās.	1
Vēsture	Jaunie laiki (amatniecības attīstīšanās)	1

Sociālās zinības	Ražošana. Kā darbojas tirgus? Banku loma naudas apritē. Nodokļi.	1 1 1
Svešvaloda	Ceļošana Cilvēka rakstura īpašības Izglītības sistēma Latvijā un Eiropā	3
Matemātika	Darbs ar skaitļiem, garfiku un tabulu analīze Telpiskās un loģiskās domāšanas loma dažādu profesiju pārstāvju darbā	3
Bioloģija	Zooloģija, zoologs. Dzīvnieku pētīšanas metodes.	3
Fizika	Darba drošības tehnika.	5
Vizuālā māksla	Māksla un valoda. Telpas attēlojums plaknē. Perspektīva. Portrets tēlniecībā – rakurss.	4 5 5
Mūzika	Nacionālās profesionālās mākslas uzkrājums.	1
Sports un veselība	Prasmes, iemaņas, fiziskās īpašības, rakstura iezīmes atbilstoši dažādām profesijām.	2
Dizains un tehnoloģija	Biznesa plāns. Mācību uzņēmuma dibināšana.	3
Teātra māksla	Saskarsme savstarpējās attiecībās.	2
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Mana sapņu profesija. Sevis pilnveidošanas motivācija	1
	Saskarsme darbā – etiķetes ievērošana. Lietišķā etiķete	2
	Sociālā vide un nodarbinātība. Darba iespējas vasaras mēnešos.	1
	Profesiju daudzveidīgā pasaule. Pieprasītākās	1

	cilvēku profesijas	
	Darba drošība un likumdošana	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu , izpēte	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība	Jauns darbinieks. Kā sevi pareizi prezentēt jaunā kolektīvā?	Pēc plāna
Izpēte	Mācību motivācija. Vērtīborientācija	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Personību veidojošās vērtības. Vecāku ietekme uz bērna profesijas izvēli.	Pēc plāna
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Karjeras dienas, Ēnu diena	Profesiju pielaikošana	2
Mācību priekšmetu dienas	Mācību priekšmets un tā saistība ar profesijām	Pēc plāna
Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Profesionāļu diena	Pēc plāna
Tikšanās ar vecākiem	Manu vecāku darba dzīve, pieredze	Pēc individuālās vienošanās
Projekti	Mans biznesa plāns	Pēc plāna
Tikšanās ar skolas absolventiem	Karjeras izvēles iespējas	Pēc plāna
Ekskursijas	Profesiju pasaule. Latvijas uzņēmumos	Pēc plāna
DVAD un atbalsta personāla tikšanās ar 8. klases audzinātāju	Skolas un ģimenes sadarbība “Bērns izvēlas profesiju”	Pēc plāna

9. klase “Karjeras vadība”

Mērķis

Akcentēt skolēnu uzmanību uz jomu " Karjeras vadība", pieņemot ar karjeras izvēli saistītus lēmumus

Uzdevumi

- Motivēt skolēnus mūžizglītībai un ieinteresēt skolēnus gūt jaunas profesionālas prasmes un iemaņas
- Veicināt skolēnu mērķtiecīgu karjeras izvēli
- Attīstīt prasmi pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus

Karjeras izglītības programmes īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Literatūra	Indivīds un sabiedrība Izvēles brīvība (tolerance, sava viedokļa izpaušana)	3
Dzimtā valoda	Motivācijas vēstule, iesniegums, CV, ieteikuma vēstule Darba intervija	5
Datorika	Programmētājs, datortehniķis. Nākotnes profesijas.	1
Vēsture	Lauksaimniecība Ulmaņa laikā Latvijas ārpolitika. Diplomātija	2
Ķīmija	Ogļūdeņraži (medicīna), polimēri – plastmasas (celtniecība) Halogēnūdeņraži – pesticīdi (lauksaimniecība)	4
Matemātika	Laukuma aprēķināšana (lauksaimniecība) Tilpums (tehniskās zinātnes)	4
Fizika	Darba drošības tehnika	5
Bioloģija	Mūsdienu metožu un tehnoloģiju iespējas cilvēka organismā pētīšanā. Cilvēks un vide.	3
Svešvaloda	Izglītības iespējas ārzemēs	1

Sociālās zinības	Nodokļi, to veidi Darba tiesības Darba līgums, pārbaudes laiks. Pilsoniskā līdzdalība	4
Vizuālā māksla	Kompozīcija- objects. Stilizācija. Ornamenti. Tekstils.	6 6
Dizains un tehnoloģijas	Kā darbojas tirgus? Kā notiek ražošana?	1 1
Sports un veselība	Organizatoriskās spējas sportiskās aktivitātēs un pasākumos.	2
Mūzika	Latvijas šodienas rosīgā mūzikas dzīve. Es savas zemes patriots	1
Teātra māksla	Radošās profesijas. To apgūšanas iespējas.	2
Klases stundas		
	Visvairāk pieprasītās prasmes darba tirgū	2
	Darba pienākumu apraksts. Darba aizsardzības likums	1
	Kā noformēt CV? Darba līgums?	1
	Latvijas Republikas izglītības sistēma. Dzīves krustceļi. Ko darīt pēc devītās klases beigšanas?"	1
	Brīvprātīgais darbs.	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība	Stresa menedžments	Pēc plāna
Izpēte	Testēšana "Man piemērotākā profesija"	2
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits

	Mans bērns izvēlas karjeru.	Pēc plāna
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Karjeras diena, ēnu diena	Profesijas pielaikošana	2
Tikšanās ar skolas absolventiem	Karjeras izvēles iespējas	Pēc plāna
Mācību priekšmetu dienas	Mācību priekšmets un tā saistība ar profesijām	Pēc plāna
Skolotāju diena	“Jaunais skolotājs”	1
Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Profesionāļu diena	Pēc plāna
Tikšanās ar vecākiem	Manu vecāku karjeras virzība	Pēc individuālās vienošanās
Ekskursijas	Iepazīšanās ar darba vidi pienākumiem Latvijas uzņēmumos	Pēc plāna
DVAD un atbalsta personāla tikšanās ar 9. klases audzinātāju	Skolēnu karjeras izvēle pēc pamatskolas	Pēc plāna

10. klase “Karjeras vadība”

Mērķis

Veidot izpratni par darba tirgus iespējām Latvijā un pasaulē un prasmi analizēt iespējas savas izvēlētajai karjeras īstenošanai.

Uzdevumi

- Motivēt skolēnus mūžizglītībai un ieinteresēt skolēnus gūt jaunas profesionālas prasmes un iemaņas
- Sniegt vispusīgu informāciju par izglītības turpināšanas iespējām Latvijā un pasaulē un ar to saistītiem fondiem, kredītiem, stipendijām
- Pilnveidot zināšanas par Latvijas valsts darba likumdošanu
- Attīstīt personības īpašības un piemērotību izvēlētai darba videi un profesionāliem pienākumiem

Karjeras izglītības programmes īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
---------------------------	-------	----------------------------

Literatūra	Materiālu vākšanas paņēmieni un soļi. Radošie darbi („Kur slēpjas dzīves laime?” „Kā sevi realizēt dzīvē?”) Varonis klasiskā un mūsdienu literatūrā	4
Dzimtā valoda	Retorika Lietišķo dokumentu noformēšana Intervija un diskusija	6
Vēsture , kultūrvēsture	Viduslaiku pilsētas(amatniecība, tirdzniecība) Izglītība viduslaikos	3
Matemātika	Matemātiskās prasmes tehnisko zinātņu studēšanā	2
Svešavlo da	Izglītība ārzemēs Darba intervija Lietišķie raksti Personības īpašības veiksmīgai karjerai	3
Bioloģija	Bioloģijas zinātne. Organisms un vide	1 1
Ķīmija	Darba tirgus Latvijā (Latvijas Gāze, OlainFarm, Grindeks u.c)	3
Ekonomika	Darba tirgus Biznesa formas	10
Sports	Organizatora spējas	2
Vizuālā māksla	Fotogrāfija. Dizains un dzīve. Modes dizains un dzīve. Etiķete.	7
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Darba ņēmēja un devēja pienākumi un tiesības.	1
	Nākotnes profesiju izaicinājumi. Es būšu darba tirgū.	1
	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	1

	Mūžizglītība. Profesionālais aicinājums dzīvē.	1
	Informācija par darba tirgu un tautsaimniecības attīstības tendencēm	1
	Efektīva komunikācija darba vide.	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība	Personības īpašības, saskarsmes kultūra. Ko novērtē darba devējs?	Pēc plāna
Izpēte	Personības īpašības	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Vidusskola – ceļš uz augstāko izglītību	Pēc plāna
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Projekti/ ZPD	Karjeras plāns	Pēc plāna
	Profesijas Latvijas reģionos. Izglītības iespējas ārzemēs.	Pēc plāna
“Izstāde “Skola”	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	Pēc plāna
“Zinātnieku nakts”	Latvijas mācību iestādes	Pēc plāna
Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Profesionāļu diena	Pēc plāna
Ekskursijas	Darba apstākļi un pienākumi izvēlētajā profesijā, darba vietā	Pēc plāna
Tikšanās ar skolas absolventiem	Karjeras izvēles iespējas	Pēc plāna
Karjeras dienas/ Ēnu dienas	Profesijas pielaikošana	Saskaņā ar audzināšanas plānu
DVAD un atbalsta personāla tikšanās ar 10. Klases audzinātāju	Skolēnu karjeras virzība	Pēc plāna

11. klase “Karjeras vadība”

Mērķis

Analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

Uzdevumi

- Motivēt skolēnus mūžizglītībai un ieinteresēt skolēnus gūt jaunas profesionālas prasmes un iemaņas
- Sniegt vispusīgu informāciju par izglītības turpināšanas iespējām Latvijā un pasaulē un ar to saistītiem fondiem, kredītiem, stipendijām
- Pilnveidot zināšanas par Latvijas valsts darba likumdošanu
- Attīstīt personības īpašības un piemērotību izvēlētai darba videi un profesionāliem pienākumiem

Karjeras izglītības programmes īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Literatūra	Recenzija. Kritiķis. Individuālā jaunrade daudzveidīgās formās. Ekranizētās filmas pēc rakstnieku darbiem.Scenārists	5
Dzimtā valoda	Pasaules valodu daudzveidība	2
Informātika	Web dizaineri	1
Vēsture	Brīvu un konkurētspējīgu indivīdu loma sabiedrības un vēstures attīstībā. Industrializācijas ietekme. Bibliotēku, muzeju un interneta resursu izmantošanas iespējas	1 2
Ķīmija	Sakausējumi, kompozītmateriāli celtniecībā. Materiālzinības.	2
Bioloģija	Mikroskopijas attīstība un šūnu teorijas rašanās.	1

	DNS. Olbaltumvielu biosintēzes galvenie posmi	1
	Šūnu dalīšanās un dzimumšūnu attīstība.	1
	Ģenētika.	1
Matemātika	Statistika, datu apstrāde	2
Ekonomika	Tirgus izpēte, datu analīze	2
Svešvaloda	Brīvprātīgo darbs Eiropā un pasaulē.	3
Vizuālā māksla	Māksla kā kritika. Māksla kā spēle. Spēles ar pārgērbšanos.	4
Sports	Aktīva un veselīga dzīvesveida popularizēšana	2
Klases stundas		
	Darba sludinājumi. Darba intervija.	2
	Veselība – viens no profesijas izvēles nosacījumiem	1
	Kas ir darba rutīna?	1
	Darba menedžments	1
	Mūžizglītība	1
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība	Karjeras vadības prasmes. Pārkvalifikācija	Pēc plāna
Izpēte	Intelektuālā izpēte	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Kā runāt ar jauniešiem?	Pēc plāna
Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Projekti	Dzīves stratēģiskais plāns 5 gadiem	Pēc plāna
	Vīriešu un sieviešu specialitātes un profesijas. Profesijas nākotnē	

“Izstāde “Skola”	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	Pēc plāna
“Zinātnieku nakts”	Latvijas mācību iestādes	Pēc plāna
Tikšanās ar skolas absolventiem	Karjeras izvēles iespējas	Pēc plāna
Mācību priekšmetu dienas	Mācību priekšmets un tā saistība ar profesijām	Pēc plāna
Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Profesionāļu diena	Pēc plāna
Ekskursijas	Iepazīšanās ar darba vidi pienākumiem Latvijas uzņēmumos	Pēc plāna
Karjeras dienas, Ēnu dienas	Profesiju pielaikošana	2
DVADun atbalsta personāla tikšanās tikšanās ar 11. klases audzinātāju	Skolēnu karjeras virzība	Pēc plāna

12. klase “Karjeras vadība”

Mērķis

Analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

Uzdevumi

- Motivēt skolēnus mūžizglībai un ieinteresēt skolēnus gūt jaunas profesionālas prasmes un iemaņas
- Sniegt vispusīgu informāciju par izglītības turpināšanas iespējām Latvijā un pasaulē un ar to saistītiem fondiem, kredītiem, stipendijām
- Pilnveidot zināšanas par Latvijas valsts darba likumdošanu
- Attīstīt personības īpašības un piemērotību izvēlētai darba videi un profesionāliem pienākumiem

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Literatūra	Literatūra kā laikmeta garīgo strāvojumu izteikšanas līdzeklis. Intensīvās lasīšanas izmantošana informācijas iegūšanai.	8

	Pētnieciskais darbs literatūrā. Jaunrade.	
Dzimtā valoda	Žurnālistika. Komunikācijas. Valodnieki, Zinātņu akadēmija.	2
Vēsture	Indivīda un sabiedrības mijiedarbība. Bibliotēku, muzeju un interneta resursu izmantošanas iespējas.	2
Kīmija	Inženierzinātnes	3
Matemātika	Inženierzinātnes	2
Svešavlodā	Darba intervija. Motivācijas vēstules. Brīvprātīgo darbs Eiropā un pasaulē. Iespējas studēt ārzemēs.	6 3
Sports	Tālākizglītības iespējas Latvijā un ārzemēs ar sportu saistītās jomās.	2
Klases stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Profesijas izvēles etapi	1
	Profesionālā pilnveide. Mērķtiecība, profesionalitāte	2
	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	1
	Mūžizglītība	2
Tikšanās ar skolas atbalsta personālu	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Nodarbība	Sevis pilnveide. Darbs ar sevi.	Pēc plāna
Izpēte	Stresa pārvarēšanas iespējas. Stress pirms pārbaudījumiem.	Pēc plāna
Klases vecāku sapulce/individuālās tikšanās ar vecākiem	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
	Pieaugušo loma jauniešu lēmumu pieņemšanā un īstenošanā	Pēc plāna

Ārpusstundu pasākumi	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Skolotāju diena	Jaunais skolotājs	1
“Izstāde “Skola”	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	Pēc plāna
“Zinātnieku nakts”	Latvijas mācību iestādes	Pēc plāna
Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Profesionāļu diena	Pēc plāna
Ekskursijas	Darba apstākļi un pienākumi izvēlētajā profesijā, darba vietā	Pēc plāna
Tikšanās ar skolas absolventiem	Karjeras izvēles iespējas	Pēc plāna
Karjeras dienas/ Ēnu dienas	Profesijas pielaikošana	2
DVAD un atbalsta personāla tikšanās ar 12. klases audzinātāju	Skolēnu karjeras virzība	Pēc plāna

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;
- izprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību;
- mēģina izzināt savas personīgās intereses un spējas;
- izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību.
- spēj analizēt un izvērtēt savus sasniegumus, personiskās īpašības, spējas un iemaņas.
- prot izmantot pašanalīzes rezultātus savu attīstības vajadzību noteikšanai un sava pozitīva paštēla veidošanai;
- spēj noteikt savas attīstības mērķus;

- ir attieksmes pret dzīves pamatvērtībām, prasmes mācīties un izpratne par darbu, tajā skaitā arī komandas darbu, nozīmi.
- izprot, ka darba dzīve nav tikai iešana uz darbu un naudas pelnīšana; saprot, ka darba dzīvei ir daudzi svarīgi aspekti.
- spēj aprakstīt, kādas izmaiņas ir notikušas darba pasaulē (raksturot izmaiņas darba pasaulē).
- zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu; zina, kur meklēt karjeras konsultantu palīdzību; ir spējīgs izmantot informācijas avotus;
- spēj izmantot vienkāršus lēmumu pieņemšanas paņēmienus.
- spēj izprast ilgtermiņa plānošanas nozīmi un ietekmi savas karjeras iespēju un ar to saistīto lēmumu pieņemšanas kontekstā.
- spēj apsvērt dažādas iespējas un, ja nepieciešams, spēj koriģēt vai mainīt savus plānus;
- spēj (daļēji) uzņemt atbildību par savas personības attīstību.
- spēj analizēt pārmaiņas, kas notikušas viņa dzīvē pēdējā laikā.

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 saistību starp nodarbošanos/darbu/profesiju un dzīves stilu;
- 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 izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- Skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē.
- Skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs.

- Skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un

izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām (darba tirgu, izglītību).

- Skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par šķērslī dažu profesiju izvēlē.

- 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 spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes.

- Skolēns spēj salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta no dažādiem informācijas avotiem.

- Skolēns, plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktoros.

- Skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem.

- Skolēns zina, kādas ir prasības (kādas zināšanas, prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē.

- Skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības.

- Skolēns māk sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās.

- Skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju.

- 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;
- izprot savu lomu un atbildību, pieņemot lēmumus karjeras izvēlē.

11. Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti bezatzīmju vērtēšanas sistēmā, īsi rakstiski vai mutiski raksturojot skolēnu mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku šādu zināšanu, prasmju, iemaņu (kompetenču) apguvē un izmantojot pašvērtējumu:

11.1. pašizpētē:

11.1.1. skolēns apgūst un izmanto zināšanas par sevi, savu ģimeni, lai izprastu savas spējas, dotumus, stiprās puses, intereses, prasmes, kā tos redz pats un citi;

11.1.2. skolēns demonstrē pozitīvas starppersonu prasmes un cieņu pret daudzveidīgo, lai veicinātu savas karjeras attīstību;

11.1.3. skolēns atzīst, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa;

11.1.4. skolēns spēj noteikt svarīgākos faktoros, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;

11.1.5. skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus;

11.2. karjeras izpētē:

11.2.1. skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē;

11.2.2. skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;

11.2.3. skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām;

11.2.4. skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis varētu būt šķērslis dažu profesiju izvēlē;

11.2.5. skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;

11.2.6. skolēns spēj formulēt savas izglītības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas;

11.3. karjeras plānošanā un vadīšanā:

11.3.1. skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;

11.3.2. skolēns prot salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personisko pieredzi, gan informāciju no dažādiem avotiem;

11.3.3. skolēns spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;

11.3.4. skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;

11.3.5. skolēns zina, kādas ir prasības un kas jā dara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;

11.3.6. skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;

11.3.7. skolēns prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;

11.3.8. skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.

12. Skolēnu mācību sasniegumu pierādījumi — pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli — tiek uzkrāti skolēnu darba mapēs (*portfolio*).

13. Skolēnu karjeras izglītības sasniegumi tiek vērtēti regulāri (ne retāk kā vienu reizi semestrī), informējot vecākus (aizbildņus) par izglītojamā zināšanām, prasmēm, iemaņām un sasniegumu attīstības dinamiku.

KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODEDES

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja	Apgūt prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi

		Ieinteresēt audzēkni izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba pasaules iespējas Attīstīt prasmi kritiski domāt
2.	Analīze	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu
3.	Brīvais raksts	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
4.	Darbs ar informācija avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
5.	Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
6.	Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
7.	Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas Meklēt problēmu risinājumu
8.	Dubultā dienasgrāmata	Veidot prasmi atrast tekstā nepieciešamo informāciju, to analizēt, paust savu viedokli, balstoties uz pieredzi
9.	Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
10.	Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētās profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus
11.	Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
12.	Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi
13.	INSERT metode	Apgūt prasmi izvērtēt informāciju
14.	Intervija	Apgūt prasmi sarunāties: uzklaut sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu
15.	IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā,

		saglabāšanā un apkopošanā
16.	Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
17.	Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
18.	Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
19.	Portfolio/darba mape	Vākt materiālus, iegūt informāciju, to apstrādāt, krāt un veidot savu darba mapi - portfolio
20.	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
21.	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
22.	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
23.	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
24.	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
25.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem Iejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
26.	SVID analīze	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo

		situāciju un attīstības iespējas
27.	T- tabula	Apgūt iemaņas izvērtēt parādību no vairākiem aspektiem
28.	Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
29.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
30.	Venna diagramma	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu
31.	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA

1. Karjeras izglītība skolā (2009). R.: VIAA,
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
2. Šmitiņa A. (2010). Karjeras prasmju pilnveidošana.
http://eprasmes.lv/wp-content/uploads/2015/08/Karjeras_veidosana_eScouts_final2.pdf
3. LEMEŠONOKA I. (2017) Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās vispārīzglītojošās skolas pedagoģiskajā procesā. Promocijas darbs.
https://dspace.lu.lv/dspace/bitstream/handle/7/45285/prom_darbs_lemesonoka.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Mihajs Jigau (2009) KARJERAS KONSULTĒŠANAS METODES. Career counsellig, compendium of methods and techniques, edited by Mihai Jigău, Bucharest, 2007,
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
5. Пчелинова В. (2011) ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О МИРЕ ПРОФЕССИЙ В ПРОФКОНСУЛЬТИРОВАНИИ.
<http://www.psy.msu.ru/science/autoref/pchelinova.pdf>
6. VIAA metodiskie materiāli
http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/
7. Digitālais asistents profesijas iepazīšanā un mācību iestādes izvēlē
<http://www.niid.lv/>
8. Digitālais asistents profesiju pasaulē
<http://www.profesijupasaule.lv/>

Video materiāli un testi

1. Karjeras tests <https://karjerastests.rsu.lv/>
2. Karjeras skola
<https://www.youtube.com/channel/UCZ0ZBnYQU8Qq145rKS3utzw>
3. Dž. Hollanda tests <https://www.alberta-koledza.lv/?parent=10000>
4. Karjeras izvēles testi
<http://www.nva.gov.lv/karjera/index.php?mt=304&cid=304>