



MADONAS NOVADA PAŠVALDĪBA

**KALSNAVAS PAMATSKOLA**

---

Reģ. Nr. 90000042272

Vesetas ielā 6, Kalsnavas pagastā, Madonas novadā, LV-4860

tel. 64807640, e-pasts: kalsnavasskola@madona.lv

*Apstiprināts ar skolas direktores rīkojumu nr.1.8./08 no 28.08.2019*

# **Kalsnavas pamatskolas**

## **Karjeras izglītības**

### **programma**

Jaunkalsnava

**2019**

# Satura rādītājs

I Karjeras izglītības mērķis, uzdevumi un pamatprincipi.....	3
II Karjeras izglītības saturs.....	4
III Atbalsta sistēma izglītojamajiem karjeras izglītības jomā .....	8
IV Karjeras izglītības satura īstenošanas plāns:.....	9
V Karjeras izglītībā izmantojamās metodes.....	16
VI Karjeras izglītības vērtēšana.....	18
VII Karjeras izglītības īstenošanai ieteicāmā literatūra u.c.avoti.....	20

# I Karjeras izglītības mērķis

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 iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

## Karjeras izglītības uzdevumi:

### 1. Palīdzēt skolēniem pilnveidot sevi:

- 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”, prasme prezentēt savu veikumu, 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,
- 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, harmoniski integrēta visā izglītības procesā.
- Karjeras izglītībā tiek nodrošināts plānots un pēctecīgs pasākumu komplekss.
- 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.

## **II Karjeras izglītības saturs**

1. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums - 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).
2. 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.
3. Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti:
  - 3.1. pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;

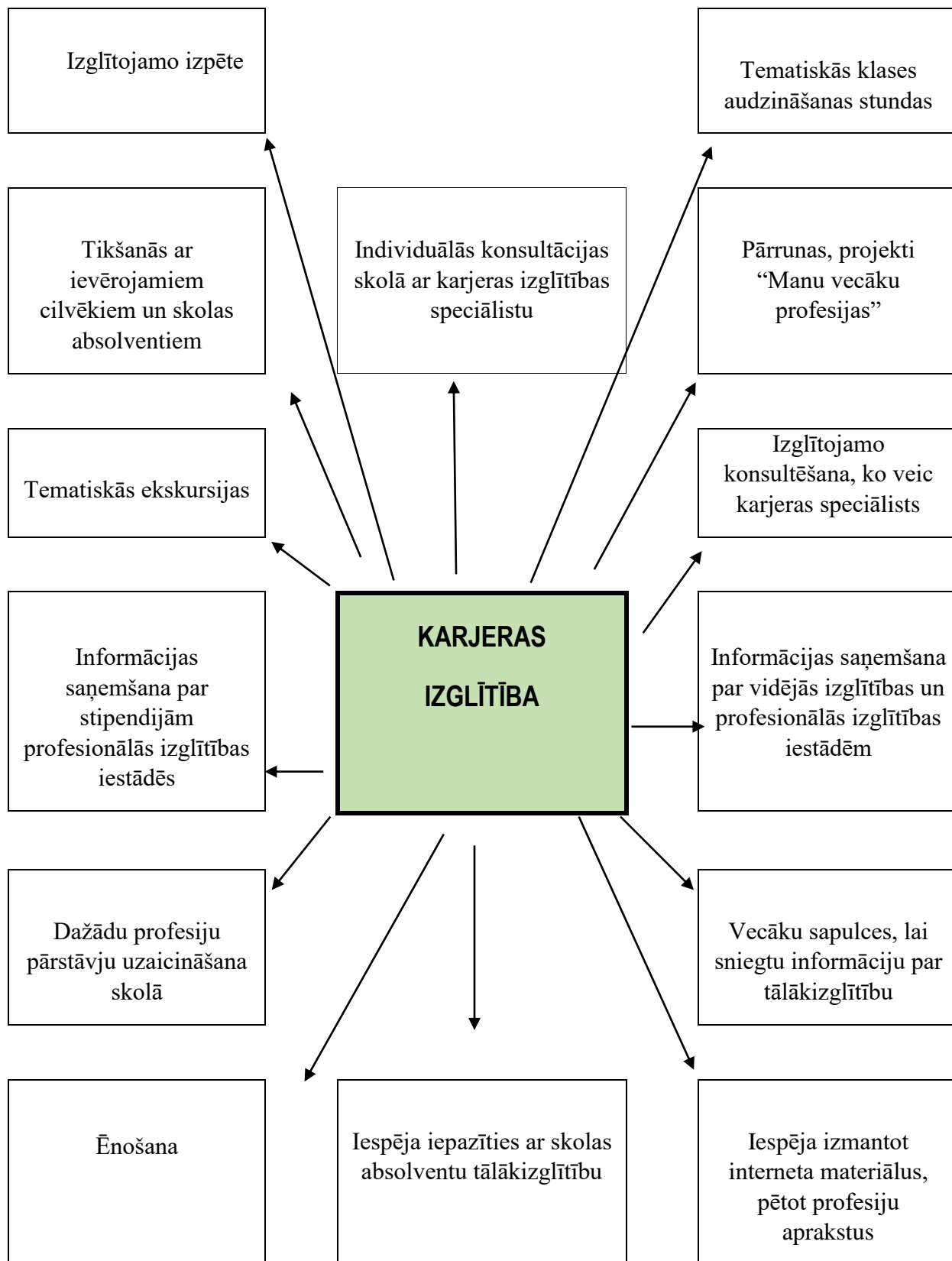
- 3.2. analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
- 3.3. morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
- 3.4. sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uzklausi 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;
- 3.5. saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
- 3.6. 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;
- 3.7. matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).
4. Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.
5. **Pamatjoma “Pašizpēte”** ietver šādas saturiskās tēmas:
  - 5.1. mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
  - 5.2. manas intereses, vaļasprieks, spējas, brīvais laiks, dienas režīms;
  - 5.3. mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
  - 5.4. sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
  - 5.5. attieksmes un vērtības;
  - 5.6. prasme sadarboties, risināt konfliktus;
  - 5.7. mana veselība un nākotnes nodomi;
  - 5.8. mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
  - 5.9. pašaudzināšana.
6. **Pamatjoma “Karjeras izpēte”** ietver šādas saturiskas tēmas:
  - 6.1. darba nozīme cilvēka dzīvē;

- 6.2. populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- 6.3. manu vecāku darba dzīve;
- 6.4. informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- 6.5. profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- 6.6. darba tirgus un nodarbinātība;
- 6.7. sociālā vide un nodarbinātība;
- 6.8. izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- 6.9. darba likumdošana, darba drošība;
- 6.10. pašnodarbinātība.

7. **Pamatjoma “Karjeras plānošana un vadība”** ietver šādas saturiskas tēmas:

- 7.1. lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- 7.2. lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- 7.3. dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- 7.4. kad viss nenorit tā, kā plānots;
- 7.5. mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- 7.6. pārmaiņas manā dzīvē;
- 7.7. komandas darba pieredze, sadarbības nozīme un loma;
- 7.8. praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 7.9. sevis prezentēšana.

### III Atbalsta sistēma izglītojamajiem karjeras izglītības jomā



## IV Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

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

1.- 3.klasē jomas “Pašizpēte” un “Karjeras izpēte” tiek īstenota šāda apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu skaits	Sasniedzamais rezultāts
Klases stundas	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs. Kalsnavas pagasta iestādes un uzņēmumi	2	Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.
	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	3	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
	Dienas režīms.	1	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
	Mācības – skolēna darbs.	1	Apzinās savu galveno pienākumu - mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā



	Karjeras vīzija.	1	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.
<b>Mācību stunda</b>	<b>Tēma</b>	<b>Skaitis</b>	
<b>Valodas</b>	Mans hobijs/intereses.	1	
	Es un mana ģimene.	1	
<b>Ētika</b>	Es un mani draugi.	1	
	Mana istaba.	1	
	Mans apģērbs.	1	
	Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku.	1	
<b>Lasīšana</b>	Mans varonis.	1	
	Manas īpašības, manas stiprās puses.	1	
	Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana).	1	
<b>Mājturība un tehnoloģijas</b>	Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām.	1	
<b>Sociālās zinības</b>	Manas intereses.	1	
<b>Sports</b>	Komandu spēles.	1	
	Fizisko īpašību tests.	1	
<b>Ārpusstundu pasākumi</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu skaits</b>	
<b>1.klases adaptācijas nodarbības (klases audzinātājs, skolas psihologs)</b>	Kas es esmu?! Draudzēsimies! Atrisināsim strīdu!	1	
<b>Vecāku sanāksme</b>	Kā palīdzēt savam bērnam mācīties.	1	
<b>Pārrunas ar klases audzinātāju</b>	Kā man izdodas sadarboties ar citiem.	1	
<b>Karjeras atbalsta pasākumi par projekta nr.8.3.5.0/16/I/001”Karjeras atbalsts izglītojamiem vispārējās un profesionālās</b>	Profesiju pasaules iepazīšana. Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem.	1-2	

izglītības iestādēs” finansējumu		
-------------------------------------	--	--

**4. -6.klasē jomas “Pašizpēte. Karjeras izpēte” tiek īstenota šāda apjomā:**

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu skaits	Sasniedzamais rezultāts
Klases stunda	Es un mani dotumi.	1	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas
	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes.	2	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
	Brīvais laiks un tā izmantošana.	1	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko
	Mācīšanās prasmes un sasniegumi.	1	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
	Profesiju daudzveidība, prestižs, pievilcība. Iestādes un uzņēmumi Madonas pilsētā un Kalsnavas pagasta kaimiņu pagastos.	1	Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī

	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē.	1	Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.
Mācību stunda		Tēma	Skaitis
<b>Valodas</b>	Manas intereses.		
	Valodas kultūra.		
	Rakstura īpašības.		
	Saziņa. Emocijas.		
<b>Informātika</b>	5.kl. Teksta apstrāde – lietišķie teksti.		
	5.kl. Informācijas ieguve karjeras jomā.		
	6.kl. Informācijas apstrāde, izmantojot datorprasmes.		
<b>Vēsture</b>	Es dzīvoju sabiedrībā.		
<b>Mājturība un tehnoloģijas</b>	Drošības noteikumi un to nepieciešamība.		
	Veselība un darbs.		
<b>Sports</b>	Drošības noteikumi un to nepieciešamība.		
	Veselība un darbs.		
<b>Sociālās zinības</b>	5. -. 6. kl. Konflikts, tā rašanās un risināšana.		
	5. kl. Mana mācīšanās stratēģija.		
	6. kl. Pienākumi un tiesības.		
<b>Literatūra</b>	5. kl. Domraksts “Kā uzveikt grūtības”.		
	6. kl. Mūsdienu jaunieša problēmas.		
<b>Dabaszinības</b>	5. kl. Cilvēka maņas un darbs.		
	5. kl. Organisma augšana.		
<b>Mūzika</b>	Ar mūziku saistītās profesijas.		
Ārpusstundu pasākumi		Tēmas	Skaitis
<b>Sadarbības nodarbības (klases audzinātājs, skolas psihologs)</b>		Darbs komandā. Stresa menedžments.	1
<b>Ēnu diena</b>		Radnieku profesijas iepazīšana.	1

<b>Karjeras atbalsta pasākumi par projekta nr.8.3.5.0/16/I/001”Karjeras atbalsts izglītojamiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs” finansējumu</b>	Profesiju pasaules iepazīšana. Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem.	1-2
---	--	-----

**8. – 9. klasē jomas “Pašizpēte. Karjeras izpēte. Karjeras vadība.” tiek īstenota šādā apjomā:**

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu skaits	Sasniedzamais rezultāts
<b>Klases stunda</b>	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums.	2	Ir objektīvi izvērtējies, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana.	1	Saprot, kā skolā, ārpuskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.

	Izglītības vērtība.	1	Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.
	Profesiju daudzveidīgā pasaule.	1	Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos. Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.
	Individuālā karjeras plāna izveide	1	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.
<b>7.klase</b>			
<b>Mācību stunda</b>	<b>Tēma</b>		<b>Skaitis</b>

<b>Valodas</b>	Mans hobijs/intereses.	1
	Es un mani draugi.	1
	Mani mājdzīvnieki.	1
	Mana istaba.	1
	Mans apģērbs.	1
	Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme.	1
<b>Ģeogrāfija</b>	Klimata izmaiņa sun veselība.	1
<b>Literatūra</b>	Ētiskais tēls literatūrā.	1
<b>Mājturība un tehnoloģijas</b>	Kulinārija.	1
	Vizuālā tēla veidošana.	1
<b>Sociālās zinības</b>	Atkarības.	1
	Lietišķās saskarsmes etiķete.	1
<b>Sports</b>	Fizisko īpašību tests.	1
	Komandas darbs, sadarbības prasmes.	1
<b>Vizuālā māksla</b>	Ar vizuālo mākslu saistītās profesijas.	1
<b>8.klase</b>		
<b>Mācību stunda</b>	<b>Tēma</b>	<b>Skaitis</b>
<b>Valodas</b>	Lietišķie raksti – Europass CV. Darba sludinājumu pētīšana. Motivācijas vēstule.	2
	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem.	1
	Tekstveide- pārspriedums.	1
<b>Sociālās zinības</b>	Droša sociālā vide.	1
	Darbs un karjera.	1
	Globalizācija.	1
<b>Matemātika</b>	Izcilākie matemātiķi.	1
<b>Ķīmija</b>	Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde	1
<b>Bioloģija</b>	Ekoloģija, profesijas.	1
	Cilvēks – daba.	
<b>Ģeogrāfija</b>	Darbspēka migrācija Eiropas Savienībā	1

	Darba vietas dažādās valstīs	1
<b>Fizika</b>	Fizika mūsus ikdienā	1
<b>Vēsture</b>	Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19.gadsimta beigās.	1
9.klase		
<b>Mācību stunda</b>	<b>Tēma</b>	<b>Skaitis</b>
<b>Valodas</b>	Dienas režīms. Darba plānošana.	1
	Izglītības sistēmas dažādās valstīs.	1
	Izglītība iespējas ārzemēs.	1
	Lietišķie raksti (CV, iesniegums, sludinājums, motivācijas vēstule u.c.)	1
<b>Ģeogrāfija</b>	Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā	1
<b>Ķīmija</b>	Ķīmija sadzīvē.	1
<b>Vēsture</b>	Pasaules ekonomiskā krīze 20.gs.30.gados	1
	Izcilākie 20.gs zinātnieki	1
	20.gs.progress zinātnē un tehnikā	1
<b>Sociālās zinības</b>	Darba likumdošana	1
	Ģimenes budžets. Skolas budžets.	1
	Civillikums.	1
	Nodokļi.	1
	Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība.	1
	Iekļaušanās darba tirgū.	1
	<b>Ārpusstundu pasākumi</b>	<b>Tēmas</b>
<b>Sadarbības nodarbības (klases audzinātājs, skolas psihologs)</b>	Darbs komandā.	1
	Stresa menedžments.	
<b>Ēnu diena</b>	“Profesija, kas mani interesē	1

<b>Karjeras atbalsta pasākumi par projekta nr.8.3.5.0/16/I/001”Karjeras atbalsts izglītojamiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs” finansējumu</b>	Profesiju pasaules iepazīšana.	1
<b>Atvērto durvju dienas apmeklējums izglītības iestādēs</b>		1
<b>Aptauja</b>	“Karjeras izvēles jautājumi”	1
<b>Tematiska klases vecāku sapulce</b>	“Mana bērna nākotnes plānošana”	1
<b>Karjeras stundas</b>	Pašizpētes testi, anketēšana, lomu spēles.	2-4

## IV Karjeras izglītības vērtēšana

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:

### 1. Pašizpētē:

- 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;
- 1.2. skolēns demonstrē pozitīvas starppersonu prasmes un cieņu pret daudzveidīgo, lai veicinātu savas karjeras attīstību;
- 1.3. skolēns atzīst, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa;
- 1.4. skolēns spēj noteikt svarīgākos faktorus, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;
- 1.5. skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus;

### 2. Karjeras izpētē:

- 2.1. skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē;
- 2.2. skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;
- 2.3. skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām;
- 2.4. skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis varētu būt šķērslis dažu profesiju izvēlē;



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

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

### 3. Karjeras plānošanā un vadīšanā:

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

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

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

3.4. skolēns zina, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;

3.5. skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;

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

3.7. 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. Skolēnu mācību sasniegumu pierādījumi — pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli — tiek uzkrāti skolēnu darba mapēs (Karjeras portfolio). Skolēnu karjeras izglītības sasniegumi tiek vērtēti ne retāk kā vienu reizi gadā, informējot vecākus (aizbildņus) par izglītojamā zināšanām, prasmēm, iemaņām un sasniegumu attīstības dinamika.

<b>Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes, atbilstoši vecumposmiem</b>			
<b>Klašu grupa</b>	<b>Pašizpētes prasmes</b>	<b>Karjeras iespēju izpētes prasmes</b>	<b>Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes</b>
<b>1. - 3.klase</b>	Prot stāstījumā nosaukt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus.	Atpazīst profesijas, ir ieguvuši zināšanas un priekšstatu par dažādām profesijām. Skolēni atceras informāciju, uzdodot jautājumus par darba pasauli un prot prezentēt iegūtās atbildes. Skolēni prot veidot vienkāršus secinājumus par dažādu profesiju saturu.	Pēc skolotāja dota parauga prot pamatot, kuri nodarbošanās veidi viņus interesē vairāk, lai pēc kritērijiem katrs izvērtētu savu piemērotību konkrētai darbības jomai.
<b>4. – 6.klase</b>	Prot stāstījumā atklāt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni pilnveidojuši abstraktās domāšanas prasmi. Skolēni izprot pašorganizācijas nozīmi. Skolēni spēj novērtēt savu darbību un sasniegumus.	Prot vizualizēt un strukturēt informāciju par profesiju saturu, prot apspriest un apkopot informāciju par profesijām, prot veikt pētījumu aptaujas, intervijas, sarunas, analizēt dažādus datu avotus par profesijām.	Prot argumentēti prognozēt savas nākotnes karjeru, salīdzinot savas prognozes ar publiski pieejamajiem nākotnes profesiju sarakstiem, pamatot, kuras no izzūdošajām profesijām vajadzētu saglabāt. Skolēni izprot sabalansēta laika plānošanas nozīmi.

<p><b>7. – 9.klase</b></p>	<p>Prot saskatīt un atklāt savas stiprās un vājās puses, prot atklāt savas intereses, vajadzības un vērtības, prot veidot savu paštēlu un prezentēt to. Skolēni prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām. Skolēni prot analizēt savas vērtības, pieredzi un vajadzības.</p>	<p>Izprot dienas režīma un laika plānošanas prasmes saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēni zina profesiju daudzveidību Skolēni prot saskatīt dažādu profesiju pozitīvos un negatīvos aspektus. Skolēni prot izmantot pieejamos resursus informācijas iegūšanai par darba pasauli.</p>	<p>Prot izvēlēties savām interesēm atbilstošāko profesiju un salīdzināt savas individuālās zināšanas, rakstura īpašības un prasmes ar tām, kas ir nepieciešamas izvēlētajā darbības jomā. Skolēni prot sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai, prot paskaidrot, kā realizēs karjeras plānu.</p>
----------------------------	--	---	---

## V Karjeras izglītībā izmantojamās metodes

Nr.	Metode	Prasmes
1.	<b>Anketēšana/aptauja</b>	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.	<b>Analīze</b>	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu
3.	<b>Brīvais raksts</b>	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
4.	<b>Darbs ar informācija avotiem</b>	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
5.	<b>Darbs grupās</b>	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
6.	<b>Darbs pāros</b>	Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
7.	<b>Diskusija</b>	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas Meklēt problēmu risinājumu
8.	<b>Ekskursijas</b>	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām

9.	<b>Ēnu diena</b>	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētās profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus
10.	<b>Eseja</b>	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
11.	<b>Individuālais darbs</b>	Mācīties strādāt patstāvīgi
12.	<b>INSERT metode</b>	Apgūt prasmi izvērtēt informāciju
13.	<b>Intervija</b>	Apgūt prasmi sarunāties: uzklaut sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu
14.	<b>IT tehnoloģiju izmantošana</b>	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
15.	<b>Pārrunas/sarunas</b>	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
16.	<b>Pašvērtējums/pašanalīze</b>	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
17.	<b>Pētījums</b>	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
18.	<b>Prāta vētra</b>	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
19.	<b>Prezentācija</b>	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
20.	<b>Prognozēšana</b>	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
21.	<b>Projekts</b>	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
22.	<b>Seminārs</b>	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
23.	<b>Spēles (lomu situāciju, lietišķās)</b>	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
24.	<b>SVID analīze</b>	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas
25.	<b>T- tabula</b>	Apgūt iemaņas izvērtēt parādību no vairākiem aspektiem

26.	<b>Tests</b>	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
27.	<b>Tikšanās</b>	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
28.	<b>Venna diagramma</b>	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu
29.	<b>Vērošana</b>	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

## VI karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra u.c. avoti

### Pieejamā literatūra par karjeru un karjeras izglītību

1. Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. I. Lemešonoka, Zvaigzne ABC, 2018
2. Karjeras izglītība skolā. VIAA, 2010.
3. Mans bērns izvēlas karjeru. VIAA, 2008.
4. Profesiju aprakstu katalogs PKVIA, 2003. 5. Karjeras izglītība 7., 8., 9. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.
6. Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008.
7. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 7. - 9. klasei. Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.

### Video materiāli par karjeru un profesijām

1. Filma par karjeras veidošanu «Zaļais Pipars». RTU, 2012 - <https://www.youtube.com/watch?v=RyxQPre5pQI>
2. Filma par karjeras veidošanu «Zaļais Pipars». RTU, 2013 – <https://www.youtube.com/watch?v=OpvCOOzVQnU>
3. Filma par karjeras veidošanu «Zaļais Pipars». RTU, 2014 – <https://www.youtube.com/watch?v=LVqC0FvyvU4>
4. Filma par karjeras veidošanu «Zaļais Pipars». RTU, 2015 – <https://www.youtube.com/watch?v=h6yh82XxKDw>

5. Īsfilmas par profesijām – “Zili brīnumi” -  
<https://www.youtube.com/user/JUMPstudioLATVIA/videos>

### **Pieejamie metodiskie materiāli skolotājiem**

1. Spēle “Profesiju kārtis”. SIA “Aber Puzzle”, 2018.
2. Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra – [http://www.viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_izgliitiba\\_skolaa\\_2010.pdf](http://www.viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiba_skolaa_2010.pdf)
3. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 7. - 9. klasei. Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006. – [http://www.viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras\\_izgl\\_7\\_9\\_klaseee.pdf](http://www.viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_7_9_klaseee.pdf)
4. Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem – [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
5. Karjeras izglītības informatīvie materiāli – [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/konferencu\\_materiali/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/konferencu_materiali/)

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

1. Lielākais karjeras portāls Latvijā – <https://www.prakse.lv/>
2. Nacionālā izglītības iespēju datu bāze – <http://www.niid.lv/>
3. Virtuāla profesiju pasaule – <http://www.profesijupasaule.lv/lv/news>
4. Valsts izglītības attīstības aģentūra - <http://viaa.gov.lv/lat/>  
Skolotājiem - [http://viaa.gov.lv/lat/macibspeki/merkgrupas\\_skolotaji/](http://viaa.gov.lv/lat/macibspeki/merkgrupas_skolotaji/)  
Skolēniem - <http://viaa.gov.lv/lat/skoleni/skoleni/>
5. Augstākās izglītības kvalitātes novērtēšanas centrs - <http://www.aiknc.lv/lv/index.php>
6. Europass dokumenti (CV, motivācijas vēstule)  
<https://europass.cedefop.europa.eu/lv/documents>
7. Nodarbinātības valsts aģentūra - <http://www.nva.gov.lv/>
8. Karjera - <http://www.nva.gov.lv/karjera/>
9. Profesiju aprakstu katalogs/ profesiju standarti un profesiju klasifikators - <http://www.nva.gov.lv/karjera/index.php?cid=10&mid=118>

10. Informācija par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām -  
<http://www.uzdevumi.lv/school>

11. EK Karjeras konsultēšanas un informācijas tīkls. [www.izmpic.gov.lv](http://www.izmpic.gov.lv) profesionālā izglītība; profesiju standarti – <http://euroguidance.eu/>

12. Interesu un prasmju noteikšanas testi, darba tirgus un karjeras izvēles gids (eng.) -  
<http://www.occupationsguide.cz/en/>

13. Informācija par stipendijām, studiju un studējošā kredītiem –  
<http://www.izm.gov.lv/lv/studentiem>