

Apstiprinu J. Strelkova /I. Strelkova/

Vecpiebalgas vidusskolas direktors

2019.gada 1. septembris

**VECPIEBALGAS VIDUSSKOLAS
KARJERAS IZGLĪTĪBAS
PROGRAMMA**

Programmu izstrādāja:

Pedagogs karjeras konsultants

Līga Glāzere-Spalviņa

2019.gads

SATURS

I KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI.....	3
II KARJERAS IZGLĪTĪBA.....	8
III KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA.....	10
IV KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA.....	12
KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA.....	24
V KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODEDES.....	27
VI KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA.....	30

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 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.

Profesionālās 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 jāmacās 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 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.

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 neaizvietojams 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 atlicināt 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.

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

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

Bērņa karjeras vajadzības dažādos vecumos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<p>Pamatskolas 1. – 4. klase</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nepieciešama uzmanība un uzslavas • Piemīt neierobežota enerģija • Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes • Nepieciešama pašapziņas veidošana 	<ul style="list-style-type: none"> • Atšķir darbu no spēles • Identificē dažādus darba veidus • Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos • Zina, kā pieņemt lēmumus • Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu • Identificē personīgas sajūtas
<p>Pamatskolas 5. – 9. klase</p> <ul style="list-style-type: none"> • Daudz patstāvīgāki • Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga • Var uzņemties vairāk atbildības 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificē personīgās intereses, spējas, savas stipras un vājas puses • Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem

<ul style="list-style-type: none"> • Pārsteidzošs interešu vēriens • Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami 	<ul style="list-style-type: none"> • Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem • Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu
<p>Vidusskolas 10. – 12. klase</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veido savu identitāti • Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/ karjeras meklējumus • Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem • Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli • Kļūst aizvien patstāvīgāki 	<ul style="list-style-type: none"> • 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

II KARJERAS IZGLĪTĪBA

Karjeras izglītības mērķis ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar 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 izglītojamajam 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 izglītojamos 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 izglītojamie:

- 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 nenozīmē tikai piemērot indivīdu noteiktai profesijai. Lēmuma pieņemšanu ietekmē dažādi faktori, kuri ir jāņem vērā:

- individuālās iezīmes (veselība, vērtības, intereses, prasmes, vecums, zināšanas u.c.),
- sociālais konteksts (ģimene, vienaudži, sabiedrības grupas, sociāli-ekonomiskais statuss u.c.),
- vides konteksts (politiskie uzskati, izglītības iestādes, ģeogrāfiskais izvietojums, darba tirgus u.c.),
- citi faktori (laika perspektīvas, izdevība, izmaiņas laika gaitā u.c.).

Sagatavošanās pārmaiņām un pārejai attiecas uz tādas izpratnes un prasmju veidošanu, kādas skolēnam ir nepieciešamas, lai tiktu galā ar jaunām situācijām, gan vēlamām, gan nevēlamām. Šādas aktivitātes palīdz:

- noteikt dažādas plānotas un neplānotas dzīves/darba pārmaiņas un pārejas periodus, ar kādiem ir 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 mērķis un uzdevumi

Vispārizglītojošās skolas karjeras izglītības programma 1. – 12. klasei

1. Karjeras izglītības mērķis ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2000. gada 5. decembra noteikumu Nr.462 “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu” prasībām, integrējot specifiskus mērķus:
 - 1.1.nodrošināt izglītojamam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;

- 1.2. 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 pret daudzveidību;
 - 2.8. veidot izglītojamo izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

II Karjeras izglītības saturs

3. 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), 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 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, uzklaut 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, izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

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

7. Pamatjoma “Pašizpēte” ietver šādas saturiskas 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, ilgtermiņa plānošana);
- 9.6. pārmaiņas manā dzīvē;
- 9.7. komandas darba pieredze;
- 9.8. praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 9.9. sevis prezentēšana.

III 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.

Klases stundu temati no 1. –12. kl. pēc VISC izstrādātā “Klases stundu programmu parauga”.

Klašu grupa	Stundu temati	Sasniedzamais rezultāts
1.-3.kl.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gūst priekšstatu par ikdienas darbu, un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
	Dienas režīms	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
	Mācības – skolēna darbs	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.
4.-6.kl.	Es un mani dotumi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un spējas. ✓ Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
	Brīvais laiks un tā izmantošana	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīgas brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mācās dokumentēt savus sasniegumus. ✓ Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks –

		<p>garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Izkopj savu valodas kultūru. ✓ Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvusi prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.
7.-9.kl.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. ✓ Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. ✓ Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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 vērtības	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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.

		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.
	Individuālā karjeras plāna izveide	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. ✓ Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. ✓ Ir izveidota un regulāri tiek papildināta sava sasniegumu mape (portfolio).
10.- 12.kl.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. ✓ Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. ✓ Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.
	Mūžizglītība	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. ✓ Apzinās izglītību kā vērtību. ✓ Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas
	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. ✓ Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. ✓ Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.
	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. ✓ Pārzina darba meklēšanas procesu. ✓ Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. ✓ Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.
	Darbs ārzemēs	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. ✓ Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.

	Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. ✓ Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. ✓ Ir pilnveidotas –plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. ✓ Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu.
--	--	---

10.1.1. 1. – 2. klasē tiek akcentēta joma “ Pašizpēte” šādā apjomā:

Darba organizācijas formas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
1.kl. Ētika	Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku	1
1.kl. Ētika	Mans varonis	1
1.kl. Ētika	Manas īpašības. Manas stiprās puses	1
2.kl. Lasīšana	Varoņu raksturojums. (ārpusklases lasīšana)	4
2.kl. Lasīšana	Domraksts “ Mani nākotnes nodomi”	1
2.kl. Rokdarbi	Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām	2
Klases stundas	1.kl. Mani vaļasprieki	1
	1.kl. Dienas režīms	1
	1.kl. Mācos mācīties	1
	2.kl. Es sava rakstura saimnieks	1
	2.kl. Mana sapņu profesija	1
	2.kl. Mācos risināt strīdus	1
Individuālās nodarbības	Katra skolēna individuāla izpēte (logopēds u.c.)	
Ārpusstundu pasākumi	Projektu nedēļa, lugu iestudēšana, darbība pulciņos	
	Drošības diena	1
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas vietas, uzņēmējus	1

10.1.2. 3.-4. klasē tiek akcentēta joma “ Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Darba organizācijas formas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
3.kl. Lasīšana	Domraksts. Mani vecāki un darbs.	1

3.kl. Vizuālā māksla	Cilvēks darbā	1
3.kl. Rokdarbi	Drošība darbā	1
4.kl. Dabaszinības	Cilvēki, kas rūpējas par dabu. Iepazīšanās ar dabu saistītām profesijām.	2
4.kl. Lasīšana	Domraksts. Populārākās profesijas	1
4.kl. Svešvaloda	Profesijas	1
Klases stundās	3.kl. Manu vecāku darbs, mācības-skolēnu darbs	1
	3.kl. Pienākumi ģimenē	1
	3.kl. Profesiju daudzveidība	1
	4.kl. Brīvais laiks un tā izmantošana	1
	4.kl. Profesijas, darba specifika	1
	4.kl. Es un mani dotumi	1
Ārpusstundu pasākumi	Projektu nedēļa, lugu iestudēšana, darbība pulciņos.	
	Drošības diena	1
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas vietas, uzņēmējus	1

10.1.3. 5.- 6. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:

Darba organizācijas formas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
5.klase Literatūra	Domraksts. Mans varonis tiek galā ar grūtībām	1
5.klase Veselības mācība	Stress. Kā pārvarēt stresu?	1
5.klase Latviešu valoda	Saziņa	1
6.klase Svešvaloda	Valodas kultūra	1
6.klase Svešvaloda	Iepazīšanās ar darba devēju	1
6.klase Literatūra	Mūsdienu jauniešu problēmas	1
Klases stundās	5.kl. Mani mērķi un kā es tos varu sasniegt	1
	5.kl. Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	1
	5.kl. Mani darba ieradumi, sadarbības prasmes	1
	6.kl. Lēmumu pieņemšana. Lomu spēles	1
	6.kl. Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1
	6.kl. Mans nākotnes redzējums, iespējamā nākotnes profesija	1

Ārpusstundu pasākumi	Skolēnu iesaistīšana klases pasākumu organizēšanā. Klases vakara organizēšana	
	Drošības diena	1
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas vietas, uzņēmējus	1
	Tikšanās ar skolas absolventiem	1

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

Darba organizācijas formas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas	Mans hobijs	1
	Es un mani draugi	1
	Mani mājdzīvnieki	1
	Mana istaba	1
	Mans apģērbs	1
Ģeogrāfija	Klimata izmaiņas un veselība	1
Vēsture	Seno baltu ciltis	1
Literatūra	Boņuka, Billes un mana bērnība	1
	„Zelta zirgs” – Antiņš, brāļi un es	1
Mājturība	Rokdarbi	1
	Kulinārija	1
Sociālās zinības	Atkarības	1
	Lietiskās saskarsmes etiķete	1
Sports	Fizisko īpašību tests	1
	Komandu darbs	1
Klases stundās	Vajadzības, vēlmes un spējas	1
	Temperamenti, uztveres tipi	1
	Man saistošās profesijas (Kurš mācību priekšmets man patīk labāk?)	1
	Karjeras nozīme cilvēka dzīvē	1
Ārpusstundu pasākumi	Skolēnu iesaistīšana klases pasākumu organizēšanā. Klases vakara organizēšana	
	Drošības diena	1
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas vietas, uzņēmējus	1
	Tikšanās ar skolas absolventiem	1
	Tikšanās ar profesijas pārstāvjiem	1

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

Darba organizācijas formas	Tēmas	Stundu
----------------------------	-------	--------

		vai pasākumu skaits
Svešvalodas	Lietišķie raksti – Eiropas CV	1
	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem	1
Latviešu valoda	Lietišķie raksti – darba sludinājumu pētīšana	1
Sociālās zinības	Droša sociālā vide	1
	Darbs un karjera	1
Matemātika	Izcilākie matemātiķi	1
Ķīmija	Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde	1
Ģeogrāfija	Darbaspēka migrācija Eiropas Savienībā	1
	Darbavietas dažādās valstīs	1
Fizika	Izcilākie fiziķi	1
Vēsture	Strādnieku kustība 19.gs. pēdējā trešdaļā	1
	Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19.gadsimta beigās	1
Klases stundās	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	1
	Darbs un vaļasprieki	1
	Vietējais darba tirgus, darba sludinājumu pētīšana	1
	Profesijas, interesējošo profesiju tālākizglītības iespējas	1
	Latvijas izglītības sistēma	1
	Manu vecāku profesijas un karjeras izaugsmes iespējas	1
Ārpusstundu pasākumi	Skolēnu iesaistīšana klases pasākumu organizēšanā. Klases vakara organizēšana	
	Drošības diena	
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas vietas, uzņēmējus	
	Tikšanās ar skolas absolventiem	
	Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem	

10.1.6. 9.kl. tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:

Darba organizācijas formas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas	Dienas režīms	1

	Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas ārzemēs	1
	Publiskā uzstāšanās – sevis reprezentēšana	1
	CV	1
Latviešu valoda	Publiskā runa – sevis reprezentēšana	1
	Lietišķie raksti	1
Ģeogrāfija	Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā	1
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē	1
Sociālās zinības	Darba likumdošana	1
	Ģimenes budžets	1
	Civillikums	1
	Nodokļi	1
	Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība	1
Klases stundās	Izglītība kā vērtība, izglītības iespējas Latvijā	1
	Lēmumu pieņemšana, atbildība	1
	Darba meklēšanas process, CV un motivācijas vēstule, darba intervija	1
	Iekļaušanās darba tirgū, profesiju dažādība	1
	Mans karjeras plāns	1
	Mans karjeras plāns	
Ārpusstundu pasākumi	Atvērto durvju dienu apmeklējumi izglītības iestādēs	
	Izstādes „Skola” apmeklējums	
	Ēnu dienas	
	Drošības diena	
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas uzņēmējdarbību	
	Tikšanās ar skolas absolventiem	
	Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem	

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

Klases stundās	Kas es esmu, kāds es esmu? Kas es būšu, kāds es būšu?
	Motivācija
	Vērtības
	Intereses un spējas
	Mācīšanās stili un to noteikšana
	Profesijas standarts, mana atbilstība izvēlētajai profesijai/ Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk
Ārpusstundu pasākumi	Atvērto durvju dienu apmeklējumi izglītības iestādēs

	Izstādes „Skola” apmeklējums
	Ēnu dienas
	Drošības diena
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas uzņēmējdarbību
	Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem
	Tikšanās ar skolas absolventiem

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

Klases stundās	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs, mūžizglītība
	Darba nozīme cilvēka dzīvē, darba pieredze
	Darba likumdošana, darba līgumi
	Darba tirgus un pieprasījums, darba piedāvājumi, sludinājumi, darbs ārzemēs
	Profesiju mainība un dažādība. Prasības, dotumi profesijām. Mīti un realitāte
	Karjeras loma cilvēka dzīvē
	Ārpusstundu pasākumi
	Izstādes „Skola” apmeklējums
	Ēnu dienas
	Drošības diena
	Tikšanās ar skolas absolventiem
	Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas uzņēmējdarbību

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

Klases stundās	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs, mūžizglītība
	Darba meklēšanas process, CV un motivācijas vēstule, darba intervija
	Radoša domāšana palīgs karjeras plānošanā
	Mana izvēle un atbildība
	Mans karjeras plāns
	Mans karjeras plāns
	Ārpusstundu pasākumi
	Izstādes „Skola” apmeklējums
	Ēnu dienas
	Drošības diena
	Tikšanās ar skolas absolventiem
	Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem
	Pārgājiens – iepazīsti Vecpiebalgas uzņēmējdarbību

IV Karjeras izglītības vērtēšana

Izglītojamo 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 apgūvē izmantojot pašvērtējumu:

11.1. pašizpētē:

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

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

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

11.1.5. izglītojamais izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un izvirzītu mērķus;

11.2. karjeras izpētē:

11.2.1. izglītojamais spēj izskaidrot terminu „karjera” tā plašākajā nozīmē;

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

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

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

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

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

11.3. karjeras plānošanā un vadīšanā:

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

11.3.2. izglītojamais prot salīdzināt dažādas iespējas, izmantojot personisko pieredzi un informāciju no dažādiem avotiem;

- 11.3.3. izglītojamais spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;
 - 11.3.4. izglītojamais prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;
 - 11.3.5. izglītojamais zina, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
 - 11.3.6. izglītojamais izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
 - 11.3.7. izglītojamais prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
 - 11.3.8. izglītojamais 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. Izglītojamo mācību sasniegumu pierādījumi – pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli- tiek uzkrāti skolēnu darba mapēs (portfolio).
13. Izglītojamo karjeras izglītības sasniegumi tiek vērtēti regulāri (vienu reizi semestrī), informējot vecākus par izglītojamā zināšanām, prasmēm, iemaņām un sasniegumu attīstības dinamiku.

V KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODEDES

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja	<p>Apgūt prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi</p> <p>Ieinteresēt audzēkni izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba pasaules iespējas</p> <p>Attīstīt prasmi kritiski domāt</p>
2.	Analīze	<p>Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām</p> <p>Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu</p>
3.	Brīvais raksts	<p>Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas</p>
4.	Darbs ar informācija avotiem	<p>Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju</p>
5.	Darbs grupās	<p>Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus</p>
6.	Darbs pāros	<p>Veidot prasmes sadarboties, uzklaust otrus, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu</p>
7.	Diskusija	<p>Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaust citu domas</p> <p>Meklēt problēmu risinājumu</p>

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 izvēlētajā profesijā 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, lietīšķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem Iejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
26.	SVID analīze	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas
27.	T- tabula	Apgūt iemaņas izvērtēt parādību no vairākiem aspektiem
28.	Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
29.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
30.	Venna diagramma	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu

31.	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus
-----	----------	--

VI KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA

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

16. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009.– R.: VIAA, 2010
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
17. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata.
Karjeras izglītība 7.-9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006
Pieejams:http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinajiem/
18. Karjeras izglītība profesionālās vedējās izglītības iestādēs. Skolotāja rokasgrāmata.
Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006
Karjeras izglītība profesionālās vedējās izglītības iestādēs. Darba burtnīca. Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006
Pieejams:http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinajiem/
19. Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi.
Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi.
Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006
Pieejams:http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinajiem/
20. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā.– R.: PIAA, PIAC, 2004
Pieejams:http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinajiem/
21. Karjeras konsultēšanas metodes.– R.: VIAA, 2009, Bukareste: Institute of Educational Sciences, Euroguidance, 2007
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
22. Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi.– Jelgava: PKIC, 2007
23. Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?
Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?– Jelgava: PKIC, 2007
24. Karjeras Ziņas. – R.: VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums.
Pieejams:
http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
25. Korna. E. Karjeras izglītība. Tukuma 2.vidusskolas pieredze. – R.: RaKa, 2011

26. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.– R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008

Pieejams: http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/

27. Ķīkule I. Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5. – 8.klasei. – R.: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”, 2006

28. Mans bērns izvēlas karjeru.– R.: VIAA, 2010

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf

29. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem.

Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma vidusskolas skolēniem. – R.: PKIVA.

30. Pīvijs V. Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijis_2012_f.pdf

31. Profesiju aprakstu katalogs.– R.: PKIVA, NVA., 2007,2012

Pieejams: http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf;
http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf

32. Profesiju definīciju katalogs.– R.: PKIVA, 2007

Pieejams: <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>

33. Profesiju klasifikators.– R.: Latvijas Vēstnesis, 2006

Pieejams: <http://www.lm.gov.lv/text/80>

34. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004

35. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa, 2008

36. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. - Vīne: 2012 Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf

37. Templers R. Veiksmīgas karjeras likumi.– R.: Zvaigzne ABC, 2007

38. Veiksmīgas karjeras anatomija.– R.: Lietišķās informācijas dienests, 2009

Videomateriāli

1. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas būvniecības nozarē.

Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē.

Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē.

Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē.
Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas meža nozarē. – DVD: VIAA.

2. Domā pats! (videofilma 5. – 8.klasei.)

3. Iepazīsti izglītības un darba pasauli. – CD – ROM: PIAP.

4. Iepazīsti un izvēlies! Virtuālais ceļvedis: Daugavpils Universitāte, Latvijas Lauksaimniecības universitāte, Liepājas Pedagoģijas akadēmija, Rēzeknes augstskola, Ventspils Augstskola, Vidzemes Augstskola. – CD.

5. Izglītība Latvijā 2008 – CD: STA.

6. Kurp doties? Ķīmiķis. Farmaceits. Mikrobiologs. (TV raidījumi) Nākotnes aprēķins. (īsfilma)– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2006

7. Kurp doties? Farmaceits. Vides speciālists. Mārketinga speciālists.– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2007

8. Karjeras iespējas Latvijā. RSEBAA. AIESEC. – CD.

9. Labklājības ministrijas pētījumi. ES struktūrfondu Nacionālās programmas „Darba tirgus pētījumi” projekts. – CD.

10. Mana karjera. Mana karjera manās rokās. Autoceļu būvniecība.

Mana karjeras – manās rokās. Enerģētika. – CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.

11. Profesionālās darbības jomas Latvijā. – DVD (1., 2.disks), VHS: PKIVA.

12. Progresīvās profesijas. – CD: PKIVA, Labklājības ministrija, projekts „Profesiju segregācijas cēloņu mazināšana”

13. Studijas datorikas nodaļā. Fragments no LTV7 raidījuma „Aktualitātes”. (13.04.2008.) – CD (.mpg): SIA „AGD GRUPA”

14. “Zaļais pipars 1-4” – CD: RTU

Pieejams: <http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitojosa-filma-zalais-pipars>

Interneta resursi:

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

2. <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu

3. www.niid.lv- nacionālā izglītības iespēju datu bāze

4. <http://www.nva.gov.lv/karjera/>- informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai

5. www.prakse.lv - prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām

6. www.profesijupasaule.lv – profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.