



Ludzas novada pašvaldība

## **Pildas pamatskola**

Reģ.nr.4212900453

„Skola,”Pildā, Pildas pagastā, Ludzas novadā, LV – 5733, tālrunis 65728202,

e-pasts: [pilda.skola@ludza.lv](mailto:pilda.skola@ludza.lv)

### **IEKŠĒJIE NOTEIKUMI**

Ludzas novada Pildas pagastā

**2020.gada 22 .decembrī**

**Nr.2-15/2020/3**

# **Karjeras izglītības programma 1.- 9. klasei**

*Izveidoti saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas likuma 72.panta pirmās daļas 1.punktu; Izglītības likumu; Ministru kabineta 2018. gada 27. novembra noteikumi Nr.747 „Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem”, „Klases stundu programmas paraugu” (Valsts izglītības saturs centra), “Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm 2019”, skolas nolikuma X nodaļas 55,56.punktiem.*

## Saturs

1.KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI.....	3
2. KARJERAS IZGLĪTĪBA.....	7
3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA.....	8
4. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA .....	10
4.1. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi .....	10
4.2. Karjeras izglītības saturs .....	10
4.3. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns .....	14
4.4. Karjeras izglītības vērtēšana .....	25
4.5. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes .....	26
5. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA..	28
6. APLŪKOJAMIE TĪMEKĻA RESURSI, KAS SAISTĪTI AR KARJERAS IZGLĪTĪBU .....	29

# 1. 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** — izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlei.

**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, 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.**

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 izglītojamajiem 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, izglītojamajam izvēloties izglītības virzienu, ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot vienā vai otrā programmā arodskolā, tehnikumā, koledžā, augstskolā, 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

*Karjeras vadības prasmes* - savas dzīves plānu patstāvīgas veidošanas, loģisku lēmumu pieņemšanas un realizēšanas, kā arī savas karjeras vadīšanas un savu karjeras mērķu īstenošanas 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 jaunieši, bet arī pieaugušie) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību.

Jēdziens karjeras vadības prasmes ir ļoti plašs. Tās tiek uzskatītas par vadošām individuālām prasmēm, kas palīdz plānot, organizēt, vadīt un kontrolēt savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai, lai ikkatrs spētu uzņemties atbildību par savas karjeras attīstības vadību mūža garumā. Prasme mācīties, sociālās, pilsoniskās un starpkultūru prasmes, kā arī iniciatīvas un uzņēmējdarbības gars ir nepieciešams, lai cilvēks būtu motivēts mācībām, mērķtiecīgi sevi pilnveidotu un spētu atrast un saglabāt darbu. Šo prasmju apgūvē liela loma ir izglītotājiem, jo prasmēm ir jāklūst par galveno izglītības rezultātu. Katram skolas beidzējam ir jābūt sagatavotam turpmākajam izglītības posmam vai nodarbinātībai un spējīgam uzņemties atbildību par savu personīgo lēmumu pieņemšanu un atbilstošu darbību.

Modernai, konkurētspējīgai ekonomikai ir vajadzīgi darbinieki, kam ir prasmes, zināšanas un attieksmes, ko var izmantot jebkurā darba situācijā, un kam ir spējas un vēlēšanās nepārtraukti pielāgoties un gūt panākumus mainīgajā pasaulē. Tāpēc nodarbinātībai noderīgās prasmes ir būtiska karjeras vadības prasmju sastāvdaļa. Nodarbinātībai noderīgās prasmes tiek definētas kā "īpašību, prasmju un zināšanu kopums, kāds ir nepieciešams ikvienam darba tirgus dalībniekam, lai nodrošinātu savu efektivitāti darba vietā — sava paša izaugsmes, sava darba devēja un visas valsts ekonomikas labā".

Karjeras vadības prasmju pilnveide ir karjeras izglītības rezultāts. Karjeras vadības prasmju veidošanās un pilnveide notiek vispārējo prasmju veidošanās un pilnveides ietvarā – mācību procesā. Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās sākas, apgūstot vienkāršas pamatprasmes (lasītprasmi, rakstītprasmi, runas prasmi, matemātiskās prasmes, sadarbības

prasmes), un turpinās sarežģītāku prasmju (digitālās pratības, daudzveidīgu informācijas resursu izmantošanas, pētniecisko, pašizziņas, pašvērtēšanas, dotumu pilnveidošanas, problēmu risināšanas, komunikācijas, lēmumu pieņemšanas, plānošanas u.c.) pilnveides laikā. Karjeras vadības prasmes nav saistītas ar darbībām noteiktā nozarē vai profesijā, to pamatā ir caurviju prasmes, kas stiprina jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, palīdz veidot pozitīvas attiecības un pieņemt atbildīgus lēmumus, jāattīsta visās mācību jomās un mācību priekšmetos un ir noderīgas dažādās profesionālās darbības jomās. Mācību procesā, t.sk. karjeras izglītībā, skolēns veido un pilnveido šādas caurviju prasmes:

- kritiskā domāšana un problēmrisināšana;
- jaunrade un uzņēmējspēja;
- pašvadīta mācīšanās;
- sadarbība;
- pilsoniskā līdzdalība;
- digitālā pratība

**Karjeras vadības prasmes** var iedalīt 3 grupās:

- pašizziņas un pašvadības prasmes, kas ietver prasmi uzturēt pozitīvu paštēlu, novērtēt un pilnveidot savu sniegumu karjerā (mācībās, darbā, brīvā laika aktivitātēs u.c. karjeras jomās) un prasmi sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi;
- karjeras iespēju izpētes prasmes, kas ietver prasmi atrast un izvērtēt informāciju par karjeras (izglītības, nodarbinātības, uzņēmējdarbības u.c.) iespējām;
- karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes, kas ietver prasmi veidot karjeras vīziju, izvirzīt karjeras attīstības mērķi, izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu un sadarboties karjeras mērķu sasniegšanai.

Karjeras vadības prasmes ir prasmju kopums, ar kura palīdzību cilvēks pats vada savas izglītības un darba gaitas, apkopojot, analizējot un organizējot ar sevi, izglītību un nodarbinātību saistīto informāciju. Kompetencēs balstītas izglītības pieeja, kas orientēta uz skolēna personalizētu mācīšanos un praktisku darbošanos, daudzveidīgi izmantojot informācijas komunikāciju tehnoloģijas daudzveidīgā mācību vidē, balstīta uz skolēna pašizziņu un pašpieredzes izmantošanu un partnerībā veidotu skolēna – skolotāja mijiedarbību ir karjeras vadības prasmju veiksmīgas pilnveides priekšnoteikums.

### **Bērna karjeras vajadzības dažādos vecumos**

<b>Attīstības iezīmes</b>	<b>Karjeras vajadzības</b>
<p><b>1. – 3. klase</b></p> <p>Nepieciešama uzmanība un uzslavas</p> <p>Piemīt neierobežota enerģija</p>	<p>Atšķir darbu no spēles</p> <p>Identificē dažādus darba veidus</p>

Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes Nepieciešama pašapziņas veidošana	Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos Zina, kā pieņemt lēmumus Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu Identificē personīgas sajūtas
<b>4. – 9. klase</b> Daudz patstāvīgāki Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga Var uzņemties vairāk atbildības Pārsteidzošs interešu vēriens Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami	Identificē personīgās intereses, spējas, savas stiprās un vājās 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

## 2. KARJERAS IZGLĪTĪBA

**Karjeras izglītības mērķis** ir nodrošināt skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, lai skolēns, izprotot savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarības, spētu patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību. Jāorganizē izglītības saturs un izglītības ieguves process, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanu un vadīšanu nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

Karjeras izglītība ir harmoniski jāintegrē visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai, nevis epizodiski, bet caurviju un veselumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

### Karjeras izglītības uzdevumi

#### 1. Palīdzēt skolēniem pašattīstīties:

- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses,
- izveidot elastīgu skatījumu uz dzīvi un reālistiskas gaidas attiecībā uz savu karjeru,

- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, piemēram, pašapziņa, pašpaļāvība, spēja “sevi pasniegt”, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

## **2. Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:**

- izprast izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeru attīstību,
- izpētīt dažādas karjeras un iespējas to veidošanai,
- izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespēju attīstības tendences,
- salīdzināt un samērot personīgos sasniegumus un īpašības ar tiem sasniegumiem un īpašībām, kas ir nepieciešamas konkrētai tālākai karjerai/mācībām/studijām,
- piedalīties darba izmēģinājumos,
- uzzināt, kur un kā iegūt vajadzīgo informāciju, resursus un palīdzību,
- gatavoties pārejai no mācībām uz darba dzīvi vai uz tālākām mācībām/citu darbu,
- izpētīt un pārdomāt savas personīgās un sabiedrības vērtības,
- uzzināt, kādas prasības izvirza darba devēji, kādas prasmes un personīgās īpašības palīdz noturēties darba tirgū.

## **3. Palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:**

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

### **Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi**

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

## **3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA**

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



## Karjeras izglītības programmas sastāvdaļas:

**Sevis izzināšanas aktivitātes**, kurās skolēni:

- identificē savas personīgās īpašības (fiziskās, intelektuālās, emocionālās iezīmes, prasmes, intereses un vērtības),
- izpēta personīgo īpašību un nepieciešamo prasmju samērotību, lai gūtu panākumus dažādās dzīves un darba situācijās,
- izvērtē stratēģijas un apstākļus, kas ietekmē viņu mācīšanos dažādās dzīves un darba situācijās.

**Iespēju apzināšanās** aktivitātes iesaista skolēnus darba pasaules izpētē un iepazīšanā.

Aktivitātes var ietvert:

- dažādas darba vides iepazīšana un pētīšana,
- dažādu profesiju un izglītības un apmācības iespēju izpēte,
- darba pasaules vēsturisko un plānoto izmaiņu analīze.

**Lēmumu pieņemšana** ir saistīta ar mācīšanos, kā pieņemt lēmumus, lai plānotu un vadītu savu karjeru. Skolēni iesaistās aktivitātēs, kas palīdz:

- izpētīt, kā citi cilvēki pieņem lēmumus, un saprast, kas var ietekmēt lēmuma pieņemšanu,
- identificēt atbilstošus lēmuma pieņemšanas stilus un stratēģijas,
- ģenerēt dažādas ar karjeru saistītas izvēles.

**Pieņemt lēmumu** par karjeras izvēli 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 jāstājas 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.

## 4. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

### 4.1. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi

**4.1.1. Karjeras izglītības programmas mērķis** ir nodrošināt skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, lai skolēns, izprotot savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarības, spētu patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību.

#### 4.1.2. Karjeras izglītības uzdevumi:

1. nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;
2. palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;
3. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;
4. nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;
5. palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
6. nodrošināt iespēju gūt darbības pieredzi;
7. izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu pret daudzveidību;
8. veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

### 4.2. Karjeras izglītības saturs

**4.2.1.** 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, individuālās vai grupu konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējās prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

**4.2.2.** 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.

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

- 1) pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;

- 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) morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
- 4) sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uz klausīt un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību par to īstenošanu, atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās, rūpēties par savu un līdzcilvēku drošību un meklēt palīdzību atbilstošās institūcijās un dienestos;
- 5) saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
- 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;
- 7) matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

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

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

- 1) mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
- 2) manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;
- 3) mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
- 4) sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
- 5) attieksmes un vērtības;
- 6) prasme sadarboties, risināt konfliktus;
- 7) mana veselība un nākotnes nodomi;
- 8) mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- 9) pašaudzināšana.

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

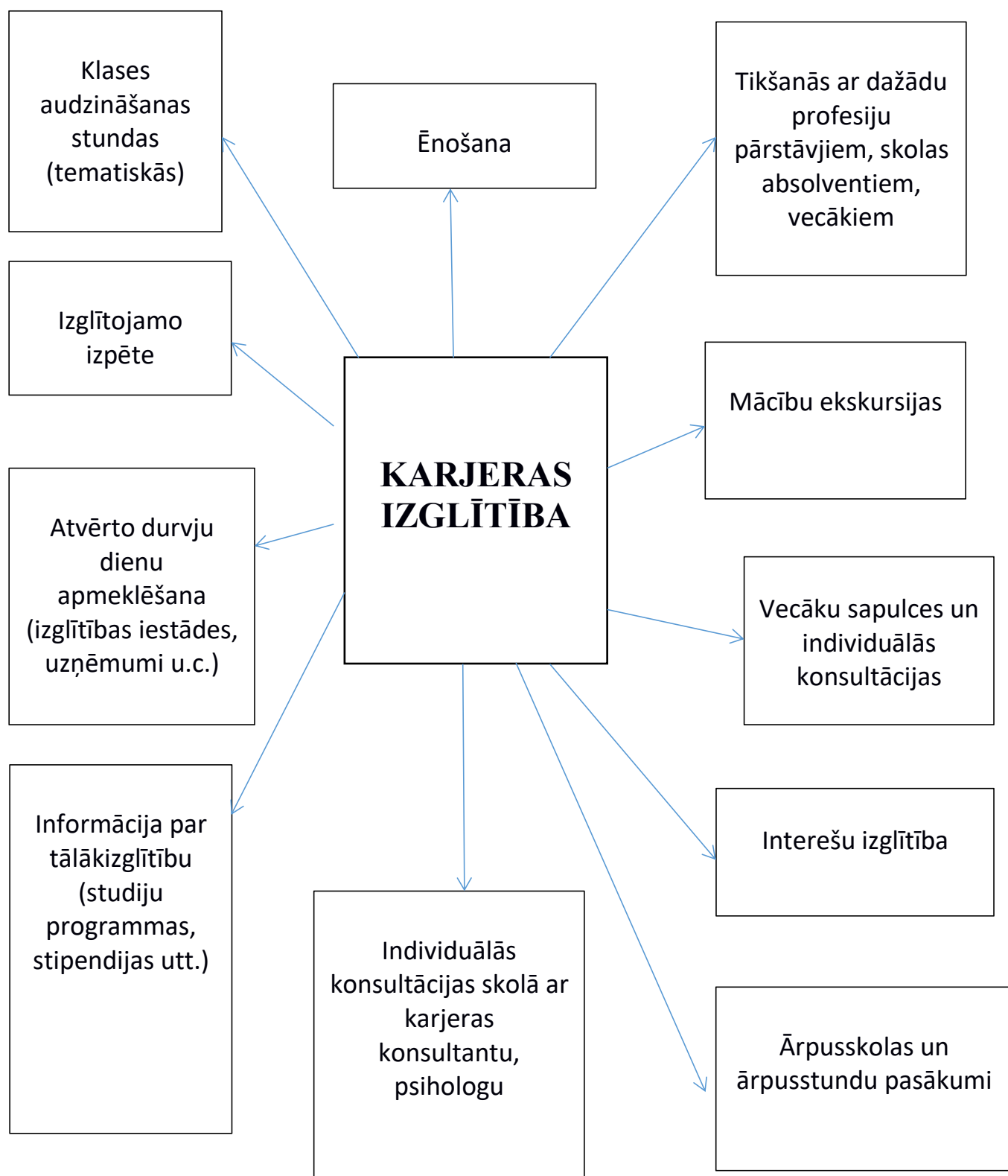
- 1) darba nozīme cilvēka dzīvē;
- 2) populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- 3) manu vecāku darba dzīve;
- 4) informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- 5) profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;

- 6) darba tirgus un nodarbinātība;
- 7) sociālā vide un nodarbinātība;
- 8) izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- 9) darba likumdošana, darba drošība;
- 10) pašnodarbinātība.

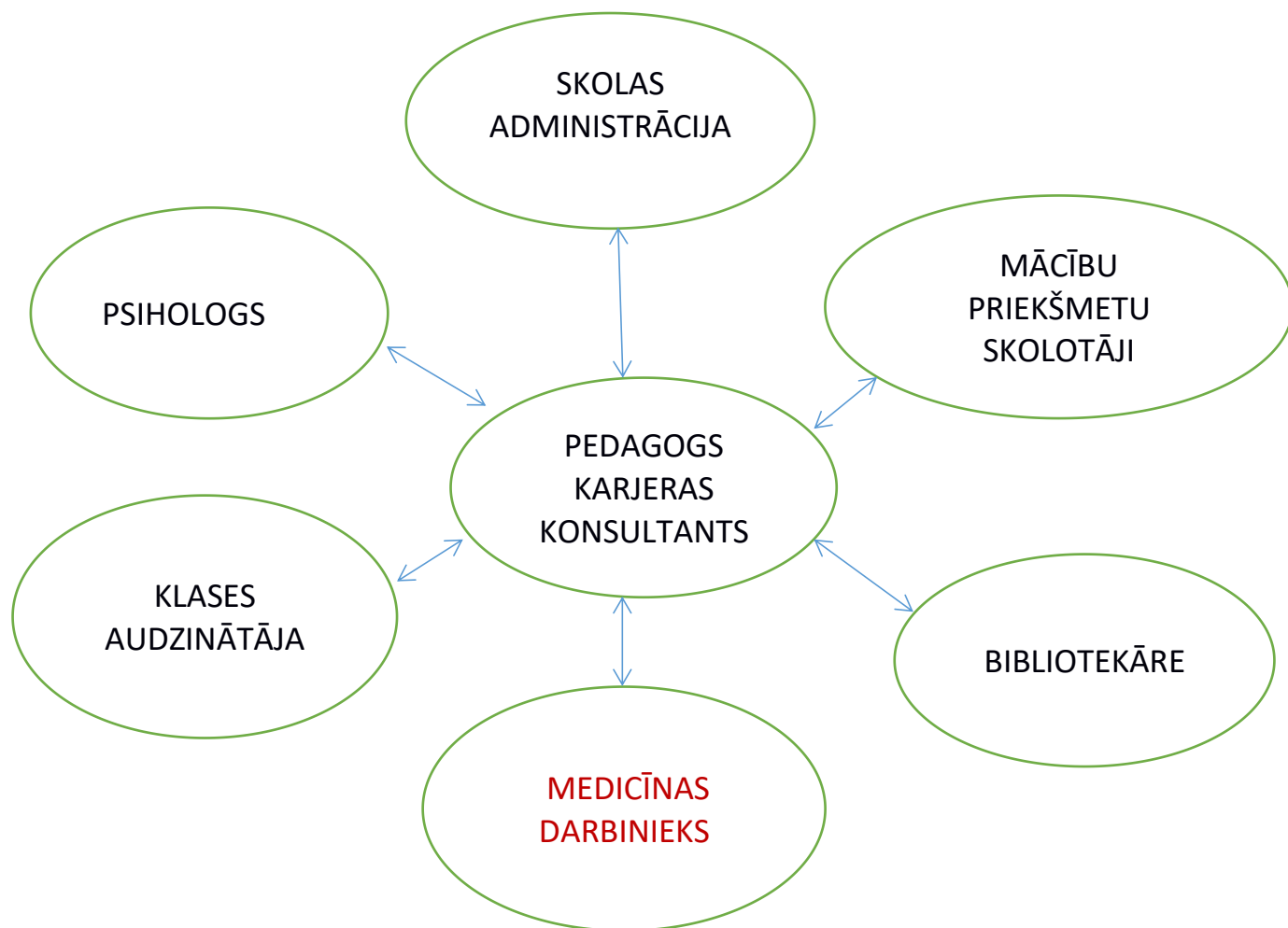
4.2.7. **Pamatjoma “Karjeras plānošana un vadība”** ietver šādas saturiskas tēmas:

- 1) lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- 2) lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- 3) dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- 4) kad viss nenorit tā, kā plānots;
- 5) mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- 6) pārmaiņas manā dzīvē;
- 7) komandas darba pieredze;
- 8) praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 9) sevis prezentēšana.

## ATBALSTA SISTĒMA IZGLĪTOJAMAJIEM KARJERAS IZGLĪTĪBĀ



## PALĪGI KARJERAS IZGLĪTĪBAS ATBALSTA ĪSTENOŠANĀ SKOLĀ



### 4.3. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās konsultācijas, grupu nodarbības, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c. pēc ieteicamā plāna:

**4.3.1. Ieteicamās klases stundas tēmas 1. – 9. klasei** (1 stunda nedēļā pēc skolas audzināšanas darba programmas un klašu audzinātāju darba plāniem).

#### 1. – 3. klase

Nr. p.k.	Tēma	Stundas temats	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.-	Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs. Profesiju daudzveidība.	1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas manā skolā.	Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Prot nosaukt profesijas, kuras ir skolā/pilsētā.

			Zina, ka profesiju ir daudz un var nosaukt vairākas.
2.	Mani darbiņi. Pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki un hobiji. Mana sapņu profesija.	1. Mani ikdienas darbiņi. Mani pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki un hobiji (pulciņi). 3. Es vēlos strādāt par..	Ir priekšstats par ikdienas darbu, vaļasprieku un interešu savstarpējo saistību ar profesijām.  Saprot atbildības nozīmi ikdienas pienākumu veikšanā un savas karjeras veidošanā.
3.	Dienas režīms.	1. Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2. Mans dienas režīms. 3. Mani pienākumi un atpūta.	Ir izpratne par dienasgrāmatas saistību ar skolēna dienas režīmu. Prot izplānot savu dienas režīmu, ievērojot savas intereses un iespējas. Seko tam, lai pietiktu laika gan mācībām, gan ikdienas darbiņiem, gan atpūtai.
3.	Mācības – skolēna darbs	1. Kāpēc jāmacās? 2. Mācības – pienākums un atbildība.	Apzinās savu galveno pienākumu – mācīties. Prot patstāvīgi mācīties un koncentrēties uzdevumu apguvei. Izprot savu atbildību mācību procesa sekmīgā apgūvē.
4.	Karjeras vīzija	1. Kādas prasmes es apgūstu skolā? 2. Kas man jāprot manis izvēlētajā profesijā? 3. Pēc 20 gadiem es būšu.....	Izprot, ka prasmes, kuras apgūst skolā, vēlāk noder darba dzīvē. Mācās vizualizēt savu nākotni. Iepazīst tuvāk sev vēlamo profesiju un noskaidro, kādas zināšanas un prasmes ir nepieciešamas.

#### 4. – 6. klase

1.	Es un mani dotumi.	1. Vislabāk es protu.. 2. Manas intereses. 3. Manu spēju un talantu prezentācija.	Apzinās savas intereses, stiprās un vājās puses, savas spējas. Prot pastāstīt vai parādīt citiem savas spējas un talantus.
2.	Mani darba ieradumi.	1. Mana dienas režīma proporcijas ( mācības, vaļasprieki, atpūta).	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.

3.	Mācību sasniegumi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mans karjeras portfolio (sasniegumu, interešu, izaugsmes mape).</li> <li>2. Zināšanu, prasmju un iemaņu nozīme nākotnē.</li> </ol>	<p>Mācās dokumentēt savus sasniegumus veidojot Karjeras portfolio.</p> <p>Apzinās zināšanu, dažādu apgūto pasmju nozīmi nākotnē. Spēj motivēt sevi mācību darbam un cenšas sasniegt labākos rezultātus, atbilstoši savām spējām.</p>
4.	Brīvais laiks un tā jēgpilna izmantošana.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interesešu izglītība skolā un pilsētā.</li> <li>2. Iespējas brīvā laika pavadīšanai.</li> </ol>	<p>Izzina un izmanto daudzpusīgas un jēgpilnas brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm piemērotākās.</p> <p>Izprot interesešu izglītības saistību ar karjeras vadības prasmēm.</p>
5.	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Profesiju veidi.</li> <li>2. Fizisks un garīgs darbs.</li> <li>3. Profesiju prestižs un nepieciešamība.</li> <li>4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā.</li> </ol>	<p>Izprot profesiju dažādību un tajās veicamo darbu specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – ārā, maiņu darbs utt.</p> <p>Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju.</p> <p>Pētot pieprasītākās profesijas savā novadā, domā par savām iespējām un nākotnes iecerēm.</p>

## 7. – 9. klase

1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības).</li> <li>2. Mani nozīmīgākie sasniegumi.</li> <li>3. Mans mērķis šogad.</li> </ol>	<p>Ir objektīvi apzinājis un izvērtējis savus dotumus, spējas un intereses, personīgās īpašības un vērtības.</p> <p>Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā.</p> <p>Novērtē savu sasniegumu rezultātus.</p>
2.	Savu interesešu spēju un dotumu attīstīšana.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Manas intereses, spējas un vajadzības (ārpusstundu aktivitātes).</li> <li>2. Brīvprātīgais darbs – pirmā darba pieredzes gūšana.</li> </ol>	<p>Saprot, ka skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.</p> <p>Apzinās interesešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.</p>



3.	Profesiju daudzveidīgā pasaule.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi.</li> <li>2. Mana nākotnes profesija – informācijas gūšana.</li> <li>3. Ēnu diena kā iespēja iepazīt profesiju.</li> <li>4. Manā pilsētā pieprasītākās profesijas.</li> </ol>	<p>Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē. Izprot galvenos karjeras plānošanas soļus.</p> <p>Prot vākt, apkopot un analizēt informāciju par interesējošām profesijām un izzina turpmākās izglītības iespējas.</p> <p>Piedalās Ēnu dienā ar mērķi tuvāk iepazīt interesējošo profesiju.</p> <p>Gūst zināšanas par vietējo darba tirgu šobrīd un nākotnes vīzijām.</p>
4.	Izglītības vērtība.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū.</li> <li>2. Izglītība kā vērtība savas karjeras veidošanā.</li> <li>3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9. klases.</li> <li>4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.</li> </ol>	<p>Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.</p> <p>Apzinās izglītību kā vērtību.</p> <p>Zina Latvijas izglītības sistēmu un savas iespējas izglītoties.</p> <p>Zina un izmanto dažādus resursus informācijas iegūšanai par izglītības iespējām.</p>
5.	Individuālais karjeras plāns.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mērķis un starpmērķis.</li> <li>2. Lēmumu pieņemšana.</li> <li>3. Portfolio prezentācija.</li> </ol>	<p>Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.</p> <p>Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.</p> <p>Regulāri tiek papildināts karjeras portfolio.</p>

**4.3.2. 1. - 2. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:**

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu)	Mans hobijs	1
	Es un mani draugi	1
	Mani mājdzīvnieki	1
	Mana istaba	1
	Mans apģērbs	1
Ētika	Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku	1
	Mans varonis	1

Lasīšana	Manas īpašības, manas stiprās puses	1
	Tēlu raksturojums (ārpusklases lasīšana)	1
	Domraksts 'Mani nākotnes nodomi'	1
Mājturība	Rokdarbi – Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām	1
Sociālās zinības	Manas intereses	1
Sports	Komandu spēles	1
	Fizisko īpašību tests	1
Klases stundās	1. kl. Es varu rūpēties par savu veselību	1
	1. kl. Aizraušanās, hobiji	1
	1. kl. Profesijas skolā	1
	2. kl. Es – sava rakstura saimnieks	1
	2. kl. Mācos mācīties	1
	2. kl. Mācos risināt strīdus	1
	2. kl. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	1. kl. Adaptācijas nodarbības (klases audzinātājs, skolas psihologs): „Kāds es esmu?”; „Draudzēsimies!”; „Atrisinām strīdus”	1
	1. kl./ 2. kl. Vecāku sapulce „Kā mācīt un palīdzēt savam bērnam mācīties”	2
	2. kl. Pārrunas „Kā man izdodas sadarboties ar citiem”	1
	2. kl. Projekts „Mana veselība”	1
	Mācību ekskursija	1
	Diskusija „Es un mani draugi”	1

**3. – 4. Klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:**

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu)	Mans brīvais laiks	1
	Es un mani draugi	1
	Profesijas	1
	Dienas režīms	1
Vizuālā māksla	3. kl. Cilvēks darbā	1
Mājturība	3. kl. Rokdarbi – drošība darbā	1
Dabaszinības	4. kl. Cilvēki, kas rūpējas par dabu. Iepazīšanās ar profesijām saistītām ar dabu.	2
Lasīšana	3. kl. Domraksts. Mani vecāki un darbs.	1
	4.kl. Domraksts. Populārākās profesijas	
Lasīšana	4. kl. Par ko es gribētu kļūt	1
Sociālās zinības	4. kl. Sava laika plānošana	1
Sports	Komandu spēles	1
	Fizisko īpašību tests	1
Klases stundās	3. kl. Manas intereses, dotumi un spējas	1
	3. kl. Kāpēc vajadzīgs darbs?	1
	3. kl. Profesiju izstāde. Praktiskais darbs	1
	4. kl. Mans brīvais laiks, manas iespējas pašrealizēties	1
	4. kl. Profesijas pagātnē, tagadnē un nākotnē	1
	3. - 4. kl. Mani darbiņi. Pienākumi ģimenē	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	3. – 4. kl. Drošības dienas skolā	2
	3. -4.kl. Konkurss „Profesiju daudzveidība”	1
	4. kl. Mācību ekskursija. Iepazīstam dažādus darbus	1
	4. kl. Uzņēmuma apmeklējums	1

5. – 6. kl. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu, vācu, krievu)	Manas intereses	1
	6. kl. Valodas kultūra	1
	Rakstura īpašības	1
	Mans brīvais laiks	1
Informātika	5. kl. Teksta apstrāde – lietišķie teksti datora	1
	5. kl. Informācijas ieguves un komunikācijas līdzekļu izmantošana	1
Vēsture	6. kl. Es ienāku sabiedrībā	1
Literatūra	5. kl. Domraksts. Mans varonis tiek galā ar grūtībām	1
	6. kl. Mūsdienu jaunieša problēmas	1
Latviešu valoda	Saziņa. Emocijas.	1
Sociālās zinības	5. - 6. kl. Konflikts, to rašanās un risināšana	1
	5. kl. Mana mācīšanās taktika	1
	6. kl. Pienākumi un tiesības	1
Dabaszinības	5. kl. Cilvēka maņas un darbs	1
	5. kl. Organisma augšana	1
Sports/Mājturība	Drošības noteikumi un to nepieciešamība. Veselība un darbs.	
Klases stundas	5. kl. Mani mērķi un kā es tos varu sasniegt	1
	5. kl. Uzvedības etiķete	1
	5. kl. Sevis reprezentēšana	1
	6. kl. Kā cilvēki tiek galā ar grūtībām	1
	6. kl. Laika plānošana	1
	6. kl. Mans nākotnes redzējums	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	5. kl. Adaptācijas nodarbības sadarbībā ar skolas psihologu. Darbs komandā. Stresa menedžments.	2
	5. kl. Projekts : „Profesiju daudzveidība”	1
	5. kl. – 6. kl. Drošības nedēļa: Darbs un risks	1
	6. kl. Ekskursijas: Manu vecāku darba dzīve	1
	6. kl. Skolēnu iesaistīšana klases pasākumu organizēšanā. Klases vakara organizēšana	1 vai vairāki pasākumi

7. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu, vācu, krievu)	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
Latviešu valoda	Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija	1
Mājturība	Kulinārija	1
		1
Sociālās zinības	Atkarības	1
	Lietišķas saskarsmes etiķete	1
Sports	Fizisko īpašību tests	1
	Komandu darbs	
Klases stundas	Es starp citiem	1
	Mans raksturs un paradumi	1
	Uztveres tipi	1
	Temperamenti	1
	Mācies mācīties	1
	Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru?	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Pēcpusdiena „Draudzības brīnums – saprast un saprasties”	1
	Konkurss „Ko es zinu par profesijām?”	1
	Nodarbības par karjeru „Sevis izzināšana. Kas es esmu? Ko es protu un varu?”	4
	Ēnu dienas	
	Mācību ekskursija.	1
	Diskusija „Es un mani draugi”	1

**8. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:**

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu, vācu, krievu)	Lietišķi raksti – Eiropas CV	1
	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem	1
Latviešu valoda	Lietišķie raksti – darba sludinājumu pētīšana	1
	Tekstveidne - pārspridums	1
Sociālās zinības	Droša sociālā vide	1
	Darbs un karjera	
Matemātika	Izcilākie matemātiķi	1
Ķīmija	Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde	1
	Referāts „Mendeļejevs un citi izcilākie ķīmiķi”	1
Zooloģija	Veterinārārsta profesija	1
	Ekoloģija, profesijas ”Cilvēks – daba”	1
Ģeogrāfija	Darbaspēka migrācija Eiropas Savienībā	1
	Darba vietas 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	Darbs un vaļasprieks	1
	Kas man patīk?	1
	Darba sludinājumu pētīšana	1
	Profesiju prestižs un perspektīvas	1
	Sapnis vai realitāte	1
	Manu vecāku profesijas un karjeras izaugsmes iespējas.	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Projekts „Vecāku darba pasaules izpēte”	Projektu nedēļa
	Droša vide (darba drošība)	1
	Ēnu diena „Mana nākotnes profesija”	1 diena
	Policijas dienas	1 diena
	Tikšanās ar..... speciālistiem (pēc izvēles)	1
	Lomu spēle „Iejūties profesijā’	1

**9. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:**

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu, vācu, krievu)	Dienas režīms	1
	Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas ārzemēs	1
	Publiskā uzstāšanās – sevis prezentēšana	1
	CV	1
Latviešu valoda	Publiskā runa – sevis prezentēšana	1
	Lietišķie raksti	1
Ģeogrāfija	Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā	1
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē	1
Vēsture	Pasaules ekonomiskā krīze 20. gs. 30. gados	1
	Izcilākie zinātnieki 20. gs.	1
	20. gs. progress zinātnē un tehnikā	1

Sociālās zinības	Darba likumdošana	1
	Ģimenes budžets, skolas budžets	1
	Civillikums	1
	Nodokļi	1
	Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība	1
Klases stundās	Karjeras plānošana	1
	Karjeras kāpnes, karjeras plāns	1
	Sekmju plānošana un izvērtēšana	1
	Lēmumu pieņemšana, atbildība	1
	Iekļaušanās darba tirgū	1
Profesionālā virzība. Profesionālā piemērotība	1	
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Tikšanās ar skolas administrāciju par izglītības programmām vidusskolā	1
	Darba pasaules iepazīšana - ekskursija uz ...	
	Atvērto durvju dienu apmeklējumi izglītības iestādēs	
	Izstādes „Izglītība un karjera -201..” apmeklējums	1 pasākums
	Ēnu diena	1
	Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem	1
	Vecāku sapulce „Mana bērna nākotnes plānošana”	1

**4.3.3.** Mācību priekšmetu stundas (atbilstoši mācību priekšmetu skolotāju tematiskajiem plāniem);

**Izglītības jomas „Valoda” mācību priekšmeti**

Latviešu valoda un literatūra	Profesiju daudzveidība pasaulē Es, citi, ikdiena un savstarpējās attiecības. Mana sapņu profesija Profesiju izvēle un raksturojums Profesiju izvēles iespējas Profesijas, nākotnes panākumu plānošana Karjeras izglītība: mediji/žurnālistika Mana mīļāka profesija. Manas intereses
Svešvalodas	Saskarsmes darbnīca

**Izglītības jomas „Māksla” mācību priekšmeti**

Vizuālā māksla un mūzika	„Radošās profesijas” Pētnieciskā darbība vizuālajā mākslā un mūzikā
--------------------------	--

### Izglītības jomas „Tehnoloģiju un zinātņu pamati” mācību priekšmeti

Matemātika Fizika Informātika Datorika Inženierzinātnes	Matemātikas prasmju un zināšanu loma manā profesijā Karjeras izvēles daudzveidība. Profesijas, saistītas ar matemātiku Fizikas atklājumu un tehnoloģiju nozīme, ietekme uz vidi un to loma dažādās profesijās Meklēšanas stratēģija un taktika internetā
Dabaszinības Ķīmija Ģeogrāfija	Pētnieciskā darbība dabaszinībās „Dabas zinību nozares un profesijas – biologs, ķīmiķis, fiziķis, ģeogrāfs

### Izglītības jomas „Cilvēks un sabiedrība” mācību priekšmeti

Sociālās zinības	Profesijas, kuras var novērot savā apkārtnē, un to nozīmība vietējās sabiedrības dzīvē
Mājturība un tehnoloģijas	Uztura režīma galvenie principi Apģērba veidošana un kultūra Ar kokapstrādi saistītas karjeras iespējas

4.3.4. interešu izglītības un pulciņu nodarbības, to skaitā interešu izglītības programmas „Karjeras izglītība” realizēšana;

4. 3.5. tematiskās lekcijas, semināri, tikšanās par karjeras izglītības jautājumiem;

4.3.6. projektu nedēļas karjeras izglītības jomā;

4.3.7. skolēnu portfolio veidošana;

4.3.8. 9. klašu skolēnu nākotnes nodomu izpēte;

4.3.9. ārpusstundu pasākumi skolā;

4.3.10. ārpusskolas pasākumi:

- klašu ekskursijas uz iestādēm un uzņēmumiem, atvērto durvju dienas, karjeras dienas un informācijas dienas dažādās izglītības iestādēs un uzņēmumos,
- „Izstāde „Izglītība un karjera – 202....”,”
- Ēnu dienas”



## 4.4. 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 zināšanu, prasmju un iemaņu (kompetenču) apguvē; kā arī, izmantojot pašvērtējumu, liekot skolēnu mācību pierādījumus – sasniegumi mācībās (diplomi, pateicības...) pašizpētes materiāli (testi, DL), karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiālus skolēnu darba mapēs (portfolio).

**Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes, atbilstoši vecumposmiem.**

<i>Klašu grupa</i>	<i>Pašizpētes prasmes</i>	<i>Karjeras iespēju izpētes prasmes</i>	<i>Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes</i>
<b>1.-3. klase</b>	Skolēni prot stāstījumā nosaukt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus. Spēj noteikt savas attīstības mērķus	Skolēni 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 un lomu sabiedrības dzīvē.	Skolēni 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>	Skolēni prot stāstījumā atklāt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni pilnveidojuši abstraktās domāšanas prasmi. Skolēni izprot pašorganizācijas nozīmi. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus.	Skolēni 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. Zina dažādus avotus, kur var meklēt informāciju par profesijām. Spēj izveidot profesiju grupas pēc to pazīmēm. Izprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību. Izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību.	Skolēni 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. Spēj izmantot vienkāršus lēmumu pieņemšanas paņēmienus.
<b>7. -9. klase</b>	Skolēni 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. Prot veikt vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus Skolēni prot analizēt savas vērtības, pieredzi un vajadzības.	Skolēni izprot dienas režīma un laika plānošanas prasmes saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēniem ir izpratne par profesiju daudzveidību. Skolēni prot saskatīt dažādu profesiju pozitīvos un negatīvos aspektus. Skolēni prot izmantot pieejamos resursus informācijas iegūšanai par darba pasauli un izglītības iespējām. Prot vizualizēt un strukturēt informāciju par profesiju saturu. Ir ieguvis zināšanas par vietējo darba tirgu. Zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par šķērslī dažu	Skolēni 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. Zina, ka var meklēt karjeras konsultanta palīdzību un apmeklēt individuālās konsultācijas. Zina, kādas ir prasības (kādas zināšanas,

	<p>Ir izveidojušās noteiktas attieksmes pret dzīves pamatvērtībām, prasmes mācīties un izpratne par darba, tajā skaitā arī komandas darba, nozīmi.</p>	<p>profesiju izvēlē.</p>	<p>prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē. Plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktorus. Prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.</p>
--	--	--------------------------	---

## 4.5. 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 informācijas 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, uzklaut otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu</p>
7.	Diskusija	<p>Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas</p> <p>Meklēt problēmu risinājumu</p>
8.	Dubultā dienasgrāmata	<p>Veidot prasmi atrast tekstā nepieciešamo informāciju, to analizēt, paust savu viedokli, balstoties uz pieredzi</p>
9.	Mācību ekskursija	<p>Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām</p>
10.	Ēnu diena	<p>Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētajās profesijas plusus un mīnus. Veidot</p>

		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	Apgūst 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.	Mērķu koks	Rosina skolēnus apzināties, kādas darbības jāveic mērķa sasniegšanai
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.	Pašvērtējums	Apgūst prasmi izvērtēt sevi, savu sniegumu, prasmes un zināšanas
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.	Strukturēta saruna	Mērķtiecīga izziņoša saruna
25.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi un citus lejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt lemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
26.	SVID analīze	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un paredzēt 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 izvīzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus
32.	Vizualizācija	Skolēni apgūst prasmi veidot dažādus simboliskus uzskates līdzekļus: domu kartes, shēmas, kolāžas utt.

## 5. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA

1. *Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7.-9. klasei. Skolotāju rokasgrāmata( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.*
2. *Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība10.-12.. klasei. Skolotāju rokasgrāmata( ESF, prof.izgl.attīstības aģentūra, 2006.g.)*
3. *Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7. klasei. (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)*
4. *Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 8. klasei. ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)*
5. *Karjeras izglītība 9. klasei. ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)*
6. *Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005.*
7. *Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi/(2008)Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra*
8. *Karjeras iespēju izpēte/ metodiskais palīglīdzeklis PIAP aģentūra, 2003*
9. *Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra KIPNIS /projekta materiāli*
10. *Karjeras izglītība. Korna E. Rīga: Raka, 2011*
11. *Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Lemešonoka I., Zvaigzne ABC, 2018*
12. *Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008*
13. *Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010.*
14. *Nākotnes iespēju izzināšana. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem. Nensija Perija, Zarks van Zants*

## 6. Tīmekļa resursi, kas saistīti ar karjeras izglītību

Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei (2008):

[http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)

Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009. R.: VIAA, 2010:

[http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_izgliitiiba\\_skolaa\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf)

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

[http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans\\_berns\\_izvelas\\_karjeru\\_web.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf)

Nacionālā izglītības iespēju datu bāze:

[www.niid.lv](http://www.niid.lv)

Prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām:

[www.prakse.lv](http://www.prakse.lv)

Profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas:

[www.profesijupasaule.lv](http://www.profesijupasaule.lv)

Izglītojošas filmas par pazīstamu cilvēku karjerām:

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

“100 metodikas karjeras attīstības atbalstam” R.: 2019:

[https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532\\_100\\_KAA\\_Metodikas.pdf](https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf)

EUROPASS:

<http://www.europass.lv/>

Nodarbinātības Valsts aģentūra (NVA):

<http://www.nva.gov.lv/>

Karjeras izvēles rīks (infografika):

[https://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/karjeras\\_nedela/karjeras\\_nedela\\_2020/karjeras\\_izvele/](https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/karjeras_nedela_2020/karjeras_izvele/)

Karjeras nedēļa 2020, video:

[https://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/karjeras\\_nedela/karjeras\\_nedela\\_2020/video/](https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/karjeras_nedela_2020/video/)

**Tavai karjerai – video lekcijas:**

[https://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/lat\\_karjeras\\_atbalsts/info\\_mater/](https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/)

Junior Achievement Latvia, skolēnu mācību uzņēmumi u.c.:

[www.jal.lv](http://www.jal.lv)

LR Labklājības ministrija (Sadaļā „Darba devējiem” - Latvijas Profesiju klasifikators un Profesiju standarti Latvijā):

[www.lm.gov.lv](http://www.lm.gov.lv)

Filma par nākotnes profesijām un karjeras veidošanu

<https://vimeo.com/32793559>

Profesiju apraksts, video

<http://www.darilatvijai.lv/profesiju-video/>

Direktors

J.Zeļčs

Akceptēti \_\_.12.20\_\_ . apspriedē pie vadības /sēdes prot.nr. \_\_/

APSTIPRINĀTS Ar Pildas pamatskolas direktora 2020. gada 29.decembra Rīkojuma nr. 1.9/18

*Karjeras izglītības programma* izstrādāta izmantojot skolas 2017.gada KI programmu un KI paraugprogrammu - veicot nelielas korekcijas.

Pie *Karjeras programmas* strādāja pedagogu karjeras konsultantu darba grupa:

7.-9.kl.

I. Labāne

1.-6.kl.

J.Ševcova