



**AUSTRUMLATVIJAS**  
TEHNOLOĢIJU  
VIDUSSKOLA

# Karjeras izglītības programma 2021. – 2024.

RĒZEKNE

2021

## Saturs

|   |    |
|---|----|
| 1.KARJERAS IZGLĪTĪBAS JĒDZIENA BŪTĪBA .....   | 3  |
| 2.KARJERAS IZGLĪTĪBAS MĒRĶIS UN UZDEVUMI.....   | 5  |
| 3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS BŪTĪBA .....   | 7  |
| 3.1 Austrumlatvijas Tehnoloģiju vidusskolas darba modelis KAA izglītojamiem .....                       | 9  |
| 3.2.Atbalsta sistēma izglītojamiem karjeras izglītībā.....  | 10 |
| 4.KARJERAS KONSULTĒŠANA .....   | 13 |
| 5. KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODEDES.....   | 15 |
| 6. KARJERAS IZGLĪTĪBA ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMOS .....   | 17 |
| 7. KARJERAS IZGLĪTĪBA SADARBĪBĀ AR VECĀKIEM .....   | 20 |
| 8.KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA MĀCĪBU STUNDĀS.....   | 21 |
| KARJERAS IZGLĪTĪBAS TĒMAS 10. - 12. klasei.....   | 21 |
| 9.KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA .....   | 23 |
| 10. IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANĀ<br>IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI..... | 24 |

# 1.KARJERAS IZGLĪTĪBAS JĒDZIENA BŪTĪBA

**Karjera** ir izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā (Izglītības likums, 1998).

*Karjeras* jēdziena izpratne cieši saistīta ar sociāli ekonomiskām pārmaiņām sabiedrības dzīvē. Mūsdienās vārds *karjera* aizvien mazāk tiek sasaistīts ar vārdā *karjerists* ietvertu emocionālo un bieži vien arī negatīvo nozīmi „karjeras taisīšana” un “karjerisms”, kas Svešvārdu vārdnīcā skaidrots kā “savtīga tiekšanās pēc personīgiem sasniegumiem kādā darba nozarē” (Svešvārdu vārdnīca, 1999, 365).

**Karjeras** jēdziens mūsdienīgā izpratnē nozīmē cilvēka dzīvesveida izvēli, pašrealizāciju un sekmīgu izvēršanos darbībā vairākās savstarpēji saistītās dzīves jomās: izglītība, darbs, ģimene, brīvais laiks, pilsoniskums u.c. (1.attēls) Katrā no tām, cilvēks visa mūža garumā pilda atbilstošas lomas, izkopj individuālo vērtību sistēmu un rakstura īpašības, veido attieksmes, uzkrāj zināšanas un pašpieredzi, attīsta spējas, realizē intereses un pilnveido savus dotumus un prasmes.

## DZĪVES JOMAS

### Darbs

Ir ļoti svarīgi, lai cilvēks strādātu darbu, kurš sniedz gan morālu gandarījumu, gan pietiekamu finansiālu nodrošinājumu. Gandarījuma vai apmierinātības sajūtu cilvēkam var sniegt darbs, kurš viņu interesē un ir aizraujošs, kurā ir iespējas realizēt sevi, savu potenciālu un spējas. Studijas un mācības arī ir darbs, un mūsdienās, lai neatpalikt no patstāvīgi mainīgas darba pasaules, saglabāt savu konkurētspēju darba tirgū, ikvienam no mums ir jāmācās nepārtraukti, visas dzīves garumā.

### Izglītība

Mācīšanās un studēšana ir līdzvērtīga darbam. Lai saglabātu savu konkurētspēju mūsdienu mainīgajā darba pasaulē, ikvienam cilvēkam nepārtraukti jāpapildina savas zināšanas un prasmes visas dzīves garumā.

### 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 neaizvietojamais 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

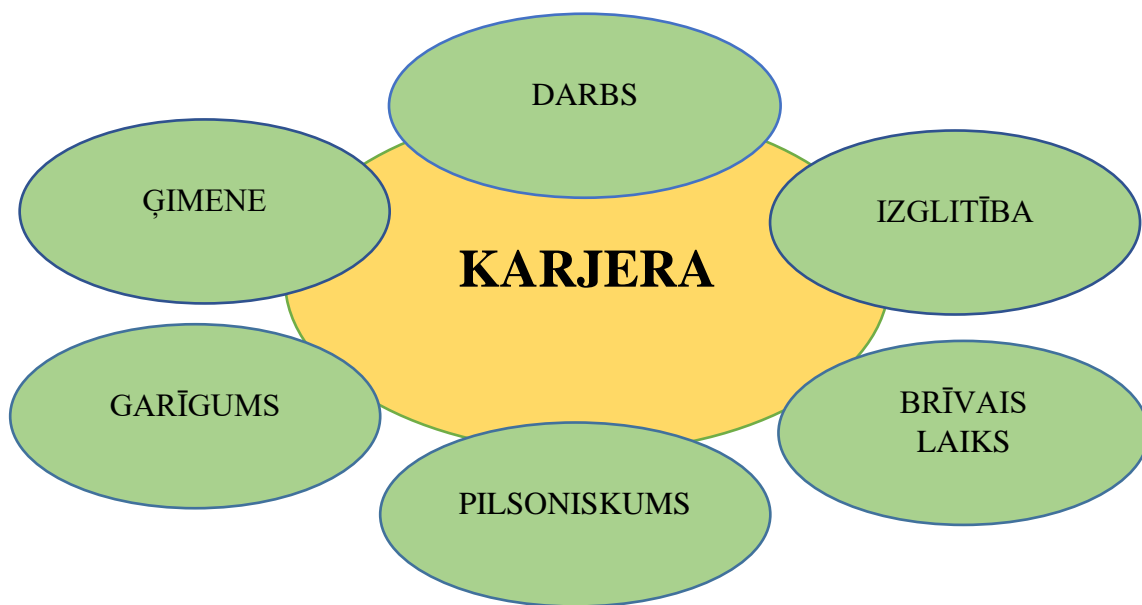
Tas ir laiks un nodarbes, kuras mēs veltām savai dvēselei un garīgai izaugsmei. Katram tās var būt atšķirīgas. Šī ir joma, kas sniedz iespēju pilnveidot pašiem savu garīgo pasauli un pasauli ap mums. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, 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. Mūsdienās, gluži kā personības attīstība, arī karjeras veidošanas process attīstās un pilnveidojas visa mūža garumā. Individīdam veidojot savu karjeru, svarīgi ir apzināties savus vēlamos dzīves mērķus, lai efektīvāk un mērķtiecīgāk pilnveidotu savas kompetences. Karjera un tās attīstība ir nepārtraukts, mērķtiecīgs un jēgpilns process, kurš norit visa mūža garumā, balstoties uz mūžilgu izglītošanos un sevis veiksmīgu realizēšanu dažādās dzīves jomās (Karjeras izglītība skolā, 2009).



1.attēls Dzīves jomas

Karjeras jēdziens ietver arī indivīda izpratni par veiksmīgu karjeru un spēju uzturēt līdzsvaru starp profesionālo darbību un personisko dzīvi (I.Lemešonoka, 2017).

## **Karjeras jēdziena būtība nosaka pedagoga – karjeras konsultanta galvenos darbības virzienus:**

- informācija;
- karjeras izglītība;
- karjeras individuālā konsultēšana.

**Informācija** karjeras attīstības atbalstam ietver informācijas resursu nodrošināšanu un tiešu (klātienē) vai pastarpinātu (telefoniski, internetā) informācijas sniegšanu par izglītības ieguves iespējām un nosacījumiem, par profesiju saturu un pieprasījumu darba tirgū, par saimnieciskās darbības attīstības perspektīvām.

**Karjeras izglītība** ir 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 (Izglītības likums, 1998). Karjeras izglītību iespējams sasaistīt ar jebkura mācību priekšmeta satura apguvi, palīdzot skolēniem izzināt, kādās nozarēs un profesijās var būt noderīgas mācību jomā un mācību priekšmetā apgūstamās zināšanas, prasmes, iemaņas, attieksmes un skolēna individuālie dotumi un talanti.

**Karjeras i n d i v i d u ā l ā k o n s u l t ē š a n a** ir “uz personas vajadzībām un karjeras mērķiem” (Mearns, Thorne, McLeod, 2013) centrēta palīdzība cilvēkam, lai veicinātu sevis izzināšanu, savas profesionālās ievirzes apzināšanu, padziļinātu izpratni par izglītību un iespējām darba tirgū un atklātu to profesionālo virzienu, kas vislabāk atbilst viņa personībai, viņa vērtībām, mērķiem. Karjeras konsultēšana sekmē apzinātu un patstāvīgu karjeras lēmumu pieņemšanu (I.Lemešonoka 2017.)

## **2.KARJERAS IZGLĪTĪBAS MĒRĶIS UN UZDEVUMI**

Uzsākot skolas karjeras izglītības pasākumu plānošanu, ir jāizvirza mācību mērķi, uzdevumi un jāprognozē sasniedzamais rezultāts, ievērojot pedagoģiskā procesa organizācijas pēctecību pārejā no zemāka izglītības līmeņa uz augstāku līmeni.

**Karjeras izglītības mērķis** – attīstīt indivīda karjeras vadības prasmes (2.attēls), kas izpaužas i z g l ī t o j a m ā spējā saskaņot personības ārējo un iekšējo struktūru. (pašizziņas procesā, izmantojot informāciju un zināšanas, apzināties savas intereses, dotumus un kompetences, un izvērtēt to atbilstību profesionālās darbības jomām.) Veicināt kvalitatīvu STEM jomas mācību priekšmetu apguvi, nodrošinot arī sasaisti ar RTA studiju programmu saturu.

### **Karjeras attīstības atbalsta veicamie uzdevumi:**

#### **1. Veicināt izglītojamā pašizziņu:**

- izpratnes veidošanu par sevi, apkopojot un analizējot pašizpētē iegūto informāciju;

- kritiskās domāšanas attīstīšanu, izvērtējot savas personības iezīmes, raksturu, vērtības, dotumus un spējas;
- jēgpilnu un mērķtiecīgu jaunradi, paaugstinot savas kompetences.

## **2. Nodrošināt karjeras iespēju izpēti, kas ietver:**

- profesiju pasaules un tās attīstības pētīšanu;
- dažādu izglītības un darba iespēju pētīšanu Latvijā un pasaulē;
- daudzveidīgu informācijas avotu izmantošanu, izvērtējot, atlasot un analizējot karjeras informāciju;
- digitālās prasmes izmantošanu karjeras informācijas atrašanā un izvērtēšanā.

## **3. Veicināt klienta karjeras lēmuma pieņemšanu un īstenošanu, kas ietver:**

- daudzveidīgu informācijas avotu izmantošanu, izvērtējot, atlasot un analizējot karjeras informāciju;
- digitālās prasmes izmantošanu karjeras informācijas atrašanā un izvērtēšanā;
- karjeras plāna veidošanu;
- karjeras prasmju attīstības lēmumu pieņemšanu;
- karjeras pašvadīšanu.

Ikvienā izglītības pakāpē skolēni saņem karjeras attīstības atbalstu visās jomās, vidusskolā lielāka uzmanība tiek pievērsta pašizpētei (kāds es esmu, kas mani interesē, ko es spēju) un karjeras iespēju izpētei (profesiju daudzveidība un informācijas atrašana par tām), savukārt lēmumu pieņemšana vairāk saistīta ar interešu izglītības programmas izvēli u.c. brīvā laika pavadīšanas veidiem.

Vidusskolā pašizziņas jomā skolēni turpina pašizpēti un attīsta kritiskās domāšanas prasmi, izvērtējot savu spēju pilnveides iespējas. Šajā posmā skolēni iepazīstas ar profesiju pasaules un darba tirgus mainību, un, attīstot savas digitālās prasmes, kritisko domāšanu un lasītprasmi, mācās meklēt un izmantot informāciju dažādos avotos. Lēmumu pieņemšana un īstenošana saistās ar karjeras izvēli pēc 12.klases.

Vidusskolas klašu skolēni iepazīst un izvērtē savas personības iezīmes un savas stiprās puses, kā arī mērķtiecīgi paaugstina savas kompetences un paplašina izpratni par iespējām Latvijā un pasaulē. Lēmumu pieņemšana un īstenošana šajā posmā notiek mērķtiecīgi, veidojot individuālos karjeras plānus, apzinoties dažādas iespējas un izvēloties savām vajadzībām un esošajai sociāli ekonomiskajai situācijai piemērotāko alternatīvu.

### 3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS BŪTĪBA

Pedagogs – karjeras konsultants (PKK) ir sava veida palīgs izglītojamiem karjeras vadības prasmju apguvē, ko paredz karjeras izglītība.

**Karjeras izglītībā ieteicams īstenot kompetenču pieejā balstītus mācību principus:**

- mācīšanās ir skolēnam personīgi nozīmīga;
- skolotājs ir draudzīgs skolēna atbalstītājs, konsultants, eksperts, mācību situāciju ierosinātājs;
- mācību procesā tiek izmantoti daudzveidīgi informācijas resursi;
- mācību procesā tiek izmantotas informācijas komunikāciju tehnoloģijas (IKT);
- mācību procesā notiek pastāvīga skolēnu digitālās pratības pilnveidošana;
- mācīšanās notiek daudzveidīgās mācību vidēs (arī ārpus klases telpām)

(I. Lemešonoka, 2013.).

Ievērojot I.Lemešonokas sešus piedāvātos kompetenču pieejā balstītos mācību principus, skolas administrācija, pedagogi, atbalsta personāls kļūst par katra izglītojamā karjeras attīstības atbalsta sniedzēju mācību iestādē.

**Karjeras attīstības atbalsts (KAA)** — pasākumu kopums, kas ietver informācijas, karjeras izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu (Izglītības likums, 1998).

**Karjeras attīstības atbalsta sistēma vispārīzglītojošā skolā** ir pasākumu kopums, kas sniedz iespēju skolēnam jebkurā izglītības pakāpē – sākumskolā, pamatskolā, vidusskolā – pašizziņas procesā apzināties savas intereses, dotumus un kompetences, un izvērtēt to atbilstību profesionālās darbības jomām.

**Skolas karjeras attīstības atbalsta sistēmu raksturo:**

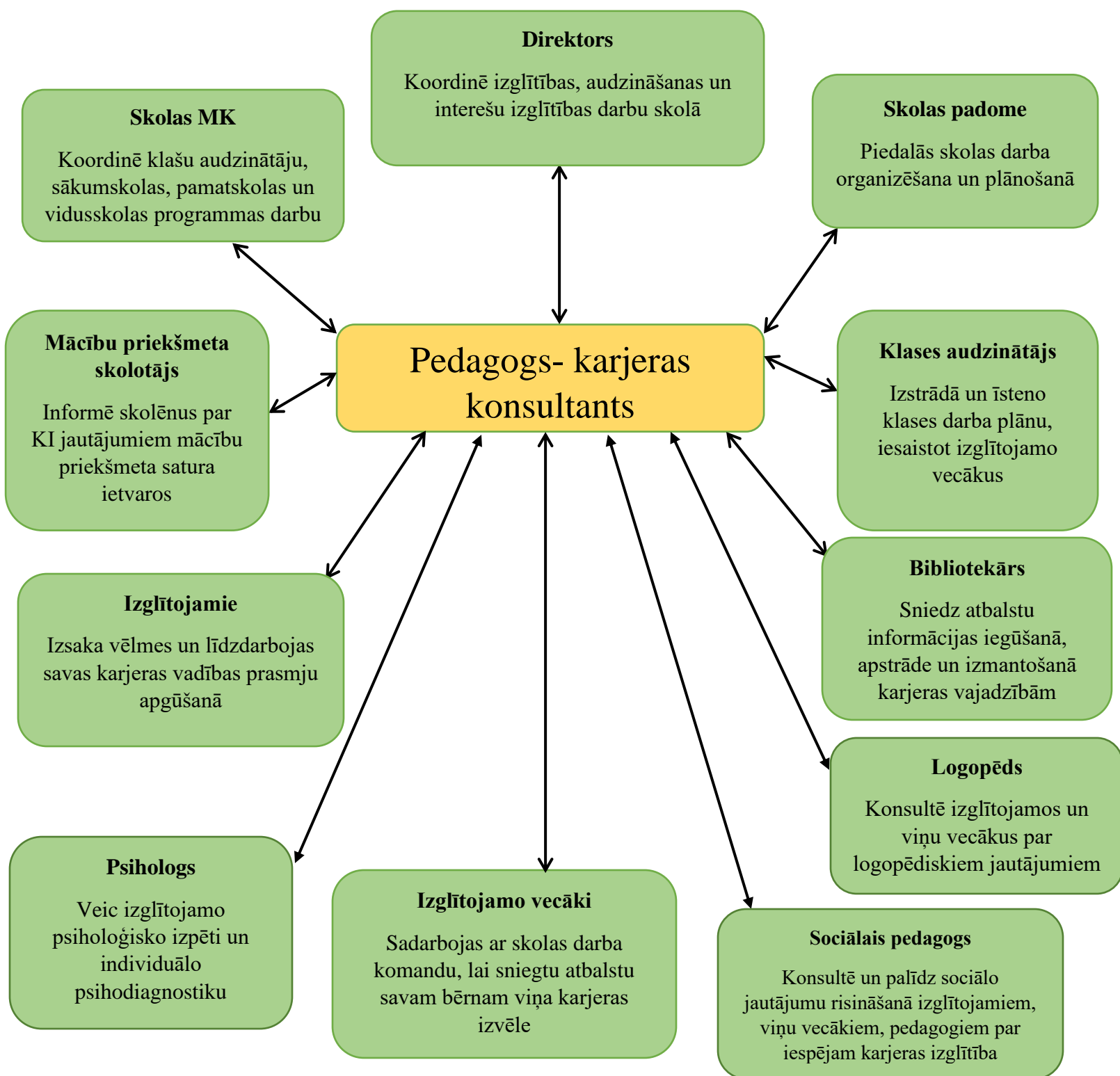
- skaidri noteiktas visu pušu atbildības;
- nodrošināta daudzveidīgas informācijas pieejamība;
- daudzveidīgu un kvalitatīvu metodisko un izdales materiālu pieejamība;
- digitālo pakalpojumu pieejamība, kas var būt īpašs karjeras atbalsta sniegšanas veids tiešsaistē vai attālināti (I.Miķelsone, 2008).

Karjeras atbalsta sniegšanā izglītojamiem iesaistās gan klases audzinātājs, mācību priekšmetu skolotāji, gan arī bibliotekāre, pedagogs - karjeras konsultants (PKK), var būt iesaistīts arī psihologs, logopēds, sociālais pedagogs, izglītojamo vecāki (2.attēls).

Karjerā atbalstu sniedz arī skolas absolventi, augstskolu pārstāvji, darba devēji, uzņēmēji, biedrību, jauniešu un nevalstisko organizāciju pārstāvji u.tml.

## Karjeras izglītības funkcionēšanas sistēmas vispārīgais modelis skolā

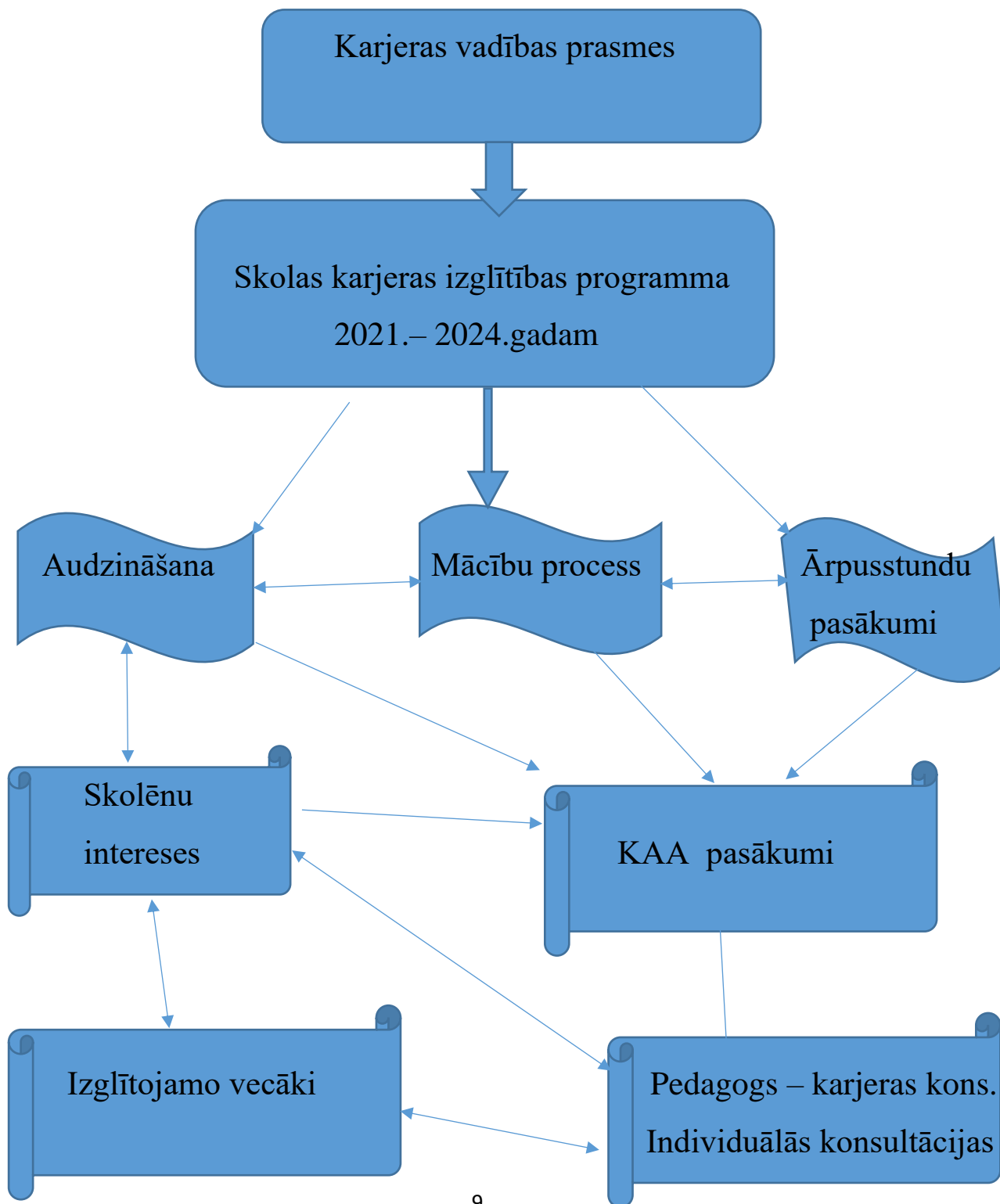
2.attēls





**3.1 Austrumlatvijas Tehnoloģiju vidusskolas darba modelis KAA izglītojamiem**  
Austrumlatvijas Tehnoloģiju vidusskolas darba modelis KAA izglītojamiem atspoguļots 3. attēlā

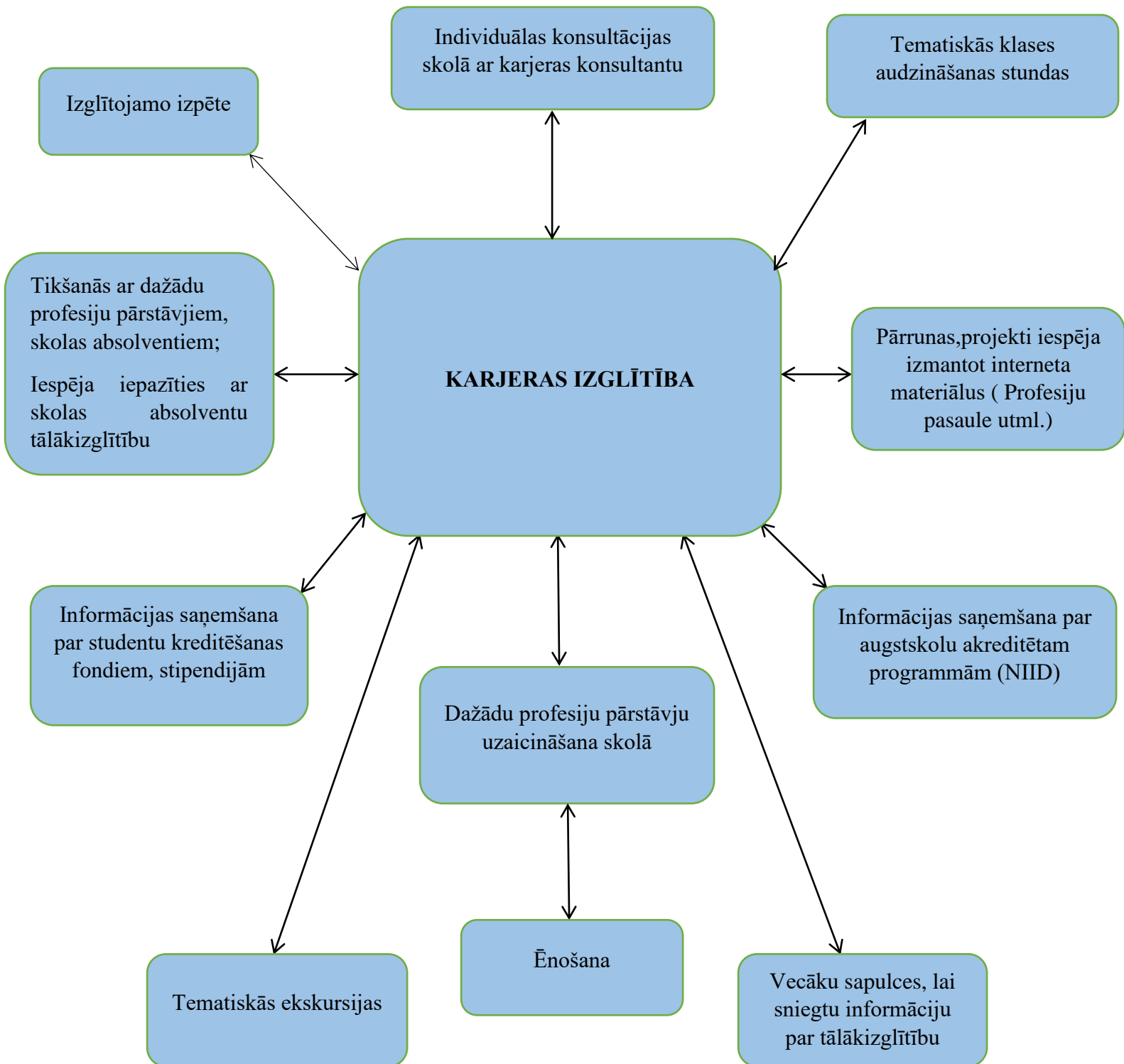
3.attēls



### 3.2. Atbalsta sistēma izglītojamiem karjeras izglītībā

Atbalsta sistēma izglītojamiem karjeras izglītība atspoguļota 4. attēlā

4.attēls



Karjeras attīstības atbalsta speciālistu komandas koordinētājs ir pedagogs - karjeras konsultants (PKK), ja tāda nav, tad šo darbu skolā var koordinēt un pārraudzīt arī direktora vietnieks audzināšanas darbā vai klašu audzinātāju metodiskās komisijas vadītājs.

Tiek ievērots karjeras attīstības atbalsta priekšnoteikums, kas paredz visu iesaistīto speciālistu sadarbību, pienākumu un atbildības sadali atbilstoši kopīgi sasniedzamajiem mērķiem. Ja karjeras atbalsts netiek koordinēts, katrs speciālists, darbojas savas kompetences robežās, veicot amata aprakstā paredzētos pienākumus un darba uzdevumus.

Sniedzot karjeras atbalstu izglītības iestādē, atbalsta sniedzēji sadarbībā ar skolēnu, ņem vērā viņa vecumu, personības briedumu un attiecīgo dzīves un izglītības posmu (1.tabula).

**Skolēnam personīgi nozīmīgas mācīšanās procesā palīdz:**

- izpētīt karjeras iespējas;
- saskatīt ar profesiju, tālākizglītību un svarīgiem dzīves jautājumiem saistītu lēmumu pieņemšanas iespējas;
- izstrādāt pieņemto lēmumu īstenošanas plānu;
- bagātināt pašpieredzi;
- veidot objektīvu paštēlu;
- paaugstināt mācīšanās motivāciju.

1.tabula

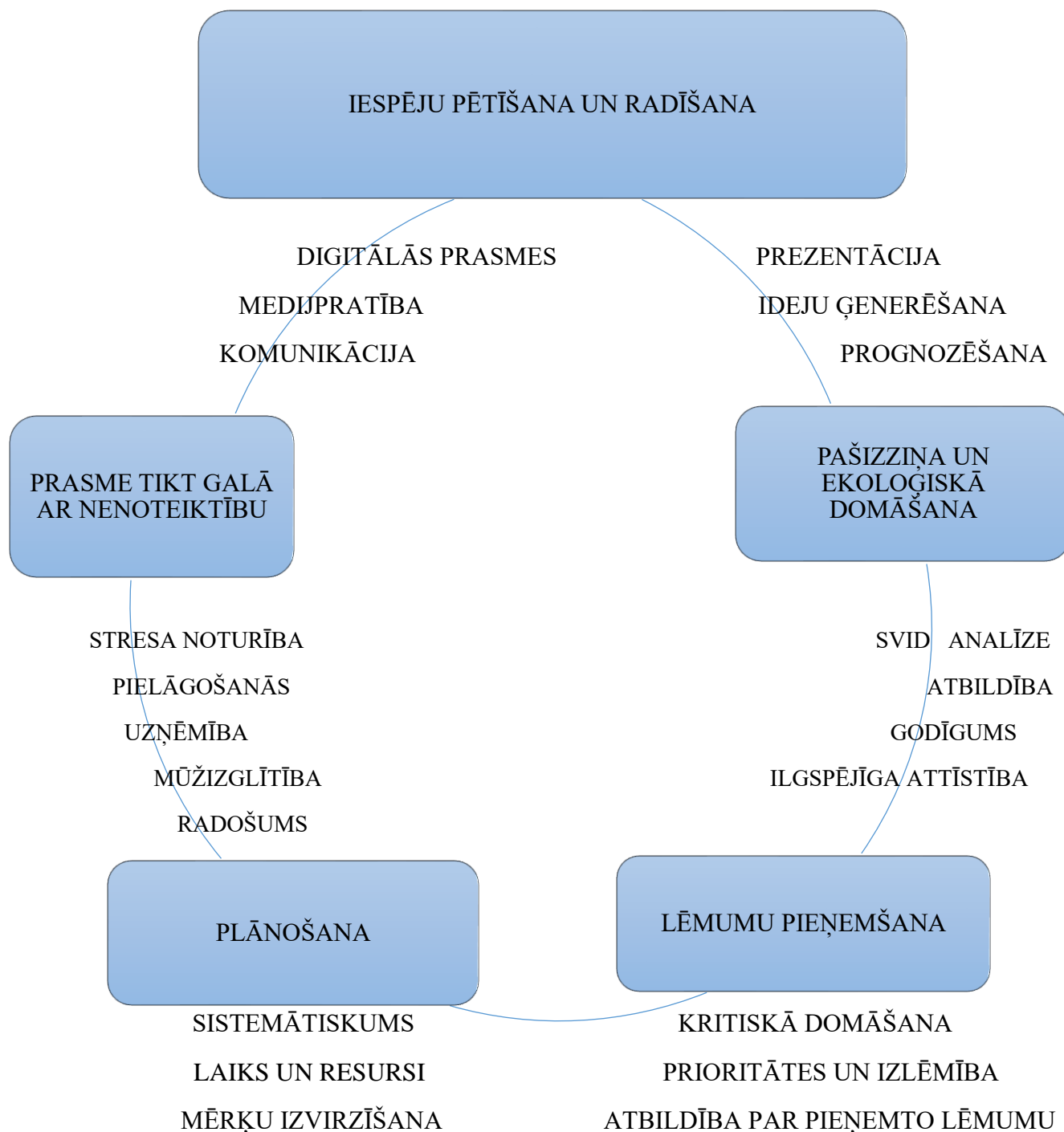
**Izglītojamā karjeras vajadzības vidusskolas vecumposmā (10.-12. klase)**

| Attīstības iezīmes   | Karjeras vajadzības  |
|--|--|
| <p>Veido savu identitāti.</p> <p>Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/karjeras meklējumus.</p> <p>Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem.</p> <p>Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli.</p> <p>Kļūst aizvien patstāvīgāki un atbildīgāki.</p> | <p>Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem.</p> <p>Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū.</p> <p>Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām.</p> <p>Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus (apgūst medijpratību).</p> <p>Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu.</p> |

Sistēmiski un sistemātiski īstenojot karjeras izglītību visos skolas izglītības līmeņos, iespējama jau agrīna skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās, kas, absolvējot skolu, kļūst par pamatu izsvērtu karjeras lēmumu pieņemšanā un realizēšanā.

## Karjeras vadības prasmes

5. attēls



**Karjeras vadības prasmes** (angl. – career management skills) ir savas dzīves plānu patstāvīgas veidošanas, loģisku lēmumu pieņemšanas un realizēšanas, kā arī savas karjeras vadīšanas un savu karjeras mērķu īstenošanas prasmes (Law, 1996; ELGPN, 2015).

Karjeras vadības prasmju pilnveide ir karjeras izglītības rezultāts, kas nodrošina katra izglītojamā veiksmīgu un pilnvērtīgu dzīvi.

**Karjeras vadība** (angl. – career management) vai **karjeras pašvadība** ir cilvēka pašvadīta darbība sava dzīves plāna veidošanā un īstenošanā; tā ietver nepārtrauktu savas karjeras attīstības uzraudzīšanu, novērtēšanu, koriģēšanu un vadīšanu sev vēlamā virzienā (I. Lemešonoka, 2017).

Izglītojamā karjeras vadības prasmju veidošanās sākas, apgūstot vienkāršas pamatprasmes (lasītprasmi, rakstītprasmi, runas prasmi, matemātiskās prasmes, sadarbības prasmes), un turpinās sarežģītāku prasmju (digitālās prasmes, 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 tikai kādā 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 arī mācību procesā, kas balstīts uz kompetenču izglītību un tāpēc ir jāattīsta visās mācību jomās un mācību priekšmetos.

**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 (I.Lemešonoka, 2013).

## 4.KARJERAS KONSULTĒŠANA

Karjeras konsultēšanas mērķis ir palīdzēt klientam apzināties savas vajadzības un iespējas, pieņemt lēmumu par karjeras izvēli, plānošanu un īstenošanu noteiktā dzīves posmā.

**Karjeras konsultēšana** ir process, lai panāktu maksimālu savienojamību starp indivīda resursiem, prasībām, centieniem vai interesēm un reālo piedāvājumu izglītības, mācību jomā, sociālo un profesionālo integrāciju (Jigāu, 2003).

Visplašākajā nozīmē konsultēšanu var definēt kā profesionālu darbību, kuras rezultāts ir konsultanta (speciālista) rekomendācija klientam (izglītojamajam, pacientam u.c.) vai iejaukšanās (intervence) par konkrētu uzvedību, kas ir vēlama vai nepieciešama, lai sasniegtu kādu mērķi, izprastu un pārvarētu kādu grūtu dzīves situāciju, lai uzlabotu dzīves kvalitāti, lai sniegtu atbalstu lēmumu pieņemšanā utt.(J.Ļevina, K.Mārtinsone, 2016.) Tātad, karjeras konsultēšana ir informēšanas, konsultēšanas un karjeras attīstības atbalsta pakalpojumu pamatelements, kas domāts, lai atbalstītu visu vecumu grupu sociālo un profesionālo integrāciju, sniedzot karjeras konsultēšanas pakalpojumus un izglītošanu visa mūža garumā.

Karjeras konsultēšana notiek ievērojot brīvprātības, lojalitātes un konfidencialitātes principu individuālajā konsultācijā. Ir divu veidu karjeras konsultēšanas iespējas: grupu (klases kolektīvs, pedagogu kolektīvs, skolēnu vecāku grupa, interesentu grupa) un individuālā konsultēšana. Individuālās

konsultācijas notiek atsevišķā telpā, kura iekārtota atbilstoši prasībām, lai klients justos brīvi, droši, atraisīti un netraucēti no trešo personu puses. Vienam izglītojamajam (no 10. – 12.klašu grupas) ir paredzētas četras konsultācijas, kuru ilgums nepārsniedz 40 minūtes. Iegūtā informācija individuālajā konsultācijā netiek izpausta pat izglītojamā vecākiem, ja klients to nevēlas. Konsultants klienta informāciju drīkst izpaust tikai tad, ja tiek apdraudēta kāda dzīvība vai var notikt nelikumīga darbība, kura ir aizliegta ar likumu. Lai netiktu pārkāptas cilvēktiesību un ētikas normas, klients un konsultants atrunā nodarbības norises gaitu un noteikumus, apliecinot ar savu parakstu par to ievērošanu. Pieteikšanās uz konsultāciju notiek vismaz vienu dienu pirms nodarbības, lai konsultants varētu sagatavoties. PKK izstrādā individuālo konsultāciju grafiku mācību gadam (1.sem./2.sem.)

### **Pedagogs - karjeras konsultants savā darbā:**

- konsultē, informē (nodarbības, informācijas stendi, e-klase, skolas mājaslapa, sociālo tīklu kontos, WhatsApp grupā) un izglīto klientus (skolēnus, vecākus, skolotājus, administrācijas darbiniekus u.c.) karjeras attīstības jautājumos;
- palīdz noskaidrot izglītojamo intereses un vajadzības (elektroniskās aptaujas un to apkopojums), spējas, apzina esošās prasmes, izvērtē iepriekšējo pieredzi, lai cilvēks pats varētu noteikt piemērotāko profesionālās darbības jomu;
- sniedz atbalstu klientiem viņu karjeras plānošanā un veidošanā, tai skaitā atbalsta lēmuma pieņemšanā par profesijas, darba, formālās un neformālās izglītības izvēli;
- informē par profesijām, tām raksturīgiem darba uzdevumiem, darba vidi, izglītības prasībām, raksturo profesiju pieprasījumu darba tirgū, tā tendences, darba devēju prasību;
- palīdz attīstīt karjeras vadības, tai skaitā, darba meklēšanas prasmes – CV veidošana, motivācijas vēstules rakstīšana, darba sludinājuma veidošana, gatavošanās darba intervijai, darba vakansu meklēšana;
- informē par valsts atbalsta programmu piedāvātajām iespējām izglītības un profesijas ieguvē;
- informē un izglīto sabiedrību jautājumos, kas saistīti ar karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem, piemēram, uzstājas semināros, masu saziņas līdzekļos un citos dažādos ar karjeras izvēli saistītos pasākumos, lasa lekcijas par karjeras izvēles, plānošanas un veidošanas jautājumiem;
- izstrādā metodiskos materiālus par karjeras integrēšanu pilnveidotajā mācību saturā;
- papildina un aktualizē informāciju skolas mājaslapā;
- katru mācību gadu veido un apstiprina karjeras attīstības atbalsta pasākumu plānu;
- veic KAA pasākumu programmas izstrādi, vadīšanu, koordinēšanu un dokumentācijas sagatavošanu;
- atbild par publicitāti vietējos masu medijos;
- tiekas un sazinās ar uzņēmējiem, zemniekiem, dažādu profesiju pārstāvjiem, skolas absolventiem, valsts iestādēm karjeras pasākumu organizēšanas nolūkos;
- katru gadu oktobrī organizē karjeras nedēļas pasākumus;
- izglītojasursos, vebināros, kas apskata karjeras izglītības jautājumus;
- meklē un atlasa internetvidē video materiālus karjeras un klases stundām;
- piedalās informatīvajos vebināros, semināros un supervīzijās;
- piedalās skolas pedagoģiskajās sanāksmēs, lai informētu par aktualitātēm karjeras jautājumu jomā un uzklausītu pedagogu, klašu audzinātāju vēlmes un ieteikumus kopīgai sadarbībai;

- katra mācību gada beigās sagatavo sava darba pašvērtējuma atskaiti.

Lai nodrošinātu kvalitatīvu karjeras konsultāciju darbu, pedagogs – karjeras konsultants katrai nodarbībai izvēlas piemērotākās darba veikšanas metodes. Klasificējot karjeras konsultēšanā izmantotās metodes, jāpatur prātā šādi kritēriji: klientu vajadzības, nolūks un līdzekļi, ar kuru palīdzību tiek veiktas konsultēšanas darbības, procesa stadijas, konsultēšanas seansa fāzes, konsultēšanas pieejas veids.

## 5. KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODES

**Atbilstoši konsultēšanas nolūkam, metodes parasti klasificē :**

- **metodes informācijas vākšanai par klientu-** psiholoģiskais tests, aptauja, novērošana, intervija, attīstības vēsture, autobiogrāfija, pašraksturojums, skolas raksturojums, interešu grupa (focus group), sabiedriskās domas aptauja, zināšanu novērtēšanas tests, biogrāfisko datu analīze, darbības rezultātu (activity product) analīze, SVID (kompānijas stiprās un vājās puses, iespējas un apdraudējums tirgū) analīze, dokumentu mape (portfolio), utt.;
- **komunikācijas metodes-**sarunas, lomu spēles, modelēšana, vingrinājums, stāstījums, pedagoģiskā spēle;
- **klienta informēšanas metodes-**materiāli, kas izmantoti, lai izplatītu informāciju klientiem (lapiņas, norādes, citi plašsaziņas produkti), profesiju apraksti, lekcijas, konferences, personas lasīšana (personal reading), prezentācijas filmas, komentāri pa radio vai TV šovi;
- **darba tirgus izpētes metodes-**vingrinājumi darba meklēšanas prasmju attīstīšanai, darba situāciju modelēšana, pieredzes braucieni (orientation tours), ēnu dienas (work shadowing), IKT darba meklējumos, izglītības gadatirgi, darbavietu gadatirgi (job fairs), miniprakse (mini-stages) uzņēmumos, aptaujas, lai noskaidrotu vajadzības, praktisku gadījumu izpēte;
- **personiskā mārketinga un informācijas pārvaldīšanas metodes-**CV un pieteikuma vēstules rakstīšana, piedalīšanās darba intervijās, plašsaziņas līdzekļu reklāmu analizēšana/sagatavošana; izglītības un mācības, profesiju, darbu datubāzes/portāli;
- **karjeras plānošanas un izaugsmes metodes-**rīcības plāns, personīgie projekti, alternatīvu izsvēršana, vērtību noskaidrošana, kompetences pārskats.

Katra pielietotā darba metode ļauj izglītot un attīstīt noteiktas karjeras vadības prasmes izglītojamiem (2. tabula).

2.tabula

| Nr. | Metode             | Attīstošās prasmes  |
|-----|--------------------|---|
| 1.  | Anketēšana/aptauja | Apgūst prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem. Prasme īsi izteikties. Attīstīta prasmi kritiski domāt, veidojas pašizziņas prasmes.            |
| 2.  | Analīze            | Prot objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām. Apgūst kritiskās domāšanas, lēmumu pieņemšanas prasmes. |
| 3.  | Brīvais raksts     | Veido prasmi rakstiski izteikt savas domas un izjūtas – valodas prasmes.  |

|     |                               |   |
|-----|-------------------------------|---|
| 4.  | Darbs ar informācijas avotiem | Prot atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju dažādos medijos – medijpratība.  |
| 5.  | Darbs grupās                  | Apgūst iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalīt pienākumus – plānošanas prasmes. Attīsta atbildību.   |
| 6.  | Darbs pāros                   | Veido sadarbības, komunikācijas, problēmu risināšanas, klausīšanās prasmes un kopīga lēmuma pieņemšanas prasmes.  |
| 7.  | Diskusija                     | Radošums. Valodas, klausīšanās, uzstāšanās prasmes. Problēmu risināšanas prasmes.   |
| 8.  | Ekskursijas                   | Iepazīšanās ar darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām un profesiju īpatnībām.   |
| 9.  | Ēnu diena                     | Iepazīst darba vidi, profesijas plusus un mīnus – vērošanas, vērtēšanas prasmes. Stimulē pašizziņu. Veido iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstuli, iesniegumu.  |
| 10. | Eseja                         | Valodas prasme, apgūst prasmi argumentēt savu viedokli rakstos.   |
| 11. | Individuālais darbs           | Mācās strādāt patstāvīgi – pašvadības prasmes. Laika plānojuma prasmes.   |
| 12. | INSERT metode                 | Apgūst prasmi izvērtēt un atlasīt informāciju – kritiskā domāšana, radošums, noformējuma prasmes.   |
| 13. | Intervija                     | Apgūst saskarsmes, valodu, klausīšanās, pētnieciskās, dialoga veidošanas prasmes.   |
| 14. | IT tehnoloģiju izmantošana    | Attīsta prasmi lietot IT - informācijas iegūšanai, atlasei, saglabāšanai un apkopošanai – medijpratība.   |
| 15. | Pārrunas/sarunas              | Apgūst prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem. Problēmrisināšanas prasmes.  |
| 16. | Pašvērtējums/pašanalīze       | Veido kopainu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanai un analīzei – pašizziņa.  |
| 17. | Pētījums                      | Apgūst prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam. |
| 18. | Portfolio/darba mape          | Vāc materiālus, iegūst informāciju, to apstrādā, krāj un veido savu darba mapi – portfolio – sistematizēšanas, noformēšanas prasmes.  |
| 19. | Prāta vētra                   | Izprot, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē. Radošums.  |
| 20. | Prezentācija                  | Apgūst uzstāšanās, valodas, ķermeņa pārvaldīšanas prasmes. Radošums. Mākslinieciskās prasmes.   |
| 21. | Prognozēšana                  | Mācās paredzēt iespējamo rezultātu. Radošums, kritiskā domāšana. Lēmumu pieņemšana.   |
| 22. | Projekts                      | Apgūst prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus.                                       |



|     |                 |   |
|-----|-----------------|---|
| 23. | Lomu spēles.    | Apgūst sadarbības, komunikācijas, vērtēšanas, uzstāšanās prasmes. Valodas un tēla analīzes prasmes. Tolerance.    |
| 24. | SVID analīze    | Apgūt iemaņas kritiski izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas savai profesijai. Pašizziņas prasmes. |
| 25. | T- tabula       | Apgūst iemaņas izvērtēt situāciju no vairākiem aspektiem. Radošums, kritiskā domāšana.                            |
| 26. | Tests           | Rosina iegūt informāciju par kādu interešu jomu – pašizziņas un vērtēšanas prasmes.                               |
| 27. | Tikšanās/vizīte | Komunikācijas un saskarsmes prasmes.  |
| 28. | Venna diagramma | Mācās noteikt kopīgo un atšķirīgo – vērtēšanas, salīdzināšanas un lēmuma pieņemšanas prasmes.                     |
| 29. | Vērošana        | Apgūst iemaņas izvirzīt mērķi, vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus.                                |

## 6. KARJERAS IZGLĪTĪBA ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMOS

**Karjeras izglītības īstenošanas** pasākumus var integrēt mācību priekšmetu stundās, klases audzināšanas stundās; ārpusklases pasākumos (projektu nedēļas, karjeras (profesiju) dienas, atvērto durvju dienas, tikšanās ar absolventiem un dažādu profesiju pārstāvjiem, ekskursijas, pārgājieni, konkursi, viktorīnas, erudītu spēles, pēcpusdienas, klases vakari, bibliotēkas stundas, darba izmēģinājumi/vasaras nometnes, vecāku sapulces u.c.). Skolas definēto mācību mērķu sasniegšanai un skolēna karjeras vadības pamatprasmju apguvei izmantojamas daudzveidīgas un interaktīvas mācību metodes. Karjeras izglītības īstenošanā skolā ļoti nozīmīgu vietu ieņem dažādi ārpusstundu pasākumi. Skolēni tajos tiek iesaistīti gan kā dalībnieki (klausītāji, skatītāji u.tml.), gan arī līdzdarbojas, šo pasākumu plānošanā, organizēšanā un vadīšanā.

### Ārpusstundu pasākumiem:

- jābūt integrētiem skolas karjeras izglītības programmā;
- jāsniedz iespēja praktiski darboties;
- jābūt sagatavotiem (skolēnu iepriekšējā sagatavošana), norādot pasākuma sasaisti ar karjeras attīstības tēmu;
- jābūt jēgpilni plānotiem;
- jābūt pasākumiem “ar odziņu”;
- jāietver noslēguma refleksija.

**Biežāk organizētie ārpusstundu pasākumi, kas neapšaubāmi saistīti ar karjeras atbalsta sniegšanu izglītojamajam ir:**

- karjeras nedēļa;
- projektu nedēļa;
- mācību priekšmetu nedēļa;
- tikšanās;

- lekcijas;
- diskusijas;
- konkursi;
- tematiskās pēcpusdienas;
- individuālās un grupu konsultācijas;
- individuālo projektu izstrāde un prezentācija;
- mācību ekskursijas;
- pasākumi vecākiem;
- dažādi pasākumi skolā un ārpus tās, sadarbojoties ar ārpuskolas institūcijām (“Ēnu dienas”, izglītības iestāžu atvērto durvju dienas, informācijas dienas, izstādes u.c.).

Ārpusstundu pasākumi klašu grupām atspoguļoti 3.tabulā

**Karjeras nedēļa** Latvijas skolās oktobra mēnesī notiek jau devīto gadu, kad tiek organizēti karjeras attīstības atbalsta pasākumi, kuru galvenā tēma ir profesiju iepazīšana. Skolas absolventi, vecāki, uzņēmēji, dažādu profesiju pārstāvji iepazīstina izglītojamos ar veiksmes stāstiem un savas profesijas īpatnībām. Lai iepazītos ar darba vidi, izglītojamie apmeklē uzņēmumus, dažādu amatu meistarus viņu saimniecībās un ražotnēs. Populāras ir radošās darbnīcas, kurās speciālista klātbūtnē ir iespēja praktiski darboties.

**Projektu nedēļa** ir viena no mācību un audzināšanas procesa organizācijas formām, kuru visbiežāk koordinē un vada klases audzinātājs, sadarbībā ar mācību priekšmetu skolotājiem un citiem speciālistiem skolā un ārpus tās. Projektu nedēļas tēmu iesaka skolas administrācija, bet darba tematu, katrā klasē atbilstoši skolēnu interesēm un vajadzībām, nosaka klases audzinātājs, atbilstoši savām iespējām un radošajai iniciatīvai.

**Mācību priekšmetu nedēļas** izraisa interesi par konkrēto mācību priekšmetu, ieinteresē tā padziļinātā apgūvē, paplašina zināšanas, prasmes un iemaņas ārpus obligāti apgūstamā mācību satura un ir saistītas ar karjeras izglītību, jo šo pasākumu ietvaros bieži organizē aktivitātes, saistītas ar profesijām, kurās nepieciešamas šo mācību priekšmetu zināšanas.

Skolā mācību priekšmetu nedēļas, saskaņā ar skolas mācību un audzināšanas darba plānu, organizē metodiskās komisijas. Šajos pasākumos skolēni piedalās gan kā dalībnieki, gan kā organizatori un vadītāji, apgūstot jaunas zināšanas, prasmes un iemaņas.

**Tikšanās, lekcijas, diskusijas** tiek organizētas ar bijušiem absolventiem (kādas mācību iestādes studentiem vai kādas profesijas pārstāvjiem), pārrunājot jautājumus par aktualitātēm šajā izglītības pakāpē vai konkrētajā profesijā, amatā, darba vietā u.tml. Dažādu izglītības iestāžu pārstāvji (mācītspēki, studenti) informē *nākamos studentus* par izglītības ieguves iespējām konkrētajā skolā.

**Mācību ekskursijas** ir tematiski saistītas ar karjeras izglītību. Ekskursijas var būt tieši saistītas ar kādas konkrētas profesijas, uzņēmuma vai izglītības iestādes iepazīšanu, var būt netieši saistītas, piemēram, apmeklējot muzeju, skolēni iepazīst gida profesiju, apmeklējot lidostu, uzzina par pilota, stjuartes profesiju. Pirms ekskursijas ieteicams skaidri formulēt skolēniem mācību uzdevumu, izzināmos jautājumus, kurus pēc pasākuma pārrunā un apkopo, veidojot atgriezenisko saiti ar izglītojamiem.

**Ārpusstundu pasākumi klašu grupām 2021./22.m.g (reālie laiki tiks precizēti)**

| <b>Ārpusstundu pasākumi</b>                  | <b>Temati</b>  | <b>Klašu grupas</b> |
|--|--|---------------------|
| Psihologa nodarbības                         | Adaptācijas nodarbības sadarbībā ar psihologu          | 10. klases          |
| Karjeras nedēļa                              | Profesiju pasaule un es                                | Visi                |
| Karjeras konsultācijas                       | Laika plānošana. Mans laiks                            | Visi                |
| Akcija                                       | „Cieni sevi, cieni citus, esi pieklājīgs”              | Visi                |
| Nodarbība                                    | Darbs komandā. Stresa menedžments                      | 11. klases          |
| Projekts                                     | „Profesiju daudzveidība”                               | Visi                |
| Drošības nedēļa                              | Darbs un risks   | Visi                |
| Ekskursija                                   | Manu vecāku darba dzīve                                | Visi                |
| Akcija                                       | „Cieni sevi, cieni citus, esi pieklājīgs”              | 10.-11. klases      |
| Konkurss                                     | „Ko es zinu par profesijām?”                           | Visi                |
| Lomu spēle                                   | Darba intervija  | Visi                |
| Projekts                                     | „Vecāku darba pasaules izpēte”                         | Visi                |
| Praktiskā nodarbība                          | Droša vide (darba drošība)                             | Visi                |
| Tikšanās                                     | Militāro profesiju diena                               | Visi                |
| Lomu spēle                                   | „Iejuties profesijā”                                   | Visi                |
| Projekts                                     | Projekts „Izglītības plānošana pēc 12. klases”         | 12. klases          |
| Ekskursija                                   | Atvērto durvju dienu apmeklējumi izglītības iestādēs   | Visi                |
| Izstāde                                      | Izglītības izstādes „Skola” apmeklējums                | Visi                |
| Ekskursija                                   | Ēnu diena „Mana sapņu profesija”                       | Visi                |
| Aptauja                                      | Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem. Darbs vasarā | Visi                |
| Sapulce                                      | Vecāku sapulce „Mana bērna nākotnes plānošana”         | Visi                |
| Skolas pasākums                              | Pēdējā zvana un Izlaiduma organizēšana                 | 11. klases          |
| Karjeras konsultācijas/praktiskās nodarbības | Brīvprātīgais darbs                                    | Visi                |
| Tikšanās                                     | Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem       | Visi                |
| Pasākums                                     | “Ātrie randiņi” – jautājumi profesiju pārstāvjiem      | Visi                |

## 7. KARJERAS IZGLĪTĪBA SADARBĪBĀ AR VECĀKIEM

Sadarbība “pedagogs – izglītojamais – vecāki” ir nozīmīga visiem. Ir svarīgi, lai šī sadarbība būtu trīspusēja, lai skolēni justu, ka viņa vecākus ļoti nozīmīgi vērtē skolotāji, lai viņi varētu lepoties ar savu ģimeni arī vienaudžu vidū.

Kā to panākt? Vecāku sadarbību ar izglītības iestādi, galvenokārt, veido klases audzinātājs. Ja audzinātāja komunikācijas prasmēs būs jūtama labsirdība, prieks, ieinteresētība, humors un vēlme sadarboties, tad izglītojamo vecāki labprāt sadarbosies ar izglītības iestādi jebkurā jomā.

### Iespējamās aktivitātes sadarbībā ar vecākiem karjeras izglītības īstenošanā:

- vecāku stāstījums klases stundā, karjeras nedēļā, projektu nedēļā par savu profesiju (par darba pienākumiem, profesijas apguves iespējām u.c.);
- vecāku vadītas mācību stundas vai vecāku profesijai un mācību stundas tēmai atbilstošs stāstījums, piemēram, vides inspektora stāstījums bioloģijas vai dabaszinību stundā par dabas aizsardzības jautājumiem, stilista demonstrējumi dizaina un tehnoloģiju stundā par krāsām un rakstiem apģērbā u.tml.
- mācību ekskursijas vecāku darba vietās, lai izzinātu dažādu profesiju darba specifiku, darba vidi, vajadzīgās prasmes un pienākumus;
- pasākumi vecākiem (izglītojošas nodarbības, lekcijas, radošas darbnīcas, tematiskas pēcpusdienas, talkas, labdarības akcijas u.c.);
- vecāku aptauja (anketēšana vai intervija) par viņu profesiju, darba specifiku, apguves iespējām u.tml.;
- vecāku aptaujāšana, lai noskaidrotu viņu viedokli par karjeras izglītību skolā, tās piedāvātajām iespējām un trūkumiem, kā arī par skolēnu nākotnes nodomiem un par to, kāda palīdzība nepieciešama viņu bērniem vai viņiem pašiem karjeras izglītības jomā;
- vecāku informēšana un izglītošana par dažādiem karjeras izglītības jautājumiem;
- aktīva sazināšanās ar vecākiem e-vidē, sociālajos tīklos, kā arī ar informatīvo materiālu, ziņojumu apmaiņas, sanāksmju starpniecību;
- tieša un pastarpināta (caur delegētiem pārstāvjiem) vecāku iesaistīšana izglītības iestādei nozīmīgu lēmumu pieņemšanā;
- vecāku aicināšana iesaistīties neformālos ārpusstundu pasākumos neitrālā vidē ārpus skolas;
- mūžizglītības, tālākizglītības nodarbību organizēšana vecākiem.

Organizējot karjeras izglītības aktivitātes, uzlabojas ne tikai skolotāju, skolēnu un vecāku sadarbība, bet tiek gūta arī nozīmīga skolēnu pieredze profesiju daudzveidības un reālās darba vides iepazīšanā. Lai atbalstītu vecākus skolēnu karjeras izvēles procesā, skolā nepieciešams organizēt informatīvus un izglītojošus pasākumus, iespēju robežās aicināt vecākus iesaistīties tematiskās diskusijās (piemēram, 12. klašu vecākiem) vai piedāvāt iespēju vecākiem vieni vai kopā ar skolēniem (saviem bērniem) grupās vai individuāli apmeklēt dažādu speciālistu konsultācijas. Palielinoties vecāku informētībai par karjeras atbalsta iespējām skolā un ārpus tās, pieaug arī vecāku vēlme iesaistīties šajā procesā pašiem, piedāvājot savus resursus un iespējas.

## 8.KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA MĀCĪBU STUNDĀS

2017. gadā Valsts izglītības attīstības aģentūra(VIAA) publicēja mācību metodisko līdzekli “Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā”. Tas ir metodiskais materiāls, kurā pedagogu darba grupa ir izstrādājusi klases stundu paraugus, kuros iekļautas arī karjeras izglītības tēmas.

Tātad, skolas veiksmīgai attīstībai, administrācija var ierosināt katra mācību priekšmeta skolotājam izstrādāt savu metodisko darbu, kurā mācību priekšmetu tematiskajos plānos organiski, saistībā ar dzīvi, katrs izglītojamais sistēmiski apgūtu karjeras attīstības prasmes.

Izglītības iestādē ir uzsākta karjeras izglītības programmas integrēšana mācību priekšmetos.

### KARJERAS IZGLĪTĪBAS TĒMAS 10. - 12. klasei

#### 10. klasē tiek akcentēta karjeras izglītības joma „Karjeras izpēte”

| Mācību stunda  | Temati   |
|----------------|--|
| Klases stundās | Mani sapņi un nākotnes nodomi                        |
|                | Pareizi nenovērtēdams savas spējas, panākumus negūsi |
|                | Manas intereses un prasmes                           |
|                | Mans mērķtiecīgums                                   |
|                | Kāds es esmu saskarsmē ar citiem                     |
|                | Manu vecāku „Veiksmes stāsti”                        |
|                | Ģimene un tās ietekme manas profesijas izvēlē        |
|                | Riskēt vai vispār atteikties no riska                |
|                | Pašizpēte – SVID analīze                             |
|                | Darbs un vaļasprieks                                 |

## 11. klasē tiek akcentēta karjers izglītības joma „Lēmumu pieņemšana”

| Mācību stunda  | Temati   |
|----------------|--|
| Klases stundās | Nākotnes iespēju izzināšana                          |
|                | Manu vecāku darbs, profesija                         |
|                | Sociālie mediji un digitālā pratība                  |
|                | Darba tirgus un pieprasījums                         |
|                | Radošā domāšana palīgs karjeras plānošanā            |
|                | Tavas intereses un profesiju tipi                    |
|                | Biznesa idejas un to īstenošana. Mans karjeras plāns |
|                | Profesiju standarti. Profesiju klasifikators         |

## 12. klasē tiek akcentēta karjeras izglītības joma „Karjeras vadība”

| Mācību stunda                   | Temati  |
|---------------------------------|---|
| Klases stunda                   | Mūžizglītība  |
|                                 | Zinātnes un tehnoloģiju attīstība, sasniegumi 21.gs.                        |
|                                 | CV un motivācijas vēstule   |
|                                 | Mūsu skolas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme. Veiksmes stāsti |
|                                 | Veselīga konkurence un sāncensība   |
|                                 | Kā radīt pozitīvu iespaidu darba devējam?                                   |
|                                 | Darba devēja prasības   |
|                                 | Mans karjeras plāns   |
| Lēmumu pieņemšana un īstenošana |   |

## 9.KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA

Karjeras izglītības galvenais vērtēšanas kritērijs ir karjeras prasmju apgūšana un jēgpilna izmantošana katra indivīda ikdienas dzīvē. Tālāk minētās sasniedzamās karjeras izglītības prasmes un to sistēmiska un sistemātiska apgūšana visā izglītības procesā (10.- 12.kl.), mēs nonākam pie izvirzītā mērķa sasniegšanas, kas ir nozīmīgs mūsu izglītojamo lieliskai/laimīgai nākotnei.

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

#### **Beidzot 12. klasi, izglītojamais:**

- saprot koncepciju par darba tirgus mainīgumu;
- saskata vietējā un starptautiskā darba tirgus tendences;
- izprot sakarības starp izmaiņām darba tirgū un sociālajiem, politiskajiem un ekonomiskajiem procesiem;
- ir ieinteresēts attīstīt tās personiskās īpašības un iemaņas, kas ir būtiskas dažādām profesijām;
- prot izvērtēt savu piemērotību izvēlētajai profesijai;
- izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības darba pasaulē;
- spēj atrast interesantu informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām;
- prot izstrādāt pagaidu termiņa karjeras plānus, analizējot savas personiskās īpašības un prasmes, vērtības un panākumu kritērijus;
- spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū;
- ir interese attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevi darba intervijā u.c.);
- izglītojamais izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības un pienākumus;
- ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas;
- izprot savu lomu un atbildību, pieņemot lēmumus karjeras izvēlē;
- izprot mūžizglītības un prasmju pilnveidošanas nozīmi savas dzīves laikā.

## 10. IZMANTOTĀ LITERATŪRA UN AVOTI. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANĀ IETEICAMĀ LITERATŪRA UN AVOTI

I.Lemešonoka Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. Zvaigzne ABC, 2018.(ir darba lapas)

Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 10.-12. klasei Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Izglītība pēc 12. Klases ( ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2005.g.)

Karjeras izglītības mērķi pamatskolā ( ieteikumi skolotājiem un klases audzinātājiem) ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2004.g.)

Karjeras iespēju izpēte (metod.palīg līdzeklis skolotājiem un klašu audzinātājiem) 2003.g/( ir darba lapas)

Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009. VIAA Izglītības ceļvedis.

Informatīvs izdevums, 2009 Augstskolas. Koledžas. Tehnikumi. Profesionālās vidusskolas. Arodskolas.

Informatīvs izdevums Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005. Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005

Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi. Valsts Izglītības satura centrs

Karjeras iespēju izpēte/ metodiskais palīg līdzeklis PIAP aģentūra, 2003

Karjeras izglītība 10.-12. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.

Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra Korna E.(2011)

Karjeras izglītība. Rīga: Raka. Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA.

Karjeras atbalsta departaments, 2008 Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010.

Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā:

[http://viaa.gov.lv/library/files/original/38233\\_Karjeras\\_vadibas\\_buklets.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/38233_Karjeras_vadibas_buklets.pdf)

[www.karjerascentrs.lv](http://www.karjerascentrs.lv) - par un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem, kā arī - apraksti par profesijām.

[www.izaugsme.lv](http://www.izaugsme.lv)- par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem Latvijā, par mācību iespējām ārzemēs, kā arī apraksti par profesijām.

<https://www.izm.gov.lv/lv> - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm

<https://www.viaa.gov.lv/lv> - informācijas un karjeras atbalsts



<http://www.lak.lv/pub/> - par amatu apguves iespējām (tostarp cilvēkiem ar nepabeigtu pamatizglītību un cilvēkiem ar garīgiem un fiziskiem veselības traucējumiem) pie amatu meistariem.

<https://www.niid.lv/> - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, karjeras izglītības testi. Lapā atrodama informācija par Valsts ieskaitēm un eksāmeniem, par Latvijas izglītības iestādēm. Datubāzē atrodamas profesionālās vidējās izglītības programmas, augstākās izglītības studiju programmas, kā arī augstskolu un koledžu izglītības piedāvājums, arī karjeras izvēles testi.

<https://www.prakse.lv/> - Sadaļā Studijas alfabēta kārtībā nosauktas studiju programmas, augstskola, studiju veids, ilgums un iegūstamais grāds. Ir pieejams arī meklētājs pēc studiju virziena, izglītības iestādes un tās atrašanās vietas

<https://www.uzdevumi.lv/> - Sadaļā "Kur mācīties" iespēja izvēlēties informāciju par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām.

<https://www.karjerascentrs.lv/>

<https://cv.lv/lv/>

<http://ww38.e-darbs.lv/>

<https://www.cvmarket.lv/>

<https://fontes.lv/>

<http://ariko.lv/lv/main/>

- Personāla atlases firmas

<http://www.careercenteronline.org/>

- Virtuālais karjeras centrs (e-konsultēšana, e-apmācība, resursi)

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

- informācija par augstskolu un koledžu statusu;
- par augstskolu un koledžu licencēšanu, akreditāciju.

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

Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005.

Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005.

Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi/(2008)Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra

Karjeras iespēju izpēte/ metodiskais palīglīdzeklis PIAP aģentūra, 2003.

Karjeras izglītība 10.-12. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.

Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009. (2010) Rīga: Valsts izglītības attīstības aģentūra KIPNIS /projekta materiāli

Korna E.(2011) Karjeras izglītība. Rīga: Raka.

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

Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010.

Nensija Perija, Zaks van Zants. Nākotnes iespēju izziņāšana. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskola skolēniem. Skats nākotnē. Karjeras attīstīšanas mācību plāns vidusskolēniem.

Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā. VIAA, 2017.

<http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjerasatbalsts>

<http://visc.gov.lv/audzinasaana/>

<https://www.youtube.com/> - kā atrast savu ceļu piedāvājumu klāstā, karjeras izvēle, vecāku stereotipi par profesiju izvēli.

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

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

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

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

Karjeras izglītības programmas pamatā izmantotas: **Kitijas Čipānes** - Mg.paed, **Veras Lapkovskas** - Mg.paed, **Daigas Udrases** - Mg.paed, **Viktorijas Jekociņas** - Mg.paed, **Solveigas Korsakas** - Mg.paed, **Ivetas Birkmanes**, **Irīdas Morozovas** - Mg.paed., **Zentas Anspokas** – Dr. paed., **Ilzes Miķelsones** – Dr. paed., **Gunās Pudules** – Dr. paed., **Intas Lemešonokas** – Dr. paed. pedagogu, karjeras konsultantu vadlīnijas.

Karjeras izglītības programmu sastādīja: pedagogs – karjeras konsultants Baiba Dombrovskā