



PREIĻU NOVADA DOME  
**JĀŅA EGLIŠA PREIĻU VALSTS ĢIMNĀZIJA**  
Reģ. Nr. 4219900382  
Kooperatīvā iela 6, Preiļi, Preiļu novads, LV - 5301  
Tālrunis: 653 21663, e-pasts: [preilualstsgim@pvg.edu.lv](mailto:preilualstsgim@pvg.edu.lv)

---

APSTIPRINU

JEPVĢ direktore \_\_\_\_\_ L.Pauniņa,

Preiļos, 27.09.2018.

# **Karjeras izglītības programma**

**Jāņa Eglīša  
Preiļu Valsts ģimnāzija**

## I KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

### 1.1. Terminu skaidrojums

**Karjera** mūsdienīgā izpratnē nozīmē cilvēka dzīvesveida izvēli, pašrealizāciju un sekmīgu izvirzīšanos darbībā tādās savstarpēji saistītās dzīves jomās kā izglītība, darbs, ģimene, brīvais laiks un pilsoniskums, kuru ietvaros cilvēks visa mūža garumā pilda katrai dzīves jomai atbilstošas lomas, izkopj savu individuālo vērtību sistēmu un rakstura īpašības, veido attieksmes, uzkrāj zināšanas un pašpiederzi, attīsta spējas, realizē intereses un pilnveido savus dotumus un prasmes. Jēdziens karjera saistīts arī katra cilvēka personīgo izpratni par veiksmīgu karjeru un spēju rast līdzsvaru starp profesionālo darbību un personisko dzīvi.

**Karjeras attīstība** ir indivīda personīgās dzīves, mācību un darba vadības process mūža garumā. Tas ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi, un apkārtējo pasauli, analizē un pielieto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju.

**Karjeras izglītība** ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā, karjeras vadīšanā; sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un tālākizglītības iespējām, kā arī nodrošinātu efektīvu dalību darba dzīvē.

**Karjeras attīstības atbalsts** — pasākumu kopums, kas ietver informācijas, karjeras izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamajiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu (*Izglītības likums, 2013. gada grozījumi*)

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

### 1.2. Karjeras vadības prasmes

Karjeras vadības prasmju būtības pamatā ir izpratne, ka tas ir prasmju kopums, kas palīdz cilvēkam pašvadīt savas izglītības un darba gaitas un kuru cilvēks pārvalda kā strukturētu darbību veidus, apkopojot, analizējot un organizējot ar sevi, ar izglītību un nodarbinātību saistīto informāciju.

#### Karjeras vadības prasmes

Pašizziņas prasmes	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes
Prasme izzināt un izvērtēt savas personības iezīmes, dotumus, intereses, spējas un vērtības	Prasme apzināties noteiktu profesiju izpildei nepieciešamās kompetences;	Prasme pieņemt lēmumus un īstenot tos darbībā

Prasme pašvērtēt savu darbību	prasme pētīt profesiju pasauli un tās sniegtās karjeras iespējas	Prasme izveidot iespējamo rīcības plānu
Prasme paaugstināt savas kompetences karjeras attīstīšanas aspektā	Prasme izmantot daudzveidīgus informatīvos resursus;	Prasme pašvadīt savu darbību
Izpratne par personīgām prioritātēm	Prasme mācīties no pašpieredzes un citu pieredzes	Prasme radīt karjeras iespējas
Prasme novērtēt savu progresu	Prasme izmantot daudzveidīgus IKT resursus	Prasme pielāgoties personīgās, sabiedrības dzīves, ekonomikas un darba tirgus pārmaiņām
Mūžilgas mācīšanās prasme	Mūžilgas mācīšanās prasme	Mūžilgas mācīšanās prasme

**Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās veicinošs faktors ir kompetencēs balstīta izglītības pieeja**, kas orientēta uz skolēna personalizētu mācīšanos, praktisku darbošanos sasaistē ar profesiju izpēti, skolēna pašizziņu un pašpieredzes izmantošanu, daudzveidīgas mācību vides izmantošanu, moderno tehnoloģiju daudzveidīgu izmantošanu un partnerībā veidotu sadarbību skolēna/skolēnu – pedagoģiskā personāla starpā.

**Karjeras izglītībā skolēniem sasniedzamais karjeras vadības prasmju līmenis katrā klašu grupā**

9.klase	Prot izmantot zināšanas par sevi, savu pieredzi un sasniegumus, lai noteiktu mērķus un pieņemtu lēmumus. prot izpētīt un pārdomāt savas personīgās un sabiedrības vērtības. Prot salīdzināt un samērot personīgos sasniegumus un īpašības ar tiem sasniegumiem un īpašībām, kas ir nepieciešamas konkrētai tālākai karjerai.	Izprot un izskaidro terminu “karjera” sava izglītības un profesijas izvēles kontekstā. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs pēc pamatzglītības ieguves.	Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Apzinās informācijas ieguves un konsultēšanas iespējas. Zina dažādas alternatīvas karjeras lēmumu īstenošanai.
---------	--	--	--

	<p>Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā.</p> <p>Novērtē savu sasniegumu rezultātus.</p> <p>Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.</p> <p>Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.</p>	<p>Spēj atrast atbilstošus informācijas avotus, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.</p> <p>Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību.</p>	<p>Spēj paredzēt dažādas ar karjeru saistītas izvēles.</p> <p>Prot veidot savu personīgās karjeras plānu.</p> <p>Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).</p>
12.klase	<p>Prot izmantot zināšanas par sevi, lai noteiktu mērķus un pieņemtu lēmumus.</p> <p>Izprot, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa.</p> <p>Prot analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus un dinamiku.</p>	<p>Spēj izskaidrot terminu "karjera" tā plašākajā nozīmē, saistot to ar mūžizglītības tendencēm un dzīvi konkurētspējas un mainīga darba tirgus apstākļos.</p> <p>Izprot izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeras attīstību un darba tirgus tendences.</p> <p>Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē.</p> <p>Prot izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespēju attīstības tendences.</p> <p>Izprot Latvijas izglītības sistēmu un</p>	<p>Ir izpratne par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītībā.</p> <p>Apzinās faktorus, kuri jāņem vērā karjeras lēmumu pieņemšanā.</p> <p>Pieņem mērķtiecīgus, pastāvīgus lēmumus atbilstoši savām interesēm un vajadzībām.</p> <p>Apzinās dažādas alternatīvas plāna īstenošanas gaitā.</p> <p>Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai.</p> <p>Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai.</p> <p>Ir apgūtas plānošanas prasmes un spēj</p>

		<p>savas tālākās izglītības iespējas.</p> <p>Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs.</p> <p>Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.</p> <p>Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. Pārzina darba meklēšanas procesu.</p> <p>Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.</p>	<p>uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.</p> <p>Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu.</p> <p>Veido savu personīgās karjeras plānu, ir gatavs to īstenot.</p>
--	--	--	--

## II KARJERAS IZGLĪTĪBA

**2.1. Karjeras izglītības mērķis** ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

Karjeras 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 izglītībā ir svarīgi veidot un attīstīt skolēna karjeras vadības prasmes dažādos izglītības posmos, ievērojot pēctecību.

### **2.2. Karjeras izglītības uzdevumi:**

#### **Palīdzēt skolēniem attīstīt pašizziņas prasmes:**

- 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.

#### **Attīstīt karjeras iespēju izpētes prasmes:**

- 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.

#### **Attīstīt karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas 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.

### **2.3. Karjeras izglītības satura trīs posmi:**

**1. posmā** skolēns izzina savas spējas, prasmes, intereses, īpašības, vērtības, gaidas, resursus un ierobežojumus;

**2. posmā** skolēns izpēta "profesiju pasauli", profesionālo darbības jomu pieprasījumu, speciālistu izaugsmes nosacījumus un dažādu nozaru perspektīvas;

**3. posmā** skolēns analizē pirmajā un otrajā posmā iegūtos rezultātus un, tos salīdzinot, izvēlas savu profesionālo virzienu.

### **2.4. Karjeras izglītības satura realizēšanas aspekti:**

- pašizziņa skolēna vajadzību, dotumu un talantu, interešu, vērtību, prasmju un darba spēju noteikšanā;
- pašvērtējums skolēna iespēju un priekšrocību apzināšanā;
- skolēna individuālo spēju attīstīšana;
- dažādu profesiju („darba pasaules”) izpēte;
- turpmākās izglītības iespēju izpēte, respektējot esošās zināšanas un apgūtās kompetences;
- karjeras informācijas resursu iegūšana un izmantošana;
- karjeras plānošana un īstenošana;
- karjeras konsultēšanas izmantošana atbalsta sniegšanai skolēnam.

## **III KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS NORMATĪVAIS PAMATS**

Latvijā ir izstrādāti dažādi normatīvie dokumenti un prasības, kas nosaka karjeras attīstības atbalsta īstenošanu skolās. Tie ir gan likumi, gan Ministru kabineta noteikumi un rīkojumi, gan citu valsts institūciju noteikumi.

3.1. *Izglītības likums (1998).*

3.2. *Profesionālās izglītības likums (1999)*

3.3. MK rīkojums Nr. 214 (2006). *Par koncepciju "Karjeras attīstības atbalsta sistēmas pilnveidošana".*

3.4. MK noteikumi Nr.747 (2018). *Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem.*

3.5. MK noteikumi Nr. 569 (2018). *Noteikumi par pedagogiem nepieciešamo izglītību un profesionālo kvalifikāciju un pedagogu profesionālās kompetences pilnveides kārtību.*

3.6. MK rīkojums Nr. 821 (2015). *Par Karjeras izglītības īstenošanas plānu valsts un pašvaldību vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs 2015.-2020. gadam.*

3.7. MK noteikumi Nr. 359 (2016). *Darbības programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 8.3.5. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" īstenošanas noteikumi.*

3.8. MK noteikumi Nr.445 (2016). *Pedagogu darba samaksas noteikumi.*

3.9. MK noteikumi Nr.618 (2020). *Kārtība, kādā akreditē izglītības iestādes, eksaminācijas centrus un citas Izglītības likumā noteiktās institūcijas, vispārējās un profesionālās izglītības*

*programmas un novērtē valsts augstskolu vidējās izglītības iestāžu, valsts un pašvaldību izglītības iestāžu vadītāju profesionālo darbību.*

3.10. MK noteikumi Nr.264 (2017). *Noteikumi par Profesiju klasifikatoru, profesijai atbilstošiem pamatuzdevumiem un kvalifikācijas pamatprasībām.*

#### **IV KAREJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA**

##### **4.1.Karjeras izglītības programmas mērķis un uzdevumi**

**Karjeras izglītības programmas mērķis** ir sniegt atbalstu pedagoģiskajam personālam programmas satura realizēšanā, kas orientēts uz skolēna personības atklāšanu tā, lai skolēns, pazīstot sevi, spētu patstāvīgi veidot, vadīt un attīstīt savu karjeru, pieņemt lēmumus karjeras plānošanā un spētu šos plānus realizēt.

##### **Uzdevumi:**

- Nodrošināt strukturēti pēctecīgu, visiem skolēniem pieejamu karjeras izglītības programmas satura apguvi.
- Nodrošināt kompetenču pieejā balstītus pedagoģiskos apstākļus, kas katram skolēnam sniedz iespējas veidot un attīstīt karjeras vadības prasmes viņam vispiemērotākajā veidā.
- Veicināt katra skolēnā interesi par karjeru, izpētot darba pasaules un izglītības iespēju daudzveidību.
- Sniegt iespēju katram skolēnam saņemt karjeras atbalstu.

##### **4.2.Karjeras izglītības programmas saturs**

Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, darba pasaules iepazīšana, karjeras lēmumu pieņemšana, izglītības iespēju izpēte), attīstot pašizziņas, karjeras iespēju izpēti un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.

##### **Pamatjoma “Pašizpēte” ietver šādas saturiskās tēmas:**

- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
- manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;
- mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
- sevis iepazīšanas un izpēti veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
- attieksmes un vērtības;
- prasme sadarboties, risināt konfliktus;
- mana veselība un nākotnes nodomi;
- mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- pašaudzināšana.

##### **Pamatjoma “ Darba pasaules iepazīšana” ietver šādas saturiskas tēmas:**

- darba nozīme cilvēka dzīvē;
- populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- manu vecāku profesijas;
- informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;



- dažādo profesiju darba vides iepazīšana;
- profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- darba tirgus un nodarbinātība;
- sociālā vide un nodarbinātība;
- darba likumdošana, darba drošība;
- pašnodarbinātība.

**Pamatjoma “Karjeras lēmumu pieņemšana” ietver šādas saturiskas tēmas:**

- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- rīcība neplānotās un negaidītās karjeras situācijās;
- mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- pārmaiņas manā dzīvē;
- komandas darba pieredze;
- iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšana.

**Pamatjoma “Izglītības iespēju izpēte” ietver šādas saturiskas tēmas:**

- iepazīšanās ar izglītības sistēmu Latvijā;
- profesionālo un augstākās izglītības iestāžu izpēte;
- izglītības nozīme cilvēka dzīvē;
- izglītības veidi un līmeņi dažādās izglītības iestādēs;
- Izglītības iespējas ārzemēs

**4.3. Karjeras izglītības vērtēšana**

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

- skolēns apgūst un izmanto zināšanas par sevi, savu ģimeni, lai izprastu savas spējas, dotumus, stiprās puses, intereses, prasmes, kā tos redz pats un citi;
- skolēns demonstrē pozitīvas starppersonu prasmes un cieņu pret daudzveidīgo, lai veicinātu savas karjeras attīstību;
- skolēns atzīst, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa;
- skolēns spēj noteikt svarīgākos faktorus, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;
- skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus;
- skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē;
- skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;

- skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām;
- skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis varētu būt šķērslis dažu profesiju izvēlē;
- skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
- skolēns spēj formulēt savas izglītības iespējas pēc pamatzglītības iegūšana;

karjeras plānošanā un vadīšanā:

- skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
- skolēns prot salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personisko pieredzi, gan informāciju no dažādiem avotiem;
- skolēns spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;
- skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;
- skolēns zina, kādas ir prasības un kas jā dara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
- skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
- skolēns prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
- skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.

#### 4.4. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns izglītības iestādē

Balstoties uz karjeras programmas saturu, karjeras izglītību īsteno izglītības iestādē pēc šāda plāna:

Mācību priekšmeta stundas	Prasmes	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
<b>7.-9. klase</b>			
<b>Valodas</b>	Karjeras iespēju izpētes prasmes	7.kl. Mans hobijs	1
	Pašizziņas prasmes	7.kl. Es un mani draugi	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Mani mājdzīvnieki	1
	Pašizziņas prasmes	7.kl. Mana istaba	1
	Pašizziņas prasmes	7.kl. Mans apģērbs	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	8.kl. Lietišķie raksti – Eiropas CV	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem	1

	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Lietišķie raksti – darba sludinājuma pētīšana	1
	Pašizziņas prasmes	8.kl. Tekstveide - pārsapņiedums	1
	Pašizziņas prasmes	9.kl. Dienas režīms	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	9.kl. Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas dažādās valstīs	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Publiskā uzstāšanās - sevis prezentēšana	3
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. CV	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	9.kl. Lietišķie raksti	3
Ģeogrāfija	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Klimata izmaiņas un veselība	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Darbaspēka migrācija ES	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Darba vietas dažādās valstīs	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	9.kl. Saimniecības nozares un ar tām saistītas profesijas Latvijā	1
<b>Vēsture</b>	Karjeras iespēju izpētes prasmes	7.kl. Nodarbinātība seno baltu ciltīs	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Strādnieku kustība 19.gs. pēdējā trešdaļā	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19.gs. beigās	1
<b>Mājturība</b>	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Rokdarbi – zeķu adīšana	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Kulinārija	1
<b>Literatūra</b>	Pašizziņas prasmes	7.kl. Boņuka, Billes un mana bērņība	1
<b>Sociālās zinības</b>	Karjeras iespēju izpētes prasmes	7.kl. Atkarības	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Lietišķās saskarsmes etiķete	1

	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Droša sociālā vide	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	8.kl. Darbs un karjera	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Darba likumdošana	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Ģimenes budžets, skolas budžets	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Civillikums	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Nodokļi	1
	Pašizziņas prasmes	9.kl. Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība	1
<b>Ķīmija</b>	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Mendeļejevs un citi izcilākie ķīmiķi	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Ķīmija sadzīvē	1
<b>Zooloģija</b>	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Veterināra profesija	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Ekoloģija, profesijas „Cilvēks – daba”	1
Fizika	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Ievērojamākie fiziķi. Viņu specializācija	1
<b>Klases stundas</b>	Pašizziņas prasmes	7.kl. Es starp citiem	1
	Pašizziņas prasmes	7.kl. Mans raksturs un paradumi	1
	Pašizziņas prasmes	7.kl. Uztveres tipi, temperamenti	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	7.kl. Mācies mācīties	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	8.kl. Darbs un vaļasprieki	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Darba sludinājuma pētīšana	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Darba prestižs un perspektīvas	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Sapnis vai realitāte	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	8.kl. Manu vecāku profesijas un karjeras izaugsmes iespējas.	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Karjeras plānošana	1

	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Karjeras kāpnes, karjeras plāns	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Sekmju plānošana un izvērtēšana	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Lēmumu pieņemšana, atbildība	1
	Karjeras iespēju izpētes prasmes	9.kl. Iekļaušanās darba tirgū	1
	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes	9.kl. Profesionālā virzība. Profesionālā piemērotība	1

#### 7. -9.klašu posmā:

<b>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c., ekskursijas)</b>	Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.
	Ēnu dienas skolā un uzņēmumos.
	Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem.
	Tikšanās ar dažādu mācību iestāžu pārstāvjiem.
	Ekskursijas uz uzņēmumiem.
	Individuālās konsultācijas.

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

<b>Klases stundās</b>	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.
	Kas es esmu?
	Ko es protu, varu un daru?
	Darbs un vaļasprieks.
<b>Mācību priekšmetos</b>	Atbilstoši mācību priekšmeta programmām, skolotāju tematiskajiem plāniem
<b>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</b>	Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.
	Ēnu dienas skolā un uzņēmumos.
	Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem.

	Tikšanās ar dažādu mācību iestāžu pārstāvjiem.
--	--

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

<b>Klases stundās</b>	Izglītības iespējas Latvijā.
	Izglītības iespējas ārzemēs.
	Dažādās profesijas.
	Lēmumu pieņemšana.
	Mani vaļasprieki un nākotnes profesijas.
	Darba tirgus Latvijā.
	Pieprasītākās profesijas mūsdienās.
<b>Mācību priekšmetos</b>	Atbilstoši mācību priekšmetu programmām, skolotāju tematiskajiem plāniem
<b>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</b>	Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.
	Ēnu dienas skolā un uzņēmumos.
	Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem.
	Tikšanās ar dažādu mācību iestāžu pārstāvjiem.
	Izstādes “Skola ...” apmeklēšana Dažādu mācību iestāžu apmeklēšana

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

<b>Klases stundās</b>	Mans CV
	Motivācijas vēstules rakstīšanas nepieciešamība un pamatprincipi
	Darba intervija – izaicinājums vai uzdrošināšanās.
	Lēmumu pieņemšana.
	Darba ņēmēja pienākumi un tiesības.
	Mani nākotnes sapņi.
	Darba likumdošana.
<b>Mācību priekšmetos</b>	Atbilstoši mācību priekšmetu programmām, skolotāju tematiskajiem plāniem
<b>Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)</b>	Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.
	Ēnu dienas skolā un uzņēmumos.
	Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem.

	Tikšanās ar dažādu mācību iestāžu pārstāvjiem.
	Izstādes "Skola ..." apmeklēšana
	Dažādu mācību iestāžu apmeklēšana

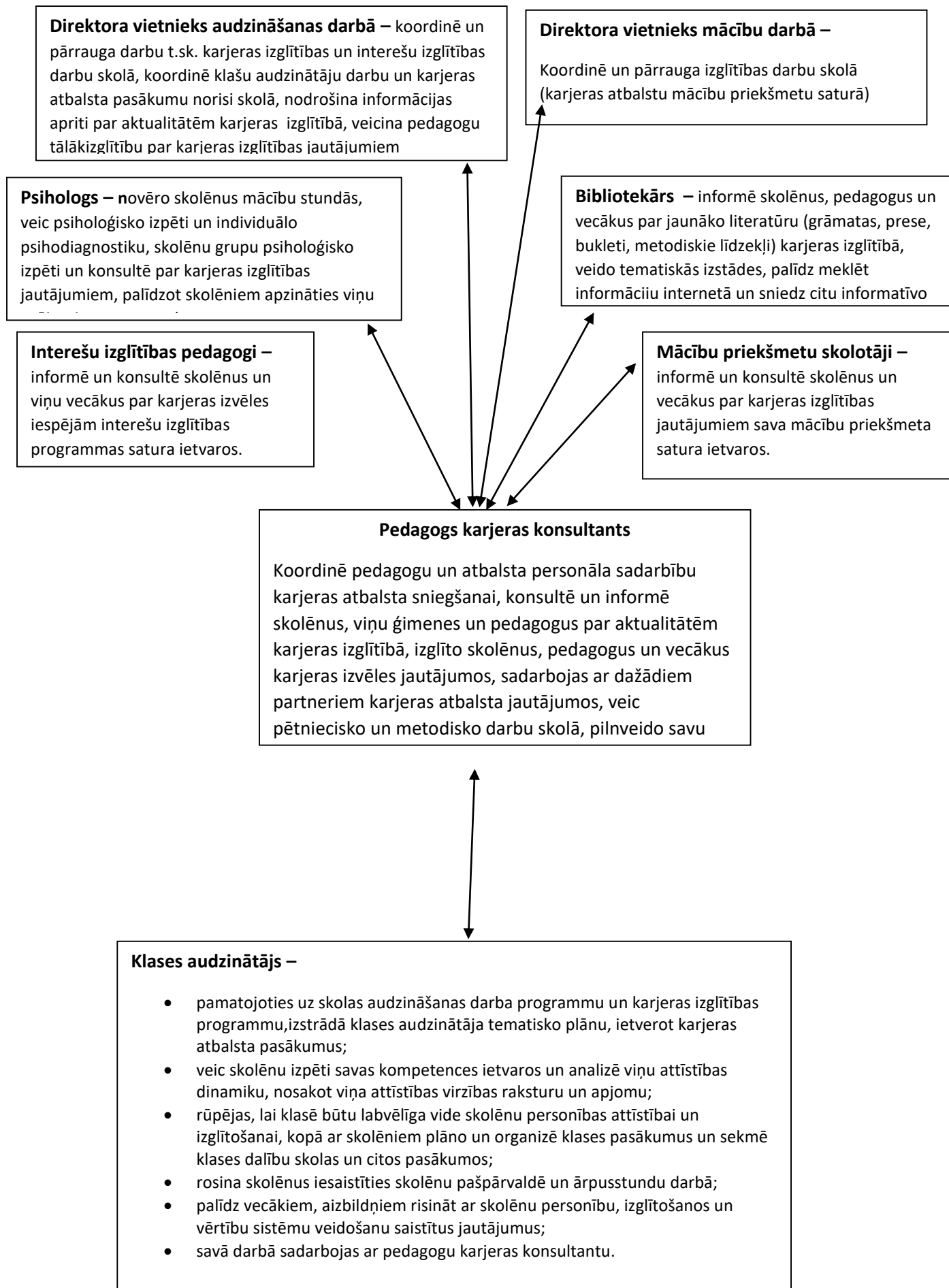
## V KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODES

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

14.	IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
15.	Pārrunas/sarunas	Apgūst prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
16.	Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
17.	Pētījums	Apgūt 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	Vākt materiālus, iegūt informāciju, to apstrādāt, krāt un veidot savu darba mapi - portfolio
19.	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
20.	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
21.	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
22.	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
23.	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
24.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar
25.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai



## VI KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS REALIZĀCIJAS SHĒMA



### **Karjeras izglītībā biežāk organizētie ārpusstundu pasākumi ir:**

- projektu nedēļas;
- mācību priekšmetu nedēļas;
- tikšanās;
- lekcijas;
- diskusijas;
- pēcpusdienas;
- ekskursijas

## **VI KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA**

Lemešonoka I. (2018) Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rīga: Zvaigzne ABC

Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7.-9. klasei” Skolotāju rokasgrāmata ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

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

Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7. Klasei” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 8. klasei” ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 9. klasei” ( 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)

Izglītības ceļvedis. Informatīvs izdevums, 2009.g.

Mācīties ārzemēs. Durbe Tūre, 2004.g.

Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005. g.

Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005.g.

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

Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm,

[https://estudijas.llu.lv/pluginfile.php/165107/mod\\_resource/content/2/KAA\\_plans\\_visp\\_.pdf](https://estudijas.llu.lv/pluginfile.php/165107/mod_resource/content/2/KAA_plans_visp_.pdf)

Karjeras iespēju izpēte. Metodiskais palīg līdzeklis PIAP aģentūra, 2003 .g.

Karjeras izglītība 7., 8., 9. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.g.

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

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

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

Mans bērns izvēlas karjeru. VIAA, 2010.g.

## Interneta resursi, kuri saistīti ar karjeras izglītību

1. [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.
2. [www.izm.gov.lv](http://www.izm.gov.lv) – par profesionālās un augstākās izglītības iestādē.
3. <http://viaa.gov.lv/lat/> - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem un izglītības un darba iespējām ārzemēs.
4. [www.sf.gov.lv](http://www.sf.gov.lv) - par studiju un studējošo kreditēšanas jautājumiem.
5. [www.nva.lv](http://www.nva.lv) – par bezdarbnieku profesionālo apmācību.
6. [www.lak.lv](http://www.lak.lv) – par amatu apguves iespējām (tostarp cilvēkiem ar nepabeigtu pamatzglītību un cilvēkiem ar garīgiem un fiziskiem veselības traucējumiem) pie amatu meistariem.
7. [www.niid.lv](http://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 7 karjeras izvēles testi.
8. [www.prakse.lv](http://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.
9. <http://www.uzdevumi.lv/school> - iespēja izvēlēties informāciju par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām.
10. <http://euroguidance.eu/> - EK Karjeras konsultēšanas un informācijas tīkls.
11. [www.vakance.lv](http://www.vakance.lv) – darba sludinājumu portāls.
12. [www.cvmarket.lv](http://www.cvmarket.lv) – darba piedāvājumi, CV veidošana un karjeras padomi.
13. [www.occupationsguide.cz/en](http://www.occupationsguide.cz/en) - interešu un prasmju noteikšanas testi, darba tirgus un karjeras izvēles gids.
14. [www.aiknc.lv](http://www.aiknc.lv) – augstākās izglītības kvalitātes noteikšanas centrs. Informācija par augstskolu un koledžu statusu; par augstskolu un koledžu licencēšanu, akreditāciju
15. <http://www.izm.gov.lv/lv/studentiem> - informācija par stipendijām, studiju un studējošā kredītiem.