



**Tukuma Raiņa ģimnāzijas
karjeras izglītības programma**

2020

Karjera ir izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā. Karjeras jēdziens mūsdienīgā izpratnē nozīmē cilvēka dzīvesveida izvēli, pašrealizāciju un sekmīgu izvirzīšanos darbībā vairākās savstarpēji saistītās dzīves jomās: izglītība, darbs, ģimene, brīvais laiks, pilsoniskums u.c. Karjeras jēdziens ietver arī indivīda izpratni par veiksmīgu karjeru un spēju uzturēt līdzsvaru starp profesionālo darbību un personisko dzīvi.

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. 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 izglītības mērķis – izveidotas karjeras vadības prasmes – izpaužas skolēna spējā saskaņot personības ārējo (zināšanas, atziņas, informācija, izpratne par savām interesēm un piemērotību noteiktām profesijām) un iekšējo (prasme organizēt ārējo struktūru savas karjeras vadīšanai) struktūru.

Karjeras izglītības mērķis.

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.

Karjeras izglītības uzdevumi.

- Stiprināt skolēna izpratni par izglītības un darba vērtībām, veidojot vērtējošu attieksmi un atbildību par sevi un savu rīcību.
- Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām.
- Nostiprināt un attīstīt sekmīgai karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas, karjeras iespēju izpētes un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.
- Apgūt karjeras attīstībā un karjeras vadībā nepieciešamās caurviju prasmes, lai stiprinātu jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, veidotu pozitīvas attiecības un pieņemtu atbildīgus lēmumus.

Kompetenču pieeja karjeras izglītībā .

- 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 prasmes pilnveidošana;
- mācīšanās notiek daudzveidīgās mācību vidēs (arī ārpus klases telpām).

Individuāla karjeras konsultēšana.

Karjeras konsultēšana ir uz personas vajadzībām un karjeras mērķiem centrēta palīdzība skolēnam, lai veicinātu sevis izzināšanu, savas profesionālās ievirzes apzināšanu, padziļinātu izpratni par izglītību un iespējām darba tirgū un atklātu to profesionālo virzienu. Individuāla karjeras konsultēšana palīdz:

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

Karjeras izglītībā pilnveidotas caurviju prasmes.

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

Karjeras izglītības atbalsta pamatjomas.

Pašizziņa:

- 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.

Karjeras iespēju izpēte:

- 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.

Karjeras lēmumu pieņemšana:

- karjeras plāna veidošanu;
- karjeras attīstības lēmumu pieņemšanu;
- karjeras pašvadīšanu.

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

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

7. klase.

Mācību priekšmetu stundas	Karjeras izglītības tēmas
Angļu valoda	Nākotnes plānošana. CV veidošana.
Vācu valoda	Profesiju nosaukumi. Vecāku profesijas.
Krievu valoda	Intereses un hobiji. Profesijas pilsētā.
Sociālās zinības	Personības izaugsme, ietekmējoši faktori.
Matemātika	Profesijas, saistītas ar ģometriju ikdienas situāciju medelēšanai.
Vēsture	Profesijas un to prestižs Senajos Austrumos un mūsdienās.
Bioloģija	Bioloģijas apakšnozares- dažādas profesijas.
Ģeogrāfija	Pilsētas plānotāji. Ģeodēzijas inženieri. Ģeomātikas speciālisti
Sports un veselība	Fiziskā veselība un drošība dažādu profesiju pamatā.
Datorika	Programmavadāmu ierīču darbība un izmantošana.
Vizuālā māksla	Profesijas, kas saistītas ar scenogrāfiju, dizainu, gaismošanu.
Dizains un tehnoloģijas	IT prasmes. Profesijas, kas saistītas ar amatniecību.

Klases stundas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru? 2. Aizraušanās, hobiji 3. Es starp citiem 4. Mācos risināt strīdus 5. Savu interešu un spēju apzināšana un novērtēšana.
Ārpusstundu pasākumi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Karjeras nedēļa. 2. Ekskursijas uz uzņēmumiem. 3. Ēnu dienas. 4. Adaptācijas pasākums . 5. Profesiju dienas.

8. klase.

Mācību priekšmetu stundas	Karjeras izglītības tēmas
Latviešu valoda	Iesnieguma rakstīšana. A. Eglītis "Izsalkuša zēna pavārgrāmata"
Angļu valoda	Darbs un profesijas. Darba iespējas. Pieteikuma vēstule.
Krievu valoda	Darbs pilsētā. Dators un ieradumi. Tūrisma bizness.
Vācu valoda	Skolēna/pieaugušā dienas režīms
Sociālās zinības	Es un mana atbildība. Mērķi – to izvirzīšana un sasniegšana. Mana nākotne sabiedrībā. Karjeras plānošanas iespējas. Kā saimnieko manā pilsētā, pagastā. Darba likumdošana.
Matemātika	Laukumi un virsmas mērniecībā.
Fizika	Zinātniskais izziņas ceļš un tā pielietojums ikdienā.
Ķīmija	Bāzes un skābes – vides aizsardzība.
Vēsture	Civilizācija un mijiedarbība
Bioloģija	Ornitologi – putnu pētnieki.
Ģeogrāfija	Derīgie izrakteņi un ģeologa profesija. Metereologa profesija
Sports	Fiziskās īpašības, spējas, prasmes – pašvērtējums.8
Vizuālā māksla	Dažādu tehniku izmantošana mākslas darbā.
Mājturība un tehnoloģijas	Mode, stils, garderobes veidošana. Kokgriezumu veidi un izpilde. Metālapstrādes instrumenti un darba galdi.
Informātika	Izklājlapas. Prezentācijas lietojums.

Klases stundas	<ol style="list-style-type: none">1. Darba sludinājumu pētīšana.2. Profesiju prestižs un perspektīvas.3. Manu vecāku profesijas un karjeras izaugsmes iespējas.4. Laika plānošana.5. Kā cilvēki tiek galā ar grūtībām.
Ārpusstundu pasākumi	<ol style="list-style-type: none">1. Ēnu dienas.2. Karjeras nedēļa3. Policijas diena.4. Tematisks klases vakars.

9.klase.

Mācību priekšmetu stundas	Karjeras izglītības tēmas
Latviešu valoda	Dramaturģija un teātris. Patriotisms un varonība mūsdienās. Intervija. Argumentētā eseja.
Angļu valoda	Biznesa tikšanās. Mans raksturojums.
Krievu valoda	Ieradumi. Amatniecība.
Vācu valoda	Profesijas. Darbavietas, prasmes, iemaņas.
Matemātika	Vienādojumu sistēma
Fizika	Tehniskās ierīces un to attīstība.
Ķīmija	Organiskās vielas. Farmācija.
Vēsture	Dzimtas vēstures izpēte
Bioloģija	Higiēna – vislabāko apstākļu radīšana cilvēka veselības saglabāšanā.
Ģeogrāfija	Reģionu plānošana. Hidrogrāfa profesija.
Sports	Pareiza stāja kā labas pašsajūtas – veiksmīgas karjeras nosacījums.
Vizuālā māksla	Vizuālās mākslas specifika – ierosmes mākslas pedagogu profesijas izvēlei.
Mājturības un tehnoloģija	Tekstiltehnika, to sintēze. Mēbeļu stili. Mēbeļu konstruktīvie veidi un modifikācijas.

Klases stundas	<ol style="list-style-type: none">1. Vērtējumu dinamikas plānošana un izvērtēšana.2. Profesionālā virzība. Profesionālā piemērotība3. Sevis pasniegšana darba devējam. Etiķete.4. Darba tirgus.
Ārpusstundu pasākumi	<ol style="list-style-type: none">1. Ēnu dienas.3. Izstāde “Skola”.5. Tikšanās ar skolas administrāciju un pedagogu karjeras konsultantu par izglītības virzieniem ģimnāzijā.6. Skills Latvia apmeklējums.

10.klase.

Mācību priekšmetu stundas	Karjeras izglītības tēmas
Latviešu valoda	Mediju veidi, žanri. Daudzveidīgu tekstu veidošana.
Literatūra	Savu rakstura īpašību iepazīšana.Radošas personības dzīve.
Angļu valoda	Nākotnes plāni.Dzīves notikumi – karjera.Brīvais laiks.
Vācu valoda	Problēmas un risinājumi.Sociālās aktivitātes.
Krievu valoda	Latvijas augstskolas. Nākotnes plāni.Profesijas.
Matemātika	Datu analīzes izmantošana privātajos uzņēmumos.
Fizika	Karjera fizikā.Fizika prasmju izmantošana profesijās.
Ķīmija	Ķīmijas un vides tehnoloģijas sabiedrības ilgtspējīgā attīstībā.
Bioloģija	Vides zinības un un ar tām saistītās karjeras iespējas.
Ģeogrāfija	Pilsētplānotāji.Telpiskās attīstības plānotāji.Antropologi.
Sports un veselība	Fiziskā un emocionālā veselība ugunsdzēsēja, ārsta un militārajās profesijās.
Sociālās zinības un vēsture	Indivīds un sociālās attiecības (izvēles, tolerance).
Vēsture un sociālās zinātnes	Personiskā un sociālā identitāte.Personības veidošanās.
Datorika	Digitālās identitātes veidošana. Kiberdrošības draudu novēršana.
Mūzika	Darba pieredze tautas dziesmās. Profesijas mūzikā.
Vizuālā māksla	Arhitekta profesija saistībā ar Antīkās arhitektūras kanoniem.
Programmēšana	Programmatūras izstrādes problēmas un praktika.

Klases stundas	<ol style="list-style-type: none">1. Sapņi un nākotnes nodomi.2. Intereses un prasmes.3. Veiksmes stāsti .4. Ģimene un tās ietekme5. Mērķtiecīgums.
Ārpusstundu pasākumi	<ol style="list-style-type: none">1.Ēnu dienas2.Karjeras nedēļa3.“Atnāc un uzzini”4. Mācību ekskursija uz uzņēmumu.5. Tikšanās ar ģimnāzijas absolventiem.

11.klase.

Mācību priekšmetu stundas	Karjeras izglītības tēmas
Latviešu valoda	Lietišķie raksti. Profesiju daudzveidība. Publiskā runa par izvēlētu profesiju. Prezentācijas prasmes. Problēmsituācijas, to risinājumi. Literāti – pedagogi.
Angļu valoda	Radošās profesijas. Mākslinieka dzīve.
Krievu valoda	Tirdzniecība. Veselības aprūpe. Metereoloģija.
Vācu valoda	Darba pasaule. Studiju izvēle.
Matemātika	Statistika.
Fizika	Dzinēju ražošana.
Ķīmija	Celtniecības materiāli, ūdens attīrīšana, minerālmēsļu ieguve.
Bioloģija	Ģenētikas pētīšanas nozīme slimību diagnosticēšanā.
Vēsture	Latvijas viduslaiku vēstures izpēte un arhīvu materiāli.
Ekonomika	Darba tirgus. Uzņēmums un komercdarbība.
Kulturoloģija	Globalizācijas izpausmes pasaulē.
Filozofija	Mēs globalizācijas procesā.
Programmēšanas pamati	Attēlu apstrāde. Tīmekļa lapu veidošana.
Sports	Veselīga konkurence un sāncensība.
Ģeogrāfija	Tūrisms un vides ģeogrāfija. Gidi un vides pētnieki.

Klases stundas	<ol style="list-style-type: none">1. Vecāku darbs, profesijas.2. Ģimnāzijas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme.3. Darba tirgus un pieprasījums.4. Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs.
Ārpusstundu pasākumi	<ol style="list-style-type: none">1. Ēnu dienas.2. Mācību ekskursija uz Latvijas centrālo banku.3. Karjeras nedēļa4. “Atnāc un uzzini”

12. klase

Mācību priekšmetu stundas	Karjeras izglītības tēmas
Latviešu valoda	Diskusija, Sadarbības prasmes. Rakstnieku, dzejnieku karjera.
Angļu valoda	Darba dzīve. CV. Darba intervija. Pieteikuma vēstule.
Krievu valoda	Augstskolas. Profesijas. Darba intervija.
Vācu valoda	Nākotnes nodomi.
Matemātika	Eksponenciālie procesi bankas rēķinos.
Fizika	Fizika mūsdienu tehnoloģijas procesos.
Bioloģija	DNS pirkstu nospiedumu izmantošana praksē.
Ķīmija	Karjeras iespējas Latvijā.
Vēsture	Vēstures dažādas interpretācijas. Mūsdienu sabiedrības globalizācijas problēmas.
Kulturoloģija	Socioloģija, antropoloģija. Tehnoloģijas un mediji kā kultūras joma.
Filozofija	Mūsdienu filozofijas aktualitātes. Filozofijas loma indivīda personības izaugsmē.
Politika un tiesības	Politoloģija, tās veidošanās par zinātņi. Sociālās grupas.
Sports	Sacensību gars. Izcili sportisti.
Programmēšanas pamati.	Algoritmi. Statistika.
Tehniskā grafika	Telpisko konstrukciju veidi, to grafisks attēlojums trijās plaknēs.

Klases stundas	<ol style="list-style-type: none">1. Izglītības iespējas Latvijā un Eiropā.2. CV. Pieteikuma vēstule.3. Darba intervija.
Ārpusstundu pasākumi	<ol style="list-style-type: none">1. Ēnu dienas.2. Izstādes "Skola" apmeklējums.3. Tikšanās ar augstskolu pārstāvjiem.4. Karjeras nedēļa5. "Atnāc un uzzini"

Karjeras attīstības atbalsta metodes.

- **Aptauja** Jautājumu vai jautājumu un atbilžu formā mutvārdos vai rakstveidā veidota informācijas iegūšanas metode. Aptauju izmanto kā heuristisku mācību metodi, lai iegūtu citu mācību metožu (piem., diskusijas, projekta darba u.c.) īstenošanai nepieciešamo informāciju.
- **Asociāciju kartes** Neliela izmēra daudznozīmīgi attēli, kuri, izraisot asociācijas un “atdzīvinot” atmiņas un izjūtas, palīdz veidot stāstījumu par noteiktām, stāstītājam nozīmīgām tēmām.
- **Portfolio.** Skolēna veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš iepļānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu kopīgi izvērtē skolēna sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna pašizpēti, pašanalīzi un pašregulāciju. Darbu mape ir pašizziņas, pašatklāsmes, paraksturošanas un pašanalīzes instruments, kas cilvēkam palīdz apzināties dabas dotos talantus, savas stiprās puses un priekšrocības, novērtēt sevi un palīdz saskatīt karjeras iespējas. Darbu mapi skolēni var veidot papīra formātā vai digitāli.
- **Demonstrēšana** Skolotājs vai skolēni demonstrē vizuālu informāciju (videofilmas, attēlus, tabulas utt.), parasti – papildinot stāstījumu (lekciju, izklāstu).
- **Didaktiskā spēle** Pieredzes izglītības metode, spēle, kurai ir skolotāja definēts izglītojošs mērķis un noteikta struktūra. Didaktiskās spēles var iedalīt trīs kategorijās: konstruēšanas spēles (spēles ar materiāliem, detaļām, dažādu telpisku objektu un mehānismu konstruēšana), lomu (simulācijas) spēles (reālās dzīves notikumu, darbību un situāciju atveidošana) un spēles ar noteikumiem (spēles, kurās jāievēro noteikti nosacījumi – galda spēles, kāršu spēles, bingo, sporta spēles, muzikālās spēles u.c.).
- **Diskusija** Skolotājs vai skolēni piedāvā apspriešanai kādu tematu, skolēni individuāli vai iepriekš mērķtiecīgi izveidotās grupās iesaistās sarunā, argumentēti aizstāvot savu viedokli. Galvenie skolēna uzdevumi diskusijā ir: skaidri izteikt savas domas, ieklausīties citos, censties izprast citu viedokli un uzņemties atbildību.
- **Domu karte** Grafiskais organizators – tīklveida zīmējums (“zirneklis”), kuru veido lapas vidū apla centrā ierakstot tēmu (nozīmīgāko jēdzienu) un to ar atzariem savienojot ar apakštēmām. Atzariem piezīmē zariņus, pie kuriem pieraksta atslēgas vārdus (vai pievieno attēlus), kuri saistās ar apakštēmu. Ja nepieciešams, šīs saites, veidojot loģisku sistēmu, var sazarot tālāk. Domu karte palīdz strukturēt domas gaitu: sākt ar vispārīgo (tēmu), pāriet uz konkrēto (apakštēmu) un tikai tad iedziļināties detaļās.
- **Ēnošana** Karjeras izglītības metode mācību ekskursijas variants, kurā skolēni, īstenojot mācību uzdevumu, mērķtiecīgi individuāli iepazīstas ar noteiktas profesijas pārstāvja darba

ikdienu. Mācību metode palīdz skolēniem pārbaudīt sevi darba vidē, izzināt savas intereses un dod iespēju labāk iepazīt izvēlēto profesiju. Pēc Ēnu dienas skolēni dalās pieredzē ar klases biedriem, dodot iespēju ikvienam skolēnam vairāk uzzināt par dažādām profesijām.

- **Kolāža** Skolēnu individuāli, pāros vai grupās veidots kompozicionāli vienots attēls, kurā skolēni atklāj savu priekšstatu par kādu skolotāja dotu tematu, piem., veido kolāžu par sociālo vidi klasē, vērtējot savstarpējās attiecības. Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus metode ļauj skolēniem izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras, kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.
- **Krustvārdu mīklas** Viens no intelektuāli radošo didaktisko spēļu (projektēšanas spēles, burtu, skaitļu mīklas, anagrammas u.c.) veidiem, kas īpaši lietderīgs jēdzienu izpratnes nostiprināšanā.
- **Lomu spēles** Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni iejūtas lomās atbilstoši mācību situācijā ietvertajam uzdevumam. Citi skolēni veic skolotāja dotu uzdevumu – vēro, pieraksta, vērtē atbilstoši noteiktiem kritērijiem u.c., lai pēc situācijas izspēlēšanas izteiktu viedokli diskusijā.
- **Mācību ekskursija** Āra nodarbību forma, kas dod iespēju skolēniem dabiskos apstākļos iepazīt dažādas parādības un procesus; reālu notikumu vai darbības vietu apmeklējums, kas ļauj iegūt jaunu informāciju dabiskā vidē, padziļināt mācību satura izpratni, integrēt dažādos mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes un pilnveidot skolēnu sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni saņem mācību uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni sagatavo pārskatu par paveikto un demonstrē to pārējiem, vai iesniedz skolotājam.
- **Praktiskais darbs** Skolēni atbilstoši mācību uzdevumam veic mācību darbu, lietojot apgūtās zināšanas, prasmes un īstenojot savas radošās ieceres, strādājot individuāli vai grupā.
- **Prāta vētra** Mācību metode, kurā skolotājs uzdod jautājumu vai izvirza problēmu un skolēni īsi izsaka iespējamās atbildes, idejas, risinājumus u.c., uzmanīgi klausoties, papildinot, bet nekommentējot un nevērtējot citu teikto. Metodi ieteicams izmantot kā ieaicināšanas fāzes sastāvdaļu, lai aktualizētu esošās skolēnu zināšanas un izpratni, sākot jaunu tēmu.
- **Profolio** Skolēni pilda pašizziņas un interešu testus, veido CV, raksta motivācijas vēstules.
- **Projektu metode** Mācību metode, kuru īstenojot, skolēni individuāli vai darba grupās formulē idejas un jautājumus, iegūst informāciju, pēta un risina problēmas, apkopo darba

rezultātus un iepazīstina ar tiem citus skolēnus. Skolotājs palīdz skolēniem formulēt projekta mērķi, izveidot darba grupas un sniedz atbalstu projekta izveidē.

- **Radošais darbs** Skolēnu pašizpaušmes metode, mācību uzdevuma īstenošana individuālās vai kooperatīvās mācīšanās rezultātā radīta stāsta, esejas, dzejas, aforisma, zīmējuma, attēla u.c. formā.
- **Simulācija** Situāciju izspēles metode, kurai, salīdzinot ar lomu spēli, raksturīga lielāka nenoteiktība skolotāja piedāvātajā situācijas aprakstā, elastīgums un sarežģītība.
- **Situāciju analīze** Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas situācijas aprakstu (rakstiski vai mutiski), audio vai videoierakstu un uzdod jautājumus par šo situāciju. Skolēni pārrunā, analizē, pieraksta, secina un atbilstoši situācijas analīzes mērķim veido kopsavilkumus vai ieteikumus.
- **Stāstījums** (izklāsts, lekcija) Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs vai skolēns izklāsta kāda temata saturu (piem., idejas, viedokļus, faktus, teorijas vai notikumus), bet klausītāji (piem., citi skolēni) klausās, veido pierakstus atbilstoši uzdevumam, uzdod jautājumus.
- **SVID analīze** Ārējo (iespējas un draudi) un iekšējo (priekšrocības un trūkumi) ietekmes faktoru noteikšanas metode. Metode ļauj izvērtēt un prognozēt indivīda, grupas vai organizācijas un apkārtējās vides faktoru mijiedarbību.
- **Viktorīna** Spēles veids, kas liek skolēniem koncentrēt zināšanas, saskatīt būtisko, lietu un parādību loģisko kārtību un noformulēt to vārdos. Skolēnus var iesaistīt viktorīnā kā dalībniekus, kā arī var piedāvāt skolēniem pašiem mācību procesā veidot uzdevumus.
- **Zinātniskās pētniecības darbs** Mācību metode, kuru īstenojot skolēni patstāvīgi vai ar skolotāja palīdzību izvēlas pētāmo problēmu, izvirza pētījuma jautājumus vai hipotēzi, definē pētījuma mērķi un uzdevumus, izvēlas pētniecības metodes, kā arī plāno un veic pētījumu. Pētījuma noslēgumā, pamatojoties uz tā rezultātiem, skolēni izdara secinājumus, sagatavo pētījuma atskaiti un iepazīstina ar pētījuma rezultātiem.

Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes.

Beidzot 9. klasi, skolēns:

- sāk apzināties savas iespējas un sāk reālistiski samērot savas intereses, spējas/dotumus, personīgās īpašības un vērtības;
- spēj novērtēt un samērot savas spējas, vēlmes un iespējas pieņemt ar karjeras izvēli saistītos lēmumus;
- ir ieinteresēts turpināt savu izglītību; izzina savas tālākizglītības iespējas; spēj savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju;

- ir ieguvis zināšanas par vietējo darba tirgu;
- izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību;
- izprot saistību starp nodarbošanos/darbu/profesiju un dzīves stilu;
- izprot mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus;
- spēj saskatīt izvēles iespējas/alternatīvas karjeras iespēju izvēlē.

Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- Skolēns ir veicis vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus.
- Skolēns spēj noteikt un novērtēt, kāda ir viņa ārpusklases darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli.
- Skolēns spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā.
- Skolēns ir spējīgs paskaidrot, kāpēc ir nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā.

Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- 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 (darba tirgu, izglītību).
- Skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par šķērslī dažu profesiju izvēlē.
- Skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas.
- Skolēns spēj formulēt savas attīstības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas.

Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un

attieksmes:

- Skolēns spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes.
- Skolēns spēj salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta no dažādiem informācijas avotiem.
- Skolēns, plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktorus.
- Skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem.
- Skolēns zina, kādas ir prasības (kādas zināšanas, prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē.
- Skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības.
- Skolēns māk sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās.
- Skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju.

Beidzot 12. klasi, skolēns:

- saprot koncepciju par darba tirgu mainīgumu;
- saskata vietēja 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;
- 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 interesēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevī darba intervijā u.c.);
- ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa u.c.) konsultācijas;
- izprot savu lomu un atbildību, pieņemot lēmumus karjeras izvēlē.

Karjeras izglītības vērtēšana.

Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti, raksturojot skolēnu mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku šādu zināšanu, prasmju, kompetenču apgūvē 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 faktoros, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;
- skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus; karjeras izpētē:
- 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 pamatizglītības iegūšanas; 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 faktoros;
- skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;
- skolēns zina, kādas ir prasības un kas jādara, 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.

Skolēnu mācību sasniegumu pierādījumi —pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli —tiek uzkrāti skolēnu darba mapēs (portfolio).

Ieteicamā literatūra un informācijas avoti.

1. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Kalniņa I. „Mērķtiecīga karjeras veidošana. Mācību metodika.” R.: LUMA, 2007
2. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Skutele D. „Mērķu sasniegšana.” R.: LUMA, 2007
3. Alens Dž., Nerne Dž. „Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam.” R.: Skolu atbalsta centrs, 2000
4. Baldiņš A., Raževa A. „Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē.” R.: Pētergailis, 2001
5. Beloraga G. „Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.” R.: Zvaigzne ABC, 2007
6. Daija Z., Panasina I. „Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei.” R.: Profesionālās karjeras izvēles centrs, 2000
7. Daiktere I. „Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika.” R.: SIA LUMA, 2007
8. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9. klasēs. R.: PIAA, PIAC, 2004
9. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G. „Interesantas idejas klases audzinātājam.” R.: RaKa, 2008
10. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G. „Mūsdienīga skolēna portfolio.” R.:

RaKa, 2008

11. Ertelts B.J., Šulcs V. „Karjeras konsultēšanas kompetences.” R.: VAAA, 2008 Vācija:

Rosenberger Fachverlag, 2007 http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kompetences_2008.pdf

12. Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem. Caur mācīšanos uz darbu. R.: VAAA,

2011, Eiropas profesionālās izglītības attīstības centrs, 2010

http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf

13. Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi. R.: VAAA, 2008

http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf

14. Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām

vajadzībām. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts. <http://www.careercenteronline.org>

15. Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīglīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā. R.: PIAP aģentūra, 2003

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

16. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009. R.: VAAA, 2010

http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf

17. Karjeras izglītība 10. – 12. klasei. Skolotāja rokasgrāmata. Karjeras izglītība 7.- 9. klasei.

Skolotāja rokasgrāmata. R.: PIAA, 2006

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

18. Karjeras izglītība 7. klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 8. klasē. Metodiski

ieteikumi. Karjeras izglītība 9. klasē. Metodiski ieteikumi. R.: PIAA, 2006

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

19. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem

pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā. R.:

PIAA, PIAC, 2004

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

20. Karjeras konsultēšanas metodes. R.: VAAA, 2009. Bukarestē: Institute of Educational

- Sciences, Euroguidance, 2007 http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
21. Karjeras Ziņas. R.: VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums.
http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevui/
22. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
23. Mans bērns izvēlas karjeru. R.: VIAA, 2010
http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
24. Pīvijs V. „Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai.” ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011
http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijis_2012_f.pdf
25. Profesiju aprakstu katalogs. R.: PKIVA, NVA., 2007, 2012
http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf
http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf
26. Profesiju definīciju katalogs. R.: PKIVA, 2007 <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>
27. Profesiju klasifikators. R.: Latvijas Vēstnesis, 2006 <http://www.lm.gov.lv/text/80>
28. Rubana I.M. „Mācīties darot.” R.: RaKa, 2004
29. Stabiņš J., Pupiņš M. „Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.” R.: RaKa, 2008
30. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. Vīne: 2012
http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
31. Templers R. „Veiksmīgas karjeras likumi.” R.: Zvaigzne ABC, 2007
32. “100 metodikas karjeras attīstības atbalstam” R.: 2019
https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf
33. <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo

darbu

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

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

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

37. www.profesijupasaule.lv - profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.

38. <http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitojosa-filma-zalais-pipars> - Izglītojošas filmas par pazīstamu cilvēku karjerām.

39. <https://www.youtube.com/watch?v=xhFL1Op3xpc> – filma “4 veiksmīga cilvēka atslēgas”