



**Tukuma Raiņa Valsts ģimnāzijas
Karjeras izglītības programma
2022./2023.m.g.**

*APSTIPRINĀTI
ar Tukuma Raiņa Valsts ģimnāzijas
2022. gada 19. septembra rīkojumu
Nr. TRG/1-9/22/101*

Karjeras veidošanas aspekti

Karjera ir cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpausmei mūža garumā. Tas ir nepārtraukts mācīšanās un attīstības process. Tā ir cilvēka virzība profesionālajā un sociālajā jomā visa mūža garumā.

Karjeras attīstība ir indivīda mācību un darba vadības process visa mūža garumā. Tā gaitā indivīds apzinās savas intereses, spējas, prasmes, pieredzi, lai pieņemtu apzinātus lēmumus par izglītības un profesijas izvēli.

Karjeras izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamiem apgūt un attīstīt prasmes savu interešu spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā un karjeras vadīšanā. Sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību par karjeras plānošanu un attīstīšanu visa mūža garumā. Karjeras izglītība ir veids, kā palīdzēt izglītojamiem attīstīt savas zināšanas, prasmes, kas nepieciešamas, lai pieņemtu apzinātus lēmumus, plānotu un mērķtiecīgi veidotu savas karjeras izaugsmi.

Karjeras plānošana ir cilvēka mērķtiecīga darbība savu personisko un profesionālo mērķu sasniegšanai visa mūža garumā.

Karjeras veidošana ir nepārtraukts process, kura laikā cilvēks izmanto informāciju par sevi un apkārtējo pasauli, lai izvēlētos jomu, kurā nodarbotos un strādātu.

Karjeras konsultēšana ir palīdzība izglītojamam izprast, plānot, organizēt, vadīt un kontrolēt savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu savu mērķu sasniegšanai.

Katram izglītojamam skolu beidzot, būtu jābūt sagatavotam turpmākajam izglītošanās posmam vai nodarbinātībai, gatavam pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību. Mūsdienu konkurences apstākļos ir nepieciešami darbinieki, kuriem ir zināšanas un prasmes, kā arī spēja pielāgoties apstākļiem jebkurā situācijā.

Profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi

Lai izglītojamiem sniegtu atbalstu izglītības un profesijas izvēlē, jāievēro trīs galvenās jomas, kuras ir jāizvērtē, lai izvēlētos sev piemērotāko profesionālās karjeras virzienu, veidojot tālākos plānus un pieņemot lēmumus. Tās ir: ko tu GRIBI, ko tu VARI un ko VAJAG sabiedrībai.

Ko tu gribi?

Tās ir intereses, vēlmes, tas, ko tev patīk darīt. Bieži vien tas sasaucas ar tavām spējām. Svarīgi, lai darbs būtu saskaņā ar tavu iekšējo būtību. Ja interešu loks ir plašs, tad nereti ir grūti izvēlēties, kuras intereses attīstīt profesionālajā sfērā un kuras atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, svarīgi izzināt profesionālās jomas dažādus aspektus.

Ko tu vari?

Tās ir spējas, prasmes, resursi, īpašības, stiprās puses. Ir svarīgi savām spējām atrast atbilstošu profesionālu pielietojumu un spējas attīstīt vēl vairāk. Ir svarīgi izvērtēt arī savus resursus: finansiālās iespējas, veselības stāvokli, rakstura īpašības. Savas spējas vispilnīgāk atklājas praktiski darbojoties.

Ko pašlaik vajag?

Ir svarīgi apzināties, kādas profesijas un speciālisti pašlaik un tuvākajā nākotnē būs pieprasīti darba tirgū. Kādas ir iespējas atrast darbu? Lai izprastu šos jautājumus, ir svarīgi iegūt informāciju par profesijām un darba tirgu. Ir jābūt gatavam mainīt dzīvesvietu, lai kādu laiku strādātu tālāk no dzīvesvietas vai arī turpināt mācīties, ja tas nepieciešams profesijas apgūvē un pilnveidē.

Karjeras vadības prasmes

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

jākļūst par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja indivīds (ne tikai jauniešs, bet arī pieaugušais) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību. Taču jāņem arī vērā skolēnu intereses dažādos vecumos:

Karjeras izglītības mērķi:

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:

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

Karjeras izglītības saturs.

Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir karjeras izglītību organizēt tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā,

(pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras vadīšana un plānošana un vadība) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

Katra karjeras izglītības joma – pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras vadība- ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.

Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanās aspekti (Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu) :

1. Pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze; pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
2. Analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze – patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
3. Morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēku tiesībām uz vienlīdzību;
4. Sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uz klausīt un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību par to īstenošanu, atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās, rūpēties par savu un līdzcilvēku drošību un meklēt palīdzību atbilstošās institūcijās un dienestos;
5. Saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
6. Mācīšanās un praktiskās darbības aspekts: prasme patstāvīgi plānot, organizēt un īstenot mācīšanos; dažādu zināšanu un prasmju lietošana praktiskajā darbībā; prasme mācību procesā izmantot dažādu veidu informāciju, konsultēties, atrast palīdzību; prasme izmantot modernās tehnoloģijas;
7. Matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.)

Pamatjoma „ Pašizpēte” ietver sevī sekojošas saturiskas tēmas:

1. Mana identitāte, paštēls.
2. Manas intereses, hobijs, spējas, brīvais laiks.
3. Pozitīvais piemērs, autoritāte, ideāls.
4. Sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to saistība ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana.
5. Vērtīborientācija.
6. Prasme sadarboties, risināt konfliktus.
7. Mana veselība un nākotnes nodomi.
8. Mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu.
9. Pašaudzināšana.

Pamatjoma „ Karjeras izpēte” ietver sekojošas saturiskas tēmas:

1. Darba nozīme cilvēka dzīvē.
2. Populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi.
3. Manu vecāku darba dzīve.
4. Informācijas avoti darba un izglītības pasaules pētīšanā.
5. Profesionālā kvalifikācija un tās ieguve.
6. Darba tirgus un nodarbinātība.
7. Sociālā vide un nodarbinātība.
8. Izglītības veidi un līmeņi, dažādas mācību iestādes.
9. Darba likumdošana, darba drošība.

Pamatjoma „Karjeras plānošana un vadība” ietver sevī sekojošas saturiskas tēmas:

1. Vienkāršu lēmumu pieņemšanas paņēmieni.
2. Kas man palīdzēs pieņemt lēmumu par karjeru?
3. Dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti.
4. Kad viss nenorit tā , kā plānots.
5. Mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana
6. Pārmaiņas manā dzīvē.
7. Komandas darba pieredze.
8. Darba izmēģināšana.
9. Sevis prezentēšana.

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns.

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

1. Klases stundas (1 stunda nedēļā pēc skolas audzināšanas darba programmas un klašu audzinātāju darba plāniem).
2. Mācību priekšmetu stundas (atbilstoši mācību priekšmetu skolotāju tematiskajiem plāniem).
3. Interesu izglītības un pulciņu nodarbības .
4. Tematiskās lekcijas, semināri, tikšanās par karjeras izglītības jautājumiem.
5. Projektu nedēļas .
6. PKK individuālās konsultācijas, skolēnu izpēte un grupu nodarbības par karjeras izglītības jautājumiem.
7. 9.,12. klašu skolēnu nākotnes nodomu izpēte un informēšana par izglītības iespējām pēc pamatskolas beigšanas, kā arī skolēnu un vecāku instruēšana par valsts pārbaudes darbu norises kārtību un pamatizglītības apliecības iegūšanu (organizē skolas administrācija).
8. Absolventu profesijas izvēles aptauja, tikšanās ar absolventiem.
9. 9.klašu skolēni izstrādā projektu sociālajās zinībās “Mans nākotnes plāns”.
10. Ārpusstundu pasākumi skolā (mācību priekšmetu nedēļas, skolotāju dienas organizēšana, konkursi, tematiskie klases vakari, izstādes, bibliotēkas stundas).:
11. Klašu ekskursijas uz iestādēm un uzņēmumiem,
12. Skolēnu dalība “Ēnu dienās”,
13. Atvērto durvju dienas , karjeras dienas un informācijas dienas dažādās izglītības iestādēs un uzņēmumos,
14. Dalība Tukuma, Engures un Jaunpils novadu ikgadējā pasākumā “Atnāc un uzzini”.

Karjeras izglītības tēmas klašu stundās un karjeras vadības prasmes dažādos mācību priekšmetos. 1.- 3.klasei

Nr.1	Stundu temati	Karjeras izglītības joma	Klases Stundu tēmas	Plānotais un sasniedzamais rezultāts	Karjeras izglītības integrēšana mācību saturā
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.	Karjeras iespēju izpēte.	Manu vecāku darbs. Manu ģimenes locekļu darbs. Profesijas darbavietās pie manas skolas, manā pagastā, pilsētā. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.	Mūzika - mūziķis, dziedātājs, skolēnu pieredzes izzināšana. Profesiju daudzveidības izzināšana latviešu tautas dziesmās. Ētika – Apzinās savus pienākumus mājās, gūst priekšstatu par dažādām profesijām bez kurām mūsu dzīve nebūtu iedomājama. Sociālās zinības - droša un patīkama vide .
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņa profesija.	Karjeras iespēju izpēte. Pašizziņa. Karjeras lēmumu pieņemšana.	Ikienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki mājās. Manas intereses pulciņos. Es vēlos strādāt par ...	Gūst priekšstatus par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.	Latviešu valoda – intereses, hobiji, profesiju piesaiste hobijiem . Tekstu lasīšana un pieminēto profesiju pienākumu pārrunāšana. Svešvalodas – mana dienas kārtība, laika plānošana. Dialogu veidošana – veikalā, biļešu kasē, iepirkšanas. Lomu spēles.
3.	Dienas režīms	Pašizziņa.	Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? Mani dienas darbi skolā un mājās. Mani vaļasprieki un atpūta Mans dienas režīms	Prot plānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.	Matemātika – izprot matemātikas nepieciešamību ikdienas situācijās. Matemātika – prot iegūt informāciju no vienkāršām tabulām, tekstiem, diagrammām.
4.	Mācības – skolēnu darbs	Pašizziņa	Kāpēc jāmacās? Kā labāk mācīties? Mācības – pienākums un atbildība. Mācību rezultāti un sasniegumi.	Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā.	Sociālās zinības – izprot cilvēka vēlmes un pamatvajadzības. Dabas zinības – vienkāršu mehānismu darbība un to nepieciešamība ikdienā. Vizuālā māksla – cilvēki savā darba vietā

				Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.	Sports – komandu sporta spēles, sadarbības prasmes. Tiek runāts par sportista, sporta ārsta, sporta trenera profesijām. Mājturība – pavāra profesija, tā prasmes. Rokdarbu darināšana. Hobiju pārvēršana profesijā.
5.	Karjeras vīzija	Pašizīņa. Karjeras iespēju izpēte	Pēc 20 gadiem es būšu Kas man jāprot manā sapņu profesijā? Kādas prasmes es apgūstu skolā?	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.	

4. – 6. klase

1.	Es un mani dotumi	Pašizīņa	Vislabāk es protu... Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? Manas intereses. Manu spēju un talantu prezentācija.	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas	Informātika – teksta apstrāde, informācijas un komunikācijas līdzekļu izmantošana – žurnālists, redaktors, IT speciālists. Prezentācija “Profesijas, kurās izmanto datoru” Svešvalodas – brīvais laiks, laika plānošana, rakstura īpašības, prasmes, hobiji, ceļošana. Dialogu un sarunu veidošana. Tiek runāts par ikdienā nenovērtētajām profesijām. Profesiju raksturošana – prasmes, aprīkojums Matemātika – mēru un mērvienības. Laukumu aprēķināšana - pārdošanas
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	Pašizīņa	Mana diena ģimenes plānā. Mana dienas režīma proporcijas (mācības, vaļasprieki, atpūta). Vai es protu palīdzēt? Sadarbojoties var ietaupīt laiku. Kā?	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem	
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana	Karjeras iespēju izpēte. Pašizīņa	Mūsu klases hobiji (vaļasprieki). Pulciņi skolā. Interesē izglītība pilsētā / pagastā. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.	

4.	Mācīšanās un prasmes un sasniegumi	Pašizziņa. Karjeras lēmumu pieņemšana.	Mana sasniegumu mape. Mana izaugsme. Vai es mācos tik, cik spēju? Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.	speciālisti, būvnieki. Sports – veselīgs uzturs, profesijas sportā. Sadarbības prasmes.
5.	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	Darba tirgus izpēte. Pašizziņa.	Fizisks un garīgs darbs. Profesiju veidi. Profesiju prestižs un nepieciešamība. Profesiju pieprasījums manā pilsētā / novadā / pagastā.	Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darbu specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. Izprot profesiju lomu sabiedriskajā dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā / novadā / valstī.	Mājturība – koka izstrādājumu veidošana, modelēšana. Savu paraugu izstrāde. Mūzika – pianistu, diriģentu profesija. Latviešu valoda – amatniecības profesiju daudzveidība Sociālās zinības – valsts pārvalde. Profesijas valsts pārvaldē. Projekta “Mans uzņēmums” veidošana, ilustrēšana.
7.- 9. klase					
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums.	Pašizziņa	Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības). Mani plāni šim gadam. Ko es esmu labu izdarījis šogad? Mani nozīmīgākie sasniegumi.	Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus.	Mājturība – Apģērbu dizains, modelēšana – šuvēja profesija. Mājturība - galda kultūra, galda klāšana – viesnīcas, tūrisms. Sociālās zinības – projekts “Mans nākotnes plāns”. Motivācijas vēstules, CV. Valsts pārvaldes darbinieki.
2.	Savu interešu,	Pašizziņa.	Ārpusstundu nodarbības skolā	Saprot, kā skolā, ārpusskolas	

	spēju un dotību attīstīšana.	Karjeras iespēju izpēte.	un ārpus tās. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā. Interesu izglītība un pašattīstība. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.	aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.	Dabas zinātnes (ķīmija, fizika, bioloģija) –profesiju daudzveidība Matemātika – aptauju un diagrammu veidošana, matemātikas zināšanu pielietošana praktiskās situācijās. Mērnieku profesijas iepazīšana.
3.	Izglītības vērtība.	Pašizziņa. Karjeras iespēju izpēte	Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.	Svešvalodas – profesiju atšķirības agrāk un tagad. Svešvalodas - dialogu veidošana – pie ārsta, apģērbu veikalā, tūrisma informācijas centrā. Latviešu valoda un literatūra – lietišķie raksti, to nepieciešamība dažādu profesiju pārstāvjiem.
4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule.	Karjeras iespēju izpēte. Pašizziņa.	Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas). Ēnu diena kā iespēja. Manā pilsētā / novadā / pagastā pieprasītākās profesijas	Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos. Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.	Latviešu valoda - valodnieks, grāmatu izdevējs, korektors - diskusija, vai šīs profesijas ir dzīvē nepieciešamas, kāpēc? Vai rakstnieks un dzejnieks ir profesija? Vēsture – muzejpedagoga profesijas iepazīšana, arheologs, filozofs, valsts pārvaldes darbinieki, zemkopji.
5.	Individuālā	Pašizziņa.	Mērķis un starp mērķi.	Ir apgūtas plānošanas prasmes un	Literatūra - lasot dažādu daiļdarbu fragmentus, pievērš uzmanību varoņu

	karjeras plāna izveide.	Karjeras lēmumu pieņemšana.	Izvēle un alternatīvas. Lēmumu pieņemšanas ceļi. Manas sasniegumu mapes prezentācija.	veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasnieguma mape (portfolio).	profesijām, salīdzina pagātnes arodus ar mūsdienām.
--	-------------------------	-----------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------

10. – 12.klase					
1.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs. Mūzikglītība	Izglītības iespēju izpēte	Latvijas izglītības sistēma un tālākās izglītības iespējas. Nosacījumi studijām ārzemēs (apmaiņas programmas). Informācijas avoti par iespējām turpināt izglītību. Informācijas avoti par studiju fondiem, stipendijām, kredītiem.	Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs. Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. Apzinās izglītību kā vērtību. Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas.	Latviešu valoda Mediju veidi, žanri. Daudzveidīgu tekstu veidošana. Lietišķie raksti. Profesiju daudzveidība. Publiskā runa par izvēlētu profesiju. Prezentācijas prasmes. Problēmsituācijas, to risinājumi. Literāti – pedagogi. Literatūra Savu rakstura īpašību iepazīšana. Radošas personības dzīve. . Literāti – pedagogi. Angļu valoda Nākotnes plāni. Dzīves notikumi – karjera. Brīvais laiks. Radošas profesijas. Mākslinieka dzīve. Darba dzīve. CV. Darba intervija. Pieteikuma vēstule. Vācu valoda Problēmas un risinājumi. Sociālās aktivitātes. Darba pasaule. Studiju izvēle.

					<p>Krievu valoda Latvijas augstskolas. Nākotnes plāni. Profesijas. Tirdzniecība. Veselības aprūpe. Meteoreoloģija. Augstskolas. Profesijas. Darba intervija.</p> <p>Matemātika Datu analīzes izmantošana privātajos uzņēmumos. Statistika.</p> <p>Fizika Karjera fizikā. Fiziķa prasmju izmantošana profesijās. Celtniecības materiāli, ūdens attīrīšana, minerālmēslu ieguve. Dzinēju fražošana.</p> <p>Ķīmija Ķīmijas un vides tehnoloģijas sabiedrības ilgtspējīgā attīstībā. Karjeras iespējas Latvijā.</p> <p>Bioloģija Vides zinības un ar tām saistītās karjeras iespējas. Ģenētikas pētīšanas nozīme slimību diagnosticēšanā.</p> <p>Ģeogrāfija Pilsētplānotāji. Telpiskās attīstības plānotāji. Antropologi. Tūrisms un vides</p>
--	--	--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

				<p>ģeogrāfija. Gidi un vides pētnieki.</p> <p>Sports un veselība Fiziskā un emocionālā veselība ugunsdzēsēja, ārsta un militārajās profesijās.</p> <p>Sociālās zinības un vēsture Indivīds un sociālās attiecības (izvēles, tolerance). Personiskā un sociālā identitāte. Personības veidošanās. Latvijas viduslaiku vēstures izpēte un arhīvu materiāli.</p> <p>Datorika Digitālās identitātes veidošana. Kiberdrošības draudu novēršana.</p> <p>Mūzika Darba pieredze tautas dziesmās. Profesijas mūzikā.</p> <p>Vizuālā māksla Arhitekta profesija saistībā ar Antīkās arhitektūras kanoniem.</p> <p>Programmēšana Programmatūras izstrādes problēmas un praktika.</p>
2.	Informācija par	Darba pasaules	Laiks un profesijas.	Ir apzināta informācija par darba

	<p>darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences. Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības. Darbs ārzemēs.</p>	<p>iepazīšana</p>	<p>Darba tirgus perspektīvas un lēmuma pieņemšana. Nodarbinātības tendences Latvijā un pasaulē. Alternatīvu lēmumu pieņemšana karjeras izvēlē.</p>	<p>tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē. Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. Pārzina darba meklēšanas procesu. Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības. Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.</p>
3.	<p>Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide</p>	<p>Karjeras lēmumu pieņemšana</p>	<p>Man piemērotāko profesiju saraksts. Izvēlētās profesijas apguves iespējas. Individuālā plāna īstenošanas termiņi. Dažādas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas. Izvēle un alternatīvas.</p>	<p>Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par</p>

				interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamo.
4.	Publiskā runa. Lietišķā valoda un lietišķie raksti. Darba organizēšana un plānošana.	Karjeras prasmju un kompetenču pilnveide	Ko sagaida darba devējs? Darba meklēšanas process un iespējas. Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju mainību. Profesionālā ētika un darba likumdošana.	Apgūta prasme uzstāties, pareizas literārās valodas lietošana; loģisks argumentēts domas izklāsts. Prot atklāt darba būtību, pamatot un aizstāvēt, prasme ieinteresēt paveiktajā Apzinās sava un citu darba kvalitāti, saskata iespējas, kā uzlabot rezultātu. Prot uzklaut kritiku un ieteikumus. Ir apguvis lietišķos rakstus, spēj izveidot personīgo dosjē. Zina konfliktu risināšanas stratēģijas. Novērtē laika vērtību. Prot izvērtēt prioritātes attiecīgajā laikā un atbilstoši tam plānot savas aktivitātes un darbu. Prot darboties darba grupās, dalīt un izņemt pienākumus un atbildību

Karjeras izglītības vērtēšana

Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti bez atzīmju vērtēšanas sistēmā, īsi mutiski vai rakstiski raksturojot skolēnu mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku sekojošu zināšanu, prasmju, iemaņu apgūvē un izmantojot pašvērtējumu:

Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 3., 6., 9.,12. klasi.

Beidzot 3. klasi, skolēns

- pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk.
- uzdod jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.).
- ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam.
- ar pedagoga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi.
- nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības.
- nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām.
- atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem.
- saskata vienkāršas ar sekmīgu karjeru saistītas kopsakarības sabiedrībā(skolā, ģimenē un vietējā kopienā).
- veido stāstījumu par darba darītājiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli.
- pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām.
- ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu.
- izvirza īstermiņa mērķus savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgūšanai.
- raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai.

Beidzot 6. klasi, skolēns

- ir iepazinies ar dažādām profesijām;
- izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē;
- izprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību;
- mēģina izzināt savas personīgās intereses un spējas;
- izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību.

Beidzot 9. klasi, skolēns:

- 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 darba tirgu un tā aktualitātēm;
- spēj saskatīt izvēles iespējas/alternatīvas karjeras iespēju izvēlē.
- skolēns spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā.
- skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām (darba tirgu, izglītību).

Beidzot 12. klasi

- saprot koncepciju par darba tirgu mainīgumu un 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;
- 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 .c.);
- ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas.

Karjeras izglītībā izmantojamās metodes

1. **Anketēšana, aptauja** - apgūst prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prot izteikt savu domu īsi, konkrēti. Ieinteresē audzēknim izzināt sevi, savas izglītības iespējas. Attīsta prasmi kritiski domāt.
2. **Analīze** - apgūst prasmi objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām.
3. **Brīvais raksts** – veido prasmi brīvi paust savas domas un izjūtas rakstiskā veidā.
4. **Darbs ar informācijas avotiem** – prasme atlasīt un izvērtēt informāciju.
5. **Darbs grupās** – apgūst iemaņas darboties komandā, plānot darbu , sadalot pienākumus
6. **Darbs pāros** – veido prasmes sadarboties, uz klausīt otru, ievērot kompromisu.
7. **Diskusija** – prasme mutiski izteikt savu viedokli, to pamatot , argumentēt uz klausīt citu domas. Meklēt problēmu risinājumu.
8. **Dubultā dienasgrāmata** – prasme atrast tekstā nepieciešamo informāciju, to analizēt, paust savu viedokli, balstoties uz pieredzi.
9. **Ekskursijas** – prasme iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām.
10. **Ēnu dienu** – iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt tuvāk izvēlētajās profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus.
11. **Eseja** –prasme izteikties, pamatot savu viedokli , apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā.
12. **Individuālais darbs** – prasme strādāt patstāvīgi.
13. **Insert metode** – prasme izvēlēties informāciju
14. **Intervija** - prasme sarunāties, uz klausīt sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķo dialogu.

15. **IT izmantošana** – prasme lietot mūsdienu tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā.
16. **Pārrunas-** prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli , iegūt informāciju pārrunu ceļā.
17. **Pašvērtējums, pašanalīze** – prasme veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu novērtēšanu.
18. **Pētījums** – prasme strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājumu plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam.
19. **Portfolio-** prasme iegūt informāciju, to apstrādāt un uzkrāt.
20. **Prāta vētra-** prasme izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē..
21. **Prezentācija** – prasme parādīt sevi un savu paveikto darbu.
22. **Prognozēšana** – prasme paredzēt iespējamo rezultātu.
23. **Projekts** – prasme plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju un praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus.
24. **Seminārs** – prasme atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tā sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu- rezumēt.
25. **Spēles** – prasme iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem.
26. **Tests** – rosināt iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai.
27. **Tikšanās** – prasme iegūt informāciju par kādu jomu tiešā saskarsmē.
28. **Venna diagramma-** prasme noteikt kopīgo un atšķirīgo un definē slēdzienu.
29. **Vērošana** – apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus.

Resursi, kuri saistīti ar karjeras izglītību

1. Valsts izglītības attīstības aģentūra -<http://viaa.gov.lv/lat/Skolotajiem> -http://viaa.gov.lv/lat/macibspeki/merkgrupas_skolotaji/Skolēniem -
<http://viaa.gov.lv/lat/skoleni/skoleni/Studentiem> -<http://viaa.gov.lv/lat/studenti/studentiem/>
2. Nacionālā izglītības iespēju datu bāze –<http://www.niid.lv/>
3. Virtuāla profesiju pasaule –<http://www.profesijupasaule.lv/lv/news>
4. Lielākais karjeras portāls Latvijā –<https://www.prakse.lv/>
5. Augstākās izglītības kvalitātes novērtēšanas centrs -<http://www.aiknc.lv/lv/index.php>
6. Europass dokumenti (CV, motivācijas vēstule) -<https://europass.cedefop.europa.eu/lv/documents>
7. Nodarbinātības valsts aģentūra -<http://www.nva.gov.lv/>
8. Karjera -<http://www.nva.gov.lv/karjera/>
9. Profesiju aprakstu katalogs/ profesiju standarti un profesiju klasifikators -<http://www.nva.gov.lv/karjera/index.php?cid=10&mid=118>
10. Informācija par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām -<http://www.uzdevumi.lv/school>
11. EK Karjeras konsultēšanas un informācijas tīkls. www.izmpic.gov.lv profesionālā izglītība; profesiju standarti –<http://euroguidance.eu/>
12. Interesu un prasmju noteikšanas testi, darba tirgus un karjeras izvēles gids (eng.) -<http://www.occupationsguide.cz/en/>
13. Informācija par stipendijām, studiju un studējošā kredītiem –<http://www.izm.gov.lv/lv/studentiem>