

APSTIPRINU:

Umurgas pamatskolas direktore

/V.Ozola

Limbažu novadā Umurgas pagastā,

04.01.2021



**UMURGAS PAMATSKOLAS
KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA**

2020

SATURS

1.	INFORMĀCIJA PAR UMURGAS PAMATSKOLU	3
2.	KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS NORMATĪVAIS PAMATS	4
3.	KARJERAS IZGLĪTĪBAS MĒRKIS, UZDEVUMI UN ĪSTENOŠANAS PAMATPRINCIPI	6
4.	KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS REALIZĒŠANĀ IESAISTĪTO PUŠU KOMPETENCE	8
5.	KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI	10
6.	KARJERAS ATTĪSTĪBAS ATBALSTA JOMAS	12
7.	KARJERAS IZGLĪTĪBAS TEMATISKAIS PLĀNOJUMS	13
8.	KLASES STUNDU “KARJERAS IZVĒLE” SADALĪJUMS	22
9.	PLĀNOTIE SKOLĒNAM SASNIEDZAMIE REZULTĀTI KARJERAS VADĪBAS PRASMĒS, BEIDZOT 3.,6. UN 9.KLASI UN VEIDI TO IZVĒRTĒŠANAI	26
10.	ABSOLVENTU TURPMĀKO GAITU MONITORINGS UN ABSOLVENTU IESAISTĪŠANA KARJERAS ATTĪSTĪBAS ATBALSTA ĪSTENOŠANĀ	33
11.	KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAS METODES UN PAŅĒMIENI	34
12.	KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMIE METODISKIE UN INFORMATĪVIE RESURSI	39

1. INFORMĀCIJA PAR UMURGAS PAMATSKOLU

Umurgas pamatskolā tiek realizēta pamatizglītības programma (kods: 2101 1111).

Interesešu izglītība Umurgas pamatskolā:

- žurnālistikas pulciņš (5.-9.kl.);
- zēnu vokālais ansamblis (2.-7.kl.);
- vokālā dziedāšana (3.-7.kl.);
- Jaunsardze (4.-9.kl.);
- sports (VFS) (2.-9.kl.);
- kokapstrādes pulciņš (1.-9.kl.);
- tautiskās dejas (2.-8.kl.).

IESAISTE PROJEKTOS

Umurgas pamatskola ir iesaistījusies Eiropas Sociālā fonda projektā Nr.8.3.5.0/16/I/001 „**Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs**”.

Projekta īstenošanas termiņš: 2016.gada 2. janvāris – 2021. gada 31. decembris.

Projekta mērķis ir:

- uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs;
- nodrošināt karjeras vadības prasmju apguvi skolās;
- celt izpratni un informētību par tālākās izglītības ceļiem un izvēlēm;
- motivēt profesijas un nodarbinātības izvēlei atbilstoši savām interesēm, spējam, sabiedrības un darba tirgus piedāvājumam un vajadzībām.

2020./2021.m.g. projekta ietvaros strādā pedagogs karjeras konsultants Ieva Ratniece.



2. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS NORMATĪVAIS PAMATS

Karjeras izglītības programma veidota, pamatojoties uz nosacījumiem un noteikumiem, kas ietverti Latvijas Republikas izglītības politikas dokumentos. 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.

Skatīt interneta resursus:

- Latvijas Republikas Izglītības likums (1998), ar grozījumiem 2013.gadā, kad likumā iekļauti un definēti ar karjeru saistītie pamatjēdzieni: “karjera”, “karjeras izglītība” un “Karjeras attīstības atbalsts”, kā arī noteikta pašvaldības atbildība par bērnu un jauniešu karjeras izglītības nodrošināšanu savā teritorijā (sk. <https://m.likumi.lv/doc.php?id=50759>);
- Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības mācību priekšmetu standartiem;
- Noteikumi par valsts standartu pamatizglītībā un valsts pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem;
- MK noteikumi Nr.831 (2016). *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*, kuros minēts, ka izglītības iestāžu akreditācijas procesā tiek vērtēts arī **atbalsts izglītojamajiem karjeras izglītībā** (22.4.4.pants), un paredzēta karjeras izglītības pašnovērtējuma iekļaušana izglītības iestādes pašnovērtējuma ziņojumā (sk. <https://m.likumi.lv/doc.php?id=287602>);
- MK noteikumi Nr.264 (2017). *Noteikumi par Profesiju klasifikatoru, profesijai atbilstošiem pamatuzdevumiem un kvalifikācijas pamatprasībām*, kuros iekļauti **pedagoga karjeras konsultanta profesionālās darbības pamatuzdevumi** un kvalifikācijas pamatprasības (sk. <https://m.likumi.lv/doc.php?id=291004>);
- Klases stundu programmas paraugs (VISC, 2016);
- Karjeras izglītības paraugprogramma (RIIMC, 2011);
- Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm (VIAA, 2019);
- Pedagoģa karjeras konsultanta profesijas standarts (2014);
- Karjeras konsultanta profesijas standarts (2011).

Izglītības likumā ietvertie nosacījumi:

17.pants. Pašvaldību kompetence izglītībā.

(3) Republikas pilsētas pašvaldība un novada pašvaldība (5) nodrošina bērnu un jauniešu karjeras izglītību.

30.pants. Izglītības iestādes vadītājs.

(3¹) Izglītības iestādes vadītājam ir pienākums nodrošināt izglītības iestādē piekļuvi bibliotekāriem, informācijas un karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem.

55.pants. Izglītojamā tiesības.

Izglītojamajam ir tiesības (3) (..) saņemt bibliotekāros, informācijas un karjeras attīstības atbalsta pakalpojumus.

Izglītības likuma grozījumos (2013) ietverta **Karjeras izglītības terminoloģija**, papildinot 12.pantu ar jauniem punktiem šādā redakcijā:

(12¹) **karjera** – izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā;

(12²) **karjeras izglītība** – izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlei;

(12³) **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.

Noteikumos par mācību priekšmetu standartiem ietverti šādi nosacījumi.

- Latvijas Republikas normatīvajos dokumentos, kas nosaka izglītības programmās realizējamo saturu, skaidrots, ka karjeras izglītības pasākumi tiek iekļauti **integrētā, pēctecīgā programmā**, kas tiek īstenota skolas izglītības apguves procesā.
- Noteikumos par mācību priekšmetu standartiem karjeras izglītībai izvirzītie mērķi un uzdevumi paredz pedagogiem visos mācību priekšmetos motivēt skolēnus mūžizglītībai un apzinātai **karjeras izvēlei**, tādēļ mācību stundās aplūkojamo tēmu lokā jāietver jautājumi par *karjeru* un *karjeras izvēli*.

- Karjeras izglītības mācību darba uzdevumi paredz tādu skolēna karjeras vadības prasmju veidošanu un attīstīšanu, kas nepieciešamas ne tikai konkrētā profesijā, bet kas ir arī universālas un *pārnēsamas* uz jebkuru profesionālās darbības nozari.
- Karjeras izglītības apguves veiksmīgs rezultāts orientēts uz to, lai cilvēks spētu sekmīgi iekļauties 21.gadsimta darba tirgū un prastu vadīt un attīstīt savu karjeru mūža garumā.

Izglītības kvalitātes valsts dienesta iekšējos noteikumos Nr.17 (2017). *Izglītības iestāžu, eksaminācijas centru darbības un izglītības programmu īstenošanas kvalitātes vērtēšanas metodika* nosaka akreditācijas procesā izvērtēt šādus jautājumus:

- vai izglītības iestādē ir izstrādāta **karjeras izglītības programma**;
- vai izglītības iestādē ir **pieejams pedagogs karjeras konsultants** un skolēniem tiek nodrošinātas individuālās un grupu karjeras **konsultācijas**;
- vai karjeras izglītības pasākumu koordinēšanai ir **izvēlēts atbildīgais darbinieks** un ir noteikta pedagoģiskā personāla atbildības sadale karjeras izglītības īstenošanā;
- **kā** izglītības iestādes **pedagoģiskais personāls** iesaistās karjeras izglītības īstenošanā;
- vai izglītības iestādē **ir pieejama aktuāla informācija**, arī **e-formā**, par īstenotajām izglītības programmām, to skaitā par karjeras izglītības programmu;
- vai **skolēniem ir nodrošināti** brīvi pieejami **daudzveidīgi informatīvie karjeras resursi**, to skaitā par tālākizglītības iespējām vidējās profesionālajās un augstākajās izglītības iestādēs un to piedāvātajām izglītības programmām; par “darba pasaules” daudzveidību, tās attīstības tendencēm un dažādām profesijām;
- vai izglītības iestāde **organizē karjeras izglītības pasākumus**, arī meistarklases, **kopā ar dažādu profesiju pārstāvjiem, sociālajiem partneriem, nevalstisko organizāciju pārstāvjiem, absolventiem un vecākiem**;
- vai izglītības iestādes **e-vidē** karjeras izglītības process tiek **regulāri aktualizēts** atbilstoši reālajai situācijai;
- vai izglītības iestāde **organizē informatīvos pasākumus** izglītības iestādes **potenciālajiem skolēniem**, viņu vecākiem;
- vai izglītības iestādē tiek **apkopota un analizēta informācija** par absolventu turpmākajām izglītības vai profesionālā darba gaitām.

3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS MĒRĶIS UN UZDEVUMI

Karjeras izglītības mērķis, saturs un izmantojamie līdzekļi ir orientēti uz skolēna personības izpēti viņa interešu, talantu, spēju un prasmju noteikšanai tā, lai skolēns, pazīstot sevi, spētu vadīt savu karjeru un pieņemt lēmumus savas dzīves darbības plānošanai un spētu šos plānus arī realizēt.

Karjeras izglītības mērķis

Karjeras izglītības programmas mērķis ir nodrošināt skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, lai skolēns, izprotot savas darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarības, spētu patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību. Jāorganizē izglītības saturs un izglītības ieguves process, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti 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 izglītības uzdevumi:

1. palīdzēt skolēniem pilnveidot sevi:

- 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”, prasme prezentēt savu veikumu, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

2. motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

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

3. palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:

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

Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi:

- Karjeras izglītība ir izglītības sastāvdaļa.
- Karjeras izglītība ir visas izglītības iestādes atbildība.

- Ievērotas vecumgrupu intereses un vajadzības.
- Mērķi — objektīvi un sasniedzami; pasākumi — īstenojami.
- Pasākumi ir orientēti uz zināšanu un prasmju apguvi.

4. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS REALIZĒŠANĀ IESAISTĪTO PUŠU KOMPETENCE

Izglītības iestādes vadības kompetences karjeras izglītības realizēšanā izglītības iestādē ir:

- nodrošināt karjeras izglītības programmas realizēšanu;
- regulāri veikt karjeras izglītības programmas monitoringu;
- nodrošināt karjeras izglītības realizēšanai nepieciešamos resursus.

Pedagoga karjeras konsultanta kompetences karjeras izglītības realizēšanas nodrošināšanā izglītības iestādē ir:

- veidot izglītības iestādes profilam atbilstošu karjeras izglītības programmu;
- vadīt, koordinēt un uzraudzīt karjeras izglītības programmas realizēšanu iestādē;
- nodrošināt izglītības iestādes darbu ar daudzveidīgiem karjeras informācijas resursiem, arī e-vidē;
- sniegt metodisko atbalstu pedagoģiskajam personālam karjeras izglītības realizēšanā;
- sniegt karjeras atbalstu (arī karjeras konsultācijas) skolēniem;
- sniegt karjeras atbalstu skolēnu vecākiem.

Karjeras attīstības atbalsta priekšnoteikums ir tajā iesaistīto speciālistu sadarbība, pienākumu un atbildības sadale atbilstoši kopīgi sasniedzamajiem mērķiem.

Pedagogs karjeras konsultants:

- koordinē pedagogu un atbalsta personāla sadarbību karjeras atbalsta sniegšanai, konsultē un informē skolēnus, viņu ģimenes un pedagogus par aktualitātēm karjeras izglītībā, izglīto skolēnus, pedagogus un vecākus karjeras izvēles jautājumos, sadarbojas ar dažādiem partneriem karjeras atbalsta jautājumos, veic pētniecisko un metodisko darbu skolā, pilnveido savu profesionālo kvalifikāciju.

Skolas vadības komanda:

- **direktors** - nodrošina karjeras attīstības atbalsta pakalpojumu pieejamību skolā;
- **direktora vietnieks mācību darbā** - koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā;
- **direktora vietnieks audzināšanas darbā** - koordinē un pārrauga audzināšanas darbu, t.sk., karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā, koordinē klašu audzinātāju darbu un karjeras atbalsta pasākumu norisi skolā, nodrošina informācijas apriti par aktualitātēm karjeras izglītībā, veicina pedagogu tālākizglītību par karjeras izglītības jautājumiem.

Skolotāji:

- **mācību priekšmetu skolotāji**- informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izglītības jautājumiem sava mācību priekšmeta satura ietvaros;
- **klases audzinātājs**-
 - izstrādā un īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas darbības un karjeras izglītības plānu, klases audzinātāju stundu programmu, izglītojamo vecumposma īpatnībām, skolēnu vajadzībām un interesēm;
 - veic skolēnu izpēti savas kompetences ietvaros un analizē viņu attīstības dinamiku, nosakot viņu attīstības virzības raksturu un apjomu;
 - rūpējas, lai klasē būtu labvēlīga vide skolēnu personības attīstībai un izglītošanai, kopā ar skolēnu plāno un organizē klases pasākumus un sekmē klases dalību skolas un citos pasākumos;
 - izzina skolēna ģimenes iespējas bērna audzināšanā un sadarbojas ar vecākiem vai personām, kas viņus aizstāj, palīdzot risināt ar izglītojamā personību, izglītošanos un vērtību sistēmas veidošanu saistītus jautājumus;

- **interesešu izglītības pedagogi-** informē un konsultē skolēnus un viņu vecākus par karjeras izvēles iespējām interesešu izglītības programmas satura ietvaros.

Atbalsta personāls:

- **bibliotekārs** – informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru (grāmatas, prese, bukleti, metodiskie līdzekļi) karjeras izglītībā, veido tematiskās izstādes, palīdz meklēt informāciju internetā un sniedz citu informatīvo atbalstu;
- **logopēds** – konsultē skolēnus un viņu vecākus par logopēdiskiem jautājumiem, ja tas skar skolēna karjeras izvēli;
- **skolas mediķis** – konsultē skolēnus un viņu vecākus par karjeras izvēles iespējām skolēnu veselības dēļ, ja tas skar skolēnu profesionālos nodomus.

Sadarbības partneri ārpus izglītības iestādes:

- **valsts un pašvaldību iestādes:**
 - **Izglītības un zinātnes ministrija** – izstrādā normatīvos aktus;
 - **Ekonomikas ministrija** – izstrādā un sniedz darba tirgus programmas;
 - **Valsts izglītības satura centrs** – izstrādā izglītības standartus un mācību paraugprogrammas;
 - **Valsts izglītības attīstības aģentūra** – nodrošina informatīvos un metodiskos materiālus un veicina sistēmas pilnveidi;
 - **Nodarbinātības valsts aģentūra** – izstrādā un publicē karjeras atbalsta materiālus un piedāvā informatīvos pasākumus;
 - **Izglītības kvalitātes valsts dienests** – akreditē skolas un programmas un izstrādā karjeras izglītības vērtēšanas kritērijus;
 - **Limbažu novada pašvaldība** – nodrošina karjeras izglītības pieejamību, informē par vietējo darba tirgu un tā attīstības perspektīvām;
- **absolventi** – dalās ar personisko pieredzi;
- **vecāki** – informē par savu karjeru un sniedz padomus karjeras virziena izvēlei;
- **tālākās izglītības iestādes** – informē un iepazīstina jauniešus ar piedāvātajām izglītības programmām;
- **nozaru profesionālās apvienības un asociācijas** – informē par nozarē strādājošiem uzņēmumiem un pieprasītām profesijām;
- **darba devēji** – iepazīstina ar darba pasauli, informē par vietējo darba tirgu un darba iespējām.

5. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

Karjera ir cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpausmei mūža garumā. Karjeras apzināta veidošana tiek uzsākta jau pamatskolas posmā, kas tiek turpināta vidusskolas vai profesionālās izglītības posmā, augstskolā un vēlāk visas dzīves garumā.

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 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.

Karjeras atbalsta procesam ir komplekss raksturs. Tas ietver šādus galvenos komponentus:

1. **karjeras informāciju** – tā ir nepieciešamā informācija, lai plānotu, uzsāktu profesionālo darbību un noturētos darba tirgū. Tā iekļauj informāciju par profesijām, prasmēm, karjeras ceļiem, izglītības iespējām, darba tirgus attīstības tendencēm un nosacījumiem, izglītības iestādēm, valsts un nevalstisko organizāciju sniegtajiem pakalpojumiem un darba iespējām. Šis ir pamats atbalsta sistēmai;

2. **karjeras izglītību** - izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlei (Izglītības likums). 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;

3. karjeras konsultēšanu – tā ir palīdzība cilvēkam, lai veicinātu sevis izzināšanu, savas profesionālās ievirzes apzināšanu, padziļinātu izpratni par izglītību un iespējām darba tirgū un atklātu to profesionālo virzienu, kas vislabāk atbilst cilvēka personībai, viņa vērtībām, mērķiem. Šis process sekmē apzinātu un patstāvīgu karjeras lēmumu pieņemšanu. Karjeras konsultēšana var ietvert palīdzību karjeras plānošanā, profesionālās piemērotības noteikšanu, darba izmēģinājumus, darba meklēšanas un darbā noturēšanās prasmju apguvi.

Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu “karjera” skaidroja un asociēja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, tad tagad termins —karjera ir jāsaprot ne vien kā izaugsme profesionālajā jomā, bet arī kā likumsakarīga personības izaugsme un nodarbošanās secīga maiņa visas dzīves garumā. **Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurā summējas visas indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbs.**

Izvēloties savas profesionālās karjeras virzienu un profesiju, jāņem vērā trīs būtiski nosacījumi:

- lai profesija būtu interesanta un saistoša,
- lai profesija atbilstu spējām,
- lai varētu atrast darbu šajā profesijā.

Plānojot savu personīgo dzīvi, veidojot profesionālo karjeru un izvēloties profesiju, ir svarīgi saprast— ko pats cilvēks **GRIB**, **VAR** un ko **VAJAG** sabiedrībai.

GRIBU — tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem izglītojamajiem ir plašs interešu loks, un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu darba pienākumus un apstākļus.

VARU — tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, kā arī veselības stāvoklis, — visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad ir noskaidrotas profesionālās intereses, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā — mācībās vai jau praktiskajā darbā.

VAJAG – tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad – kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc, izglītojamajam izvēloties izglītības virzienu, ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot vienā vai otrā programmā arodskolā, tehnikumā, koledžā, augstskolā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai. Tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties. Pašiem jāpilnveido savu garīgo pasauli un vidi sabiedrībā. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, pilnveidošanai un attīstībai.

6. KARJERAS ATTĪSTĪBAS ATBALSTA JOMAS

Karjeras attīstības atbalsts izglītības iestādē ietver trīs pamatjomas:

1. **Pašizziņa**, kas ietver:
 - izpratnes veidošanu par sevi, apkopojot un analizējot pašizpētē iegūto informāciju;
 - kritiskās domāšanas attīstīšanu, izvērtējot savas personības iezīmes, raksturu, vērtības, dotumus un spējas;
 - jēgpilnu un mērķtiecīgu jaunradi, paaugstinot savas kompetences.
2. **Karjeras iespēju izpēte**, kas ietver:
 - profesiju pasaules un tās attīstības pētīšanu;
 - dažādu izglītības un darba iespēju pētīšanu Latvijā un pasaulē;
 - daudzveidīgu informācijas avotu izmantošanu, izvērtējot, atlasot un analizējot karjeras informāciju;
 - digitālās prasmes izmantošanu karjeras informācijas atrašanā un izvērtēšanā.
3. **Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana**, kas ietver:
 - karjeras plāna veidošanu;
 - karjeras attīstības lēmumu pieņemšanu;
 - karjeras pašvadīšanu.

Karjeras izglītības īstenošanas inovatīvais aspekts.

Skolēnam karjeras izglītības apguves procesā **ir iespēja:**

- apgūt karjeras izglītību kompetenču pieejā;
- veikt padziļinātu sevis izpēti;
- noteikt savas personības tipa piemērotību konkrētām profesionālās darbības nozarēm;
- mācīties pēc individuāla mācību plāna atbilstoši savam mācīšanās stilam un personības tipam;
- izstrādāt personīgo “*Karjeras portfolio*” sevis izzināšanas un profesiju pasaules izpētes darbam ilglaicīgā nākotnē;
- saņemt karjeras konsultācijas: individuāli vai grupā.

Skolotājiem ir iespēja saņemt informatīvo un metodisko atbalstu no pedagoga karjeras konsultanta skolēna karjeras izglītības realizēšanai.

Skolēnu vecākiem ir iespēja:

- piedalīties izglītojošos semināros par karjeras atbalsta sniegšanu saviem bērniem;
- piedalīties profesionālo nozaru meistarklasēs;
- piedalīties stundu vadīšanā, iepazīstinot skolēnus ar savu profesiju;
- saņemt karjeras konsultācijas par sava bērna profesijas izvēli.

7. KARJERAS IZGLĪTĪBAS TEMATISKAIS PLĀNOJUMS

Iespējamais norises laiks Tematiskais virziens	Karjeras izglītības saturs	Sasniedzamais rezultāts Skolēna karjeras vadības prasmiņu (KVP) veidošanās/pilnveide	Atbildīgie		Pieaicinātie	Resursi
			Realizētāji izglītības iestādē	Specialisti Nozaru profesionāļi Konsultanti		
<i>Skolotāju izglītošana karjeras vadības jautājumū iekļaušanā mācību priekšmetu saturā un ārpusstundu darbā</i>						
Augusta pēdējā nedēļa	Seminārnodarbtība izglītības iestāžu pedagogiskajam personālam “ Metodiskie paņēmieni karjeras izglītības integrēšanā mācību un ārpus stundu darbā”.	Dalībnieki ir saņēmuši metodiskos materiālus un apguvuši praktiskus paņēmienus karjeras izglītības realizēšanai klases un mācību priekšmetu stundās, interešu izglītībā.	Pedagoģis karjeras konsultants			Semināra telpa, tehnikais aprīkojums
Septembris	Pedagoģiskā personāla gatavošanās VIAA organizētajai “Karjeras nedēļas” norisei.	Dalībnieki ir saņēmuši informāciju, izdales materiālus, izveidojuši plānu “Karjeras nedēļas” organizēšanai.	Pedagoģis karjeras konsultants	VIAA informācijas un karjeras departaments		Pavairoti izdales materiāli, sanāsmes telpa, tehnikais aprīkojums
<i>Skolēnu karjeras konsultēšana</i>						
Visu mācību gadu	Individuālās karjeras konsultācijas	Skolēniem iespējams noteikt bērna personības tipu un tā piemērotību atbilstošām profesionālajām nozarēm. KVP – sevis izziņāšana. T opošie absolventi guvuši atbalstu karjeras izvēles procesā. KVP – sevis izziņāšana, lēmumu pieņemšana.	Pedagoģis karjeras konsultants			Konsultēšanas telpa

<i>Darbs ar skolēnu "Karjeras portfolio"</i>						
Visu mācību gadu	"Karjeras portfolio" sakārtošana vai papildināšana: struktūras izveide, skolēna personīgā karjeras plāna izstrāde mācību gadam, plānoto izpētes materiālu ievieošana.	Skolēni ir iesākuši veidot vai turpina papildināt iepriekšējā gadā iesākto personīgo "Karjeras portfolio". KVP – mērķu izvirzīšana, plānošana, sevis izziņāšana, pašvērtēšana, informācijas iegūšana un apstrāde.	Pedagoģis karjeras konsultants, klašu audzinātāji	Datorikas skolotāji, vecāki	Pavairoti izdales materiāli, portfolio mapes	
<i>Mācību priekšmetu tematiskās jomas saistībā ar noteiktām profesijām</i>						
Septembris	Tematiskas stundas "Kurās profesijās ir nepieciešamas ... (mācību priekšmeta nosaukums) apgūstamās zināšanas, prasmes un iemaņas". Mācību priekšmetu reklāmu izstādes (saiestībā ar profesijām).	Skolēni prot sasaitīt konkrēta mācību priekšmeta saturu ar veicamo noteiktās profesijās un apgūto zināšanu praktisko pielietojumu reālajā dzīvē. Mācīšanās motivācijas paaugstināšanās. KVP – "darba pasaules" izpēte.	Visu mācību priekšmetu skolotāji	Ieteicams uzaicināt dažādu nozaru pārstāvjus	Profesiju katalogs, interneta resursi (profesijupasaule.lv), materiālu noformēšanai nepieciešamie līdzekļi	
<i>Karjeras neietilpa saskaņā ar Valsts izglītības attīstības aģentūras (VIAA) vadlīnijām un organizētajiem pasākumiem</i>						
Oktobris	Seminārnodarbība 9. klašu skolēniem "Veiksmīgas karjeras veidošana" – par nosacījumiem un faktoriem, izvēloties turpmākās izglītības vai profesionālās darbības virzienu.	Skolēni izprot karjeras veidošanas nosacījumus. KVP – iegūto zināšanu analīze, sintēze un pielietošana, lēmumu pieņemšana.	Pedagoģis karjeras konsultants		Semināra telpa, tehniskais aprīkojums	
Oktobris	Tikšanās ar izglītības iestādes absolventiem, vecākiem, kas	Skolēni ir iepazīnušies ar dažādu profesiju pārstāvju pieredzes	Pedagoģis karjeras konsultants	Izglītības iestādes absolventi, vecāki,	Tikšanās telpas, prezentēšanas	

	pārstāv dažādas profesijas. Uzņēmumu produktu izstādes. Uzņēmumu reklāmu izstādes. Ekskursijas uz darbavietām.	stāstiem un profesijas apguves iespējām. KVP – “darba pasaules” izpēte.	(organizē, koordinē pasākumu norisi)	nozaru profesionāļi	aprkāpums, uzņēmumu reklāmas, ražotā produkcija
Oktobris	Ar profesiju saistītās nodarbes brīvajā laikā (hobijs). Zīmējumu, kolāžu, fotogrāfiju, rokdarbu u.c. brīvajā laikā radošo darbu izstādes “Mani vaļasprieki”, “Mana sapņu profesija” u.c..	Skolēni spēj saistīt brīvā laika nodarbes ar izvēlēto profesiju, ir pilnveidojuši radošās prasmes. KVP – dotumu un talantu pilnveide, kompetenču attīstīšana karjeras veidošanas aspektā.	Klašu audzinātāji, mācību priekšmetu skolotāji, pulciņu vadītāji	Vietējie mākslinieki, amatnieki, interešu grupu pārstāvji, vecāki	Mākslinieciskās noformēšanas līdzekļi
Oktobris	Radošās darbības: meistarklases, skolēniem darbojoties kopā ar dažādu nozaru speciālistiem un amatniekiem.	Skolēni ir iepazinušies ar noteiktās darba nozarēs nepieciešamajām zināšanām un prasmēm un izmēģinājuši praktisko darbību. KVP – “profesiju pasaules” iespēju izzināšana praktiskā darbībā, talantu un dotumu pilnveide.	Pedagoģis karjeras konsultants (koordinē pasākumu organizēšanu un norisi)	Dažādu nozaru speciālisti, amatnieki, vecāki – amatnieki, absolventi - amatnieki	Darbītnu telpas
Oktobris	Vecāku seminārs / konference “Kā atbalsīt bērnu karjeras veidošanā un karjeras izvēlē”.	Vecāki ir guvuši izpratni par atbalsta sniegšanas iespējām bērniem un saņēmuši profesionālus padomus.	Pedagoģis karjeras konsultants (organizē, koordinē, piesaista speciālistus)	Lektors – karjeras vadības jautājumu speciālists. Diskusijas dalībnieki – vecāki, karjeras konsultanti, VIAA, NVA, RIIMC pārstāvji	Semināra telpa, datortehnikā

“Profesiju pasaules” izzināšana

Oktobris	Skolotāja profesija (saistībā ar Skolotāju dienu), skolotāju veidotas prezentācijas, stāsti par savu karjeras ceļu, foto, video, apbalvojumi u.c. izstādes.	Skolēni guvuši priekšstatu par skolotāja profesijas publiski “neredzamo” pusi. KVP – profesiju pasaules izziņošana.	Pedagoģis karjeras konsultants (koordinē), mācību priekšmetu skolotāji	Absolventi – skolotāji, vecāki – skolotāji, bijušie skolas skolotāji	Prezentāciju demonstrēšanas resursi, izstāžu telpas
Novembris	Mācību ekskursijas uz kultūras iestādēm un uzņēmumiem (iepazīšanās ar apskates objektu darbinieku profesijām un viņu veicamā darba saturu).	Skolēni ir paplašinājuši zināšanas par dažādu iestāžu, uzņēmumu darbinieku profesijām. KVP – “profesiju pasaules” izpēte, daudzveidīgu informāciju resursu izmantošana un apstrāde.	Direktora vietnieki, pedagoģis karjeras konsultants.	Ekskursiju gidi, nozaru speciālisti	Līdzekļi ekskursiju apmekļojumam
Decembris	Profesiju izpēte jomās, kas saistītas ar svētku gatavošanu un darbinieku pienākumiem, strādājot svētku laikā.	Skolēni ir guvuši paplašinātu priekšstatu par profesijām, kas saistītas ar svētku gatavošanu vai darbu svētkos, to specifiku. KVP – “profesiju pasaules” izpēte.	Mācību priekšmetu skolotāji, pulciņu vadītāji	Nozaru speciālisti	Interneta resursi, profesiju apraksti
Skolēnu personības izziņošanu					
Novembris – decembris	Nodarbības skolēnu interešu, dotumu, spēju, stipro pušu, mērķu, mācīšanās motīvācības izziņošanā, vērtību noteikšanā.	Skolēni ir iepazīnušies ar personības izpētes metodēm un paņēmieniem. KVP – sevis izziņošana, pašvērtēšana, iegūto rezultātu analīze.	Pedagoģis karjeras konsultants		Pavairoti izpētes materiāli, darba lapas, pieejami interneta resursi
Karjeras izglītības nodarbībās, klases stundās					

<p>Novembris – decembris</p> <p>Karjeras izglītības nodarbībās, klases stundās</p>	<p>Kolāža “Mani karjeras mērķi” (tās centrā skolēna foto, kādas asociācijas, piktogrammas, simbola attēlojums vai zīmējums, apkārt centram atspoguļotas intereses, norises, kas iepriecina, vērtības, sapņi u. tml.).</p>	<p>Skolēni ir iemācījušies izveidot savus vizuālos profilus.</p> <p>KVP – sevis izzināšana, pašvērtēšana.</p>	<p>Klašu audzinātāji, pedagogs karjeras konsultants</p>		<p>Žurnāli, laikraksti, attēli, foto, datorgrafikas materiāli u. tml.</p>
Skolotāju un vecāku izglītošana					
<p>Janvāris</p>	<p>Seminārmodarbības “Skolēnu vajadzību ieviešana dažādos vecumposmos karjeras vadības prasņu veidošanā / pilnveidē”, “Karjeras informācijas resursu atrašana un izmantošana karjeras izvēles situācijā”.</p>	<p>Skolotāji un vecāki ir pilnveidojuši zināšanas par bērnu un jauniešu atūstības īpatnībām, to respektēšanu karjeras izglītības saturā apguvē un karjeras vadības prasņu veidošanā.</p>	<p>Pedagoģs karjeras konsultants</p>		<p>Semināra telpa, prezentāciju demonstrēšanas resursi, pavairoti materiāli</p>
“Darba pasaules iepazīšana”					
<p>Janvāris</p> <p>Klases stundās, mācību priekšmetu stundās, karjeras izglītības nodarbībās</p>	<p>Tematiskas nodarbības par profesiju daudzveidību. Virtuālā “Ēnošana”, sk. interneta resursus: www.profesijupasaule.lv www.nva.gov.lv www.prakse.lv www.jaunatne.gov.lv</p>	<p>Skolēni ir paplašinājuši priekšstatu par dažādu profesiju darbavietu vidi, pētot attēlu galerijas, ir izzinājuši profesiju apguves iespējas pēc 9.klases beigšanas.</p> <p>KVP – “profesiju pasaules” izpēte, daudzveidīgu informatīvo resursu izmantošana un apstrāde.</p>	<p>Klašu audzinātāji, mācību priekšmetu skolotāji, pedagogs karjeras konsultants</p>	<p>Datorikas skolotāji</p>	<p>IT resursi, uzskates līdzekļi</p>

<p>Janvāris</p> <p>Klases stundās, karjeras izglītības nodarbībās</p>	<p>Profesionāļu profilu veidošana (apraksti, prezentācijas, attēlu galerijas, kolāžas, zīmējumi, foto, video u.tml.). Izstādes.</p>	<p>Skolēni ir paplašinājuši priekšstatu par dažādām profesijām.</p> <p>KVP – “profesiju pasaules” izpēte, daudzveidīgu informāciju resursu izmantošana un apstrāde.</p>	<p>Klašu audzinātāji, pedagogs karjeras konsultants</p>		<p>Noformēšanas līdzekļi, IT resursi</p>
<p><i>Pedagoģiskās valsts organizētajā pasākumā “Ēnu dienas”</i></p>					
<p>Februāris</p>	<p>“Ēnošana” dažādās iestādēs, uzņēmumos, izglītības iestādēs, to skaitā augstskolās, vietējā pašvaldībā, skolēnu vecāku darbvietās. Foto, video veidošana. Profesiju aprakstu veidošana.</p>	<p>Skolēni ir guvuši priekšstatu par dažādu iestāžu un uzņēmumu darba saturu un vidi, darbinieku pienākumiem un dažādās profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasēm un atbilstošo izglītību.</p> <p>KVP – “profesiju pasaules” izpēte, lēmumu pieņemšana.</p>	<p>Pedagoģis karjeras konsultants (koordinē, piedāvā “ēnošanas” veidlapas, interviju materiālus)</p>	<p>Speciālisti savās darbvietās, to skaitā vecāki, absolventi, pašvaldību darbinieki</p>	<p>Interneta vietne www.enudiena.lv, “ēnošanas” izdales materiāli, tehniskie līdzekļi foto, video veidošanai</p>
<p><i>Darbs e-vidē sevis izziņošanā un “profesiju pasaules” izpēte</i></p>					
<p>Marts</p> <p>Klases stundās, datorikas stundās, karjeras izglītības nodarbībās</p>	<p>E-vides izmantošana skolēnu pašizziņā un pašvērtēšanā, strādājot datorā un interneta vidē (testu, uzdevumu, darba lapu u.c. izpilde).</p> <p>E-vides izmantošana skolēnu personīgo profilu izveidē (prezentācijas par sevi: psiholoģiskais portrets, intereses, dotumi, talanti, hobiji, vērtības, mērķi, sasniegumi u.tml.).</p>	<p>Skolēni ir iemācījušies izmantot e-vides iespējas pašizziņā.</p> <p>KVP – sevis izziņošana, pašvērtēšana, IKT izmantošana, digitālā prātība.</p> <p>Skolēni ir iemācījušies izveidot un prezentēt savus profilus.</p> <p>KVP – IKT izmantošana, digitālā prātība, daudzveidīgu informatīvo resursu izmantošana un apstrāde, sevis izziņošana, pašvērtēšana.</p>	<p>Pedagoģis karjeras konsultants (piedāvā interneta resursus), klašu audzinātājs</p>	<p>Datorikas skolotājs</p>	<p>Dator tehnika, interneta resursi: www.nid.lv, www.nva.gov.lv, www.prakse.lv, www.viaa.gov.lv, www.jaunatne.gov.lv, www.profesijupasaulce.lv.</p>

	E-vides izmantošana izglītības iestāžu mājaslapu izpēte. Iegūtās informācijas saistīšana ar mācību priekšmetu tematiskajām jomām. Jauniešu sabiedriskās līdzdalības iespēju izpēte.	Skolēni ir papildinājuši prasmes lietot e-vidi tālākizglītības un darba tirgus, brīvprātīgo un nevalstisko organizāciju darbības izpētē Latvijā un citviet pasaulē. KVP – IKT izmantošana, digitālā prātība, daudzveidīgu informatīvo resursu izmantošana un apstrāde, “profesiju pasaules” izpēte, lēmumu pieņemšana.			
Iestāde “Skola – 20...” izglītības iestāde					
Aprīlis	Interaktīvas vispārējās vidējās izglītības iestāžu, ģimnāziju, profesionālās izglītības iestāžu prezentācijas. Mācību un studiju programmu informatīvo materiālu izstāde.	Izstādes apmeklētāji ir papildinājuši zināšanas par tālākizglītības un darba iespējām, par nepieciešamo izglītību šo iespēju realizēšanai. KVP – daudzveidīgu informatīvo resursu izmantošana un apstrāde, “profesiju pasaules” izzināšana, lēmumu pieņemšana.	Pedagoģis karjeras konsultants (organizē, koordinē), klašu audzinātāji	Izglītības iestāžu pārstāvi	Izstādes telpas, izstāžu stendi, prezentāciju projicēšanas iekārta
Skolēna personības tipa saskaņošana ar profesiju profilu					
Aprīlis	Motivācijas, vērtību sistēmas, interešu, dotumu, prasņu, rakstura, veselības loma dažādās profesijās veicamajos	Skolēni iemācījušies sevīs izzināšanu sasaisīt ar karjeras iespējām noteiktās profesijās.	Klašu audzinātāji, mācību priekšmetu skolotāji	Pedagoģis karjeras konsultants (piedāvā materiālus)	Izdāles materiāli, darba lapas (personības izpētei), interneta resursi
Klases stundās,					

mācību priekšmetu stundās	darbos (saisītībā ar mācību priekšmetu stundās apgūto).	KVP – sevis izzināšana, lēmumu pieņemšana.			
Skolēnu karjeras plānu izstrāde					
Maijs Karjeras izglītības nodarbības, individuālajās karjeras konsultācijās	Skolēna rīcības plāna izstrāde pēc strukturētiem paraugiem personīgai izaugsmei un sasniegumiem mācību un interešu jomās.	Skolēni ir iemācījušies izveidot personīgo karjeras izaugsmes plānu. KVP – iespējamā rīcības plāna veidošana, lēmumu pieņemšana.	Pedagoģis karjeras konsultants (piedāvā plāna paraugus)		Izdales materiāli, plānu paraugi
Karjeras izglītības informatīvi metodiskie materiāli skolas bibliotēkā					
Visu mācību gadu	Karjeras izglītības materiālu tematiska sakārtošana un datu bāzes veidošana / papildināšana. Karjeras izglītības stundu un pasākumu organizēšana bibliotēkā.	Skolas bibliotēkā ir izveidota informatīvi metodiskā karjeras izglītības nodaļa. KVP – daudzveidīgu informatīvo resursu izmantošana.	Bibliotekārs	Pedagoģis karjeras konsultants (piedāvā metodisko bāzi)	Karjeras izglītības metodiskie, informatīvie un izdales materiāli, DVD, foto, video, izstāžu materiāli
Karjeras izglītības sadaļas uzturēšana skolas mājaslapā					
Visu mācību gadu	Karjeras izglītības sadaļas izveide vai papildināšana skolas mājaslapā. Karjeras izglītības realizēšanas procesa atspoguļošana, informatīvo materiālu ievietošana.	Skolēni ir iemācījušies strādāt ar mājaslapas satura veidošanu un materiālu ievietošanu. KVP – digitālā Prattība, daudzveidīgu informatīvo resursu izmantošana un apstrāde.	Mājaslapas uzturētājs	Pedagoģis karjeras konsultants (piedāvā metodisko bāzi)	IKT, interneta resursi, karjeras izglītības materiāli, foto, video, DVD

8. KLASES STUNDU “KARJERAS IZVĒLE” SADALĪJUMS

1.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	5	
Manu ģimenes locekļu darbs	1	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.
Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē.	1	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
Kāpēc jā mācās?	2	Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.
Iespējamās darbavietas pagastā.	1	Izzina, kādas darbavietas ir Umurgā
2.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	4	
Profesiju pārstāvji manā ikdienā	1	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.
Es vēlos strādāt par...	1	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
Kā labāk mācīties? Mācības – pienākums un atbildība	1	Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā.
Iespējamās darbavietas novadā.	1	Dodas mācību vizītēs, lai iepazītu dažādus nodarbošanās veidus. Izzina Limbažu novadā strādājošo profesijas.
3.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	4	
Profesiju pārstāvji manā ikdienā	1	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes. Gūst priekšstatu par

		ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
Mans dienas režīms	1	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
Kā labāk mācīties? Mācības – pienākums un atbildība	1	Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā.
Kas man jāprot manā sapņu profesijā? Kādas prasmes es apgūstu skolā?	1	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.
4.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	5	
Vislabāk es protu...	1	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
Mans dienas režīms	1	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas.
Profesiju daudzveidība	1	Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju.
Vai es mācos tik, cik spēju? Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē	1	Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam.
Mana izaugsme	1	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	4	
Es un mani dotumi	1	Apzinās savas stiprās un vājās puses, mēģina apzināt savas intereses.
Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1	Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
Mana mīļākā profesija. Mana atbilstība izvēlētajai profesijai. Sevis izvērtēšana.	1	Izzina dažādām profesijām nepieciešamās prasmes un iemaņas. Zina, ka veselība - viena no vērtībām, lai gūtu panākumus darbā. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju.
Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes. Darbs komandā	1	Prasme plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas intereses un iespējas.
6.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts

Karjeras izvēle	3	
Profesijas tagadnē, pagātnē, nākotnē. Darba tirgus izpēte. Pieprasītākās profesijas. Neaktuālās, “izmirušas” profesijas.	1	Pēta un izzina profesiju mainību vēsturiskā ritējumā. Domā par nākotnē nepieciešamajām jaunajām profesijām.
Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	1	Skolēni ir iepazīstināti ar profesiju dažādību, izglītības iespējām Latvijā, ir izzinājuši savu vecāku profesijas. Ar anketu palīdzību ir noskaidrojuši sev piemērotāko specialitāti.
Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
7.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	5	
Izglītības vērtība	2	Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē savu sasniegumu rezultātus. Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību.
Vidējās izglītības iegūšana dažāda tipa vidējās izglītības mācību iestādēs. Prasības, iestājoties šajās mācību iestādēs. Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	2	Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.
Profesiju daudzveidīgā pasaule	1	Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos (Ēnu diena). Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.
8.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	5	
Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	1	Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.
Izglītības vērtība. Augstākā izglītība Latvijā. Izglītība ārzemēs.	2	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.
Individuālā karjeras plāna izveide	2	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.

		Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).
9.klase		
Tēmas / temati	Apjoms	Sasniedzamais rezultāts
Karjeras izvēle	5	
Savu interešu, spēju un vēlmju apzināšanās	1	Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības.
Profesiju daudzveidīgā pasaule	2	Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, ir apzinājis sev saistošās profesijas. Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.
Izglītības iespējas	2	Izzina savas turpmākās izglītības iespējas. Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.

9. PLĀNOTIE SKOLĒNAM SASNIEDZAMIE REZULTĀTI KARJERAS VADĪBAS PRASMĒS, BEIDZOT 3.,6.,9. KLASI UN VEIDI TO IZVĒRTĒŠANAI

Karjeras vadības prasmju attīstīšana ir viens no karjeras attīstības atbalsta mērķiem. Karjeras vadības prasmes ir prasmju kopums, ar kura palīdzību cilvēks pašvada savas izglītības un darba gaitas, apkopojot, analizējot un organizējot ar sevi, izglītību un nodarbinātību saistīto informāciju.

Tabula, kurā apkopotas karjeras vadības prasmes

Karjeras vadības prasmes		
Pašizziņas un pašvadības prasmes	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes
Prasme uzturēt pozitīvu paštēlu	Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Prasme veidot karjeras vīziju
Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	Prasme izvērtēt karjeras iespējas	Prasme izvirzīt karjeras attīstības mērķi
Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi		Prasme izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu
		Prasme sadarboties karjeras mērķa sasniegšanai

Karjeras izglītības programmas realizēšanā sasniedzamais rezultāts

Sākumskolā skolēns

- prot atklāt savas intereses;
- prot atklāt savas stiprās puses;
- spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus;
- atpazīst profesijas;
- ir ieguvis zināšanas un priekšstatu par dažādām profesijām;
- zina profesiju daudzveidību;
- prot atbilstoši vecumposmam secināt par dažādu profesiju saturu;
- prot vizualizēt informāciju par profesiju saturu;
- prot apspriest un apkopot informāciju par profesijām;
- prot pamatot, kuras profesijas viņu interesē.

Pamatskolā skolēns

- prot saskatīt un atklāt savas stiprās un vājās puses;
- prot atklāt un analizēt savas intereses un vērtības;
- prot pilnveidot savas zināšanas, prasmes, rakstura īpašības;
- spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus;
- prot veidot savu paštēlu un prezentēt to;
- izprot pašorganizācijas nozīmi;
- prot izmantot pieejamos e-resursus informācijas iegūšanai par “darba pasauli”;
- prot vizualizēt un strukturēt informāciju par profesiju saturu;
- prot apspriest, apkopot un analizēt informāciju par profesijām;
- prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām;
- prot izvērtēt savu piemērotību izvēlētajai profesijai.

PLĀNOTIE SKOLĒNAM SASNIEDZAMIE REZULTĀTI KARJERAS VADĪBAS PRASMĒS, BEIDZOT 3.,6.,9. UN 12. KLASI UN VEIDI TO IZVĒRTĒŠANAI

Klase	Pašizziņa un pašvadība	Karjeras iespēju izpēte	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Izvērtēšanas veidi
3.	<p>Pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī par neizdošanos un kļūdām.</p> <p>Uzdod jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) un ar pieaugušā atbalstu, iedvesmojoties no citu sasniegumiem, meklē idejas tās uzlabošanai.</p> <p>Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam.</p> <p>Ar pedagoga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi.</p> <p>Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības.</p> <p>Pastāsta par savas mācīšanās progresu un prasmēm, veido saprotamu mutvārdu runu un reaģē uz klausītāju jautājumiem.</p> <p>Sniedz par sevi informāciju anketā.</p>	<p>Meklē pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un pats tos pārbauda.</p> <p>Izmanto digitālās tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai pēc norādījumiem.</p> <p>Salīdzina uzņēmumus savā novadā un pilsetā, meklē informāciju par veiksmīgiem sava novada uzņēmumiem un stāsta par tiem.</p> <p>Nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām.</p> <p>Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īstenot intereses un iespējas darba tirgū.</p> <p>Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem.</p> <p>Izmantojot vienkāršu situāciju piemērus, pamato, kāpēc darbs ir vērtība.</p>	<p>Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām. Ir atvērts jaunai karjeras pieredzei.</p> <p>Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzklausa citu viedokli.</p> <p>Atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu saistošā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā.</p> <p>Ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu.</p> <p>Izvirza īstermiņa mērķus savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgušanai.</p> <p>Raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai. Ar pedagoga atbalstu veido karjeras attīstības plānu, īsteno to un izvērtē rezultātu.</p> <p>Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz.</p>	<p>Informācijas vizualizēšana.</p> <p>Jautājumi un atbildes nodarbtības sākumā (beigās).</p> <p>Pašvērtējums.</p> <p>Piedalīšanās diskusijās (diskusijā).</p> <p>Rezumēšana (secināšana).</p> <p>Sadarbtības prasmju novērtēšana.</p>

<p>Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas sniegšanai pēc norādījumiem.</p>	<p>Saskata vienkāršs ar sekmīgu karjeru saistīts kopsakarības sabiedrībā (skolā, ģimenē un vietējā kopienā). Veido stāstījumu par darba darījumiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli. Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlnes. Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Veido savā pieredzē un viedoklī balsītu argumentāciju karjeras iespēju raksturošanai. Formulē savus secinājumus, saskaņā ar dotajiem norādījumiem.</p>	<p>Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpaušmes karjerā un sadzīvē, un piedalās tā nodrošināšanā.</p>	<p>Āra nodarbtas (mācību ekskursijas), ziņojums. Darbu mape. Informācijas vizualizēšana. Jautājumi un atbildes nodarbtas sākumā (beigās). Multimediju prezentācija. Mutiska uzstāšanās.</p>
<p>6. Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses, analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras jomās (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</p> <p>Izvērtē pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) izmanto radosās</p>	<p>Pārliecinās, vai iegūta pietiekami vispusīga un precīza informācija par karjeras iespējām, pārbauda tās ticamību.</p> <p>Izmanto digitālās tehnoloģijas, lai iegūtu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Analizē publiski pieejamo informāciju, lai noskaidrotu, kādi uzņēmumi un kādās nozarēs ir izplatīti vietējā pašvaldībā, un kādu profesiju pārstāvi tajos strādā.</p>	<p>Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības.</p> <p>Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu.</p> <p>Piedalās savu karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.</p> <p>Ar pedagoga atbalstu nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu dotajā kontekstā.</p>	<p>Āra nodarbtas (mācību ekskursijas), ziņojums. Darbu mape. Informācijas vizualizēšana. Jautājumi un atbildes nodarbtas sākumā (beigās). Multimediju prezentācija. Mutiska uzstāšanās.</p>

<p>domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie idejām tās pilnveidei, iedvesmojas no citu idejām, tās papildina.</p> <p>Ar skolotāja atbalstu izveido un patstāvīgi papildina darbu mapī (portfoliо).</p> <p>Patstāvīgi plāno laiku mācībām un darbam.</p> <p>Patstāvīgi seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei dažādās karjeras jomās un nosaka, vai un kā sniegumu uzlabot.</p> <p>Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienoju kritēriju sistēmu, iesaistās dialogā ar klausītājiem.</p> <p>Atbilstoši adresētam un saziņas mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētas aptaujas jautājumiem.</p> <p>Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei.</p>	<p>Saldzina profesijas, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u. tml.</p> <p>Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darba apstākļiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.</p> <p>Atlasa un vizualizē informāciju par darba saturu dažādās nozares profesijās.</p> <p>Skaidro dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.</p> <p>Skaidro sekmīgas karjeras ietekmi uz tās īstenotājiem, viņu ģimenes locekļiem, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību nacionālā mērogā un saskata savu nepieciešamību iesaistīties savas kopienas dzīves uzlabošanā.</p> <p>Iepazīst un izvērtē veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus, lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.</p> <p>Pēc dotajiem un paša radītajiem kritērijiem saldzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē informāciju par karjeras iespējām.</p>	<p>Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolēmj to īstenot.</p> <p>Patstāvīgi izvirza vairākus karjeras attīstības (mācīšanās) mērķus un plāno, kā tos īstenot gan vienatnē, gan grupā.</p> <p>Izvirzot sev īsternīņa mērķus, izmanto gan savu, gan nozīmīgu citu cilvēku pieredzi.</p> <p>Iztēlojoties karjeras mērķa sasniegšanas gaitu un eksperimentējot domās, veido karjeras attīstības plānu, īsteno to, izvērtē paveikto pēc paša radītiem kritērijiem un iesaka uzlabojumus.</p> <p>Izzina pieejamos resursus un atrod jaunus, lai īstenotu savu karjeras iecerī.</p> <p>Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to.</p> <p>Analizē sadarbību karjerā un sabiedrībā.</p>	<p>Pasvērtējums. Piedalīšanās diskusijās (diskusija). Rezumēšana (secināšana). Sadarbības prasņu novērtēšana.</p>
--	--	---	---

	<p>Veido faktos par karjeras iespējas kontekstu balsītu argumentāciju, atšķir atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā.</p> <p>Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus par karjeras iespēju.</p>	<p>Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus. Ir gatavs pieņemt nenoteiktību un jaunus izaicinājumus. Piedalās un aizstāv viedokli diskusijās par savām karjeras iecerēm.</p> <p>Nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, raksturo problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēloņsakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā.</p> <p>Formulē kontekstā balsītus strukturētus pieņēmumus. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolēmj to īstenot.</p> <p>Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi.</p> <p>Plāno savu izaugsmi mācībās un brīvā laika aktivitātēs, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.</p>	<p>Āra nodarbtas (mācību ekskursijas), ziņojums.</p> <p>Darbu mape.</p> <p>Informācijās vizualizēšana.</p> <p>Jautājumi un atbildes nodarbtas sākumā (beigās).</p> <p>Multimediju prezentācija.</p> <p>Mutiska uzstāšanās.</p> <p>Pasvērtējums.</p> <p>Piedalīšanās diskusijās (diskusija).</p> <p>Rakstiska atskaite.</p> <p>Rezumēšana (secināšana).</p> <p>Sadarbtības prasniņu novērtēšana.</p>
<p>9.</p> <p>Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</p> <p>Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušu atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.</p> <p>Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un nodēvējamām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes.</p> <p>Patstāvīgi pilnveido darbu mapi.</p> <p>Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā.</p> <p>Nosauc savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs.</p>	<p>Tiecas iegūt vispusīgu un precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju.</p> <p>Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai atrastu un aprādātu informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās.</p> <p>Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasnēm un personības īpašībām.</p> <p>Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbartīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās. Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs.</p>		

<p>Pastāvīgi izvēlas un iekļauj plānā savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes, nosakot šo izvēļu priekšrocības un trūkumus. Pastāvīgi veido savus kritērijus, kas iecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās, izzina sava padarītā progresu un nosaka, vai un kā uzlabot sniegumu. Izmanto klūdās, lai mērķtiecīgi mainītu savu darbību.</p> <p>Mērķtiecīgi plāno un veido strukturētu un saturīgu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju.</p> <p>Raksta pastāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē.</p> <p>Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta satura (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārtraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas.</p>	<p>Analizē dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.</p> <p>Analizē, kā sekmīga atsevišķu indivīdu karjera ietekmē pašus, viņu ģimenes locekļus, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību Eiropas mērogā un pamato to, ar dažādos avotos gūtu informāciju un statistikas datiem.</p> <p>Salīdzina Veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus, lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.</p> <p>Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</p> <p>Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un pastāvīgi formulē pamatotus secinājumus.</p>	<p>Spricēžot "atpakaļgaitā" un atrodot pretpiemērus, veido karjeras attīstības situācijas modeli un tajā pamatotu karjeras attīstības plānu. Īsteno to, un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņēmieni. Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam.</p> <p>Elastīgi un izsvērti izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri.</p> <p>Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumus.</p> <p>Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.</p>	
---	--	---	--

10. ABSOLVENTU TURPMĀKO GAITU MONITORINGS UN ABSOLVENTU IESAISTĪŠANA KARJERAS ATTĪSTĪBAS ATBALSTA ĪSTENOŠANĀ

Absolventu turpmāko gaitu monitorings ir kā viens no izglītības iestādes pašvērtējuma ziņojumā iekļaujamiem kritērijiem jomas “Atbalsts izglītojamiem” izvērtējumam, lai raksturotu atbalstu karjeras izglītībā.

Tabulā apkopojama informācija par skolēnu turpmākajām gaitām (izglītība un nodarbinātība) pēc pamatzglītības ieguves. Tajā apkopojami dati:

- par pamatzglītību ieguvušo skaitu, no tiem, cik turpina mācības vispārējās vidējās izglītības iestādē, cik profesionālās izglītības iestādē, cik neturpina mācības un cik strādā.

Tabula, kurā apkopot ziņas par absolventiem

UMURGAS PAMATSKOLA									
..../.... mācību gads									
ABSOLVENTU TĀLĀKIZGLĪTĪBA									
Klase	Beidza		Turpina mācības vispārējās vidējās izglītības iestādē	Turpina mācības profesionālās izglītības iestādē	Neturpina mācības	Strādā	Nemācās un nestrādā	Cita izvēle	Nav informācijas
	Ar apliecību	Ar liecību							
9.									

Ziņas par absolventu tālākām gaitām ir ļoti mainīgas, piemēram, ir daudz jauniešu, kuri pārtrauc mācības, ir jaunieši, kuri sākuši strādāt, bet pēc kāda laika tomēr iestājas kādā profesionālās izglītības iestādē un mācās. Tāpēc absolventu turpmāko gaitu monitoringam būtu jānotiek ilglaicīgi, apkopojot ziņas 3-5 gadu laikā. Tad arī skolām būtu ziņas par absolventu iegūtajām kvalifikācijām un apgūtajām specialitātēm, lai varētu absolventus aicināt uz sadarbību karjeras atbalsta pakalpojumu īstenošanā skolās. Šo darbu skolā var veikt pedagogs karjeras konsultants vai cits atbildīgais par karjeras atbalsta jautājumiem skolēniem.

Absolventu iesaistīšana karjeras attīstības atbalsta īstenošanā pārsvarā notiek, aicinot absolventus piedalīties Karjeras nedēļas pasākumos, organizējot absolventu stāstījumus tematisko tikšanos un mācību ekskursiju laikā. Veidojot sadarbību ar absolventiem, retāk izmantoti, bet ieteicami sadarbības veidi ir absolventu veiksmes stāstu publicēšana izglītības iestāžu mājaslapās vai izdevumos un absolventu vakaru (salidojumu) mērķtiecīga izmantošana, sasaistot tos ar karjeras izglītības īstenošanas pasākumiem.

Tikšanās ar absolventiem notiek gan par tālākās izglītības iespējām, gan par dažādām profesijām (iepazīstināšana ar savas profesijas darba saturu un specifiku, apguves iespējām, akcentējot, kam jāpievērš uzmanība skolas laikā, lai sekmīgāk iekļautos darba tirgū). Absolventi ar savas karjeras veiksmes stāstu apliecina, ka izglītības iestāde, kurā viņi ir mācījušies un šobrīd atgriezušies kā savas jomas speciālisti, ir labs starta punkts veiksmīgam turpmākās izglītības un darba ceļam. Tāpat tas ir apliecinājums, ka, sastopoties ar tādām pašām grūtībām kā šodienas skolu jaunieši, iespējams realizēt savus mērķus un sapņus.

11. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAS METODES UN PAŅĒMIENI

Karjeras izglītības procesā var izmantot dažādus metodiskos paņēmienus un materiālus:

- darba lapas par karjeras tēmām;
- karjeras *portfolio* izveide;
- cilvēka dotumu, interešu, prasmju, vērtību, gaidu un darba spēju testēšana;
- karjeras konsultēšana individuāli un grupās;
- diskusijas un pārrunas grupā;
- karjeras informācijas resursu iegūšana, analīze un izmantošana;
- darbs e-vidē, IKT izmantošana;
- lēmumu pieņemšanas modeļu apguve, lēmumu pieņemšanas prasmju attīstīšana;
- profesionālā pētniecība un profesiju pētīšana.

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 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.
Apskats (pārskats) Skolēni, veicot mācību uzdevumu, vāc informāciju (datus), piem., veic aptauju, anketēšanu u.c., un rezultātus apkopo rakstiskā apskatā (pārskatā).
Āra nodarbības Skolotāja organizēta mācību organizācijas forma, kuras laikā skolēni ārpus skolas veic skolotāja sagatavotos uzdevumus un meklē atbildes uz skolotāja sagatavotiem jautājumiem. Pārskatu par paveikto āra nodarbībās skolēni var sagatavot klasē vai mājās.
Darbu mape (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, pašraksturošanas 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.
Darbs ar tekstu Skolotājs piedāvā tekstus (rakstveidā, audio vai videoierakstos) mācību uzdevuma veikšanai, skolēni iepazīstas ar tekstiem un atbilstoši mācību uzdevumam veido jautājumus par tekstu, analizē tekstu, atbild uz tekstā ietvertajiem jautājumiem u.c.
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.).
<p>Diskusija</p> <p>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.</p>
<p>Domu karte</p> <p>Grafiskais organizators – tīklveida zīmējums (“zirnekļis”), kuru veido lapas vidū apļa centrā ierakstot tēmu (nozīmīgāko jēdzienu) un to ar atzariem savieno 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.</p>
<p>Ēnošana</p> <p>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.</p>
<p>Grafiskais organizators (grafiskais informācijas organizators)</p> <p>Noteiktā sistēmā sakārtotas informācijas vizuāls attēlojums, izmantojot specifiskus simboliskus apzīmējumus. Grafiskie informācijas organizatori (tabulas, shēmas, diagrammas, domu kartes u.c.) palīdz abstraktas idejas attēlot konkrētā veidā, parādīt informācijas vienību (faktu, jēdzienu, koncepciju u.c.) savstarpējās attiecības, sakārtot un organizēt idejas, vieglāk iegaumēt un atcerēties informāciju.</p>
<p>Heiristiskas (daļēju meklējumu) pārrunas</p> <p>Skolotāja vadītas pārrunas, kuru laikā skolēni nonāk pie subjektīvi jauniem atklājumiem.</p>
<p>Intervija</p> <p>Skolēni, atbilstoši skolotāja dotajam uzdevumam, iztaujā par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus, pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus.</p>
<p>Jautājumi – atbildes</p> <p>Skolotājs vai skolēni mutvārdos vai rakstiski uzdod jautājumus par noteiktu tematu un atbild uz tiem.</p>
<p>Katehētiskas pārrunas</p> <p>Pārrunas, kuru laikā skolēni precizē un nostiprina esošās zināšanas.</p>
<p>Klausīšanās metode</p> <p>Skolēni uzmanīgi klausās stāstījumu, individuāli pieraksta mācību uzdevumam atbilstošu informāciju (jautājumus, problēmas, viedokļus), stāstījuma beigās uzdod jautājumus (ja nepieciešams), un noslēgumā, atbilstoši mācību uzdevumam, sniedz atgriezenisko saiti vai ziņojumu.</p>
<p>Kolāža</p> <p>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.</p>
<p>Kooperatīvā mācīšanās (grupu darbs)</p>

<p>Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs izveido skolēnu grupas tādu uzdevumu vai projekta darbu veikšanai, kuros nepieciešama produktīva grupas dalībnieku sadarbība, t.i., uzdevuma rezultāti atkarīgi no katra grupas dalībnieka ieguldījuma kopējā darbā. Risinot uzdevumu, grupas dalībnieki pilnveido saskarsmes prasmes, mācās sadarboties un viens no otra. Skolotājs organizē mācības un konsultē skolēnus. Metodi var izmantot gan plaša informācijas klāsta apkopošanai, gan arī radošu uzdevumu izpildei, piem., komiksa veidošanai par noteiktu tēmu.</p>
<p>Krustvārdu mīklas Viens no intelektuāli radošo didaktisko spēļu (projektēšanas spēles, burtu, skaitļu mīklas, anagrammas u.c.) veidiem, kas īpaši lietderīgs jēdzienu izpratnes nostiprināšanā.</p>
<p>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.</p>
<p>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.</p>
<p>Pārrunas Dialogiska mācību metode, kuru īstenojot runātājs (skolotājs vai skolēns) ar mērķtiecīgu un loģiski secīgu jautājumu palīdzību palīdz klausītājiem, kuriem ir vai pārrunu laikā būs iespēja iegūt priekšzināšanas, konstruēt jaunas atziņas.</p>
<p>Piramidālā diskusija Mācību metode, kurā notiek pakāpeniska pāreja no individuālā darba uz diskusiju klasē (grupā). Pēc mācību uzdevuma saņemšanas, skolēni strādā individuāli, izdarot uzdevumā paredzētās izvēles un pieņemot lēmumus. Pēc tam skolēni apvienojas pāros un apspriež individuāli pieņemtus lēmumus, izveidojot kopīgu pāra viedokli par veicamo uzdevumu. Nākamajā posmā, diviem pāriem apvienojoties, diskusija un lēmuma pieņemšana, no visām izvēlēm izveidojot vienu kopīgu izvēli, notiek četratā. Diskusija turpinās aizvien lielākās grupās, kamēr viens kopējs lēmums tiek pieņemts klases kopējā diskusijā. Nobeigumā skolēni skolotāja izvēlētajā veidā izvērtē kopējo lēmumu un tā pieņemšanas gaitu.</p>
<p>Praktiskais darbs Skolēni atbilstoši mācību uzdevumam veic mācību darbu, lietojot apgūtās zināšanas, prasmes un īstenojot savas radošās ieceres, strādājot individuāli vai grupā.</p>
<p>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.</p>
<p>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.</p>

<p>Radošais darbs</p> <p>Skolēnu pašizpaušmes metode, mācību uzdevuma īstenošana individuālās vai kooperatīvās mācīšanās rezultātā radīta stāsta, esejas, dzejas, aforisma, zīmējuma, attēla u.c. formā.</p>
<p>Sarunas mazās grupās</p> <p>Mācību metode, kurā skolēni, saskaņā ar pašu pieņemtiem noteikumiem, veic skolotāja dotu uzdevumu, sarunājoties mērķtiecīgi izveidotās grupās, kur katrs izsaka savu viedokli vai vērtējumu un dalās pieredzē, kā arī saņem informāciju no citiem.</p>
<p>Simulācija</p> <p>Situāciju izspēles metode, kurai, salīdzinot ar lomu spēli, raksturīga lielāka nenoteiktība skolotāja piedāvātajā situācijas aprakstā, elastīgums un sarežģītība.</p>
<p>Situāciju analīze</p> <p>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.</p>
<p>Situāciju izspēle</p> <p>Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas problēmsituācijas aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni meklē situācijas risinājumus, izspēlējot situāciju lomu spēlē (ja situācijas aprakstā skaidri definētas dalībnieku lomas) vai simulācijā (ja lomas situācijā ir nenoteiktas vai neviennozīmīgas). Metodi īstenojot, skolēni var veidot un izspēlēt iespējamās situācijas attīstības scenārijus, un saņemt atgriezenisko saiti no citiem skolēniem un skolotāja. Skolotājs var modelēt izspēlei skolēnu dzīves pieredzei līdzīgas situācijas.</p>
<p>Spēle</p> <p>Noteiktu darbību kopums vēlamā rezultāta sasniegšanai, kam piemīt sacensības pazīmes un kas ietver ne tikai prasmju un iemaņu mērķtiecīgu, noteikumiem atbilstošu izmantošanu, bet arī nejaušības elementus un brīvas interpretācijas, darbības un rīcības iespējas. Spēle veicina izzināšanas spēju, sadarbības prasmju un radošuma attīstību un veicina spriedzes samazināšanos.</p>
<p>Stāstījums (izklāsts, lekcija)</p> <p>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.</p>
<p>SVID analīze</p> <p>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.</p>
<p>Venna diagramma</p> <p>Grafiskais organizators, kuru izmanto kopīgā un atšķirīgā noteikšanai un jēdzienu definēšanai. Venna diagrammu zīmē kā vairākus, parasti divus vai trīs pārklājošos apļus. Diagramma ļauj uzskatāmi parādīt dažāda rakstura attiecības starp jēdzieniem, grupām, kategoriju kopām u.c. Atspoguļojot informāciju diagrammā, apļu daļās, kuras nepārklājas, raksta atšķirīgo, daļās, kurās apļi pārklājas – kopīgo. Apkopojot individuāli vai mazajās grupās izveidoto Venna diagrammu saturu, skolotājs, uzklusot argumentētus skolēnu viedokļus, var veidot lielu diagrammu uz tāfeles un organizēt diskusiju par jēdzienu attiecībām.</p>
<p>Viktorīna</p> <p>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.</p>
<p>Vizualizēšana</p>

Mācību metode, kurā skolotājs vai skolēni informācijas uztveres atvieglošanai un papildināšanai izmanto vai patstāvīgi izveido simboliskus uzskates līdzekļus (īstenības objektu attēlus ar vārdu, simbolu un krāsu palīdzību), piem., domu kartes, shēmas, diagrammas, tabulas, plānus, kartes, zīmējumus u.c.. Lietojot vizualizācijas metodes, skolēni pilnīgo vizuālo uztveri, apgūst skaidrāku redzējumu uz lietām un pilnveido spēju paskatīties uz problēmām no cita skatupunkta un ieraudzīt problēmu risinājumu skaidrākā perspektīvā.

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 citus skolēnus.

12. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMIE METODISKIE UN INFORMATĪVIE RESURSI

Karjeras attīstības atbalsta īstenošanai ir pieejami dažādi metodiskie un informatīvie resursi: gan ieteicamā literatūra, gan palīgmateriāli (bukleti, infografikas, uzziņu materiāli u.tml.), gan audio un videomateriāli.

Ieteicamā literatūra

- Amundsons N., (2016). *Aktīvā iesaistīšanās. Esība un darbība karjeras konsultēšanā*. 4.izd. Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/Amundsen_book_FINAL.pdf
- Baldiņš A., Raževa A., (2001). *Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē*. Rīga: Pētergailis.
- Daija Z., Panasina I., (2000). *Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei*. Rīga: Profesionālās karjeras izvēles centrs.
- *Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7.-9. klasēs*, (2004). Rīga: PIAA. Pieejams: https://www.viaa.gov.lv/library/files/original/Darba_pasaules_un_karjeras_iespeju_izpete.pdf
- Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G., (2008). *Interesantas idejas klases audzinātājam*. Rīga: RaKa.
- Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G., (2008). *Mūsdienīga skolēna portfolio*. Rīga: RaKa.
- Ertelts B.J., Šulcs V. *Karjeras konsultēšanas kompetences*, (2008). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/karjeras_konsult_kompetences_2008.pdf
- *EMKAMPT karjeras atbalsta glosārijs*, (2013). Rīga. Pieejams: https://viaa.gov.lv/files/news/19710/glossary_web_emkapt.pdf
- Hārtungs P., Savicks M. *Mans karjeras stāsts. Autobiogrāfiska darba burtnīca sekmīgai dzīvei un karjerai*. Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/Savicka_darba_burnica.pdf
- *Iepazīsti sevi! Psiholoģiskie testi*, (1997). Sast. F. Kvīna – Šica. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Kalme A., *Kāds es esmu? Pašizziņas testi*, (2008). Rīga: Zvaigzne ABC.
- *Karjeras atbalsta sistēma Latvijā*, (2012). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/files/news/727/guidance_system_lv.pdf
- *Karjeras konsultēšanas metodes*, (2009). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
- Lemešonoka I., *Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. Metodiskie materiāli*, (2018). Rīga: Zvaigzne ABC.
- Lemešonoka I., *Vecāku atbalsts bērnam veiksmīgas karjeras veidošanā. Rokasgrāmata skolotājiem un vecākiem. Metodiskie materiāli*, (2020). Rīga: Zvaigzne ABC.
- *Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem*. Rīga: PIAP aģentūra. Pieejams: https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kipnis_metodiskie_materi_ali/
- *Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi*, (2008). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf
- *Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm*, (2019). Rīga: VIAA. Pieejams:

https://viaa.gov.lv/library/files/original/KAA_pasakumu_plana_paraugs_visparejas_iz_glitibas_iestadem.pdf

- *Karjeras izglītība skolā*. Pieredze 2009, (2010). Rīga: VIAA. Pieejams: https://www.viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izglitiba_skolaa_2010.pdf
- *Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā*, (2016). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/38233_Karjeras_vadibas_buklets.pdf
- *Karjeras ziņas*. Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
- Korna E. *Karjeras izglītība*, (2011). Rīga: RaKa.
- *Mans bērns izvēlas karjeru*. (2010). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
- *Pedagoga karjeras konsultanta profesijas standarts*. Pieejams: <https://registri.visc.gov.lv/profizglitiba/dokumenti/standarti/ps0367.pdf>
- *Profesiju aprakstu katalogs*. (2007). 1.sēj. Rīga: PKIVA. Pieejams: http://www.jsg.lv/wp-content/uploads/2009/02/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf
- *Rokasgrāmata pedagogiem karjeras konsultantiem individuālo karjeras konsultāciju īstenošanai vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs*, (2020). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/Rokasgramata_IKK_istenosanai_2020.pdf
- Stabiņš J., Pupiņš M., (2008). *Ieteikumi karjeras veidošanai. Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs*. Rīga: RaKa.
- *Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu*, (2012). 2.izd. Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
- Templers R., (2007). *Veiksmīgas karjeras likumi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- *100 metodikas karjeras attīstības atbalstam*, (2019). Rīga: VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf

Palīgmateriāli

- Infografika – *Izvēlies izglītību Latvijā!* VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/73183_Izglitiba_LV_VIAA_infografika_v4_3.pdf
- Infografika – *Karjeras atbalsta sistēmas dalībnieki un to lomas. Pedagoga karjeras konsultanta sadarbības partneri*. VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras_atbasta_sistemas_dalibnieki_un_to_lo_mas.pdf
- Infografika – *Karjeras orientēšanās karte*. VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/VIAA_karjeras_orientesanas_karte.pdf
- Infografika – *Tavs dzīves navigators. Karjeras vadības prasmes*. VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/VIAA_karjeras_prasmes.pdf
- Infografika – *Vienlīdzīgas karjeras iespējas sievietēm un vīriešiem*. VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/VIAA_infolapa_210x297mm_WEB.pdf
- Infografika – *Kā iepazīt uzņēmumu?* VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/Ka_iepzit_uznemumu.pdf
- Spēle – *Iepazīsti profesijas!* Sākumskolas skolēniem. VIAA. Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/92892_Spele_iepazisiti_profesijas.pdf
- Infografikas – *Mācību priekšmeti ir būtiska profesijas sastāvdaļa*. VIAA. Pieejams:
 - tehnoloģiju un zinātņu pamati: https://viaa.gov.lv/library/files/original/eksaktie_prieksmeti_infogr.pdf

- priekšmetu cikls “Cilvēks un sabiedrība”:
https://viaa.gov.lv/library/files/original/sabiedriba_infogr.pdf
- mākslas priekšmeti: https://viaa.gov.lv/library/files/original/maksla_infogr.pdf
- valodas: https://viaa.gov.lv/library/files/original/valodas_infogr.pdf
- Origami kubs – *Veido savu karjeru pats!* VIAA. Pieejams:
https://viaa.gov.lv/library/files/original/48455_VIAA_origami_labots_internetam.pdf
- Lidmašīnas trafarets – *Izpēti izglītības iespējas! Iepazīsti savu profesiju!* VIAA.
Pieejams:
https://viaa.gov.lv/library/files/original/44368_VIAA_lidmasina_repro_labots_internetam.pdf
- *Braukt vai nebraukt?* Tiešsaistē pieejami interaktīvi testi un anketas jauniešiem, drukājamas darba lapas pedagogiem, uzziņas par mācībām, praksi un brīvprātīgo darbu Eiropā. Pieejams: <http://brauktvainebraukt.lv/home>
- Infografika – *Ko es zinu par mobilitāti?* VIAA. Pieejams:
https://viaa.gov.lv/files/news/727/ko_es_zinu_par_mobilitati_final.pdf
- Mācību metodiskais līdzeklis – *Karjeras kompass*. VIAA. Pieejams:
https://viaa.gov.lv/library/files/original/karjeras_kompass_2016.pdf
- Infografika – *Tavas attīstības iespējas skolas laikā*. VIAA. Pieejams:
<https://viaa.gov.lv/library/files/original/Prasmes.pdf>
- Infografika – *Tālākās izglītības ceļi pēc 9. un 12. klases*. VIAA. Pieejams:
https://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas_celji_fdp.pdf
- Infografika – *Kā plānot karjeru?* VIAA. Pieejams:
https://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika02_ka_planot_karjeru_150x297mm_screen.pdf
- Infografika – *Kas Tev jāuzzina par sevi, lai veiksmīgi plānotu karjeru?* VIAA.
Pieejams:
https://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika04_kas_tev_jaauzina_150x297mm_screen.pdf
- Infografika – *Kā iepazīt profesijas?* VIAA. Pieejams:
https://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika01_ka_iepazit_profesiju_150x297mm_screen.pdf
- Infografika – *Kā izvēlēties piemērotāko izglītības iestādi?* VIAA. Pieejams:
https://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika03_ka_izveleties_skolu_150x297mm_screen.pdf
- Infografika – *Latvijas izglītības sistēmas shēma*. Pieejams:
http://www.niid.lv/sites/default/files/upload/rakst_blds/shemalv_Izglit_sist_aic_2018_corr.png
- Ziņu portāla lsm.lv sadaļa – *Jauniešu nodarbinātība*. Pieejams:
<https://www.lsm.lv/temas/jaunieshu-nodarbinatiiba/>
- Buklets – *Progresīvās profesijas*. Pieejams: <https://equal.sif.gov.lv/faili/buklets.pdf> 6
- *Karjeras nedēļa – ikgadēja tradīcija, kas turpinās pašvaldībās*. Pieejams:
https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/par_karjeras_nedelu/
- *Nacionālā izglītības iespēju datu bāze*. Pieejams: <http://www.niid.lv/>
- *Profesiju pasaule*. Pieejams: <http://www.profesijupasaule.lv/>

Audio un videomateriāli

- Animācija – *Vecāki virza meitu medicīnā + karjeras konsultantu komentāri*. Pieejams:
https://www.youtube.com/watch?v=iDtvRVnTGaM&feature=emb_title

- Animācija – *Dēls vēlas iegūt profesiju + karjeras konsultantu komentāri*. Pieejams: <https://www.youtube.com/watch?v=DPZGzVYcKfE>
- Animācija – *Jaunieša saruna ar vecākiem + karjeras konsultantu komentāri*. Pieejams: <https://www.youtube.com/watch?v=kV-J2qEuO8>
- Karjeras nedēļas diskusija jauniešiem – *Uzklausī, padomā un izlem pats!* Pieejams: <https://www.youtube.com/watch?v=csxpRIBPdGU>
- Karjeras nedēļas diskusija vecākiem, pedagogiem, karjeras konsultantiem – *Karjeras lēmums. Kā virzīt? Kā runāt? Kā atbalstīt?* Pieejams: <https://www.youtube.com/watch?v=SQiLyPrJEiw>
- Tavai Karjerai – *Tavas karjeras izvēles pamatsoļi*. Pieejams: https://youtu.be/6a_ZzHIT6Oo
- Tavai Karjerai - *Kā veiksmīgi uzsākt studijas augstskolā?* Pieejams: <https://youtu.be/-QDPqvjOfHA>
- Tavai Karjerai – *Vecāki – bērna karjeras atbalstam*. Pieejams: https://www.youtube.com/watch?v=PNU-2bE1XCM&feature=emb_title
- Tavai Karjerai – *Kāpēc izvēlēties IT nozari?* Pieejams: https://www.youtube.com/watch?v=hKuS5YDqMzY&feature=emb_title
- Tavai Karjerai – *Ko nozīmē karjera IT nozarē?* Pieejams: https://www.youtube.com/watch?v=e-qBTf4qapY&feature=emb_title
- Infografika palīdz saprast, kādas prasmes skolēni var apgūt kādā no priekšmetiem skolā, lai turpmāk tās būtu noderīgas, veidojot karjeru. *Mācību priekšmeti, kuri palīdz apgūt prasmes*. Pieejams: https://www.youtube.com/watch?v=HAdeENyW5oc&feature=emb_title
- Karjeras nedēļas 2019 spēle. *Jauno profesiju parāde*. Pieejams: https://www.youtube.com/watch?v=7W28MupbO2o&feature=emb_title
Spēles noteikumus var lejupielādēt VIAA mājaslapas sadaļā Informatīvie materiāli. www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater
- Karjeras izvēles rīks – *Karjeras lēmums – kā to pieņemt un kas Tev var palīdzēt?* *Uzklausī, padomā un izlem pats!* Pieejams: <https://ki.viaa.gov.lv/>
- *Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītības iespējas būvniecības nozarē*. (2008) DVD.
- *Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītības iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē*. (2007) DVD.
- *Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītības iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē*. (2008) DVD.
- *Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītības iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē*. (2008) DVD.
- *Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītības iespējas meža nozarē*. (2007) DVD.
- RTU Karjeras centra filmas – *Zaļais pipars*. Pieejams:
 - *Zaļais pipars 1* : https://www.youtube.com/watch?v=RyxQPre5pOI&feature=emb_title
 - *Zaļais pipars 2*: <https://www.youtube.com/watch?v=OpvCOOzVQnU>
 - *Zaļais pipars 3*: https://www.youtube.com/watch?v=LVqC0FvyvU4&feature=emb_title
 - *Zaļais pipars 4*: https://www.youtube.com/watch?v=h6yh82XxKDw&feature=emb_title
 - *Zaļais pipars 5*: https://www.youtube.com/watch?v=OMTW5ABZku0&feature=emb_title
- *Izglītības iespējas Eiropā. Ceļvedis studiju izvēlei ārzemēs*. (2009) DVD.
- *Mana karjera – manās rokās. Enerģētika*. DVD.
- *Mana karjera – manās rokās. Autoceļu būvniecība*. DVD.