



**SIA "Gaismas tilts 97"**

Reģ. Nr. 40003356352

privātā pamatskola "Gaismas tilts 97"

Reģ. apliecības Nr. 4312802726

Nākotnes iela 3, Ķekava, Ķekavas pag., Ķekavas novads, LV –2123

Tālrunis: 67937884, e-pasts [gt97@gt97.lv](mailto:gt97@gt97.lv)

---

# **Privātās pamatskolas "Gaismas tilts 97"**

## **Karjeras izglītības programma**

## Saturs

1. Programmā izmantotie termini.....	3
2. Karjeras veidošanas aspekti.....	3
3. Karjeras izglītības programmas saturs .....	6
3.1. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi:.....	6
3.2. Karjeras izglītības saturs .....	6
3.3. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns .....	8
3.4. Karjeras izglītības vērtēšana.....	17
4. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes .....	19
5. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra .....	20

## 1. Programmā izmantotie termini

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpaušmei visa mūža garumā. Tas ir nepārtraukts mācīšanās un attīstības process. Citiem vārdiem, tā ir cilvēka virzība visa mūža garumā gan sociālajā, gan profesionālajā jomā. Karjeras attīstība ir indivīda personīgās dzīves, mācību un darba vadības process mūža garumā. Tas ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi un apkārtējo pasauli, analizē un pielieto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju. Karjeras izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā, karjeras vadīšanā; sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un tālākizglītības iespējām, kā arī nodrošinātu efektīvu dalību darba dzīvē. Karjeras vadības prasmes ir vadošās individuālās prasmes, kas palīdz izprast, plānot, organizēt, vadīt un kontrolēt savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai. Tās attiecas uz nepieciešamajām prasmēm, lai atrastu sev izglītības virzienu un nodrošinātu sev darbu un lai sekmīgi veidotu personīgo dzīvi.

## 2. Karjeras veidošanas aspekti

**Karjera** - 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.

Cilvēks var sevi īstenot divos profesionālās karjeras veidos.

**Vertikālā karjera** ir saistīta ar cilvēka virzību pa karjeras hierarhijas kāpnēm vertikāli uz augšu, ieņemot arvien augstākus un atbildīgākus amatus ar tam atbilstoši augstāku atalgojumu un attiecīgi augstākām kompetences prasībām. Šajā karjeras veidā indivīds parasti specializējas kādā noteiktā sfērā un var sasniegt reti sastopamu izcilību savā profesionālajā darbībā, piemēram, izcils ķirurgs vai panākumiem bagāts advokāts.

**Horizontālā karjera** ir process, kurā cilvēks profesionāli paplašina savu kvalifikāciju, kā arī ceļ un nostiprina savu vērtību darba tirgū. Darbinieka ieguvums ir jauna pieredze, apmācība un nebijuši izaicinājumi. Šis karjeras veids ļauj darbiniekiem papildināt un padziļināt savas profesionālās amata kompetences un radīt pievienotās vērtības savai darba ikdienai. Mūsdienās sekmīga profesionālā karjera ir divpusējas sadarbības rezultāts, kas ir ieguvums gan darbiniekam, kurš ir motivēts un realizē savas ieceres un ambīcijas, gan arī darba devējam, kurš saņēmis paaugstinātu produktivitāti no lojāla darbinieka. Profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi Svarīgi, lai cilvēks strādātu darbu, kas viņam sniedz gan morālu gandarījumu, gan pietiekamu finansiālu nodrošinājumu. Gandarījuma un apmierinātības sajūtu cilvēkam var sniegt darbs, kurā viņam ir iespēja īstenot savas spējas un potenciālu. Tas nodrošina cilvēka pozitīvu attieksmi pret savu darbu un darba pienākumiem, kā arī garantē augstu darba produktivitāti un kvalitāti. Strādājot darbu, kas pienācīgi

tiek atalgots, cilvēks jūtas novērtēts un apmierināts. Pietiekams finansiāls nodrošinājums cilvēkam dod iespēju uzturēt sevi un savu ģimeni, pilnvērtīgi un kvalitatīvi atpūsties, attīstīties garīgi, personiski un profesionāli. Arī studijas un mācības ir darbs. Lai neatpaliktu no pastāvīgi mainīgās darba pasaules un saglabātu 5 savu konkurētspēju darba tirgū, mūsdienās ikvienam ir jāmacās nepārtraukti, visas dzīves garumā. 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 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 izziņāt 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. Izvēloties izglītības virzienu ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties vienā vai otrā programmā, 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.

Kopumā jēdziens "karjera" ietver arī citas nozīmīgas cilvēka dzīves jomas:

- **Ģimene.**  
Ģimenes dzīve ir viena no svarīgākajām cilvēka dzīves jomām. Ģimene un attiecību veidošana nereti prasa ļoti daudz laika, pūļu un enerģijas, taču tikpat bieži tā ir arī neizvietojamais atbalsts grūtos brīžos. Ir cilvēki, kuri tieši šai dzīves jomai ir izvēlējušies veltīt lielāko sava laika, spēku un enerģijas daudzumu. Šī ir ne tikai personīgi, bet arī sabiedriski nozīmīga izvēle, jo bērnu audzināšana ir "kapitālieguldījums" kā savas ģimenes, tā arī visas sabiedrības nākotnē.
- **Garīgums.**  
Tas ir laiks un nodarbes, kuras mēs veltām savai dvēselei un garīgai izaugsmei. Katram tās var būt atšķirīgas. Šī ir joma, kas sniedz iespēju pilnveidot pašiem savu garīgo pasauli un pasauli ap mums. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, pilnveidošanai un attīstībai. Pilsoniskums. Tas ir laiks un

enerģija, kuru veltām sabiedrībai un labajiem darbiem. Daudzi aktīvi iekļaujas valsts politikajā dzīvē un ir aktīvi savas valsts vai novada patrioti, citi ir gatavi darboties sabiedriskajās organizācijās un brīvprātīgo kustībā, nodarboties ar labdarību. Katram cilvēkam vajadzība just sevi kā sabiedrības daļu ir atšķirīga, taču tā ir ikviena cilvēka dzīves sastāvdaļa. Brīvais laiks. Lai cilvēks justos labi un varētu ķerties pie darba ar entuziasmu un pilnu atdevi, ir jāspēj atlicināt brīdi atpūtai. Veidi, kā mēs atpūšamies un aizpildām brīvo laiku, var būt ļoti dažādi. Svarīgākais, lai cilvēkam būtu šis brīvais laiks un lai viņš to varētu aizpildīt atbilstoši savām vēlmēm un vajadzībām. Tāpat svarīgs ir fakts, ka brīvais laiks un dažādi vaļasprieki cilvēkiem sniedz iespējas īstenot tās viņu intereses, kuras nevar īstenot darbā.

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 mainīgajām 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. Jēdziens karjeras vadības prasmes ir ļoti plašs. Tās tiek uzskatītas par vadošām individuālām prasmēm, kas palīdz plānot, organizēt, vadīt un kontrolēt savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai, lai ikkatrs spētu uzņemties atbildību par savas karjeras attīstības vadību mūža garumā. Prasme mācīties, sociālās, pilsoniskās un starpkultūru prasmes, kā arī iniciatīvas un uzņēmējdarbības gars ir nepieciešams, lai cilvēks būtu motivēts mācībām, mērķtiecīgi sevi pilnveidotu un spētu atrast un saglabāt darbu. Šo prasmju apgūvē liela loma ir izglītojamiem, jo prasmēm ir jākļūst par galveno izglītības rezultātu. Katram skolas beidzējam ir jābūt sagatavotam turpmākajam izglītības posmam vai nodarbinātībai un spējīgam uzņemties atbildību par savu personīgo lēmumu pieņemšanu un atbilstošu darbību. Lai šo uzdevumu veiktu, ir jāpilnveido skolotāju kompetences karjeras vadības prasmju apgūves integrēšanai vispārējā izglītības procesā. Modernai, konkurētspējīgai ekonomikai ir vajadzīgi darbinieki, kam ir prasmes, zināšanas un attieksmes, ko var izmantot jebkurā darba situācijā, un kam ir spējas un vēlēšanās nepārtraukti pielāgoties un gūt panākumus mainīgajā pasaulē. Tāpēc nodarbinātībai noderīgās prasmes ir būtiska karjeras vadības prasmju sastāvdaļa. Nodarbinātībai noderīgās prasmes tiek definētas kā "īpašību, prasmju un zināšanu kopums, kāds ir nepieciešams ikvienam darba tirgus dalībniekam, lai nodrošinātu savu efektivitāti darba vietā — sava paša izaugsmes, sava darba devēja un visas valsts ekonomikas labā".

### 3. Karjeras izglītības programmas saturs

#### 3.1. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi:

Karjeras izglītības **mērķis** ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2018. gada 27. novembra noteikumu Nr.747 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem" prasībām, integrējot specifiskus mērķus:

- nodrošināt izglītojamam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamata zināšanu un pamata prasmju apguvi;
- radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

Karjeras izglītības **uzdevumi**:

- nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas,;
- palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;
- veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;
- nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;
- palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru
- nodrošināt iespēju gūt darbības pieredzi;
- izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu pret daudzveidību;
- veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību;
- izprast mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus.

#### 3.2. Karjeras izglītības saturs

1. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras 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.
2. Katra karjeras izglītības joma — pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras vadība — ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.
3. Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti (Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu):
  - pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības,
  - analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un

nākotnes saiknes kontekstā;

- morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
  - sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uzklaust 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;
  - saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
  - 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;
  - matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).
4. Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās, taču ne vienādā mērā.
5. Pamatjoma "Pašizpēte" ietver šādas saturiskas tēmas:
- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
  - manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;
  - mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
  - sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
  - attieksmes un vērtības;
  - prasme sadarboties, risināt konfliktus;
  - manas veselības atbilstība nākotnes nodomiem;
  - mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
  - pašaudzināšana.
6. Pamatjoma "Karjeras izpēte" ietver šādas saturiskas tēmas:
- darba nozīme cilvēka dzīvē;
  - populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
  - vecāku profesijas apzināšana un izpēte;
  - informācijas avotu un izglītības iespēju apzināšana;
  - profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
  - darba tirgus un nodarbinātība;
  - sociālā vide un nodarbinātība;
  - izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
  - darba likumdošana, darba drošība;
  - pašnodarbinātība.
7. Pamatjoma "Karjeras plānošana un vadība" ietver šādas saturiskas tēmas:
- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
  - lēmuma pieņemšana par karjeru- dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi,

- sabiedrība u.c.);
- dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- kad viss nenorit tā, kā plānots;
- mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- pārmaiņas manā dzīvē;
- komandas darba pieredze;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšana.

### 3.3. 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.

#### Klases audzināšanas stundas

##### 1. posms: 1.-3. klases

##### 1. klase

Mērķis:

- palīdzēt skolēniem apzināties mācīšanās nepieciešamību, lai nākotnē iegūtu profesiju;
- radīt priekšstatu par profesiju daudzveidību.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Ieviešanas metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
1. Vecāku profesijas. 2. Par ko gribu kļūt 3. Darbs un profesija 4. Prasmē strādāt komandā	1. Iepazīstināt skolēnus ar vecāku profesijām 2. Sniegt priekšstatu par zināšanu un prasmju nepieciešamību, lai iegūtu izvēlēto profesiju	1. Teksta lasīšana un pārrunas 2. Vecāku intervēšana 3. Zīmējumu prezentācija un albūma veidošana 4. Aplicēšana "Par ko es gribu kļūt" 5. Darba lapas 6. IT izmantošana izglītošanas procesā	1. Ir priekšstats par dažādām profesijām 2. Mācās pārdomāt savas intereses un novērtēt savas spējas 3. Saprot, ka darbs ir nozīmīgs sabiedrības un cilvēka dzīvē 4. Zina, kāda ir vecāku un citu ģimenes locekļu profesija. Izprot saistību starp darbu un profesijām 5. Prot iesaistīties komandas darbā ar saviem vienaudžiem



## 2. klase

Mērķis:

- palīdzēt skolēniem tuvāk iepazīties ar savu pilsētu un tās profesionālās darbības veidiem;
- mācīt bērnus taupīgi rīkoties ar naudu un citiem resursiem.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
1. Darba vietas Ķekavā, Ķekavas novadā 2. Es un nauda. 3. Kā mēs taupām ikdienā-resursus, naudu.	1. Iepazīstināt skolēnus ar Ķekavas un Ķekavas novada iestādēm. 2. Radīt priekšstatu par to, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu. 3. Veicināt izpratni par materiālo vērtību, lietderīgu izmantošanu un taupību ikdienas dzīvē.	1. Teksta lasīšana un pārrunas. 2. Vecāku iztaujāšana. Apaļais galds ar vecāku līdzdalību. 4. Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm. 5.IT izmantošana izglītošanas procesā	1. Ir priekšstats par novada uzņēmumiem un iestādēm. 2. Zina, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu. 3. Ir izpratne par materiālo vērtību, lietderīgu izmantošanu un taupību ikdienas dzīvē . 4. Prot strādāt grupās un pāros.

## 3. klase

Mērķis:

- palīdzēt skolēniem saskatīt un novērtēt uzņēmējdarbības nepieciešamību, iespēju piedalīties tajā;
- attīstīt prasmi rīkoties ar naudu.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
1. Ienākumi un izdevumi ģimenē. 2. Uzkrājumu veidošana.	1. Veidot priekšstatu par naudas lomu cilvēka dzīvē. 2. Radīt izpratni par ģimenes budžetu un iespējām tā taupīšanā. 3. Mācīt būt taupīgam. Iesaistīt aktivitātēs, kas saistītās ar karjeras izglītību	1. Teksta lasīšana un pārrunas. 2. Vecāku intervēšana. 3. Tematisku darba lapu aizpildīšana. 4. Lomu spēles. 5. Diskusijas par aprakstītām situācijām, plānojot budžetu. 6. IT izmantošana izglītošanas procesā	1. Zina, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu. 2. Mācās būt taupīgi ikdienas dzīvē. 3. Ir priekšstats par naudas lomu cilvēka dzīvē. 4. Zina nosaukt profesijas, kuras sastopamas Ķekavā, Ķekavas novadā un izprot to nozīmību.

1.- 3. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Pašizpēte”.

Mācību priekšmets		Tēma
Valodas	Mans hobijs. Es un mani draugi. Mani mājdzīvnieki. Mana istaba. Mans apģērbs.	5
Lasīšana	Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana)	1
Dizains un tehnoloģijas	Rokdarbi – gaumīgs un piemērots apģērbs konkrētām dzīves situācijām.	1
Sociālās zinības	Manas intereses.	1
Sports un veselība	Komandu spēles. Fizisko īpašību tests	2
Ārpusstundu nodarbības	Nodarbības: „Kāds es esmu?” ; „Draudzēsimies!”; „Atrisinām strīdu!” ; Vecāku sapulce „Kā mācīt un palīdzēt savam bērnam mācīties”; Pārrunas „Kā man izdodas sadarboties ar citiem”; „Es un mani draugi”; „Mana veselība” u.c.	5

**2. posms:**

**4. -6. klase**

### Klases audzināšanas stundas

**4. klase**

Mērķis:

- veidot skolēnos spēju izvirzīt savas mērķus un izplānot to sasniegšanas gaitu;
- radināt izvērtēt savu ieguldīto darbu mērķu sasniegšanai;
- veidot ekonomiskās domāšanas iemaņas un prasmes.

Tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
1. Ģimenes budžets, tā veidošanās. Pabalsti. 2. Manas nākotnes profesijas iespējas. 3. Intereses un spējas.	1. Izzināt ģimenes budžeta veidošanos.. 2. Izpētīt, kādas prasmes nepieciešamas, lai varētu strādāt konkrētajā profesijā. 3. Mācīt būt	1. Teksta lasīšana un pārrunas. 2. Vecāku intervēšana. 3. Tematisku darba lapu aizpildīšana. 4. Lomu spēles. 5. IT izmantošana	1. Ir priekšstats par ģimenes veidošanos. 2. Apzinās savu spēju un īpašību atbilstību izvēlētajā mērķa sasniegšanā. 3. Mācās plānot ikdienas tēriņus.

	taupīgam. 4. Veidot ekonomiskās iemaņas un prasmes.	izglītošanas procesā	4. Izprot naudas lomu cilvēka dzīvē. 5. Risina elementārus ekonomiskos uzdevumus.
--	--	----------------------	--

### 5. klase

Mērķis:

- sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un tālākās izglītības iegūšanai;
- rosināt skolēnus padomāt par savu psihofizioloģisko īpašību, temperamenta atbilstību konkrētai profesijai;
- rosināt skolēnus izvērtēt savas intereses un prioritātes;
- attīstīt izglītojamo ekonomiskās prasmes.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Paņēmieni un metodes	Sasniedzamais rezultāts
1. Mans temperaments un rakstura īpatnības. 2. Manas nākotnes profesijas iespējas. 3. Darbs un nopelnītā nauda – eksistences pamats.	1. Analizēt šodienas profesijas, izprotot vai un kā tās mainīsies nākotnē. 2. Sniegt ziņas par personības psihofizioloģiskām īpatnībām. 3. Veicināt sava viedokļa paušanu, argumentēšanu un aizstāvēšanu.	1. Saruna par temperamenta tipiem. 2. Tests – temperamenta noteikšanā. 3. Grupu darbs. 4. IT izmantošana izglītošanas procesā.	1. Skolēni izprot sava rakstura īpatnības un temperamentu. 2. Apzinās savu spēju un īpašību atbilstību nākotnes mērķu realizēšanai. 3. Izprot atšķirību starp lietderīgiem un nelietderīgiem uzdevumiem. 4. Izmanto IT informācijas gūšanai, apkopošanai, aprēķiniem.

### 6.klase

Mērķis:

- pilnveidot mācīšanās prasmes;
- attīstīt spēju analizēt savas rakstura īpašības.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
1. Prasme mācīties. 2. Atbildīgs cilvēks – tas ir... 3. Mana uzvedība un attieksme pret	1. Paaugstināt mācību motivāciju. 2. Sekmēt mācību darba plānošanas prasmes.	1. Anketēšana. 2. Diskusija par faktoriem, kas ietekmē cilvēka panākumus, sekmīgu	1. Skolēni ieinteresēti mācībās, sasniedzamo rezultātu paaugstināšanā.

dažādām dzīves situācijām.	3. Veidot un attīstīt personisko atbildību. 4. Attīstīt savas un citu uzvedības izvērtēšanas prasmes dažādās dzīves situācijās.	virzību uz mērķa sasniegšanu. 3. Izspēlētas situācijas par mērķa sasniegšanu. 4. IT izmantošana.	2. Skolēni patstāvīgi pieņem lēmumus un atbildīgi tos realizē. 3. Zina uzvedības normas un tās ievēro. 4. Izprot komandas darba būtību un lomu.
----------------------------	--	--	---

4.- 6. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Pašizpēte”.

Valodas	Manas intereses . Valodas kultūra. Rakstura īpašības. Mans brīvais laiks . Saziņa. Emocijas.	5
Datorika	5. kl.- Teksta apstrāde – lietišķie teksti datorrakstā. Informācijas ieguve karjeras jomā. 6.kl.-Informācijas apstrāde.	2
Sociālās zinības un vēsture	Konfliktu rašanās un risināšana . Mani mācīšanās un pienākumu izpildes paradumi. Pienākumu un tiesību izpratne.	5
Dizains un tehnoloģijas	Darba drošības noteikumu ievērošanas nozīme. Cēloņi un sekas.	1
Sports un veselība	Kā profesija ietekmē veselību. Veselības profilakse ar sporta nodarbībām.	1
Literatūra	Eseja par tēmām: Mērķtiecība/Grūtību pārvarēšana/ Sapņu profesija/... Jauniešu iespējas un problēmas profesijas izvēlē.	2
Dabas zinības	Cilvēka maņas un darbs. Organisma augšana.	2
Ārpusstundu pasākumi	Nodarbības sadarbībā ar skolas psihologu. Darbs komandā. Darbs un risks Ekskursijas - Iepazīstam profesijas.	3

**3. posms:**  
**7. -9. klase**

**Klases audzināšanas stundas**

**7. klase**

Mērķis:

- sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un izglītības iegūšanai;
- sekmēt skolēnu padziļinātas izpētes darbu par interesējošo profesiju;
- veicināt spēju attīstīt nepieciešamās rakstura īpašības mērķa sasniegšanai un realizēšanai.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
<p>1. Apzināta nākotnes profesijas izvēle.</p> <p>2. Griba un tās izpausmes.</p> <p>3. Kas nosaka manas izvēles?</p> <p>4. Līdera īpašības.</p>	<p>1. Likst domāt skolēniem par temperamenta atbilstību konkrētajai profesijai.</p> <p>2. Analizēt komunikatīvās prasmes.</p> <p>3. Apgūt uzvedības prasmes, risināt konfliktus.</p> <p>4. Sniegt palīdzību skolēniem informācijas atlasē par dažādām profesijām un tām atbilstošas izglītības apguves iespējām.</p>	<p>1. Darbs grupās .</p> <p>2. Testi par komunikācijas prasmju noteikšanu, temperamentu veidiem u.c.</p> <p>3. Anketas interešu apzināšanai, atbilstošo spēju noteikšanai u.c.</p> <p>4. Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem</p> <p>5. Pārrunas "Pie apaļā galda" ar psihologu.</p> <p>5. IT izmantošana izglītošanas procesā.</p>	<p>1. Skolēni ir izpētījuši savas komunikācijas, saskarsmes spējas.</p> <p>2. Ir iegūta informācija par pareizas komunikācijas, saskarsmes jautājumiem, par to ievērošanas nepieciešamību jebkurā kolektīvā.</p> <p>3. Meklē pareizu izeju no dažāda rakstura konfliktsituācijām.</p> <p>4. Skolēniem ir priekšstats par interesējošās profesijas iegūšanas ceļiem.</p> <p>5. Skolēni prot atrast plašu informāciju par interesējošām profesijām.</p>

7. klasē paralēli klases stundām tiek akcentēta joma „Pašizpēte”

Mācību priekšmets	Tēma	Stundu skaits
<b>Valodas</b>	Mans hobijs. Mana komunikācijas ar draugiem. Mana attieksme pret tiem, par kuriem esmu atbildīgs. Mana atbildība par kārtību manā istaba, klasē Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija	<b>6</b>
<b>Ģeogrāfija</b>	Ekoloģija-kādas profesijas saistītas ar šo jomu.	<b>1</b>
<b>Vēsture</b>	Vēsturiski svarīgas nodarbošanās Latvijā.	<b>1</b>
<b>Literatūra</b>	Kāda literārā varoņa nodarbošanās apraksts	<b>1</b>
<b>Sociālās zinības</b>	Etikete darbā. Saskarsmes kultūra.	<b>2</b>
<b>Sports un veselība</b>	Fizisko īpašību tests. Komandas darbs, sadarbības prasmes.	<b>2</b>
<b>Ārpusstundu nodarbības</b>	Kolektīva saliedēšana. Konkursi „Ko es zinu par profesijām?”. Lekcijas/diskusijas „Sevis izzināšana. Kas es esmu.? Ko es protu un varu?”. Ēnu diena.	<b>3</b>

**8. klase**

Mērķis:

- sekmēt izvēlētas profesijas un komunikatīvo prasmju attīstību;
- apzināt prasmju, interešu un vajadzību ietekmi uz profesijas izvēli.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Sasniedzamais rezultāts
1. Prasme sarunāties ar cilvēkiem, saskarsmes stils. 2. Mans kolektīvs kā maza planēta. 3. Seši soļi konfliktsituāciju risināšanā. 4. Mani nākotnes plāni. 5. Profesijas izvēles	1. Sniegt skolēniem informāciju par individuālajām īpašībām un saskarsmes stiliem. 2. Noteikt komunikatīvās saskarsmes prasmes. 3. Mācīties uzvedības prasmes. 4. Iepazīstināt ar	1. Darbs grupās. 2. Testi saskarsmes spēju noteikšanai 3. Testi komunikatīvo prasmju noteikšanai. 4. Saruna ar skolēniem. 5. Anketa profesionālās atbilstības noteikšanai.	1. Gūts priekšstats par personīgajām saskarsmes spējām. 2. Ir iegūta informācija par saskarsmes jautājumiem, par tās lomu darbojoties kolektīvā. 3. Apgūtas saskarsmes prasmes.

motivācija (pēc kā es vadījos, izvēloties šo profesiju). 6. Kādas profesijas mēs izvēlamies?	iespējām tālākās izglītības un profesijas izvēlē. 5. Sekmēt profesijas izvēles motivācijas apzināšanu. 6. Individuāli un grupās meklēt informāciju par dažādām profesijām, izprast izziņas iespējas.	6. Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem. 7. Domnīcas. 8. IT izmantošana.	4. Prot rast izeju no konfliktsituācijām. 5. Gūts priekšstats par interesējošās profesijas apguves ceļiem, profesionālo mērķu sasniegšanu.
---	---	--	---

8. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte”

Mācību priekšmets	Tēma	Stundu skaits
<b>Valodas</b>	Lietišķie raksti. CV veidošana. Darba sludinājumi. Motivācijas vēstule. Darba intervija.	<b>5</b>
<b>Sociālās zinības</b>	Droša sociālā vide. Darbs un karjera. Globalizācija.	<b>3</b>
<b>Matemātika/Ķīmija/Fizika</b>	Matemātikas/ ķīmijas/fizikas praktiskais pielietojums dažādās profesijās. Ražošanas atkritumi un to pārstrāde.	
<b>Bioloģija</b>	Ekoloģija saistībā ar jebkuru profesiju. Cilvēks – daba	<b>2</b>
<b>Ģeogrāfija</b>	Darbaspēka migrācija Eiropas Savienībā un citur pasaulē. Iespējas strādāt citās valstīs.	<b>3</b>
<b>Ārpusklases pasākumi</b>	Darba drošība. Ēnu diena. „Vienu dienu esmu...” Konkurss ”Ražošanas atkritumi. Ko ar tiem darīt”. Mūsu paradumi un ekoloģija. Vai protu cienīt citu darbu un kā šī cieņa izpaužas.	<b>5</b>
<b>Vēsture</b>	Ekonomiskā attīstība Latvijā. Ekonomiskā attīstība Eiropā.	<b>2</b>
<b>Datorika</b>	Diagrammas, MC Excel izmantošanas daudzpusība.	<b>2</b>

**9. klase.**

Mērķis:

- sekmēt skolēnu profesionālo vēlmju apzināšanu;
- sekmēt skolēnam atbilstošas tālākās izglītības iespēju apzināšanos.

<b>Iekļaujamās tēmas</b>	<b>Uzdevumi</b>	<b>Metodes un paņēmieni</b>	<b>Sasniedzamais rezultāts</b>
<p>1. Latvijas izglītības sistēma. 2. Profesionālās izglītības iestādes valstī un Rīgas pilsētā. 3. Prasības un uzņemšanas noteikumi dažādās profesionālās izglītības iestādēs. 4. Mācību priekšmeti un profesijas izvēle.</p>	<p>1. Informēt par Latvijas izglītības sistēmu. 2. Motivēt skolēnus savlaicīgi meklēt informāciju par izglītības iestāžu uzņemšanas noteikumiem. 3. Apzināt skolēnu intereses par iespējamām profesiju izvēlēm. 4. Iepazīstināt ar profesiju standartiem, atbilstošām profesionālajām kvalifikācijām. 5. Motivēt skolēnus to mācību priekšmetu padziļinātai apguvei, kas saistīti ar profesijas izvēli. 6. Sadarbībā ar psihologu iepazīstināt ar paņēmieniem un rekomendācijām, kā pārvarēt stresa situācijas pirms eksāmeņiem, dažādu veidu pārrunām darba tirgū.</p>	<p>1. Lekcijas. 2. Diskusijas. 3. Prezentācijas. 4. Domnīcas. Informatīvās 5. Drukātās literatūras izstāde. 6. Lomu spēles. 7. Ēnošana. 8. Anketēšana.</p>	<p>1. Skolēni izprot izglītības sistēmu Latvijā. 2. Skolēni ir informēti par profesionālās izglītības iespējām valstī. 3. Skolēni savlaicīgi iegūst interesējošo informāciju. 4. Skolēni ir ieguvuši zināšanas par profesiju standartiem 5. Skolēni padziļināti apgūst mācību priekšmetus, kas saistīti ar interesējošo profesiju. 6. Skolēni apzināti izvēlas izglītības iestādi pēc pamatskolas beigšanas. 7. Zina, kā strādāt ar sevi stresa situācijās.</p>



9. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Karjeras vadība”

Mācību priekšmets	Tēma	Stundu skaits
<b>Valodas</b>	Darbu plānošana. Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas ārzemēs. Publiskā uzstāšanās, projekta darbu prezentācijas. Lietišķie raksti ( CV, iesniegums, sludinājums, motivācijas vēstule, u.c.	<b>5</b>
<b>Sociālās zinības</b>	Darba likumdošana. Budžets, tā plānošana un plānošanas nozīme. Civillikums. Darba likums. Nodokļi. Iekļaušanās darba tirgū.	<b>5</b>
<b>Ārpusklases nodarbības</b>	Atvērto durvju dienu apmeklējumi dažādās izglītības iestādēs. Starptautiskās izglītības izstādes „Skola 20...” apmeklējums. Ēnu diena. Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem. Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem. NIID testi.	<b>6</b>
<b>Datorika</b>	Informācijas atrašana un apstrāde, MC Excel izmantošanas iespējas, diagrammas. Datorraksts.	

### 3.4. Karjeras izglītības vērtēšana

#### **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 1. – 6. klasē**

##### **Beidzot 6. klasi, skolēns:**

- ir iepazinies ar dažādām profesijām;
- izprot dažādo profesiju nozīmi;
- izprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību;
- mēģina izzināt savas personīgās intereses un spējas;
- izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību, sevis iepazīšanā ieteicamās iemaņas;
- spēj analizēt un izvērtēt savus sasniegumus, personiskās īpašības, spējas un iemaņas;
- prot izmantot pašanalīzes rezultātus savu attīstības vajadzību noteikšanai un sava pozitīva paštēla veidošanai;
- spēj izvirzīt savus mērķus;
- ir izveidojis noteiktu attieksmi pret dzīves pamatvērtībām, prasmi mācīties un izpratni par darba, tajā skaitā arī komandas darba, nozīmi.

- saprot, ka darbam izvēlētajā profesijā bez ienākuma avota funkcijas ir jāsniedz arī gandarījums;
- izprot laikmeta diktētas izmaiņas pieprasīto profesiju reitingā;
- prot meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu;
- zina, kur pieejama karjeras konsultantu palīdzība;
- apzinās savas iespējas;
- ir izveidojis prasmes lēmumu pieņemšanā, plānošanā un realizēšanā;
- izprot ilgtermiņa plānošanas nozīmi un ietekmi savas karjeras iespēju un ar to saistīto lēmumu pieņemšanas kontekstā.
- spēj kritiski izvērtēt dažādas iespējas un, ja nepieciešams, spēj koriģēt vai mainīt savus plānus;
- attīstījis spēju uzņemties līdztbildību par savas personības izaugsmi;
- spēj izvērtēt pārmaiņas savā izaugsmē.

### **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.-9. klasē**

#### **Beidzot 9. klasi, skolēns:**

- sāk apzināties savas iespējas un sāk reālistiski samērot savas intereses, spējas/dotumus, personīgās īpašības un vērtības;
- spēj novērtēt un samērot savas spējas, vēlmes un iespējas pieņemt ar karjeras izvēli saistītos lēmumus;
- ir ieinteresēts turpināt savu izglītību; izzina savas tālākizglītības iespējas; spēj apkopot un analizēt atbilstošu informāciju;
- ir ieguvis zināšanas par vietējo darba tirgu;
- izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību;
- izprot saistību starp nodarbošanos/darbu/profesiju un dzīves stilu;
- izprot mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus;
- spēj saskatīt izvēles iespējas/alternatīvas karjeras iespēju izvēlē. Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes
- ir veicis vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus;
- spēj noteikt un novērtēt, kāda ir viņa ārpusklases darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli;
- spēj pielietot iegūtās analītiskās un plānošanas zināšanas savas karjeras plānošanā;
- spējīgs paskaidrot, kāpēc ir nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā.

#### **Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes :**

- skolēns spēj izskaidrot terminu "karjera" tās plašākajā nozīmē;
- skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;
- skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par šo tēmu (darba tirgus, izglītība);

- skolēns zina, ka personīgajai veselībai ir nozīmīga loma dažu profesiju izvēlē. skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
- skolēns apzinās savas tālākizglītības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas.

#### **Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes:**

- skolēns spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
- skolēns spēj salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta no dažādiem informācijas avotiem;
- skolēns, plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktorus;
- skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem;
- skolēns zina, kādas ir prasības (kādas zināšanas, prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
- skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības un pienākumus
- skolēns prot darboties komandā;
- skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju;
- skolēns prot atrast informāciju un izmantot to tālākizglītības iegūšanai.

## 4. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes

### 1. Anketēšana/aptauja.

Prasme konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi Ieinteresēt audzēkni izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba pasaules iespējas Attīstīt prasmi kritiski domāt

### 2. Analīze.

Prasme objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām , prasmes, „gribu, varu, vajag” uzskatīt kā vienu veselu.

### 3. Brīvais raksts.

Prasme brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas .

### 4. Darbs ar informācija avotiem.

Prasme atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju .

### 5. Darbs grupās.

Prasme darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus.

### 6. Darbs pāros.

Prasme sadarboties, uz klausīt otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu.

### 7. Diskusija.

Prasme izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uz klausīt citu domas, meklēt problēmu risinājumu.

### 8. Ekskursijas.

Prasme novērtēt vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunās tehnoloģijas.

### 9. Ēnu diena.

Prasme izprast darba vidi, izvēlētajās profesijas plusus un mīnus.

**10. Eseja.**

Prasme izteikties, pamatot savu viedokli, argumentēt rakstiskā veidā.

**11. Individuālais darbs.**

Prasme strādāt patstāvīgi .

**12. Lietišķo rakstu veidošana, izvērtēšana.**

Prasme rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus.

**13. IT tehnoloģiju izmantošana.**

Prasme lietot mūsdienu tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā .

**14. Pārrunas/sarunas.**

Prasme veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem.

**15. Pašvērtējums.**

Prasme veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanu un analīzi.

**16. Pētnieciskais darbs.**

Prasme strādāt ar problēmsituācijām: formulēt problēmas, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvus risinājumus, pieņemt lēmumus.

**17. Prāta vētra.**

Prasme saprast, ka jebkura neskaidrība kļūst saprotama, ja izsaka/uzklausā dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē.

**18. Prezentācija.**

Prasme saprotamā un uzskatāmā veidā publiski parādīt un aizstāvēt savu darbu/viedokli.

**19. Projekts.**

Prasme plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus.

**20. Spēles (lomu, situāciju, lietīšķās).**

Prasme iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem.

**21. SVID analīze.**

Prasme izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas.

**22. Tests.**

Prasme iegūt informāciju .

**23. Tikšanās.**

Prasme dzirdēt, izvērtēt.

**24. Vērošana.**

Prasme vērot, salīdzināt, izdarīt secinājumus.

## 5. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra

- Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7.-9. klasei. Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.
- Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7. klasei (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.) Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 8. klasei ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

- Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 9. klasei (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.) Izglītība pēc 12. klases (ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2005.g.)
- Karjeras izglītības mērķi pamatskolā( ieteikumi skolotājiem un klases audzinātājiem) (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2004.g.)
- Karjeras iespēju izpēte (metod. palīgglīdzeklis skolotājiem un klašu audzinātājiem ) 2003 g/( ir darba lapas)
- Izglītības ceļvedis. Informatīvs izdevums, 2009  
Mācīties ārzemēs. Durbe Tūre, 2004
- Augstskolas. Koledžas. Tehnikumi. Profesionālās vidusskolas. Arodskolas. Informatīvs izdevums Прошинская Е.
- PIAA, 2005. Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005 Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi. Valsts Izglītības satura centrs Karjeras iespēju izpēte/ metodiskais palīgglīdzeklis PIAP aģentūra, 2003
- Karjeras izglītība 7., 8., 9. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006 29
- Karjeras izglītība 10.-12. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.
- Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra
- Korna E.(2011) Karjeras izglītība. Rīga: Raka.
- Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008
- Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010. 30 Aplūkojamie tīmekļa resursi, kas saistīti ar karjeras izglītību
- [www.karjerascentrs.lv](http://www.karjerascentrs.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem, kā arī - apraksti par profesijām.
- [www.izaugsme.lv](http://www.izaugsme.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem Latvijā, par mācību iespējām ārzemēs, kā arī apraksti par profesijām.
- [www.izm.gov.lv](http://www.izm.gov.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm
- [www.piaa.gov.lv](http://www.piaa.gov.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem un izglītības un darba iespējām ārzemēs.
- [www.sf.gov.lv](http://www.sf.gov.lv) - par studiju un studējošo kreditēšanas jautājumiem.
- [www.nva.lv](http://www.nva.lv) - par bezdarbnieku profesionālo apmācību.
- [www.lak.lv](http://www.lak.lv) - par amatu apguves iespējām (tostarp cilvēkiem ar nepabeigtu pamatizglītību un cilvēkiem ar garīgiem un fiziskiem veselības traucējumiem) pie amatu meistariem.
- [www.niid.lv](http://www.niid.lv) - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, karjeras izglītības testi. Lapā atrodama informācija par Valsts ieskaitēm un eksāmeniem, par Latvijas izglītības iestādēm. Datubāzē atrodamas profesionālās vidējās izglītības programmas, augstākās izglītības studiju programmas, kā arī augstskolu un koledžu izglītības piedāvājums, arī 7 karjeras izvēles testi.
- [www.iespejas.lv](http://www.iespejas.lv)
- [www.prakse.lv](http://www.prakse.lv) Sadaļā Studijas alfabēta kārtībā nosauktas studiju programmas, augstskola, studiju veids, ilgums un iegūstamais grāds. Ir pieejams arī meklētājs pēc studiju virziena, izglītības iestādes un tās atrašanās vietas

- [www.uzdevumi.lv](http://www.uzdevumi.lv) Sadaļā "Kur mācīties" iespēja izvēlēties informāciju par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām.
- [www.studentam.lv](http://www.studentam.lv) Ar izglītības iestādēm Latvijā un izglītības iespējām ārzemēs var iepazīties sadaļā "Izglītība"
- [www.piaa.gov.lv/Euroguidance](http://www.piaa.gov.lv/Euroguidance)
- izglītības iespējas (ko un kur mācīties);
- publikācijas, metodiskie un informatīvie materiāli (Iepazīsti izglītības un darba pasauli- CD-ROM formāts);
- ES dokumenti par karjeras izvēles un konsultēšanas tēmām; Eiropas portāli /PLOTEUS, ESTIA, EURES, EURYDICE u.c./
- [www.izmpic.gov.l](http://www.izmpic.gov.l)