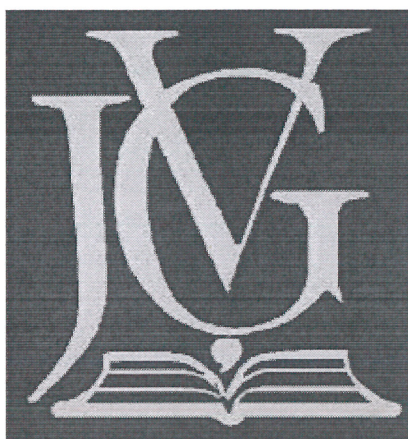


APSTIPRINU

Jēkabpils Valsts ģimnāzijas direktors

_____ V. Vizulis



Jēkabpils Valsts ģimnāzija

Karjeras izglītības programma

7.- 12.klasēm

2020./2022.

Satura rādītājs

1. Karjeras veidošanas aspekti.....	3
2. Karjeras vadības prasmes	5
3. Normatīvo aktu regulējums karjeras attīstības atbalsta īstenošanai izglītības iestādēs	8
3.1. Izglītības likumā ietvertais regulējums	9
3.2. Noteikumos par mācību standartiem ietvertie nosacījumi	9
4. Karjeras izglītības mērķis un uzdevumi	11
5. Karjeras attīstības atbalsta īstenošanas inovatīvais aspekts.....	13
6. Karjeras izglītības saturs	14
7. Skolēnu sasniedzamais karjeras vadības prasmju līmenis klašu grupās	17
8. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns.....	20
9. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes.....	26
10. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra	28
11. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamie interneta resursi	32

1. Karjeras veidošanas aspekti

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izaugsmei visa mūža garumā. Tas ir nepārtraukts mācīšanās un attīstības process; 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.

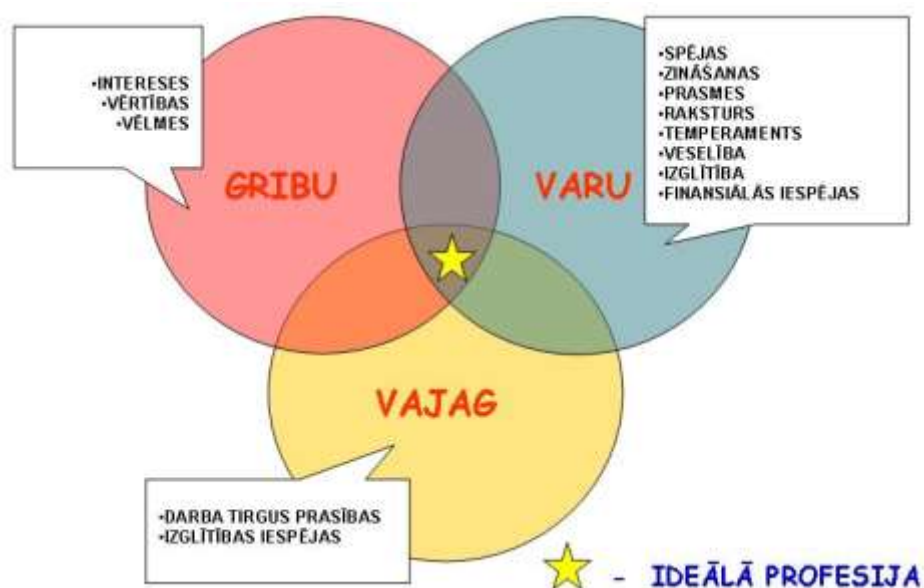
Karjeras izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā, karjeras vadīšanā; sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību,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

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 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; 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.

2. 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.

Karjeras vadības prasmes (angl. – career management skills) ir savas dzīves plānu patstāvīgas veidošanas, loģisku lēmumu pieņemšanas un realizēšanas, kā arī savas karjeras vadīšanas un savu karjeras mērķu īstenošanas prasmes (Law, 1996; ELGPN, 2015).

Karjeras vadības prasmju pilnveide ir karjeras izglītības rezultāts. Karjeras vadības prasmju veidošanās un pilnveide notiek vispārējo prasmju veidošanās un pilnveides ietvarā – mācību procesā, veicinot skolēna vispārējo prasmju attīstību, sekmēta arī karjeras vadības prasmju veidošanās, mijšakarībā radot karjeras virzītāj spēkus (Garleja, 2006). Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās sākas, apgūstot vienkāršas pamatprasmes (lasītprasmi, rakstītprasmi, runas prasmi, matemātiskās prasmes, sadarbības prasmes), un turpinās sarežģītāku prasmju (digitālās prasmes, daudzveidīgu informācijas resursu izmantošanas, pētniecisko, pašizziņas, pašvērtēšanas, dotumu pilnveidošanas, problēmu risināšanas, komunikācijas, lēmumu pieņemšanas, plānošanas u.c.) pilnveides laikā (Lemešonoka, 2017; 2015). Karjeras vadības prasmes nav saistītas ar darbībām noteiktā nozarē vai profesijā, to pamatā ir caurviju prasmes, kas stiprina jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, palīdz veidot pozitīvas attiecības un pieņemt atbildīgus lēmumus (Noteikumi par valsts pamatizglītības un vidējās izglītības standartiem), jāattīsta visās mācību jomās un mācību priekšmetos (Oliņa, Namsone, France, 2018), un ir noderīgas dažādās profesionālās darbības jomās.

Mācību procesā, t.sk. karjeras izglītībā, skolēns veido un pilnveido šādas caurviju prasmes:

- kritiskā domāšana un problēmrisināšana

- jaunrade un uzņēmējspējas
- pašvadīta mācīšanās
- sadarbība
- pilsoniskā līdzdalība
- digitālā pratība (Noteikumi par valsts pamatzglītības un vidējās izglītības standartiem)

Karjeras vadības prasmes ir prasmju kopums (1. tabula), ar kura palīdzību cilvēks pats vada savas izglītības un darba gaitas, apkopojot, analizējot un organizējot ar sevi, izglītību un nodarbinātību saistīto informāciju.

Karjeras vadības prasmes var nosacīti iedalīt 3 grupās:

- ✓ *pašizziņas un pašvadības prasmes*, kas ietver prasmi uzturēt pozitīvu paštēlu, novērtēt un pilnveidot savu sniegumu karjerā (mācībās, darbā, brīvā laika aktivitātēs u.c. karjeras jomās) un prasmi sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi;
- ✓ *karjeras iespēju izpētes prasmes*, kas ietver prasmi atrast un izvērtēt informāciju par karjeras (izglītības, nodarbinātības, uzņēmējdarbības u.c.) iespējām;

1.tabula. 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.

Kompetencēs balstītas izglītības pieeja, kas orientēta uz skolēna personalizētu mācīšanos un praktisku darbošanos, daudzveidīgi izmantojot informācijas komunikāciju tehnoloģijas daudzveidīgā mācību vidē, balstīta uz skolēna pašizziņu un pašpieredzes izmantošanu un partnerībā veidotu skolēna

– skolotāja mijiedarbību ir karjeras vadības prasmju veiksmīgas pilnveides priekšnoteikums (Lemešonoka, 2013).

Lai noturētos darba tirgū, indivīdam ir pašam jākļūst par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja indivīds (kā jauniešs, tā arī pieaugušais) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību.

3. Normatīvo aktu regulējums karjeras attīstības atbalsta īstenošanai izglītības iestādēs

Jēkabpils Valsts ģimnāzijas Karjeras izglītības programma (turpmāk – karjeras izglītības programma) izstrādāta, pamatojoties uz Latvijas Republikas izglītības politikas normatīvajos dokumentos ietvertajiem nosacījumiem, kā arī uz aktuālām un plānotajām izmaiņām izglītības nozarē:

- Izglītības likumā;
- Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumos Nr.747 „Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem”(turpmāk – MK noteikumi Nr.747);
- Ministru kabineta 2019. gada 3.septembrī noteikumos Nr.416 “Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem” (turpmāk – MK noteikumi Nr.416);
- „Klases stundu programmas paraugs“ (Valsts izglītības satura centrs, 2016);
- “Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm 2019”;
- Ministru kabineta 2016.gada 20.decembra noteikumi Nr. 831 “Izglītības iestāžu, eksaminācijas centru, citu Izglītības likumā noteiktu institūciju, vispārējās un profesionālās izglītības programmu akreditācijas un izglītības iestāžu vadītāju profesionālās darbības novērtēšanas kārtība” (turpmāk – akreditācijas un izglītības iestāžu vadītāju profesionālās darbības novērtēšanas kārtība);
- Izglītības attīstības pamatnostādnes 2014.-2020.gadam;
- Ministru kabineta 2015. gada 30. decembra noteikumi Nr. 821 “Par Karjeras izglītības īstenošanas plānu valsts un pašvaldību vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs 2015.-2020. gadam”;
- Jēkabpils Valsts ģimnāzijas attīstības plāns;
- Jēkabpils Valsts ģimnāzijas darba plāns m.g.;
- Jēkabpils Valsts ģimnāzijas audzināšanas darba programma (apstiprināta 2020. gada augustā).

3.1. Izglītības likumā ietvertais regulējums

- Izglītības likuma 30.panta „Izglītības iestādes vadītājs” trešā daļa „Izglītības iestādes vadītājam ir pienākums nodrošināt izglītības iestādē piekļuvi bibliotekārajiem, informācijas un karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem”;
- Izglītības likuma 55.panta „Izglītojamā tiesības. Izglītojamam ir tiesības: “3.punkts „Saņemt bibliotekāros, informācijas un karjeras attīstības atbalsta pakalpojumus”;
- Izglītības likuma 1.panta „Likumā lietotie termini”:
 - 121. punkts „karjera - izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā”;
 - 122. punkts „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. punkts „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 izglītošana- profesionāla pedagoģiskā personāla darbība, kas balstīta karjeras vadības teorijās un praktiskās metodikās.

3.2. Noteikumos par mācību standartiem ietvertie nosacījumi

Latvijas Republikas normatīvajos dokumentos, kas nosaka izglītības programmās realizējamo saturu, skaidrots, ka karjeras izglītība ir izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlei (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”.

Latvijas valsts izglītības politikas dokumentos, kā arī izglītības satura paraugprogrammās un mācību priekšmetu standartos karjeras izglītībai izvirzītie mērķi un uzdevumi paredz pedagogiem visos mācību priekšmetos izkopt izglītojamā prasmi patstāvīgi mācīties un pilnveidoties, motivēt izglītojamos mūžizglītībai un apzinātai karjeras izvēlei, tādēļ mācību stundās aplūkojamo tēmu lokā

iekļauta arī karjeras vadības prasmju apgūšana. Karjeras izglītības mācību darba uzdevumi Karjeras izglītības apguves veiksmīgs rezultāts orientēts uz to, lai cilvēks spētu sekmīgi iekļauties darba tirgū, apzinās savas personiskās spējas un intereses mērķtiecīgai personiskās un profesionālās nākotnes veidošanai (MK noteikumi Nr.468; MK noteikumi Nr.416, „Klases stundu programmas paraugs”, Karjeras izglītības paraugprogramma) Karjeras vadības prasmju pilnveide ir karjeras izglītības rezultāts. Karjeras vadības prasmju veidošanās un pilnveide notiek vispārējo prasmju veidošanās un pilnveides ietvarā – mācību procesā, veicinot skolēna vispārējo prasmju attīstību, sekmēta arī karjeras vadības prasmju veidošanās, mijšakarībā radot karjeras virzītājspēkus (Garleja, 2006, Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm 2019).

Klases stundu organizācijā ieteikts paredzēt stundas karjeras vadības jautājumu apguvei. Karjeras izvēles jautājumi ir būtiski gan bērniem un jauniešiem, gan arī viņu ģimenēm. Izglītības procesā karjeras atbalsta sistēmai ir jābūt tādai, kura palīdzētu skolēniem izprast un izzināt savas intereses un spējas, kā arī darba tirgus tendences un prasības, apgūt un attīstīt karjeras vadības prasmes. Šim darbam jābūt mērķtiecīgi organizētam visus skolas gadus, tāpēc klases stundās tiek aktualizēti karjeras izvēles jautājumi.

Katrā mācību iestādē karjeras izglītības programma var būt atšķirīga, bet tai raksturīgi kopīgi elementi, kas balstīti uz teorētiski izstrādātiem atzinumiem, ka karjeras izglītība ietver sevis izpēti un pašvērtēšanu, informācijas iegūšanu un analīzi, un lēmumu pieņemšanu, taču katras mācību iestādes konkrētais karjeras izglītības saturs var būt atšķirīgs atkarībā no vietējiem apstākļiem un konkrēto skolēnu vajadzībām (Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība konsultēšana pakalpojumi, 2008; Karjeras izglītība skolā, 2010).

4. 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. Skolā izglītības saturs un izglītības ieguves process jāorganizē, nodrošinot izglītojamajam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radot 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.

5. Karjeras attīstības atbalsta īstenošanas inovatīvais aspekts

Skolēnam karjeras izglītības apguves procesā ir iespēja veikt padziļinātu sevis izpēti.

Skolēnam karjeras izglītības apguves rezultātā ir iespēja noteikt savu profesionālo piemērotību.

Skolēnam ir iespēja mācīties pēc individuāla mācību plānu atbilstoši noteiktajam personības tipam un profesionālajai piemērotībai.

Skolēnam ir iespēja izstrādāt personīgo „Karjeras portfolio” darbam ilglaicīgā nākotnē.

Skolēniem ir iespēja attīstīt uzņēmējspējas no sākumskolas vecuma līdz vidusskolai.

Skolēnam ir iespēja saņemt, karjeras konsultācijas skolēnu grupā, individuālās karjeras konsultācijas, konsultācijas kopā ar draugu, kopā ar vecākiem, kopā ar skolotāju u.tml.

Skolēnam ir iespēja novērot karjeras konsultēšanu kā profesiju.

Skolotājiem ir iespēja saņemt metodisko atbalstu no pedagogiem – karjeras konsultantiem karjeras izglītības realizēšanai.

Skolēnu vecākiem ir iespēja piedalīties vecāku sapulcēs un izglītojošos semināros. Skolēnu vecākiem ir iespēja saņemt karjeras konsultācijas saistībā ar savu bērnu.

6. Karjeras izglītības saturs

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).

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

Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti:

- 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, uz klausīt un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību par to īstenošanu, atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās, rūpēties par savu un līdzcilvēku drošību un meklēt palīdzību atbilstošās institūcijās un dienestos;
- 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.).

Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.

Pamatjoma “Pašizpēte” ietver šādas saturiskās tēmas:

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

Pamatjoma “Karjeras izpēte” ietver šādas saturiskas tēmas:

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

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, sadarbības nozīme un loma;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšana.

7. Skolēnu sasniedzamais karjeras vadības prasmju līmenis klašu grupās

Klase	Pašizziņas prasmes	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes
9.klase	<ul style="list-style-type: none"> • Prot izmantot zināšanas par sevi, savu pieredzi un sasniegumus, lai noteiktu mērķus un pieņemtu lēmumus. • Prot izpētīt un pārdomāt savas personīgās un sabiedrības vērtības. • Prot salīdzināt un samērot personīgos sasniegumus un īpašības ar tiem sasniegumiem un īpašībām, kas ir nepieciešamas konkrētai tālākai karjerai. • Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. • Novērtē savu sasniegumu rezultātus. Saprot, kā skolā, ārpuskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. • Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā. 	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot izskaidrot terminu “karjera” sava izglītības un nākotnes profesijas kontekstā. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs pēc pamatizglītības ieguves. • Spēj atrast atbilstošus informācijas avotus, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par karjeras iespējām. • Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. 	<ul style="list-style-type: none"> • Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus; • Prot atlasīt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, • Izzina savas turpmākās izglītības iespējas. • Zina dažādas alternatīvas karjeras lēmumu īstenošanai. • Prot veidot savu personīgās karjeras plānu. • Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. • Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).

<p>12. klase</p>	<p>Prot izmantot zināšanas par sevi, lai noteiktu mērķus un pieņemtu lēmumus. Izprot, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa. Prot analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus un dinamiku.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē, saistot to ar mūžizglītības tendencēm un dzīvi konkurētspējas un mainīga darba tirgus apstākļos. • Izprot izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeras attīstību un darba tirgus tendences. • Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. • Prot izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespēju attīstības tendences. • Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. • Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs. • Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. Pārzina darba meklēšanas procesu. Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir izpratne par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītībā. • Apzinās faktorus, kuri jāņem vērā karjeras lēmumu pieņemšanā. • Pieņem mērķtiecīgus, pastāvīgus lēmumus atbilstoši savām interesēm un vajadzībām. • Apzinās dažādas alternatīvas plāna īstenošanas gaitā. Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. • Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. • Ir apgūtas plānošanas prasmes un spēj uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. • Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju, nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu. • Veido savu personīgās karjeras plānu, ir gatavs to īstenot.
------------------	--	--	--



8. 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.

7.klase

Mērķis: Sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un izglītības iegūšanai.

Sniegt skolēniem informāciju par profesijām, kas ir nepieciešamas mūsdienu sabiedrībā.

<i>Iekļaujamās tēmas</i>	<i>Mācību joma</i>	<i>Uzdevumi</i>	<i>Metodes un paņēmieni</i>	<i>Paredzamais rezultāts</i>
<ul style="list-style-type: none"> • “Par ko kļūt?” • “Griba, tās dažādie aspekti” • “Kas mani saista profesijā” • “Kāds es esmu organizētājs?” • Diskusija par dažādām profesionālajām prasībām • Profesiju prestižs. Mīti un realitāte • Iespējamo konfliktu apzināšana klases kolektīvā 	<p>Sociālā un pilsoniskā mācību joma.</p> <p>Valodu mācību joma</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Noskaidrot skolēnu attieksmi pret dažādiem profesionālās darbības veidiem. • Gribas attīstīšana. • Skolēnu profesionālo interešu izpēte. • Organizatorisko spēju noteikšana. • Iepazīstināt skolēnus ar dažādu profesiju prasībām. • Izveidot uzvedības eskalātoru 	<ul style="list-style-type: none"> • Darbs grupās • Tests gribas īpašību attīstības noteikšanai • Darbs grupās • Anketa profesionālo interešu noskaidrošanai • Lomu spēle • Literatūras izpēte • IT izmantošana izglītošanas procesā. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Skolēni ir ieguvuši informāciju par viņiem interesantām profesijām. ▪ Katrs skolēns ir ieguvis informāciju par gribas īpašību izpausmes pakāpi. ▪ Skolēniem ir informācija par izvēlēto profesiju (darba saturs, prasības, apstākļi). ▪ Skolēni prot pozitīvi ietekmēt, pārliecināt, organizēt citus. ▪ Skolēniem ir informācija profesiju iegūšanas un apgūšanas iespējām. ▪ Pauž savu viedokli vai piedāvā problēmas risinājumu

8. klase

Mērķis: Izvēlētā profesija un komunikatīvo prasmju attīstības ietekme uz profesijas izvēli

<i>Iekļaujamās tēmas</i>	<i>Mācību joma</i>	<i>Uzdevumi</i>	<i>Metodes un paņēmieni</i>	<i>Paredzamais rezultāts</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Vai protu sarunāties ar cilvēkiem, mans saskarsmes stils. • “Klase kā maza planēta”. • “Seši soļi konfliktsituāciju risināšanā”. • “Mani nākotnes plāni”. • Profesijas izvēles motivācija (pēc kā es vadījos, izvēloties šo profesiju). • Kādas profesijas mēs izvēlamies? 	<p>Sociālā un pilsoniskā mācību joma. Valodu mācību joma</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sniegt skolēniem informāciju par individuālajām īpašībām un saskarsmes stiliem. ▪ Noteikt komunikatīvās saskarsmes prasmes. ▪ Apgūt bezkonfliktu uzvedības prasmes. ▪ Sniegt palīdzību skolēniem tālākās izglītības un profesijas izvēlē. ▪ Profesijas izvēles motīvu noteikšana. Informācijas iegūšana par dažādām profesijām. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Darbs grupās ▪ Tests saskarsmes spēju noteikšanai ▪ Metodisko rekomendāciju par doto tēmu izpēti ▪ Saruna ar skolēniem ▪ Ievadsaruna ▪ Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem ▪ IT izmantošana izglītošanas procesā. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Skolēni ir informēti par savām saskarsmes spējām. ▪ Ir iegūta informācija par saskarsmes jautājumiem, par to ievērošanas nepieciešamību kolektīvā. ▪ Apgūtas saskarsmes Pamatprasmes. ▪ Prot rast izeju dažādās konfliktsituācijās. ▪ Skolēni ir guvuši priekšstatu par izvēlētās profesijas iegūšanas ceļiem, profesionālo mērķu sasniegšanu. ▪ Skolēni prot veikt profesionālo izvēli. ▪ Skolēniem ir informācija par dažādu profesiju pārstāvjiem.

9.klase

Mērķis : Skolēnu profesionālo vēlmju noskaidrošana

<i>Iekļaujamās tēmas</i>	<i>Mācību joma</i>	<i>Uzdevumi</i>	<i>Metodes un paņēmieni</i>	<i>Paredzamais rezultāts</i>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Latvijas izglītības sistēma. ▪ Prasības un uzņemšanas noteikumi dažādās profesionālās izglītības iestādēs. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Personības tests (niid.lv) ▪ Mācību priekšmeti un profesijas izvēle. ▪ “Pirms eksāmena...” 	Sociālā un pilsoniskā mācību joma. Valodu mācību joma	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informēt par Latvijas izglītības sistēmu kopumā ▪ Motivēt skolēnus savlaicīgi meklēt informāciju par izglītības iestāžu uzņemšanas noteikumiem ▪ Noskaidrot skolēnu profesionālās vēlmes ▪ Iepazīties ar profesiju tipiem ▪ Motivēt skolēnus to mācību priekšmetu padziļinātai apguvei, kas saistīti ar profesijas izvēli ▪ Iepazīstināt ar metodiku un rekomendācijām kā pārvarēt stresa situācijas pirms eksāmeniem 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lekcija ▪ Saruna ar skolēniem ▪ Spec. literatūras pētīšana, Internēta izmantošanas iespējas ▪ Informatīvās literatūras analīze (bukleti, reklāma, žurnāli, katalogi) ▪ Lomu spēle ▪ Anketa profesionālo spēju noteikšanai ▪ Literatūras izpēte ▪ Darbs grupās (izpētītā materiāla prezentācija) ▪ Mācību darbības analīze ▪ Individuālās konsultācijas ▪ praktiski uzdevumi ▪ Diskusija ▪ psihologa rekomendāciju izpēte ▪ IT izmantošana izglītošanas procesā. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Skolēni ir informēti par izglītības sistēmu Latvijā ▪ Skolēni ir informēti par profesionālās izglītības iespējām valstī, pilsētā ▪ Skolēni savlaicīgi uzzina viņus interesējošo informāciju ▪ Skolēni ir ieguvuši zināšanas par profesiju tipiem ▪ Skolēni ir uzlabojuši sekmību mācību priekšmetos, kas saistīti ar izvēlēto profesiju ▪ Skolēni pārzina stresa situāciju pārvarēšanas metodiku.

10. klase

Mērķis: Motivēt izglītojamos sevis izzināšanai un personīgās darbības izvērtēšanai

<i>Iekļaujamās tēmas</i>	<i>Mācību joma</i>	<i>Uzdevumi</i>	<i>Metodes un paņēmieni</i>	<i>Paredzamais rezultāts</i>
<ul style="list-style-type: none">▪ Mācību priekšmeti un nākošā profesija.▪ Pieprasītāko profesiju reitings.▪ Profesiju klasifikācija.▪ Profesijas izvēles principi.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma. Valodu mācību joma	<ul style="list-style-type: none">▪ Veicināt mācību motivāciju.▪ Sniegt skolēniem informāciju par darba tirgū pieprasītākajām profesijām.▪ Izzināt skolēnu profesionālās intereses.▪ Apzināt profesijas izvēles kritērijus.	<ul style="list-style-type: none">▪ Saruna▪ Profesionālās atbilstības prasību un to saistības ar mācību priekšmetiem analīze▪ Intervija▪ Darbs ar izziņas literatūru▪ Anketa profesionālo interešu noteikšanai▪ iegūto rezultātu salīdzināšana ar iepriekšējiem▪ Darbs grupās▪ Anketēšana▪ IT izmantošana izglītošanas procesā.	<ul style="list-style-type: none">▪ Tiek uzlaboti mācību sasniegumi mācību priekšmetos.▪ Skolēni ir ieguvuši informāciju, kas nepieciešama profesionālo interešu noteikšanai.▪ Noskaidrota profesionālā ievirze.▪ Skolēni var apzināti veikt nākamās profesijas izvēli.

11. klase

Mērķis: Motivēt izglītojamos sevis izzināšanai un personīgās darbības izvērtēšanai

<i>Iekļaujamās tēmas</i>	<i>Mācību joma</i>	<i>Uzdevumi</i>	<i>Metodes un paņēmieni</i>	<i>Paredzamais rezultāts</i>
<ul style="list-style-type: none">▪ Mana profesijas izvēle.▪ Latvijas izglītības sistēma un izglītības iespējas ārzemēs.▪ Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.▪ Fondi, kredīti un stipendijas izglītībai.	Sociālā un pilsoniskā mācību joma. Valodu mācību joma	<ul style="list-style-type: none">▪ Dzīves vērtību noteikšana▪ Informēt skolēnus par Latvijas izglītības sistēmu un izglītības iespējām ārzemēs▪ Iepazīstināt skolēnus ar profesijām un darba apstākļiem▪ Sniegt skolēniem informāciju par izglītības iegūšanas iespējām ar kredītu un fondu palīdzību	<ul style="list-style-type: none">▪ Diskusijas▪ Anketa “Dzīves vērtības”▪ Literatūras analīze▪ Saruna▪ Intervija▪ Uzziņas literatūras analīze▪ IT izmantošana izglītošanas procesā.	<ul style="list-style-type: none">▪ Skolēni prot noteikt savu dzīves vērtību reitingu▪ Skolēni ir guvuši informāciju▪ Ir saņēmuši informāciju par profesijām un darba apstākļiem▪ Skolēniem ir atbilstoša informācija

12. klase

Mērķis: Motivēt izglītojamos sevis izzināšanai un personīgās darbības izvērtēšanai

<i>Iekļaujamās tēmas</i>	Mācību joma	<i>Uzdevumi</i>	<i>Metodes un paņēmieni</i>	<i>Paredzamais rezultāts</i>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Uzņemšanas noteikumi mācību iestādēs (akreditētās un neakreditētās programmas). ▪ Darbs ārzemēs. ▪ Darbā pieņemšanas organizācija. ▪ Eksāmeni: kā rast izeju no stresa situācijas. 	<p>Sociālā un pilsoniskā mācību joma.</p> <p>Valodu mācību joma</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informēt skolēnus ar uzņemšanas noteikumiem dažādās augstskolās. ▪ Informēt skolēnus par apstākļiem iespējamām un riskiem, grūtībām, strādājot ārzemēs. ▪ Sniegt priekšstatu par galvenajām īpašībām, kas nepieciešamas darba intervijā. ▪ Iepazīstināt skolēnus ar rekomendācijām, kārtojot eksāmenu sesiju. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dokumentu vākšana un apkopošana ▪ Saruna ▪ Nodarbības Jaunatnes veselības centrā ▪ Lomu spēle ▪ Diskusija ▪ Grupu darbs ▪ Internēt resursi ▪ IT izmantošana izglītošanas procesā. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Skolēni ir savlaicīgi informēti par mācību iestādēm ▪ Skolēni ir savlaicīgi informēti par darba iespējām ārzemēs ▪ Skolēniem ir priekšstats par nepieciešamajām komunikatīvajām prasmēm ▪ Skolēniem ir nepieciešamās prasmes stresa pārvarēšanai eksāmenu laikā

9. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja	Apgūt prasmi 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	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu
3.	Brīvais raksts	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
4.	Darbs ar informācija avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
5.	Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
6.	Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklaustīt otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
7.	Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaustīt citu domas Meklēt problēmu risinājumu
8.	Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
9.	Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētas profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus
10.	Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
11.	Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi
13.	Intervija	Apgūt prasmi sarunāties: uzklaustīt sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu
14.	IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
15.	Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
16.	Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
17.	Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
18.	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
19.	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
20.	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu

21.	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
22.	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
23.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem Iejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
25.	T- tabula	Apgūt iemaņas izvērtēt parādību no vairākiem aspektiem
26.	Tests	Rosināt iegūt informāciju par interesējošo jomu
27.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
28.	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

10. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra

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

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kompetences_2008.pdf

12. Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005

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

14. Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem. Caur mācīšanos uz darbu.– R.: VIAA, 2011, Eiropas profesionālās izglītības attīstības centrs, 2010

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

15. Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi. Valsts Izglītības saturs centrs
16. Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi.– R.: VIAA, 2008
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf
17. Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts.
Pieejams: <http://www.careercenteronline.org>
18. Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīglīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā.– R.: PIAP aģentūra, 2003 *Pieejams:*
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
19. Karjeras iespēju izpēte/ metodiskais palīglīdzeklis PIAP aģentūra, 2003
20. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. Karjeras izglītība 7.□9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006 *Pieejams:*
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
21. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. Karjeras izglītība 7.□9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006 *Pieejams:*
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
22. Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006 *Pieejams:*
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
23. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009.– R.: VIAA, 2010
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
24. Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra 2010
25. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā.– R.: PIAA, PIAC, 2004

Pieejams:

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

26. Karjeras konsultēšanas metodes.– R.: VIAA, 2009, Bukarestē: Institute of Educational Sciences, Euroguidance, 2007

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf

27. Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne? Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?– Jelgava: PKIC, 2007

28. Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi.– Jelgava: PKIC, 2007

29. Karjeras Ziņas. R.:VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums.

Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/

30. KIPNIS /projekta materiāli

31. Korna E. Karjeras izglītība. Rīga: Raka. 2011

32. Korna. E. Karjeras izglītība. Tukuma 2.vidusskolas pieredze. – R.: RaKa, 2011

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

34. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.– R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008

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

35. Ķīkule I. Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5. – 8.klasei. – R.: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”, 2006

36. Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010.

37. Mans bērns izvēlas karjeru.– R.: VIAA, 2010

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf

38. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma vidusskolas skolēniem. – R.: PKIVA.

39. Pīvijs V. Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijis_2012_f.pdf

40. Profesiju aprakstu katalogs.– R.: PKIVA, NVA., 2007,2012

Pieejams: http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf
http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf

41. Profesiju definīciju katalogs.– R.: PKIVA, 2007

Pieejams: <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>

42. Profesiju klasifikators: <https://www.lm.gov.lv/lv/profesiju-klasifikators>

43. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004

44. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa, 2008

45. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. □ Vīne: 2012

Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf

46. Templers R. Veiksmīgas karjeras likumi.– R.: Zvaigzne ABC, 2007

47. Veiksmīgas karjeras anatomija.– R.: Lietišķās informācijas dienests, 2009

48. Pagaidām Profesiju klasifikators ir atrodams tikai kā MK noteikumi - Nr.264 -portālā:
www.likumi.lv pēc e-pasta adreses:

49. <https://likumi.lv/ta/id/291004-noteikumi-par-profesiju-klasifikatoru-profesijai-atbilstosiem-pamatuzdevumiem-un-kvalifikācijas-pamatprasībām>

50. Digitālais resurss: www.karjerasmateriali.lv

51. 51.100 metodikas karjeras atbalstam (2019)

Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf

52. 52. Rokasgrāmata ind. karjeras konsultēšanā (2019)

Pieejams: https://viaa.gov.lv/library/files/original/Rokasgramata_IKK_istenosanai_2020.pdf

11. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamie interneta resursi

1. http://www.niid.lv/tests/testi_sakums.htm- dažādi tematiskie karjeras testi www.profolio.lv- dažādi tematiskie karjeras testi <http://tests.dreamfoundation.eu/career-test/page1> - studijas ārzemēs
 2. <https://www.alberta-koledza.lv/?parent=10000> piedāvā testu, kurš palīdz labāk izprast pašiem sevi un savu personību, kas precīzā ļauj izvēlēties turpmāko izglītību un karjeru.
 3. <http://karjerastesti.prakse.lv/lv> - dažādi testi
 4. <https://karjerastests.rsu.lv/> -RSU karjeras tests
 5. https://www.cv.lv/new_test/ceq.php - visatbilstošākais amata tests
 6. <https://blog.swedbank.lv/karjera/noderigi-karjeras-testi-110> - noderīgi karjeras testi
 7. <https://mana.latvija.lv/vakancu-portals-karjeras-testi/> - noderīgi karjeras testi
 8. <https://www.karjerascentrs.lv/karjeras-izveles-tests/> -karjeras izvēles tests
 9. <https://www.uzdevumi.lv/School/Catalog#!countryId=128&schoolType=0&educationProgramType=0&fromRow=0&q=> kur mācīties?
 10. www.enudiena.lv – ēnošana, lai iepazītu profesijas
 11. www.piaa.gov.lv – par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm un par dažādiem kursiem
- Iepazīsti profesiju dažādību:**
12. <http://www.profesijupasaule.lv/> - iepazīsti dažādas profesijas
 13. <https://www.prakse.lv/profession/list> - iepazīsti dažādas profesijas
 14. <https://www.lm.gov.lv/lv/profesiju-klasifikators> - profesiju klasifikators
 15. <https://www.eurobrussels.com/> - profesiju piedāvājums Eiropā un to apraksti
 16. <https://vimeo.com/32793559> - karjera nākotnē
 17. <http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitajos-filma-zalais-pipars> “Zaļais pipars 1-4” – CD: RTU
 18. https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/ - Metodiskie materiāli karjeras atbalstam VIAA mājas lapā

19. https://cvvp.nva.gov.lv/pielikumi/NVA_buklets.pdf- Darba tirgus īstermiņa prognozēšana
20. <https://www.cv.lv/content/index.php?id=1065&gr=1>- Darba tirgus
21. www.europass.lv/ CV standarts “Europass”
22. <http://jaunatne.gov.lv/lv> informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu
23. www.niid.lv - nacionālā izglītības iespēju datu bāze
24. <http://www.nva.gov.lv/karjera> informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai
25. www.prakse.lv prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām
26. www.profesijupasaule.lv – profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.
27. www.karjerasmateriali.lv -digitāls resurss karjeras atbalstam

Sagatavoja: Pedagoģs karjeras konsultants Sarmīte Stikāne