



**MADONAS NOVADA PAŠVALDĪBA
MADONAS PILSĒTAS VIDUSSKOLA**

Reģ. Nr.4413903190, Valdemāra bulv. 6, Madona, Madonas novads, LV 4801
tālrunis +371 64807546, e-pasts: madonasvidusskola@madona.edu.lv



Karjeras izglītības programma 1.-12.klasei

**Madona
2021**

*Papildināta un aktualizēta 2025.gadā.

SATURS

Karjeras veidošanas aspekti	3
Karjeras izglītība	6
Karjeras izglītības programma	9
Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns	13
Karjeras izglītībā izmantojamās metodes.....	25
Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra	27
Noderīgas saites izglītībai, karjerai, darbam	28
Madonas pilsētas vidusskolas karjeras izglītības sadarbības partneri	31

KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

Karjera ir cilvēka resursu efektīva pielietošana 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 izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu darba pienākumus un apstākļus.

VARU - tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, veselības stāvoklis -visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Svarīgi saprast, noskaidrojot profesionālās intereses, vai indivīdam piemīt interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā - mācībās un 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, zina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/studējot tehnikumā, koledžā, augstskolā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās 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 ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, pilnveidošanai un attīstībai.

Karjeras vadības prasmes ir kompetenču (zināšanas, prasmes, attieksme) kopums, kas cilvēkiem jebkurā dzīves posmā ļauj veidot savu mācību un darba dzīvi. Zināšanas, prasmes, attieksme un vajadzības ir saistītas ar pašorganizētību un mācību/karjeras vadību.

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 jeb mūžizglītība ir tieši tas, kas mūsdienās ir kļuvusi par galveno faktoru konkurences izturēšanā un veiksmē.

Lai noturētos darba tirgū, indivīdam ir pašam jāklūst 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.

Skolēnu attīstības un karjeras vajadzības dažādos vecumposmos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
Sākumskolas 1. – 4. klase	
- nepieciešama uzmanība un komplimenti; - piemīt neierobežota enerģija; - nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes; - nepieciešama pašapziņas veidošana.	- atšķir darbu no spēles; - identificē dažādus darba veidus; - piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos; - zina, kā pieņemt lēmumus; - apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu; - identificē personīgas sajūtas.
Pamatskolas 5. – 9. klase	
- daudz patstāvīgāki; - saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga; - var uzņemties vairāk atbildības; - pārsteidzošs interešu vēriens; - var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami.	- identificē personīgās intereses, spējas, savas stiprās un vājās puses; - raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem; - apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniegams visiem cilvēkiem; - apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu.
Vidusskolas 10. – 12. klase	
- veido savu identitāti ; - uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/ karjeras meklējumus; - attīsta interesi par sociāliem jautājumiem; - nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli; - kļūst aizvien patstāvīgāki.	- saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem; - saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū; - demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām; - spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus; - demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu.

KARJERAS IZGLĪTĪBA

Karjeras izglītības mērķis:

Organizēt izglītības procesā integrētus pasākumus, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākas izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlei.

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, izmantojot izglītības procesa un programmas piedāvājumu.

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, pašorganizētība, prasme prezentēt sevi un savu veikumu, mērķu izvirzīšana un darbību plānošana mācību un personīgajā dzīvē, lēmumu pieņemšana;
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, lēmumus, sasniegumus.

2. Motivēt un palīdzēt izpētīt 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/praksēs;
- 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 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;
- realizējot karjeras izglītību tiek ievērotas vecumposmu intereses un vajadzības;
- karjeras pasākumi tiek orientēti uz zināšanu, prasmju, vajadzību, vērtību un tikumu apguvi.

KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA

Lai skolēnus sagatavotu efektīvai pārejai no skolas uz pieaugušo darba dzīvi, skolai ir jānodrošina saviem skolēniem aizvien daudzveidīgāka mācīšanās pieredze.

Karjeras izglītības programmas sastāvdaļas:

1. Sevis izzināšanas un karjeras izpētes aktivitātes, kurās skolēni:

- identificē savas personīgās īpašības (fiziskās, intelektuālās, emocionālās iezīmes, prasmes, intereses un vērtības);
- izpēta personīgo īpašību un nepieciešamo prasmju samērotību, lai gūtu panākumus dažādās dzīves un darba situācijās;
- izvērtē stratēģijas un apstākļus, kas ietekmē viņu mācīšanos dažādās dzīves un darba situācijās;
- iesaistās darba pasaules izpētē un iepazīšanā.

Aktivitātes var ietvert:

- dažādas darba vides iepazīšana un pētīšana;
- dažādu profesiju un izglītības/apmācības iespēju izpēte;
- darba pasaules vēsturisko, esošo un plānoto izmaiņu analīze.

2. Lēmumu pieņemšana un īstenošana ir saistīta ar mācīšanos, kā pieņemt lēmumus, lai plānotu un vadītu savu karjeru. Skolēni iesaistās aktivitātēs, kas palīdz:

- izpētīt, kā citi cilvēki pieņem lēmumus, un saprast, kas var ietekmēt lēmuma pieņemšanu;
- identificēt atbilstošus lēmuma pieņemšanas metodes un stratēģijas;
- ģenerēt dažādas ar karjeru saistītas izvēles.

Pieņemt lēmumu par karjeras izvēli nenožīmē tikai piemērot indivīdu noteiktai profesijai. Lēmuma pieņemšanu ietekmē dažādi faktori, kuri ir jāņem vērā:

- individuālās iezīmes (veselība, vērtības, intereses, prasmes, vecums, zināšanas u.c.);
- sociālais konteksts (ģimene, vienaudži, sabiedrības grupas, sociāli-ekonomiskais statuss u.c.);
- vides konteksts (politiskie uzskati, izglītības iestādes, ģeogrāfiskais izvietojums, darba tirgus u.c.);
- citi faktori (laika perspektīvas, izdevība, izmaiņas laika gaitā, ārkārtas apstākļi u.c.).

Sagatavošanās pārmaiņām un pārejai attiecas uz tādas izpratnes un prasmju veidošanu, kādas skolēnam ir nepieciešamas, lai tiktu galā ar jaunām situācijām - gan plānotām, gan neplānotām.

KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi

1. Karjeras izglītības mērķi:

- organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumu Nr.747 “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem” prasībām, integrējot specifiskus mērķus;
- nodrošināt izglītojamo ar zināšanām un prasmēm, kas nepieciešamas personiskai izaugsmei un attīstībai, pilsoniskai līdzdalībai, nodarbinātībai, sociālajai integrācijai un izglītības turpināšanai;
- izkopt izglītojamā prasmi patstāvīgi mācīties un pilnveidoties, motivēt mūžizglītībai un apzinātai karjeras izvēlei;
- sniegt individuālās konsultācijas skolēniem.

2. Karjeras izglītības uzdevumi:

- nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;
- palīdzēt izglītojamajiem izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumu, izvirzītu konkrētu mērķi;
- veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba tirgus pasauli un ar to saistīto izglītības daudzveidību;
- nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas iemaņas;
- palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
- izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, emocionālo inteliģenci, toleranci, cieņu pret citādo un daudzveidību;
- veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību;
- izprast mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus.

Karjeras izglītības saturs

3. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir - īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi, individuālās karjeras konsultācijas).
4. Katra karjeras izglītības joma - **pašizpēte, karjeras iespēju izpēte un karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana** - ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.
5. 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 mūsdienu tehnoloģijas;
 - matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).
6. Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.
7. Pamatjoma “Pašizpēte” tēmas:
 - mana identitāte, vajadzības, rakstura īpašības, paštēls;

- 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, atbildība un vērtības;
- prasme sadarboties, risināt problēmas un konfliktus;
- mana veselība un nākotnes nodomi;
- pašvadīta mācīšanās, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- pašaudzināšana un pašorganizētība.

8. Pamatjoma “Karjeras iespēju izpēte” tēmas:

- darba nozīme cilvēka dzīvē;
- profesiju daudzveidība, pieprasītākās un izzūdošās profesijas;
- manu vecāku/tuvinieku darba dzīve;
- informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- darba tirgus un nodarbinātība, brīvprātīgais darbs;
- sociālā vide un bezdarbs;
- izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- darba likumdošana, darba drošība;
- pašnodarbinātība, pašnodarbināmība.

9. Pamatjoma “Karjera lēmumu pieņemšana un īstenošana” tēmas:

- lēmumu pieņemšanas metodes karjeras plānošanai;
- lēmuma pieņemšana un īstenošana, ņemot vērā dažādu faktoru ietekmi (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- karjeras virzienu pozitīvie un negatīvie aspekti;
- problēmrisinājumi;
- nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- prognozējamas un neprognozējamas pārmaiņas manā dzīvē;
- komandas darba pieredze, sadarbības nozīme un loma;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšanas un komunikācijas prasmes.

10. Karjeras izglītības īstenošanā un realizēšanā iesaistīti:

- Skolas administrācija
- Pedagogi karjeras konsultanti
- Klašu audzinātāji

- Mācību priekšmetu skolotāji
- Skolas bibliotekāri
- Skolas atbalsta personāls
- Interesešu izglītības programmu vadītāji
- Skolas absolventi
- Skolēnu vecāki
- Sadarbības partneri

KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS ĪSTENOŠANAS PLĀNS

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās un grupu nodarbības, ārpusstundu pasākumus, individuālās karjeras konsultācijas.

1. – 3.klase

1.klase. Mērķi:

- Mācīties mācīties.
- Palīdzēt skolēniem apzināties mācīšanās nepieciešamību, lai nākotnē iegūtu profesiju.
- Iepazīt vecāku profesijas.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Kā un kāpēc ir jāmacās? • Dienas režīma nozīme. • Par ko vēlos kļūt nākotnē? • Vecāku un tuvinieku profesijas un darba vietas.	• Iepazīt jēdzienu “dienas režīms” un “mācīšanās” strādājot pāri vai komandā. • Vizuāli attēlot savu nākotnes profesiju, prast par to pastāstīt. • Iepazīties ar vecāku un radnieku profesijām un darba vietām. • Rast priekšstatu par zināšanu un prasmju nepieciešamību kādas profesijas apguvei.	• Ir izpratne par mācību procesu un dienas kārtību nozīmi cilvēka dzīvē. • Mācās saskatīt un pārdomāt savas intereses un novērtēt savas spējas. • Saprot darba jēdzienu un darba nozīmību cilvēka dzīvē. • Zina, par ko strādā viņa tuvinieki. • Prot iesaistīties pāru un komandas darbā ar saviem vienaudžiem.

2.klase. Mērķi:

- Palīdzēt skolēniem iepazīties ar tuvākās apkārtnes darba vietām un tajās strādājošo profesijām.
- Radīt priekšstatu par profesiju daudzveidību.
- Apzināt skolēna pienākumus skolā un mājās.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Darba vietas Madonas novadā. • Darba vietu un profesiju daudzveidība. • Savu pienākumu pildīšana mājās un skolā, to sasaiste ar prasmju un iemaņu attīstību.	• Iepazīstināt skolēnus ar lielajiem uzņēmumiem Madonas novadā. • Veidot priekšstatu par profesiju daudzveidību un unikalitāti. • Iepazīt, kādas ir manas prasmes un iemaņas, ko es daru mājās – kāda ir mana palīdzība un iesaiste. • Rosināt saprast, kā tas, ko es protu, var palīdzēt izvēlēties profesiju.	• Ir priekšstats par Madonas novada lielajiem uzņēmumiem un tajos strādājošo profesijām. • Var nosaukt dažādas profesijas savā apkārtnē, zina strādājošo darba pienākumus, saprot profesijas nozīmi sabiedrībā. • Var pastāstīt par savu ieguldījumu ģimenes atmosfēras veidošanā. • Izprot, kādā veidā attīstās viņa iemaņas un prasmes, kur tās var pielietot.

3.klase. Mērķi:

- Palīdzēt skolēniem saskatīt un novērtēt uzņēmējdarbības nepieciešamību, iespēju piedalīties tajā.
- Rosināt bērnus taupīgi rīkoties ar naudu un citiem resursiem.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Darbs un atalgojums. • Lielāku pirkumu veikšana – krāšanas un taupīšanas princips. • Dažādas vēlmes dažādiem cilvēkiem. • Brīvprātīgs darbs.	• Veidot priekšstatu par naudas plūsmu cilvēka dzīvē. • Veikt pārrunas par naudas vērtību – pelnīšanas un tērēšanas aspektu. • Veidot priekšstatu par darba un atalgojuma sistēmu un atalgojuma nepieciešamību. • Radīt izpratni par jēdziena “brīvprātība” būtību. • Plānot un veikt brīvprātīgo darbu grupā vai pāri.	• Izprot atalgojuma būtību un naudas plūsmu no nopelnītā līdz iztērētajam. • Ir priekšstats kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu un kādām krāj. • Izprot kopēja budžeta lomu dažādu ģimenes locekļu interešu vajadzību apmierināšanai. • Saprot atšķirību starp algotu darbu un brīvprātīgo darbu. • Prot strādāt grupās un pāros ar vienaudžiem.

Metodes un paņēmieni:

Teksta lasīšana, pārruna, vērošana, prāta vētra, prezentācijas, projekti, lomu spēles, pāru un komandu darbs, vecāku intervēšana un diskusija kopā ar vecākiem, ekskursijas uz uzņēmumiem un iestādēm, tematiskie pasākumi, pašvērtējums, IT izmantošana izglītošanas procesā .

4. – 6.klase

4.klase. Mērķi:

- Palīdzēt skolēniem pamanīt savus talantus un “stiprās puses”.
- Mācīt saistīt savas darbības ar dzīves un karjeras mērķiem.
- Attīstīt ekonomiskās prasmes.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Mani mērķi profesijas izvēlē. • Manas intereses, spējas un talanti. • Ģimenes budžets. • Papildus ienākumu veidi ģimenē (pabalsti, papildus darbi, uzkrājumi).	• Uzzināt, kādas prasmes vajadzīgas, lai strādātu vēlamajā profesijā. • Apzināt savas intereses, spējas un saprast, kādās profesijās tās var noderēt. • Radīt izpratni par ģimenes budžeta veidošanās un tērēšanas likumsakarībām. • Noskaidrot ģimenes budžeta ienākumu avotus. • Pakāpeniski attīstīt ekonomiskās prasmes ikdienas darbībās.	• Apzinās savas “stiprās puses” un izprot to nozīmi savas karjeras veidošanās. • Ir priekšstats par ienākumu un izdevumu plūsmu vienas ģimenes budžetā. • Mācās naudas nozīmi cilvēka dzīvē. • Risina elementārus budžeta plānošanas uzdevumus. • Ir priekšstats par ģimenes budžeta ienākumu avotiem.

5. klase. Mērķi:

- Rosināt skolēnus izprast savu interešu nozīmi karjeras virziena izvēlē.
- Apzināt profesiju daudzveidību un izprast darba pienākumu atšķirības dažādu profesiju pārstāvjiem.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Pašizpētes veidi, informācijas apkopošanas iespējas. • Mana sapņu profesija. Vai tā ir arī mana nākotnes profesija? • Es un mani dotumi, to saistība ar manu nākotnes profesiju. • Profesiju daudzveidība, to dažāda saturs un pienākumi.	• Iekārtot skolēna portfolio. • Sniegt ziņas par personības īpašībām, prasmēm un talantiem (darba lapas, testi). • Izvērtēt, kurus talantus un prasmes varēs izmantot savā nākotnes profesijā. • Vākt un apkopot informāciju par profesiju daudzveidību, to nepieciešamību sabiedrībā, darba vidi un pienākumiem. • Radīt profesiju māju (kolāžā, zīmējums, animācija utt.). • Iekāpt dažādu profesiju pārstāvju “kurpēs” (spēle).	• Prot apkopot pašizpētes materiālus. • Saskata saistību savas nākotnes profesijas izvēlē un savu talantu un prasmju attīstībā. • Var nosaukt un raksturot dažādu profesiju pārstāvjus, zina strādājošo darba pienākumus, prot īsi raksturot darba vidi un piederumus. • Prot sadarboties strādājot grupās un pāros ar vienaudžiem.

6.klase. Mērķi:

- Veicināt katra skolēna personīgo īpašību pilnveidošanu un mācīšanās prasmju un motivācijas attīstīšanu.
- Uzsvērt brīvā laika plānošanas nozīmi veiksmīgas karjeras izvēlē.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Kāds es esmu un kāds varētu būt? • Brīvais laiks, tā izmantošana un plānošana. Brīvā laika nozīme karjeras veidošanā. • Garīgais un fiziskais darbs. • Profesijas un mācību priekšmeti. • Savu mērķu sasniegšana. Ko es varu darīt jau šodien?	• Veikt pašizpēti ar mērķi izprast, kāds es gribētu un varētu būt. • Meklēt daudzveidīgas brīvā laika pavadīšanas iespējas. • Saskatīt un analizēt atšķirības starp fizisko un garīgo darbu. • Saskatīt katra mācību priekšmeta lomu konkrētu prasmju un profesiju apguvē. • Izprast kā paaugstināt mācību motivāciju un mērķtiecību. • Izveidot savu pirmo neparasto CV – dzīvesstāstu (formāts – plakāts, domu karte).	• Apzinās savu vēlmju un mērķu sasaisti ar nākotnes profesiju. • Izprot skolas un ārpuskolas pasākumu vērtību, jēgpilnu brīvā laika pavadīšanas nozīmi. • Saskata un spēj raksturot atšķirības starp fizisku un garīgu darbu. • Zina katra mācību priekšmeta un jomas sniegtās prasmes, sasaista tās ar profesijas izvēli. • Skolēni ir informēti, kā viņa mācīšanās paņēmieni ietekmē viņa sasniegumus un mērķu izvirzīšanu.

Metodes un paņēmieni:

Teksta lasīšana, pārruna, vērošana, prāta vētra, aptauja, prezentācijas, projekti, lomu spēles, pāru un komandu darbs, vecāku intervēšana un diskusija kopā ar vecākiem, ekskursijas uz uzņēmumiem un iestādēm, tematiskie pasākumi, pašvērtējums, IT izmantošana izglītošanas procesā .

7. – 9.klase

7.klase. Mērķi:

- Sniegt skolēniem informāciju par izglītības vērtību un attieksmes nozīmi ceļā uz savu ideālo profesiju.
- Rosināt attīstīt savas dotības un atbildību.
- Informēt skolēnus par profesiju pieprasījumu darba tirgū un nākotnes tendencēm.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Es esmu unikāls • Kā vēlmes savienot ar talantiem un profesionālo darbību, karjeras lēmuma pieņemšanu. • Mans raksturs un tā nozīme manu mērķu sasniegšanā un profesijas izvēlē. • Atbildība un attieksme • Veiksmīga karjera. Karjeras pamatvērtība – laba izglītība. • Pieprasītākās profesijas, izzūdošās profesijas, neparastās profesijas.	• Personības izpēte (rakstura īpašības, vēlmes), saprast tās nozīmi profesijas izvēlē. • Noskaidrot ikdienā sastopamo profesiju pārstāvju darba pienākumus un nepieciešamās rakstura īpašības. • Saprast, kas ir attieksme un kā to var mainīt un attīstīt, kā tā ietekmē darba rezultātu. • Izprast atbildīgas un bezatbildīgas rīcības sekas. • Sasaistīt mācību priekšmetus un jomas ar prasmēm un kompetencēm. • Noskaidrot veiksmīgas karjeras būtību. • Izpētīt darba tirgū pieprasītākās profesijas. • Diskutēt par neparastākajām un izzūdošajām profesijām 21. gadsimtā.	• Skolēni ir informēti par sava rakstura īpašībām un temperamentu. • Apzinās rakstura īpašību nozīmi savu mērķu izvirzīšanā un profesijas izvēlē. • Novērtē atbildību kā savas dzīves vērtību. • Spēj izvērtēt savu attieksmi un tās ietekmi uz savu un citu cilvēku dzīvi. • Zina veiksmīgas karjeras jomas un saprot to būtību. • Izprot izglītības nozīmi prasmju un kompetenču apguvē, nākotnes profesijas izvēlē. • Skolēni orientējas IT vidē, prot noskaidrot interesējošo informāciju par karjeras jautājumiem.

8.klase. Mērķi:

- Sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un tālākizglītības iegūšanai.
- Akcentēt veselības un darba apstākļu nozīmi profesijas izvēlē.
- Attīstīt pašorganizācijas prasmes.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Savu prasmju un talantu apzināšanās un to nozīme profesijas izvēlē. • Laika plānošanas nozīme ikdienas dzīvē. • Pašorganizācijas prasmes, stresa mazināšana. • Profesionālo jomu izzināšana. • Profesijas izvēles aspekti. Mīti un patiesība par profesijas izvēli. • Veselības, darba vietas un darba apstākļu nozīme profesijas izvēlē. • Ēnu diena	• Personības izpēte (individuālo iezīmju atbilstība profesijas prasībām), saprast tās nozīmi profesijas izvēlē. • Izveidot savu portretu vizualizācijas tehnikā (kolāža, prezentācija, infografika). • Prast ieraudzīt laika zagļus, mācīties plānot laiku un darbus, lai mazinātu stresu. • Saskatīt un atlasīt atsevišķu profesiju raksturīgākās pazīmes. • Iepazīt un izpētīt kādu no interesējošām profesijām (prezentācija, domu karte, plakāts). • Izprast kā sabiedrībā rodas priekšstatu par dažādām profesijām un sociālie mīti, prast tos analizēt. • Noskaidrot, ko nozīmē “profesionālā saslimšana”, kādi ir veselībai kaitīgi apstākļi, ko nozīmē darba drošība. • Saprast veselības nozīmi karjeras izvēlē. • Var piedalīties Ēnu dienā, vērot, intervēt izvēlētajās profesijas pārstāvi. • Var veikt projekta darbu “Manas dzimtas profesijas” u.c.	• Zina savu profesionālo orientāciju (cilvēks – daba, tehnika, cilvēks, zīmju sistēma un māksla) balstoties uz savām interesēm un prasmēm, saista to ar nodarbošanās jomām. • Māk saskatīt savas personības stiprās puses. • Apzinās savus laika zagļus, pārzina laika plānošanas un stresa situāciju pārvarēšanas metodikas. • Prot iegūst informāciju par interesējošo profesiju (darba saturs, vide, piederumi, apģērbs, riski, nozīmīgums, līdzīgas profesijas). • Spēj izprast profesijas izvēles patiesos aspektus. • Izprot veselības nozīmi karjeras izvēlē. • Apzinās darba apstākļu ietekmi uz savu veselību. Saprot darba drošības noteikumu ievērošanas jēgu. • Izvērtē savas Ēnojamās profesijas darba vidi, specifiku un iespējamo vēlmi strādāt šādā profesijā.

9.klase. Mērķi:

- Veikt tālākizglītības iespēju izpēti, izmantojot dažādus resursus.
- Iepazīstināt skolēnus ar mērķu izvirzīšanas un lēmumu pieņemšanas veidiem un ieviešanas metodēm.
- Noskaidrot skolēnu nākotnes vēlmes un izveidot to realizēšanas plānu.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Karjeras pamatjautājumi – gribu, varu, vajag. • Darba nozīme cilvēka dzīvē. • Vērtības, to nozīme karjeras veidošanā. • Izglītības sistēma Latvijā. • Izglītības iespēju virtuālā pētniecība. • Dzimumu līdztiesības darba tirgū. • Mērķu izvirzīšana (mērķu karte). Līderis un līderība. • Lēmumu pieņemšana. • Lietišķā etiķete • Ēnu diena • NVA, tās funkcijas un piedāvājums skolēnu vasaras nodarbinātībai.	• Atbildēt uz karjeras pamatjautājumiem. • Analizēt darba nozīmi cilvēka dzīvē (anketa). • Apzināties dzīves un profesionālās vērtības. • Iegūt informāciju par Latvijas izglītības sistēmu, valsts un reģiona izglītības iestādēm. • Rast motivāciju padziļinātai mācību priekšmetu apguvei un savlaicīgai informācijas iegūšanai, kas saistīta ar profesijas izvēli un tālākizglītību. • Pilnveidot izpratni par dzimumu vienlīdzību darba tirgū, izvērtēt stereotipus. • Mācīties izvirzīt jēgpilnus mērķus, izmantojot mērķu karti. • Uzzināt, ko nozīmē būt līderim, iepazīties ar kādu līderības stāstu. • Apgūt lietišķā izskata, runas un uzvedības prasmes un izprast to nozīmi karjeras izvēlē un darba intervijās. • Piedalīties Ēnu dienā, vērot, intervēt izvēlētajās profesijas pārstāvi. • Ieteicams apmeklēt Nacionālo jauno profesionāļu meistarības konkursu - izstādi "SkillsLatvia". • Uzzināt par darba un prakses iespējām vasarā.	• Zina, ko grib un var sasniegt tālākizglītībā, apzinās darba tirgus mainību. • Apzinās darbu kā vajadzību pašrealizēties. • Var identificēt savas vērtības. • Izprot izglītības sistēmu Latvijā un ir informēts par profesionālās izglītības iespējām. • Apzināta mācīšanās, lai sasniegtu tālākizglītības mērķi. • Prot virtuāli iegūt informāciju par interesējošo profesiju (darba saturs, prasības, apstākļi, vide, atalgojums, izglītības iespējas). • Izprot dzimumu vienlīdzības nozīmi darba tirgū. • Māk strādāt ar mērķu karti un apzinās savas darbības plānošanas nozīmi lēmumu pieņemšanā. • Saprot līderības nozīmi mērķu sasniegšanā un karjeras veidošanā. • Izprot lietišķās etiķetes nozīmību dzīves un karjeras veidošanā. • Prot izvērtēt savas Ēnojamās profesijas darba vidi, specifiku un iespējamo vēlmi strādāt šādā profesijā. • Zina NVA piedāvātās iespējas, ir iegūta informācija par savu profesionālo virzienu.

Metodes un paņēmieni:

Teksta lasīšana, pārrunas, vērošana, testi, prāta vētra, aptaujas, prezentācijas, projekti, lomu spēles, pāru un grupu darbs, tikšanas, intervijas, diskusijas, Venna diagramma, SVID analīze, ekskursijas uz uzņēmumiem un iestādēm, tematiskie pasākumi, pašvērtējums, pašizpēte, IT izmantošana izglītības procesā, "Ēnu" diena, Atvērto durvju dienas, tiešsaistes, vebināri, individuālās karjeras konsultācijas.

10.– 12.klase

10.klase. Mērķi:

- Izprast tālākizglītības un karjeras lēmuma pieņemšanas nosacījumus – indivīda vērtības, vajadzības, vēlmes, un to mijiedarbību.
- Apzināties mūsdienu kompetenču nozīmi dzīvē un karjeras veidošanā.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Mani sapņi un nākotnes nodomi. • Mana karjeras izvēle. Kas to var ietekmēt? • Manu tuvinieku karjeras stāsti. • Mans hobijs – mans darbs. • Profesionālās vērtības. • Savu prasmju apzināšanās. • Mūsdienīgu kompetenču nozīme dzīvē un darba tirgū. • Svarīgākās dzīves un karjeras sfēras. • Brīvprātīgais darbs. • Ēnu diena. • Pašizpēte.	• Noformulēt savus nākotnes nodomus un tos vizualizēt. Saskatīt to realizācijas veidus, plānot konkrētas darbības. • Izpētīt un saprast, kas ietekmē indivīda viedokli attiecībā uz karjeras izvēli. • Iepazīt, izpētīt un analizēt tuvinieku karjeras stāstus. • Apzināties savus hobijus kā iespējamo nākotnes profesiju. Uzzināt veiksmes stāstus. • Mācēt atlasīt savas profesionālās vērtības, domājot par nākotnes karjeru. • Izpētīt personīgās prasmes, sasaistīt tās ar mūsdienu kompetencēm. • Veikt apzinātu pašizpēti, lai sekmētu jēgpilnu karjeras lēmumu pieņemšanu. • Uzzināt par brīvprātīgā darba nozīmi, veidiem un iespējām iesaistīties brīvprātīgajā darbā. • Piedalīties Ēnu dienā, vērot, intervēt izvēlētajā profesijā pārstāvi. • Doties uz uzņēmumiem mācību ekskursijās, lai iepazītu dažādu profesiju pārstāvjus. • Ieteicams apmeklēt izstādi "Skola". un Atvērto durvju dienas mācību iestādēs.	• Spēj noformulēt savu nākotnes redzējumu un mērķtiecīgi uz to virzās. • Izprot savu identitāti un apzinās personīgo potenciālu. • Apzinās apstākļu un personību ietekmi uz savu karjeras lēmumu. • Spēj patstāvīgi pieņemt nozīmīgus lēmumus, ir pozitīva un veselīga attieksme pret sevi un dzīvi. • Novērtē hobiju lomu karjeras izvēles ceļā. • Saskata izglītību kā vienu no savām vērtībām. • Prot analizēt savas prasmes un apzinās tā nozīmi personības izaugsmē un karjeras veidošanā. • Zina savas dzīves un karjeras svarīgākās sfēras, prot tās līdzsvarot. • Ir iepazinis un prot izvērtēt interesējošās profesijas darba vidi, specifiku, pienākumus, darba devēja prasības un iespējamo vēlmi strādāt šādā profesijā.

11.klase. Mērķi:

- Pilnveidot komunikācijas prasmes un emocionālo inteliģenci.
- Attīstīt laika plānošanas un sevis prezentēšanas prasmes.
- Noskaidrot nākotnes tendences tālākizglītībā un darba tirgū.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Tolerance darba tirgū. • Emocionālā inteliģence. • Veiksmīgas dzīves un karjeras pamatvērtības. • Efektīva laika plānošana. • No sludinājuma līdz pirmajai darba dienai. • Komunikācijas prasmes. • Nākotnes profesijas, mākslīgais intelekts. • Ēnu diena. • Pašizpēte.	• Pilnveidot izpratni par vienlīdzību un tolerantu attieksmi sabiedrībā un darba attiecībās. • Attīstīt spēju pazīt savas un citu emocijas, lai spētu tās labi vadīt dažādās dzīves situācijās attiecībās ar cilvēkiem. • Uzzināt veiksmīgas dzīves un karjeras pamatvērtības, saskatīt savu pašrealizāciju katrā no sfērām. • Izprast jēdzienus - laika menedžments un prokrastinācija, apzināties savus laika “zagļus”, apgūt laika plānošanas metodes. • Apgūt darba meklēšanas procesu no sludinājuma līdz pirmajai darba dienai (darba meklēšanas sludinājumi, CV, motivācijas vēstule, darba intervija). • Trenēt komunikācijas prasmes, ievērojot verbālās un neverbālās komunikācijas pamatprincipus. • Iepazīties ar nākotnes tendencēm darba tirgū (robotizācija un mākslīgais intelekts). • Piedalīties Ēnu dienā, vērot, intervēt izvēlētajās profesijās pārstāvi. • Doties uz uzņēmumiem mācību ekskursijās, lai iepazītu dažādu profesiju pārstāvjus. • Ieteicams apmeklēt izstādi ”Skola...” vai Nacionālo jauno profesionāļu meistarības konkursu “SkillsLatvia”, Atvērto durvju dienas mācību iestādēs.	• Prot izvērtēt sabiedrībā valdošos stereotipus un aizspriedumus pret dažādām minoritātēm un toleranti attiecas pret citādo/atšķirīgo sabiedrībā un darba tirgū. • Prot kontrolēt savas emocijas un izmantot piemērotākos saskarsmes paņēmienus dažādās dzīves situācijās. • Apzinās, kas ir veiksmīgas dzīves pamatvērtības. • Izprot laika plānošanas nozīmi, prot pielietot laika plānošanas metodes savā dzīvē. • Pārzina darba meklēšanas procesu. • Zina komunikācijas prasmju pamatprincipus, prot tos pielietot dzīvē. • Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. • Izprot brīvprātīgā darba nozīmi. • Zina par brīvprātīgā darba iespējām savā pilsētā/ novadā, Latvijā, Eiropas Savienībā un pasaulē. • Ir iepazinis un prot izvērtēt interesējošās profesijas darba vidi, specifiku, pienākumus, darba devēja prasības un iespējamo vēlmi strādāt šādā profesijā.

12.klase. Mērķi:

- Pilnveidot mērķu plānošanas un lēmuma pieņemšanas stratēģijas.
- Veikt tālākizglītības iespēju izpēti Latvijā un citur pasaulē, izmantojot dažādus resursus, ņemot vērā darba tirgus tendences.
- Ar pašizpēti un individuālo karjeras konsultāciju palīdzību, noskaidrot skolēnu nākotnes vēlmes un izveidot to realizēšanas plānu.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Sasniedzamais rezultāts
• Mērķtiecība. Mērķu plānošanas metodes. • Lēmumu pieņemšana un īstenošana. • Darba un izglītības nozīme karjeras veidošanā. • Karjeras vadības prasmes. • Izglītības veidi (mūžizglītība, formālā un neformālā izglītība). • Augstākās izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs. • Profesiju virtuālā izpēte. • Profesiju apraksti, standarts un klasifikators. • Darba tirgus tendences (pieprasītākās profesijas, atalgojums, bezdarbs). • Ēnu diena • Pašizpēte.	• Apzināties mērķtiecību kā vienu no vērtībām. • Apgūt mērķu nosprašanas, plānošanas un analīzes metodes (mērķu karte, mērķu piramīda u.c.) • Izprast lēmuma pieņemšanas nosacījumus un īstenošanas ceļus. • Mācēt pielietot problēmrisināšanas metodes, lai sasniegtu mērķus. • Izprast darba nozīmi katra cilvēka dzīvē. Apzināties darbu kā vērtību. • Iepazīt karjeras vadības prasmes un to nozīmi karjeras lēmuma pieņemšanā. Apzināties savu karjeras vadības prasmju stiprās puses un trūkumus. • Iepazīties ar izglītības veidiem un alternatīvām. • Izpētīt augstākās izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs izmantojot dažādus resursus. • Mācēt atrast un pielietot profesiju aprakstus, standartu un klasifikatoru, lai savāktu, salīdzinātu un apkopotu informāciju par interesējošo profesiju. • Pilnveidot zināšanas par nodarbinātības tendencēm un darba tirgus aktualitātēm Latvijā un pasaulē. • Piedalīties Ēnu dienā, vērot, intervēt izvēlētajās profesijas pārstāvi. • Doties uz uzņēmumiem mācību ekskursijās, lai iepazītu dažādu profesiju pārstāvjus. • Ieteicams apmeklēt izstādi "Skola", Atvērto durvju dienas mācību iestādēs, sagatavošanas kursus izvēlētajā mācību iestādē.	• Izprot mērķtiecības nozīmi ceļā uz saviem nākotnes nodomiem. • Prot uzstādīt un plānot mērķus, izmantojot vispiemērotāko stratēģiju. • Analizē un pieņem lēmumus, izvirza prioritātes, kas sekmē mērķu sasniegšanu. • Zina karjeras vadības prasmes, saprot to ietekmi uz karjeras lēmumu. • Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. • Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas. • Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs. • Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. • Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. • Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju vai nodarbošanās veidu. • Izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai, ir apzinātas alternatīvas karjeras izvēlē.

Metodes un paņēmieni:

Darbs ar informāciju un tās avotiem, vērošana, prognozēšana, testi, prāta vētra, aptaujas, prezentācijas, projekti, lomu spēles, pāru un grupu darbs, SVID analīze, intervijas, diskusijas, Venna diagramma, ekskursijas uz uzņēmumiem un iestādēm, tematiskie pasākumi, tikšanās, pašvērtējums, pašizpēte, IT izmantošana izglītošanas procesā, “Ēnu” diena, Atvērto durvju dienas, tiešsaistes, vebināri, pētījumi, individuālās karjeras konsultācijas.

Karjeras izglītības vērtēšana

Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti īsi rakstiski vai mutiski raksturojot skolēnu mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku zināšanu, prasmju/kompetenču, attieksmju apguvē un izmantojot pašvērtējumu.

Klašu grupa	Pašizpētes prasmes	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes
1.- 3. klase	Skolēns prot stāstījumā nosaukt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēns spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus. Skolēnam ir izpratne par savu mācīšanās procesu un dienas kārtību, tās nozīmi cilvēka dzīvē.	Skolēns atpazīst profesijas, ir ieguvis zināšanas un priekšstatu par dažādām profesijām. Skolēns atceras informāciju, uzdodot jautājumus par darba pasauli un prot vienkārši prezentēt iegūtās atbildes. Skolēns prot nonākt pie vienkāršiem secinājumiem par dažādu profesiju saturu. Skolēns izprot atalgojuma būtību un naudas plūsmu no nopelnītā līdz iztērētajam.	Skolēns pēc skolotāja dota parauga prot pamatot, kuri nodarbošanās veidi viņu interesē, lai pēc kritērijiem izvērtētu savu piemērotību konkrētai darbības jomai. Skolēns izprot, kādā veidā attīstās viņa iemaņas un prasmes, kur tās var pielietot dzīvē.
4.- 6. klase	Skolēns prot stāstījumā atklāt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēns izprot pašorganizācijas nozīmi. Skolēns spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus. Skolēns saprot, kā viņa mācīšanās paņēmieni ietekmē sasniegumus un pašizaugsmi.	Skolēns prot vizualizēt un strukturēt informāciju par profesiju saturu, prot apspriest un apkopot informāciju par profesijām, prot veikt nelielus pētījumus, aptaujas, intervijas. Skolēns spēj izveidot profesiju grupas pēc to pazīmēm. Skolēns spēj raksturot atšķirības starp fizisku un garīgu darbu.	Skolēns saskata saistību nākotnes profesijas izvēlē un savu talantu un prasmju apzinātā attīstībā. Skolēns spēj apsvērt dažādas iespējas un koriģēt vai mainīt savus lēmumus. Skolēns izprot skolas un ārpusskolas pasākumu vērtību, jēgpilnu brīvā laika pavadīšanas nozīmi nākotnes lēmumu pieņemšanā.

7.-9. klase	Skolēns prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām. Skolēns prot identificēt un analizēt savas vērtības, pieredzi un vajadzības. Skolēns izprot atbildības un attieksmes nozīmi savā un citu cilvēku dzīvē.	Skolēns prot saskatīt dažādu profesiju pozitīvos un negatīvos aspektus. Skolēns prot atrast informāciju par pieprasītākajām un izzūdošajām profesijām. Skolēni izprot veselības nozīmi karjeras izvēlē, apzinās dažādu profesiju darba apstākļu ietekmi uz savu veselību. Skolēns prot izmantot pieejamos resursus informācijas iegūšanai par darba pasauli.	Skolēns prot izvēlēties savām interesēm atbilstošāko profesiju un salīdzināt savas individuālās zināšanas, rakstura īpašības un prasmes ar tām, kas ir nepieciešamas izvēlētajā darbības jomā. Skolēns prot sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai, prot paskaidrot, kā realizēs šo plānu. Skolēns izprot laika plānošanas nozīmi. Skolēns mācās apzināti, lai sasniegtu tālākizglītības mērķi.
10.- 12. klase	Skolēns prot veidot savu paštēlu un prezentēt to, ievērojot toleranci un pielietojot emocionālo inteliģenci. Skolēns apzinās savu karjeras vadības prasmju stiprās puses un trūkumus. Skolēns izmanto pašizpētes metodes, lai realizētu personīgo potenciālu. Skolēns izprot sava dienas režīma, laika plānošanas un lēmuma pieņemšanas prasmju saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēns prot pašvērtēt savu darbību, pamatojoties uz savu fizisko un garīgo dotumu un vajadzību izpēti.	Skolēns spēj atrast un izmantot atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām. Skolēni izprot savu esošo un iespējamo perspektīvo vietu izglītības sistēmā Latvijā vai ārvalstīs, prot analizēt un salīdzināt izglītības sistēmas. Skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpuskolas pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas. Skolēns spēj izprast sabiedriskās dzīves un darba tirgus pārmaiņas un novērtēt nepieciešamību pielāgoties jaunajiem apstākļiem. Skolēns spēj formulēt savas izglītības iespējas pēc pamatzglītības iegūšanas. Skolēns izprot darba meklēšanas un darbā pieteikšanās stratēģijas.	Skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas mērķu uzstādīšanas un lēmumu pieņemšanas metodes. Skolēns prot salīdzināt vairākas iespējas, kā kritērijus izmantojot personisko pieredzi un informāciju no dažādiem avotiem. Skolēns izprot pašnodarbinātības un pašnodarbināmības priekšrocības un trūkumus. Skolēns prot kritiski izvērtēt savu piemērotību izvēlētajai profesijai. Skolēns spēj argumentēti diskutēt par izvēlētajās profesijas pozitīvajiem un negatīvajiem aspektiem, balstoties uz iegūto un analizēto informāciju. Skolēns prot sastādīt rīcības plānu un alternatīvas karjeras iespēju realizēšanai.

Metodes un paņēmieni:

- pašvērtēšana,
- skolēnu savstarpējā vērtēšana,
- pašanalīze un savstarpējā vērtēšana pēc simulācijas un lomu spēlēm,
- portfolio analīze,
- diskusija par savu piemērotību noteiktām profesijām,
- domu kartes izveidošana,
- līdzsvara aplis,
- kolāža par profesijām vai kā pašportrets,
- argumentētā esēja par profesijām,
- SVID analīze - pašvērtēšanā, profesiju profilu izvērtēšanā, darba vides izvērtēšanā, karjeras plāna izvērtēšanā,
- prezentāciju izveidošana apkopotās informācijas atspoguļošanai,
- foto dokumentēšana par profesijām un darba vidi,
- MPD par profesijām un darba tirgus tendencēm,
- individuālais projekts par karjeras un tālākizglītības iespējām.

KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODES

Metode	Prasmes
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.
Analīze	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām. Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu.
Brīvais raksts	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas.
Darbs ar informācijas avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju.
Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus.
Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otrū, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu.
Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas. Meklēt problēmu risinājumu.
Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām.
Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētajās profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus.
Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā.

Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi.
INSERT metode	Apgūt prasmi izvērtēt informāciju.
Intervija	Apgūt prasmi sarunāties: uz klausīt sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu.
IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā.
Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem.
Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi.
Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam.
Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē.
Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu.
Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu.
Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus.
Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu – rezumēt.
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.
SVID analīze	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas.
T- tabula	Apgūt iemaņas izvērtēt parādību no vairākiem aspektiem.
Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai.
Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai.
Venna diagramma	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu.

25. Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi. Valsts Izglītības satura centrs
26. Karjeras iespēju izpēte, metodiskais palīg līdzeklis PIAP aģentūra, 2003.g.
27. Karjeras izglītība 7., 8., 9. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.g.
28. Korna E., Karjeras izglītība. Rīga: Raka, 2011.g.
29. Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008.g.

NODERĪGAS SAITES IZGLĪTĪBAI, KARJERAI, DARBAM

Interneta vietne	Apraksts
www.niid.lv	Ceļvedis studijām un mācībām Latvijā: vispārējā, profesionālā un augstākā izglītība, kursi, skaidrojumi un apraksti izglītības iespēju izpratnei, e-konsultācijas, karjeras izvēles testi.
www.e-skola.lv	Interesu izglītība, vakances, izglītības iestādes un kursi Rīgā.
www.izm.gov.lv	Izglītības sistēmas informācija: vispārējā, profesionālā augstākā izglītība.
www.e-klase.lv	Portāls par izglītības jautājumiem vecākiem, skolotājiem un skolēniem; elektroniskā dienasgrāmata.
www.latvijaskvalifikācijas.lv	Informācija par Latvijas ietvarstruktūrā iekļautajām izglītības kvalifikācijām.

Karjeras informācija

Interneta vietne	Apraksts
https://cvvp.nva.gov.lv/	Karjeras informācija, sevis izpēte (interesu testi, datorspēle, anketa u.c.), karjeras lēmumi un darba meklēšana.
https://www.lm.gov.lv/lv/profesiju-klasifikators	Latvijas profesiju klasifikators un profesiju standarti.
www.prakse.lv	Jauniešu karjeras portāls: profesijas, spēles, darbs, izglītība, informācija, pieredze, vakances, projekti u.c.
www.e-darbs.lv	Portāls darba meklētājiem Latvijā
www.workingday.lv	Portāls darba meklētājiem Latvijā.
www.jobs.lv	Portāls darba meklētājiem Latvijā.
www.cvmarket.lv	Portāls darba meklētājiem Latvijā.
www.cv.lv	Portāls darba meklētājiem Latvijā.
www.nva.gov.lv/eures	Darba meklēšana Eiropā: konsultācijas, informācija, dzīves un darba apstākļi.

www.jobs-in-europe.net	Portāls darba meklētājiem Eiropā.
http://ec.europa.eu/eures	Portāls darba meklētājiem Eiropā.
www.eurojobs.com/	Portāls darba meklētājiem Eiropā.
www.eurobrussels.com	Portāls darba meklētājiem Eiropā.
http://www.lkaaa.lv/node/1	Latvijas karjeras attīstības atbalsta asociācija

Izglītība ārzemēs

Interneta vietne	Apraksts
www.viaa.gov.lv/Euroguidance	Euroguidance Latvija: studijas ārvalstīs, studentu apmaiņa, valstu katalogs, jautājumi un atbildes.
http://ec.europa.eu/education/index_en.htm	Eiropas Komisijas izglītības portāls.
http://ec.europa.eu/education/study-in-europe/	Vispusīga informācija par studiju iespējām 32 Eiropas valstīs.
www.jaunatne.gov.lv	ES programma Jaunatne darbībā: iniciatīvas un projekti 13 līdz 30 gadus veciem jauniešiem.
https://www.kalba.lv/lv/home/	Izglītības iespējas ārzemēs, bezmaksas individuālās konsultācijas un angļu valodas līmeņa noteikšanas tests, palīdzība dokumentu noformēšanā.
www.eurodesk.eu	EK jaunatnes informācijas tīkls: mācības, darbs, dzīvošana un ceļošana Eiropā.
www.europa.eu/youth/eU_lv	Eiropas jaunatnes portāls: studēšana, darbs, brīvprātīgais darbs, apmaiņa un informācija.
www.europass.lv/	Ārvalstīs iegūtās mācību un darba pieredzes apliecināšana.
www.balticcouncil.org/	Angļu valodas testi: IELTS, Cambridge.
www.aic.lv	Diplomu atzīšana: ārzemju diplomu Latvijā,
www.enic-naric.net/	Diplomu atzīšana: Latvijas diplomu ārzemēs.
www.bachelorsportal.eu/	Bakalaura studijas Eiropā.
www.mastersportal.eu	Maģistrantūras studijas Eiropā.
www.phdportal.eu/	Doktorantūras studijas Eiropā.
www.shortcoursesportal.eu/	Kursi Eiropā.
www.scholarshipportal.eu/	Stipendiju programmas Eiropā.
www.ergoeducation.com/	Komerckompānijas piedāvājumi: kursi, vidējā un augstākā izglītība ārzemēs.
www.dreamfoundation.eu	Mācības ārvalstīs: programmas, prasības, testi, padomi, pieteikšanās mācībām.

www.eastchance.com	Studentiem no Centrālās un Austrumeiropas: stipendijas un karjeras iespējas.
www.afs.lv	Skolēnu apmaiņas programmas.
www.yfu.lv	Skolēnu apmaiņas programma.

Dažādi noderīgi informācijas avoti

Interneta vietne	Apraksts
http://www.euroguidance.eu	EK Karjeras konsultēšanas un informācijas tīkls: informācija politikas plānotājiem un atbalsts karjeras konsultantiem un citiem karjeras atbalsta sistēmas pārstāvjiem.
http://ec.europa.eu/education/index_en.htm	Mūžizglītības politika, izglītība un apmācības ES, programmas, informācija, ziņojumi, pētījumi u.c.
http://www.elgpn.eu/	Eiropas mūžilga karjeras atbalsta politikas tīkls: karjeras atbalsta politika un prakse Eiropas valstīs.
https://www.euroguidance.eu/international-mobility	Mobilitātes iespējas ES karjeras atbalsta speciālistiem
http://www.career-guide.eu/	Portāls karjeras izglītības īstenotājiem sadarbības veicināšanai starp skolām.
http://www.oecd.org	Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas portāls: pētījumi, rekomendācijas, publikācijas, statistika, indikatori izglītības un karjeras atbalsta jomā.
http://www.cedefop.europa.eu/EN/	Eiropas Profesionālās izglītības attīstības centra portāls: informācija, profesionālās izglītības un apmācības sistēmu un politikas pētījumi, analīze
http://www.etwinning.lv/	Eiropas skolu sadarbības programma interneta vidē.
http://www.etf.europa.eu	Eiropas apmācības fonda portāls: cilvēkresursu attīstība, izglītība, nodarbinātība, inovācijas, pētījumi, projekti, publikācijas u.c.
http://www.planet-beruf.de/	Vācijas federālās nodarbinātības portāls jauniešiem, skolotājiem un vecākiem par karjeras izvēles jautājumiem.
http://www.learndirect.co.uk	E-padomu un e-mācīšanās līdzeklis.

MADONAS PILSĒTAS VIDUSSKOLAS KARJERAS IZGLĪTĪBAS SADARBĪBAS PARTNERI

1. Madonas novada pašvaldības izglītības nodaļa
2. Madonas novada pašvaldības Uzņēmējdarbības un tūrisma attīstības nodaļa
3. Madonas novada pašvaldības Tūrisma informācijas centrs
4. Madonas biznesa inkubators
5. Madonas pilsētas pirmsskolas izglītības iestādes “Saulīte”, “Priedīte”, “Kastanītis”
6. Madonas novada bibliotēka
7. Madonas novadpētniecības un mākslas muzejs
8. Madonas Kultūras nams
9. Madonas novada multifunkcionālais jaunatnes iniciatīvu centrs
10. Madonas Bērnu un jauniešu centrs
11. Mācību centrs BUTS (Madona)
12. Mācību un konsultāciju centrs ABC (Madona)
13. Nodarbinātības Valsts aģentūra (Madonas nodaļa)
14. Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests (Madonas nodaļa)
15. Valsts ieņēmumu dienests (Madonas nodaļa)
16. Valsts policija (Madonas nodaļa)
17. Zemessardzes 25.kājinieku bataljons (Madona)
18. Jēkabpils tehnoloģiju tehnikuma Barkavas Struktūrvienība
19. Madonas pilsētas un novada uzņēmēji:
 - SIA Madonas Kameles (Madona)
 - SIA Junge (Madona)
 - SIA Papīrs (Madona)
 - IK 55 Mārītes (Prauliena)
 - Latvijas Valsts mežu Kalsnavas arborētums (Kalsnava)
 - “Saules optika” (Madona, M.Smudzis)
 - Udrasu Litas un Kaspara veterinārārstu prakse (Madona)
 - A/S Lazdonas Piensaimnieks (Lazdona)
 - ZS Jāņkalni (Vestiena)
 - ZS Līvi (Bērzaune)
 - Frizētava “Diadēma” (Madona)
 - Skaistumkopšanas salons “Kolonna” (Madona)
 - Ziedu salons “Ādere - A” (Madona)
 - Sporta un atpūtas bāze “Smeceres sils” (Madona)
 - Jāņa Seiksta keramikas darbnīca (Madona)
 - Koku vilnas meistars Ritvars Točs (Barkava)
 - Biškapis Sandris Akmens (Lubeja)
 - IK BALTIC BOWS (koka loku izgatavošana) Andis Apsītis (Laudona)
 - SIA „Latvāņi” (kokapstrādes grupa) Agita Kalniņa (Bērzaune)

KI programmas izveidotāja: Kristīne Aizpurve
Madonas pilsētas vidusskolas pedagogs karjeras konsultants