

SMĀRDES PAMATSKOLAS

Karjeras izglītības programma

2023

Smārdē

Saturs

1. Karjeras veidošanas aspekti.....	3
Karjeras izvēles pamatnosacījumi.....	3
Karjeras vadības prasmes	4
2. Karjeras izglītība.....	4
Skolēna karjeras vajadzības dažādos vecumposmos.....	4
Karjeras mērķis.....	6
Karjeras izglītības uzdevumi	6
Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi	7
Karjeras izglītības plānošana	7
3. Karjeras izglītības programma.....	8
Karjeras izglītības saturs.....	8
Karjeras izglītības īstenošanas plāns.....	9
4. Karjeras izglītības vērtēšana	24
5. Karjeras izglītībā izmantojamās atbalsta metodes.....	26
6. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra.....	31

1. Karjeras veidošanas aspekti.

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

GRIBU — tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un, ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem ir plašs interešu loks un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izziņāt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus, 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 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, izvēloties izglītības virzienu ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot vienā vai otrā programmā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis pilnveidošanai un attīstībai.

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 - profesiju, jāņem vērā trīs būtiski nosacījumi:

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

Karjeras vadības prasmes.

21. gs. situācija pasaulē ir krasi mainījusies, jo globālā tirgus un uz zināšanām balstītas ekonomikas apstākļos, indivīdiem ir nepieciešams nepārtraukti uzlabot savas prasmes un apgūt jaunas kompetences.

Lai pielāgotos mainīgajām darba tirgus vajadzībām, un uzņēmumu konkurētspējai, ir jāspēj ātri reaģēt darba vides mainīgajos procesos, radot efektīvu rezultātu. Sevis izglītošana mūsdienās ir kļuvusi par galveno faktoru konkurences veiksmē. Lai būtu sekmīgs darba tirgū, indivīdam ir pašam jāšķir par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja, indivīds (ne tikai jaunieši, bet arī pieaugušie) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savus personīgās dzīves un karjeras izaugsmi.

Jēdziens "karjera" ietver:

- darbs (darba pienākumu pildīšana; ikdienas darbi)
- ģimene (neizvietojams atbalsts grūtos brīžos)
- garīgums (nodarbes sevis bagātināšanai, pilnveidošanai, attīstībai)
- pilsoniskums (laiks un enerģija, kuru veltām sabiedrībai un labajiem darbiem)
- brīvais laiks (atpūta).

2. Karjeras izglītība.

Izglītojamo vajadzības karjeras attīstībai dažādos vecumposmos.

1 - 4 klasei.

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none">• Nepieciešama uzmanība un uzslavas• Piemīt neierobežota enerģija• Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes• Nepieciešama pašapziņas veidošana	<ul style="list-style-type: none">• atšķir darbu no spēles• identificē dažādus darba veidus• piedalās dažādu darbu aktivitāšu veidos• zina, kā pieņemt lēmumus• apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu• identificē personīgās sajūtas

	<ul style="list-style-type: none"> • prot individuālajās sarunās pastāstīt ko es protu, ko neprotu, kas padodas, kas nepadodas • analizē – ko varu darīt. Kas man var palīdzēt
--	--

5 - 9. klasei.

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
--------------------	---------------------

<ul style="list-style-type: none"> • Daudz patstāvīgāki • Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga • Var uzņemties vairāk atbildības Pārsteidzošs interešu vēriens • Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami • Mēģina izveidot unikālu identitāti neatkarīgi no vecāku ietekmes • Vēlas vairāk neatkarības • Zinātkāri, tomēr nav gatavi plānot • Pauž jūtas daudz atklātāk 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 sasniedzams visiem cilvēkiem • Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu • Demonstrē labas spējas darbā ar citiem • Novērtē līdzības un atšķirības starp cilvēkiem • Identificē stratēģijas personīgo finanšu vadībā • Apraksta spējas, kuras ir nepieciešamas dažādu darbu veikšanā • Demonstrē prasmes, kādas nepieciešamas darba iegūšanai un noturēšanai
---	---

Karjeras izglītības mērķis:

Organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi. Radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību. Karjeras izglītība ir harmoniski jāintegrē visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai.

Karjeras izglītības uzdevumi:

1. Palīdzēt skolēniem pašattīstīties:

- 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", 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.

- objektīvi un sasniedzami; pasākumi — īstenojami.

- Pasākumi ir orientēti uz zināšanu un prasmju apguvi.

Karjeras izglītības plānošana.

Sevis izzināšanas aktivitātes, kurās:

- identificē personīgās īpašības (fiziskās, intelektuālās, emocionālās, prasmes, intereses, vērtības),

- pēta 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. Iespēju apzināšanās aktivitātes iesaista skolēnus darba pasaules izpētē un iepazīšanā.

Aktivitātes var ietvert:

- dažādu profesiju un izglītības iestāžu izpēte;
- darba pasaules vēsturisko un plānoto izmaiņu analīze;
- mācās pieņemt lēmumus, lai plānotu un veidotu savu karjeru;
- iepazīst darba pasauli – iepazīst profesijas, pēta tendences darba tirgū, apgūst darba meklēšanas prasmes, mācās sagatavot nepieciešamos dokumentus, prezentēt sevi darba intervijās;
- izglītības iespēju izpēte – Latvijā, ārvalstīs, izzina būtiskākos nosacījumus, lai iestātos izglītības iestādēs.

3. Karjeras izglītības programma.

Karjeras izglītības saturs:

1. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

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

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

- pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
- analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
- morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;

- sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, 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, bet ne vienādā mērā.

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns.

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, karjeras konsultācijas, dažādi ārpusstundu pasākumi u.c.

Klases audzināšanas stundas.

1. – 3.klase

1. klase. Mērķis:

- Palīdzēt 1.klases skolēniem apzināties mācīšanās nepieciešamību, lai nākotnē iegūtu profesiju;
- Radīt priekšstatu par dienas režīma nepieciešamību.

leklājamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Dienas režīma nozīme savu mērķu virzībā • Vecāku un tuvinieku profesijas un darba vietas • Par ko vēlas kļūt nākotnē • Profesija un darbs • Prasme strādāt komandā 	<ul style="list-style-type: none"> • Iepazīt jēdzienu “Dienas režīms” un “mācīšanās” • Iepazīstināt ar skolēnu, radnieku profesijām un darba vietām • Dot priekšstatu par zināšanu un prasmju nepieciešamību kādas profesijas apguvei un darbam 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana • Pārrunas • Prezentācijas • Vecāku intervēšana un prezentācijas • Zīmējumi un albūma veidošana • Aplikācijas, kolāžas “Par ko es vēlos kļūt” • Darba lapas, fotokartiņas • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir izpratne par mācību procesu un dienas kārtību nozīmi cilvēka dzīvē • Ir priekšstats par profesiju dažādību un daudzveidību • Mācās saskatīt un pārdomāt savas intereses un novērtēt savas spējas • Saprot darba jēdzienu un darba nozīmību cilvēka dzīvē • Zina, par ko strādā viņa tuvinieki • Izprot saistību starp darbu un profesiju • Prot iesaistīties komandas darbā ar saviem vienaudžiem

2.klase. Mērķis:

- Skolēniem tuvāk iepazīties ar savu apkārtni, tuvāko pilsētu un tās profesionālās darbības veidiem;
- Radīt priekšstatu par profesiju daudzveidību;
- Mācīt bērnus taupīgi rīkoties ar naudu un citiem resursiem.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none">• Izplatītākās darba vietas Tukuma novadā• Izplatītākās darba vietas Lapmežciema pagastā• Projektu un/vai īslaicīgs darbs• Brīvprātīgs darbs• Darbs un atalgojums	<ul style="list-style-type: none">• Iepazīstināt skolēnus ar lielajiem uzņēmumiem Tukuma novadā• Iepazīstināt skolēnus ar lielākajiem uzņēmumiem Lapmežciema pagastā• Radīt priekšstatu par darba un atalgojuma sistēmu un atalgojuma nepieciešamību• Radīt izpratni par jēdziena “brīvprātība” būtību• Veikt pārrunas par naudas vērtību – pelnīšanas un tērēšanas aspektu	<ul style="list-style-type: none">• Teksta lasīšana• Pārrunas• Prezentācijas• Vecāku intervēšana un diskusija kopā ar vecākiem• Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm• IT izmantošana izglītošanas procesā	<ul style="list-style-type: none">• Ir priekšstats par savas apkārtnes un Tukuma novada lielajiem uzņēmumiem, darbinieku skaitu un galvenajām profesijām• Izprot atšķirību starp algotu darbu, projektu darbību, uzņēmējdarbību un brīvprātību• Izprot atalgojuma būtību un naudas plūsmu no nopelnītā līdz iztērētajam• Prot strādāt grupās un pāros ar vienaudžiem

3.klase. Mērķis:

- Palīdzēt 3.klases skolēniem saskatīt un novērtēt uzņēmējdarbības nepieciešamību, iespēju piedalīties tajā;
- Skolēna pienākumi skolā un mājās.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Darba vietu daudzveidība Tukuma novadā un Lapmežciema pagastā • Interesantas, savdabīgas darba vietas Tukuma novadā un Lapmežciema pagastā • Atalgojums un izdevumi proporcijās • Lielāku pirkumu veikšana – krāšanas un taupīšanas princips • Dažādās vēlmes dažādiem cilvēkiem • Savu pienākumu pildīšana un to sasaiste ar iemaņu attīstību 	<ul style="list-style-type: none"> • Veidot priekšstatu par profesiju daudzveidību un unikalitāti Tukuma novadā un Lapmežciema pagastā • Veidot priekšstatu par naudas plūsmu cilvēka dzīvē • Radīt izpratni par ģimenes budžeta veidošanās un tērēšanas likumsakarībām • Iesaistīt aktivitātēs, kas saistās ar karjeras izglītību • Kādas ir manas iemaņas, kāda ir mana palīdzība un iesaiste mājās 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana • Pārrunas • Prezentācijas • Vecāku intervēšana un diskusija kopā ar vecākiem • Lomu spēles • Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm • IT izmantošana izglītošanas procesā. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par ienākumu un izdevumu plūsmu vienas ģimenes budžetā • Ir priekšstats kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu un krāj • Ir priekšstats par kopēja budžeta lomu dažādu ģimenes locekļu interešu vajadzību apmierināšanai • Zina nosaukt dažādas (vismaz 6 – 8) profesijas savā apkārtnē un izprot to devumu sabiedrībai • Izprot savu ieguldījumu ģimenes labklājības veidošanā • Izprot, kādā veidā attīstās iemaņas un prasmes

1.- 3. klasē paralēli klases stundām tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stndu vai pasākumu skaits
ĒTIKA	• Mans varonis	1
	• Manas stiprās puses, mani talanti, mans raksturs	1
	• Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku	1
VALODAS	• Es un mani draugi	1
	• Mans hobijs	1
	• Mans apģērbs	1
	• Mana istaba un pienākumi	1
LASĪŠANA	• Mans varonis.	1
	• Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana).	1
SOCIĀLĀS ZINĪBAS	• Manas intereses un hobiji	1
MĀJTURĪBA UN TEHNOLOĢIJAS	• Manas praktiski noderīgās iemaņas	1
	• Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām.	1
SPORTS	•Komandu spēles	1
ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMI (projekti, pasākumi, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku tikšanās u.c.)	• Nodarbības: Draudzība, sadarbība u.c.	1
	• Vecāku sapulce: Kā palīdzēt bērnam mācīties, motivācija, kā saskatīt bērna stiprās puses?	1

	<ul style="list-style-type: none"> • Projekti / pasākumi: Manas intereses – kas manī ir īpašs, kāda nozīme tām ir profesijas izvēlē • Ekskursija 	<p>1</p> <p>1</p>
--	--	-------------------

4 – 6. klase

4.klase. Mērķi:

- Mācīt 4.klases skolēnus izvirzīt savas darbības mērķus un izvērtēt to sasniegšanas procesu;
- Mācīt pamanīt savus talantus un “stiprās puses”;
- Mācīt saistīt savas darbības ar dzīves mērķiem;
- Attīstīt ekonomiskās prasmes.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Mani mērķi profesijas izvēlē • Intereses un spējas • Papildus ienākumu veidi – pabalsti, papildus darbi, uzkrājumu procenti, kas palīdz veidot ģimenes budžetu 	<ul style="list-style-type: none"> • Dot iespēju noskaidrot ģimenes budžeta dažādos avotus • Izpētīt, kādas prasmes vajadzīgas, lai strādātu vēlamajā profesijā • Izpētīt savas spējas un kādās profesijās tas var noderēt • Pakāpeniski attīstīt ekonomiskās prasmes 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana • Pārrunas • Prezentācijas • Vecāku intervēšana un diskusija kopā ar vecākiem • Anketa – talanti, prasmes • Lomu spēles • “Prāta vētra” • Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par ģimenes budžeta ienākumu avotiem • Apzinās savas “stiprās puses” un izprot to nozīmi savas karjeras veidošanā • Mācās naudas nozīmi cilvēka dzīvē • Risina elementārus budžeta plānošanas uzdevumus

		<ul style="list-style-type: none"> • IT izmantošana izglītošanas procesā 	
--	--	---	--

5. klase. Mērķi:

- Sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un izglītības iegūšanai;
- Sniegt ziņas par personības psihofizioloģiskām īpatnībām;
- Temperamenta un skolēnu interešu īpatnībās karjeras virziena izvēlē;
- Brīvā laika nozīme.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Mans raksturs un tā nozīme manu mērķu sasniegšanā • Profesijas izvēles faktori, mērķi • Kā brīvā laika pavadīšana ietekmē manu izvēli, intereses, mērķus • Mācīšanās prasmes un sasniegumi • Laika plānošana 	<ul style="list-style-type: none"> • Sniegt ziņas par personības psihofizioloģiskām īpašībām • Mācīt paust, argumentēt savu viedokli • Sniegt informāciju par dažādu profesiju nepieciešamību sabiedrībā • Brīvā laika pavadīšanas dažādības un izvēles veikšana, laik 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana • Pārrunas • Prezentācijas • Tests – temperamenta noteikšana • Grupu darbs • Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēni ir informēti par sava rakstura īpašībām, temperamentu un tā nozīmi savu mērķu izvirzīšanā • Apzinās savu vēlmju un mērķu sasisti ar nākotni • Ir izpratne par skolas un ārpuskolas pasākumu vērtību, brīvā laika nozīmību savu mērķu izvirzīšanā un talantu attīstībā • Ir priekšstats par savu vēlmju rašanās dažādiem iemesliem

6. klase. Mērķi:

- Mācīšanās prasmju attīstīšana un personīgo īpašību pilnveidošana;
- Profesijas un prestižs, lietišķā valoda.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none">• Uzvedība un attieksme pret dažādām dzīves situācijām, maniem un citu mērķiem• Profesiju prestiža mīti un patiesība• Kas ir lietišķā etiķete karjeras virzīb• Attīstīt prasmi mērķtiecīgi mācīties, savu ideju attīstībai un virzībai• Atbildīgs – kas tas ir	<ul style="list-style-type: none">• Veidot savas un citu uzvedības izvērtēšanas prasmes dažādās dzīves situācijās ‘• Profesiju priekšstati un sociālie mīti• Lietišķais izskats, runa un uzvedība – tās nozīme karjeras izvēle un intervijās• Paaugstināt mācību motivāciju, mērķtiecību• Izprast dažādas mācību darba organizēšanas prasmes• Noskaidrot, kas ir “atbildība” un kā to var attīstīt	<ul style="list-style-type: none">• Teksta lasīšana ‘• Pārrunas• Prezentācijas• Tests – sociālie un personīgie stereotipi• Grupu darbs• Pieaicinātu ekspertu viedoklis un piemēri• Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm• IT pielietošana izglītošanas procesā	<ul style="list-style-type: none">• Spēj izvērtēt savu attieksmi un tās ietekmi uz savu un citu cilvēku dzīvi• Ir priekšstats par dažādu profesiju ārējo veidolu sabiedrībā valdošiem stereotipiem• Izprot lietišķās etiķetes nozīmību dzīves un karjeras veidošanā• Skolēni ir informēti, kā viņa mācīšanās paņēmieni ietekmē viņa sasniegumus un mērķu izvirzīšanu• Apzinās, kas ir atbildība un kādas ir sekas

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

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
LITERATŪRA	<ul style="list-style-type: none"> • Saruna par: “Kā uzveikt grūtības” 	1
SOCIĀLĀS ZINĪBAS	<ul style="list-style-type: none"> • Mana mācīšanās stratēģija 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Pienākumi un tiesības, mana atbildība 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Konflikts, tā rašanās un risināšana 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Mūsdienu jaunieša problēmas 	1
VĒSTURE	<ul style="list-style-type: none"> • “Es” un sabiedrība 	1
INFORMĀTIKA	<ul style="list-style-type: none"> • Informācija ieguves veidi karjeras jomā 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Informācijas apstrāde 	1
VALODAS	<ul style="list-style-type: none"> • Valodas kultūra 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Saziņa, emocijas 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Rakstura īpašības 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Manas intereses 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Mans brīvais laiks 	1
DABAS ZINĪBAS	<ul style="list-style-type: none"> • Cilvēka un darbs 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Organisma augšana 	1
MĀJTURĪBA UN TEHNOLOĢIJAS/SPORTS	<ul style="list-style-type: none"> • Cilvēka drošība, veselība, noteikumi, darbs 	1
ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMI (projekti, pasākumi, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku tikšanās u.c.)	<ul style="list-style-type: none"> • Adaptācijas nodarbība sadarbībā ar skolas psihologu; darbs komandā, stresa menedžments 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentācija: Populāru cilvēku karjeras stāsti 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • Projekti / pasākumi: profesiju daudzveidība, darbs un risks, drošība u.c. 	1

	•Ekskursija	1
--	-------------	---

7. – 9.klase

7.Klase. Mērķi:

- Sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un izglītības iegūšanai;
- Sniegt skolēniem informāciju izglītības vērtību;
- Kā attīstīt savas intereses, spējas un dotības.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Par ko kļūt? • Kas mani saista profesijā • Dažādās prasības profesiju specifiskās • Ēnu diena • Kā savas vēlmes savienot ar talantiem un profesionālo darbību 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēnu profesionālo interešu izpēte • Iepazīstināt ar profesiju dažādajām prasībām • Piedalīties Ēnu dienā • Noskaidrot skolēnu attieksmi pret dažādiem profesionālās darbības veidiem • Gribas un mērķtiecīguma attīstīšana 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana • Pārrunas • Prezentācijas • Testi, anketas • Grupu darbs • Individuāls darbs • Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm • IT izmantošana izglītošanas procesā • “Ēnošana” 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēni prot pozitīvi iedvesmot un organizēt savus vienaudžus grupu darbā • Skolēns izvērtē savas Ēnojamās profesijas darba vidi, specifiku un iespējamo vēlmi strādāt šādā profesijā. • Skolēni ieguvuši informāciju par viņiem interesējošām • Skolēni orientējas IT vidē, lai uzzinātu par savu interešu attīstīšanas iespējām

7. klasē paralēli klases stundām, tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
VALODAS	• Es un mani draugi	1
	• Mana istaba	1
	• Mans apģērbs	1
	• Mans hobijs	1
	• Es un mani draugi	1
	• Diskusija: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums	1
ĢEOGRĀFIJA	• Klimata izmaiņas un veselība	1
MĀJTURĪBA	• Praktisko iemaņu attīstīšana- rokdarbi	1
VĒSTURE	• Seno baltu ciltis un to nodarbošanās	1
LITERATŪRA	• Darbs latviešu tautasdziesmās	1
SOCIĀLĀS ZINĪBAS	• Atkarības	1
	• Lietišķā etiķete, saskarsme	1
SPORTS	•Komandas darbs, sadarbības prasmes	1
	•Fizisko īpašību tests	1
ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMI (projekti, pasākumi, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku tikšanās u.c.)	•Prezentācija: Saprast un saprasties	1
	•Diskusija „Es un mani draugi”	1
	•Projekti / pasākumi: Sevis izzināšana, profesiju daudzveidība, ko es protu un varu, drošība u.c.	1

	•Ēnu diena	1
	•Ekskursija	1

8.klase. Mērķi:

- Izvēlētais profesionālais virziens un komunikatīvo prasmju attīstības ietekme uz profesijas izvēli.

Mācību priekšmetu stundās	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<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? • Ēnu diena 	<ul style="list-style-type: none"> • Sniegt skolēniem informāciju par individuālajām īpašībām un saskarsmes stiliem. • Noteikt komunikatīvās saskarsmes prasmes. • Apgūt bezkonfliktu uzvedības prasmes. • Profesijas izvēles motīvu noteikšana. • Informācijas iegūšana par dažādām profesijām. • Dalība Ēnu dienā 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana • Pārrunas • Prezentācijas • Testi, anketas – saskarsmes spējas un iespējas • Grupu darbs • Individuāls darbs • Ekskursijas uz uzņēmumiem, iestādēm • IT izmantošana izglītošanas procesā • “Ēnošana” 	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūtas saskarsmes pamatprasmes. • Prot rast izeju dažādās konfliktsituācijās. • Skolēni ir guvuši priekšstatu par izvēlētajās profesijas iegūšanas ceļiem, profesionālo mērķu sasniegšanu. • Skolēni prot veikt profesionālo izvēli. • Skolēniem ir informācija par dažādu profesiju pārstāvjiem. • Skolēns izvērtē savas Ēnojamās profesijas darba vidi, specifiku un iespējamo vēlmi strādāt šajā profesijā

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
MATEMĀTIKA	<ul style="list-style-type: none"> Izcilākie matemātiķi 	1
SOCIĀLĀS ZINĪBAS	<ul style="list-style-type: none"> Droša sociālā vide Ispējas Eiropas Savienībā 	1 1
VALODAS	<ul style="list-style-type: none"> Dažādu profesiju pārstāvji Lietišķi raksti – Eiropas CV, darba sludinājumu pētīšana, motivācija vēstule 	1 1
ĶĪMIJA	<ul style="list-style-type: none"> Ķīmiskie atkritumi un to pārstrādes veidi 	1
VĒSTURE	<ul style="list-style-type: none"> Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19.gs. beigās Strādnieku kustība 19.gs. pēdējā trešdaļā 	1 1
BIOLOĢIJA	<ul style="list-style-type: none"> Ekoloģija, profesijas “Cilvēks – daba” 	1
ĢEOGRĀFIJA	<ul style="list-style-type: none"> Darba vietas dažādās valstīs Darbaspēka migrācija ES 	1 1
FIZIKA	<ul style="list-style-type: none"> Fizika mūsu ikdienā 	1
ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMI (projekti, pasākumi, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku tikšanās u.c.)	<ul style="list-style-type: none"> Policijas dienas (drošība un atbildība ikdienā) Droša vide (darba drošība) Projekti / pasākumi: sevis izzināšana, karjeras stāsts, drošība u.c Ēnu diena Ekskursija 	1 1 1 1 1

	<ul style="list-style-type: none"> •Karjeras pēcpusdienas: Jēdziens “karjera”; Kas ir “Karjera visas dzīves garumā”; pašvērtējums – sevis apzināšanās; Diskusijas, testi, anketas, grupu un individuāls darbs, spēles (pedagogs – karjeras konsultants) 	1
--	--	---

9. klase. Mērķis:

- Skolēnu nākotnes vēlmju noskaidrošana un to sasniegšanas plans.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Mācību priekšmeti un profesijas izvēle • Latvijas izglītības sistēma • Profesionālās izglītības iestādes valstī • Prasības un uzņemšanas noteikumi profesionālās izglītības iestādēs valstī • Nākotnes izglītības iestādes izvēle, uzņemšanas noteikumi • Stress pirms eksāmeņiem 	<ul style="list-style-type: none"> • Informēt par Latvijas izglītības sistēmu kopumā • Informēt par izglītības iestādēm valstī • Motivēt skolēnus savlaicīgi meklēt informāciju par izglītības iestāžu uzņemšanas noteikumiem • Noskaidrot skolēnu profesionālās vēlmes 	<ul style="list-style-type: none"> • Mācību darbības analīze, praktiski uzdevumi • IT izmantošana izglītošanas procesā • Pārrunas • Prezentācijas • Spec. literatūras pētīšana • Informatīvās literatūras analīze (bukleti, reklāma, žurnāli, katalogi) • Anketēšana • “Ēnošana” 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēni ir informēti par izglītības sistēmu Latvijā • Skolēni ir informēti par profesionālās izglītības iespējām valstī • Skolēni savlaicīgi uzzina interesējošo informāciju par tālāko izglītības apguves iespējām • Skolēni pārzina stresa situāciju pārvarēšanas metodes

<ul style="list-style-type: none"> • Ēnu diena 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivēt skolēnus to mācību priekšmetu padziļinātai apguvi, kas saistīti ar profesijas izvēli un nākotnes izglītības iestādes izvēli • Iepazīstināt ar metodēm, kā pārvarēt stresa situācijas pirms eksāmeniem. • Dalība Ēnu dienā 		<ul style="list-style-type: none"> • Skolēns izvērtē savas Ēnojamās profesijas darba vidi, specifiku un iespējamo vēlmi strādāt šādā profesijā
---	---	--	---

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
VALODAS	• Publiskā uzstāšanās – sevis prezentēšana.	1
	• Dienas režīms, darba plānošana.	1
	• Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas ārzemēs.	1
VĒSTURE	• 20.gs. progress zinātnē un tehnikā.	1
	• Izcilākie 20.gs. zinātnieki.	1
	• Pasaules ekonomiskā krīze 20.gs. 30.gadi.	1
ĶĪMIJA	• Ķīmija sadzīvē.	1

ĢEOGRĀFIJA	<ul style="list-style-type: none"> • Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā. 	1
SOCIĀLĀS ZINĪBAS	<ul style="list-style-type: none"> • Iekļaušanās darba tirgū. • Darba likumdošana. • Nodokļi. • Civillikums. • Budžets (personīgais u.c.) 	1 1 1 1 1
ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMI (projekti, pasākumi, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku tikšanās u.c.)	<ul style="list-style-type: none"> • Atvērto durvju dienu apmeklējums izglītības iestādēs. • Projekti / pasākumi: sevis izzināšana, karjeras stāsts, mana nākotnes profesija u.c. • Ēnu diena. • Karjeras pēcpusdienas: Karjeras virziena izpēte; Grupu darbs -, darba interviju imitācija, CV rakstīšana, sevis prezentēšana – diskusijas, testi, anketas, grupu un individuāls darbs, spēles (pedagogs – karjeras konsultants) 	1 1 1 2

4. Karjeras izglītības vērtēšana.

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

Pašizpēte:

- skolēns apgūst un izmanto zināšanas par sevi, savu ģimeni, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes, kā tos redz pats un citi;
- skolēns demonstrē pozitīvās prasmes un cieņu pret daudzveidīgo, lai veicinātu savas karjeras attīstību;
- skolēns atzīst, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa;
- skolēns spēj noteikt svarīgākos faktorus, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;
- skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus.

Karjeras izpēte:

- skolēns spēj izskaidrot terminu "karjera" tā plašākajā nozīmē;
- skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;
- skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām;
- skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis varētu būt šķērslis dažu profesiju izvēlē;
- skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
- skolēns spēj formulēt savas izglītības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas.

Karjeras plānošanā un vadīšanā:

- skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
- skolēns prot salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personisko pieredzi, gan informāciju no dažādiem avotiem;
- skolēns spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;
- skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;
- skolēns zina, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;

- skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
- skolēns prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
- skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.

Skolēnu mācību sasniegumu pierādījumi — pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli — tiek uzkrāti skolēnu darba mapē (portfolio).

5. Karjeras izglītībā izmantojamās atbalsta metodes.

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni.

Aptauja

Jautājumu vai jautājumu un atbilžu formā mutvārdos vai rakstveidā veidota informācijas iegūšanas metode. Aptauju izmanto kā heuristisku mācību metodi, lai iegūtu citu mācību metožu (piem., diskusijas, projekta darba u.c.) īstenošanai nepieciešamo informāciju.

Asociāciju kartes

Neliela izmēra daudznozīmīgi attēli, kuri, izraisot asociācijas un “atdzīvinot” atmiņas un izjūtas, palīdz veidot stāstījumu par noteiktām, stāstītājam nozīmīgām tēmām.

Apskats (pārskats)

Skolēni, veicot mācību uzdevumu, vāc informāciju (datus), piem. veic aptauju, anketēšanu u.c., rezultātus apkopo rakstiskā apskatā (pārskatā).

Āra nodarbības

Skolotāja organizēta mācību organizācijas forma, kuras laikā skolēni ārpus skolas veic skolotāja sagatavotos uzdevumus un meklē atbildes uz skolotāja sagatavotiem jautājumiem. Pārskatu par paveikto āra nodarbībās skolēni var sagatavot klasē vai mājās.

Darbu mape (portfolio)

Skolēna veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš iepļānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu kopīgi izvērtē skolēna sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna pašizpēti, pašanalīzi un pašregulāciju. Darbu mape ir pašizziņas, pašatklāsmes, paraksturošanas un pašanalīzes instruments, kas cilvēkam palīdz apzināties dabas dotos talantus, savas

stiprās puses un priekšrocības, novērtēt sevi un palīdz saskatīt karjeras iespējas. Darbu mapi skolēni var veidot papīra formātā vai digitāli.

Darbs ar tekstu

Skolotājs piedāvā tekstus (rakstveidā, audio un videoierakstos) mācību uzdevuma veikšanai, skolēni iepazīstas ar tekstiem un atbilstoši mācību uzdevumam veido jautājumus par tekstu, analizē tekstu, atbild uz tekstā ietvertajiem jautājumiem u.c.

Demonstrēšana

Skolotājs vai skolēni demonstrē vizuālu informāciju (videofilmas, attēlus, tabulas utt.), parasti – papildinot stāstījumu (lekciju, izklāstu).

Diskusija

Skolotājs vai skolēni piedāvā apspriešanai kādu tematu, skolēni individuāli vai iepriekš mērķtiecīgi izveidotās grupās iesaistās sarunā, argumentēti aizstāvot savu viedokli. Galvenie skolēna uzdevumi diskusijā ir: skaidri izteikt savas domas, ieklausīties citos, censties izprast citu viedokli un uzņemt atbildību.

Ēnošana

Karjeras izglītības metode mācību ekskursijas variants, kurā skolēni, īstenojot mācību uzdevumu, mērķtiecīgi individuāli iepazīstas ar noteiktas profesijas pārstāvja darba ikdienu. Mācību metode palīdz skolēniem pārbaudīt sevi darba vidē, izzināt savas intereses un dod iespēju labāk iepazīt izvēlēto profesiju. Pēc Ēnu dienas skolēni dalās pieredzē ar klases biedriem, dodot iespēju ikvienam skolēnam vairāk uzzināt par dažādām profesijām.

Grafiskais organizators

Noteiktā sistēmā sakārtotas informācijas vizuāls attēlojums, izmantojot specifiskus simboliskus apzīmējumus. Grafiskie informācijas organizatori (tabulas, shēmas, diagrammas, domu kartes u.c.) palīdz abstraktas idejas attēlot konkrētākā veidā, parādīt informācijas vienību (faktu, jēdzienu, koncepciju u.c.) savstarpējās attiecības, sakārtot un organizēt idejas, vieglāk iegaumēt un atcerēties informāciju.

Heiristiskas

Skolotāja vadītas pārrunas, kuru laikā skolēni nonāk pie subjektīvi jauniem atklājumiem.

Intervija

Skolēni, atbilstoši skolotāja dotajam uzdevumam, iztaujā par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus, pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus

Jautājumi – atbildes

Skolotājs vai skolēni mutvārdos vai rakstiski uzdod jautājumus par noteiktu tematu un atbild uz tiem.

Katehētiskas pārrunas

Pārrunas, kuru laikā skolēni precizē un nostiprina esošās zināšanas.

Klausīšanās metode

Skolēni uzmanīgi klausās stāstījumu, individuāli pieraksta mācību uzdevumam atbilstošo informāciju (jautājumus, problēmas, viedokļus), stāstījuma beigās uzdod jautājumus (ja nepieciešams), un noslēgumā, atbilstoši mācību uzdevumam, sniedz atgriezenisko saiti vai ziņojumu.

Krustvārdu mīklas

Viens no intelektuāli radošo didaktisko spēļu (projektēšanas spēles, burtu, skaitļu mīklas, anagrammas u.c.) veidiem, kas īpaši lietderīgs jēdzienu izpratnes nostiprināšanā.

Lomu spēles

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni iesaistīti lomās atbilstoši mācību situācijā ietvertajam uzdevumam. Citi skolēni veic skolotāja dotu uzdevumu – vēro, pieraksta, vērtē atbilstoši noteiktiem kritērijiem u.c., lai pēc situācijas izspēlēšanas izteiktu viedokli diskusijā.

Mācību ekskursija

Āra nodarbību forma, kas dod iespēju skolēniem dabiskos apstākļos iepazīt dažādas parādības un procesus; reālu notikumu vai darbības vietu apmeklējums, kas ļauj iegūt jaunu informāciju dabiskā vidē, padziļināt mācību satura izpratni, integrēt dažādos mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes un pilnveidot skolēnu sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni saņem mācību uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni sagatavo pārskatu par paveikto un demonstrē to pārējiem, vai iesniedz skolotājam.

Pārrunas

Dialogiska mācību metode, kuru īstenojot runātājs (skolotājs vai skolēns) ar mērķtiecīgu un loģiski secīgu jautājumu palīdzību palīdz klausītājiem, kuriem ir vai pārrunu laikā būs iespēja iegūt priekšzināšanas, konstruēt jaunas atziņas.

Piramidālā diskusija

Mācību metode, kurā notiek pakāpeniska pāreja no individuālā darba uz diskusiju klasē (grupā). Pēc mācību uzdevuma saņemšanas, skolēni strādā individuāli, izdarot uzdevumā paredzētās izvēles un pieņemot lēmumus. Pēc tam skolēni apvienojas pāros un apspriež individuāli pieņemtos lēmumus, izveidojot kopīgu pāra viedokli par veicamo uzdevumu. Nākamajā posmā, diviem pāriem apvienojoties, diskusija un lēmuma pieņemšana, no visām izvēlēm izveidojot vienu kopēju izvēli, notiek četratā. Diskusija turpinās aizvien lielākās grupās, kamēr viens kopējs

lēmums tiek pieņemts klases kopējā diskusijā. Nobeigumā skolēni skolotāja izvēlētā veidā izvērtē kopējo lēmumu un tā pieņemšanas gaitu.

Praktiskais darbs

Skolēni atbilstoši mācību uzdevumam veic mācību darbu, lietojot apgūtās zināšanas, prasmes un īstenojot savas radošās ieceres, strādājot individuāli vai grupā.

Prāta vētra

Mācību metode, kurā skolotājs uzdod jautājumu vai izvirza problēmu un skolēni īsi izsaka iespējamās atbildes, idejas, risinājumus u.c., uzmanīgi klausoties, papildinot, bet nekomentējot un nevērtējot citu teikto. Metodi ieteicams izmantot kā ieaicināšanas fāzes sastāvdaļu, lai aktualizētu esošās skolēnu zināšanas un izpratni, sākot jaunu tēmu.

Projektu metode

Mācību metode, kuru īstenojot, skolēni individuāli vai darba grupās formulē idejas un jautājumus, iegūst informāciju, pēta un risina problēmas, apkopo darba rezultātus un iepazīstina ar tiem citus skolēnus. Skolotājs palīdz skolēniem formulēt projekta mērķi, izveidot darba grupas un sniedz atbalstu projekta izveidē.

Radošais darbs

Skolēnu pašizpaušmes metode, mācību uzdevuma īstenošana individuālās vai kooperatīvās mācīšanās rezultātā radīta stāsta, esejas, dzejas, aforisma, zīmējuma, attēla u.c. formā.

Sarunas mazās grupās

Mācību metode, kurā skolēni, saskaņā ar pašu pieņemtiem noteikumiem, veic skolotāja dotu uzdevumu, sarunājoties mērķtiecīgi izveidotās grupās, kur katrs izsaka savu viedokli vai vērtējumu un dalās pieredzē, kā arī saņem informāciju no citiem.

Simulācija

Situāciju izspēles metode, kurai, salīdzinot ar lomu spēli, raksturīga lielāka nenoteiktība skolotāja piedāvātajā situācijas aprakstā, elastīgums un sarežģītība.

Situāciju analīze

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas situācijas aprakstu (rakstiski vai mutiski), audio vai videoierakstu un uzdod jautājumus par šo situāciju. Skolēni pārrunā, analizē, pieraksta, secina un atbilstoši situācijas analīzes mērķim veido kopsavilkumus vai ieteikumus

Situāciju izspēle

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas problēmsituācijas aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni meklē situācijas risinājumus, izspēlējot situāciju lomu spēlē (ja situācijas aprakstā skaidri definētas dalībnieku lomas) vai

simulācijā (ja lomas situācijā ir nenoteiktas vai neviennozīmīgas). Metodi īstenojot, skolēni var veidot un izspēlēt iespējamās situācijas attīstības scenārijus, un saņemt atgriezenisko saiti no citiem skolēniem un skolotāja. Skolotājs var modelēt izspēlei skolēnu dzīves pieredzei līdzīgas situācijas.

Vizualizēšana

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

Zinātniskās pētniecības darbs

Mācību metode, kuru īstenojot skolēni patstāvīgi vai ar skolotāja palīdzību izvēlas pētāmo problēmu, izvirza pētījuma jautājumus vai hipotēzi, definē pētījuma mērķi un uzdevumus, izvēlas pētniecības metodes, kā arī plāno un veic pētījumu. Pētījuma noslēgumā, pamatojoties uz tā rezultātiem, skolēni izdara secinājumus, sagatavo pētījuma atskaiti un iepazīstina ar pētījuma rezultātiem citus skolēnus.

6. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra.

- Mans bērns izvēlas karjeru (2010).
- Karjeras izglītība skolā (2010).
- Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 7.-9. klasei” Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
Pieejams: <http://viaa.gov.lv>
- Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 7. klasei” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.).
- Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 8. klasei” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.).
- Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 9. klasei” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.).
- Ministru kabineta noteikumi Nr.468. “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem”. Pieejams: <http://likumi.lv/doc.php?id=268342>

- Amundsons, N., (2016). Aktīvā iesaistīšanās. Esība un darbība karjeras konsultēšanā. 4.izd. Rīga: VIAA.
- Normens Amundsons „Aktīvā iesaistīšanās” (Active Engagement).
- Dzīves plānošanas rokasgrāmata.
- Mācību metodiskais līdzeklis "Karjeras kompass".
- Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu.
- Mācību metodiskais līdzeklis "Karjeras kompass", CINOP Euroguidance The Netherlands, 2013.
- Strods G., Vazne Ž. "Karjeras atbalsta programma skolēniem", 2013.g.
- Ertelts B., Šulcs V. "Karjeras konsultēšanas kompetences", VIAA, 2008.g.
- Darba tirgus īstermiņa prognozēšana. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/>
- Dokumenti un statistika. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv>
- Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem – caur mācīšanos uz darbu. (2010). VIAA. Pieejams: <http://viaa.gov.lv/>
- Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemānu veidošanai starp priekšmetu tēmā. (2004). Rīga: PIAA, PIAC. Pieejams: <http://viaa.gov.lv/>
- Karjeras Ziņas. Rīga: VIAA Karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums. Pieejams:<http://viaa.gov.lv/>
- Lemešonoka, I., (2017). Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās vispārīglītojošās skolas pedagoģiskajā procesā. Promocijas darbs. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Veiksmes kods. Latviešu uzņēmēju veiksmes stāsti un atziņas. Rīga: LIAA, ZINIS. Pieejams: <http://www.liaa.gov.lv/>
- Infografika - Izvēliesizglītību Latvijā! VIAA. Pieejams: <http://viaa.gov.lv/>
- Infografika - Jaunieša ceļvedis izglītībai un karjerai Eiropā. VIAA. Pieejams: <http://viaa.gov.lv/>
- Infografika - Kā iepazīt profesijas? (2014). VIAA. Pieejams: <http://www.viaa.gov.lv/>
- Infografika - Kā izvēlēties piemērotāko izglītības iestādi? (2014). VIAA. Pieejams: <http://viaa.gov.lv>

- Kur meklēt informāciju un palīdzību profesijas un izglītības izvēles gaitā? Rīga: PKIVA.
- Mācību metodiskais līdzeklis "Karjeras kompass". VAAA. Pieejams: viaa.gov.lv
- Motivācija, prasmes, modulārā apmācība – konkurētspējai. Rīga: LM NVA.
- Profesiju pasaule. VAAA. Pieejams: <http://www.profesijupasaule.lv/>