



RĪGAS ZIEPNIEKKALNA VIDUSSKOLA

Ozolciema iela 26, Rīgā, LV-1058, tālrunis 67474465, 67474515, e-pasts: rzvs@riga.lv

Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas Karjeras izglītības programma 1. – 12. klasei

Rīga, 2026.-2029.

Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas Karjeras izglītības programmu izstrādā:

Artūrs Pērle un Inga Čekša Ratniece – pedagogi karjeras konsultanti

1. Informācija par Rīgas Ziepniekkalna vidusskolu

Vīzija

Izglītība radošā un demokrātiskā izglītības vidē, kas skolēnos attīstītu dzīvei 21.gadsimtā svarīgas zināšanas, prasmes un ieradumus.

Misija

Nodrošināt mūsdienīgas un kvalitatīvas izglītības piedāvājumu, kas skolēnam sniedz augstu, spējām atbilstošu zināšanu un prasmju līmeni skolā īstenotajās izglītības programmās, attīsta starpdisciplinārās prasmes, attieksmes, apzināti un motivēti iesaistās mācību procesā.

Izglītības iestādes vērtības:

- Drošība - vienota izpratne un darbība fiziskās un emocionālās labsajūtas nodrošināšanā.
- Atbildība – rūpes un pienākumu apziņa.
- Cieņa – taisnīga un godprātīga rīcība, cienot sevi un citus.
- Sadarbība – saskaņota darbība kopīgu mērķu sasniegšanā.
- Radošums – jaunrade, radošas aktivitātes, savu ideju realizācija.

Skolas darbības pamatvirziens - izglītojoša un audzinoša darbība.

Pamatmērķi:

- Ieviest kompetenču pieeju mācību saturā, lai skolēni iegūtās zināšanas spētu lietot mainīgās dzīves situācijās.
- Veidot skolēnu, kurš grib un spēj mācīties visu mūžu, prot risināt reālus dzīves izaicinājumus, rada inovācijas, attīsta dažādas personības īpašības, kas palīdz veidoties par laimīgu un atbildīgu personību.
- Organizēt izglītības procesu tā, lai skolotāji – mācīšanās vadītāji, ir konsekventi savās prasībās, paraugs savā rīcībā.

Darbības uzdevumi:

- Sekmēt pāreju uz kompetenču pieeju un saturisko integrāciju, 21.gadsimta nepieciešamo kompetenču attīstībai.
- Mācīt un audzināt skolēnus, izmantojot metodes, kad skolēns no pasīva vērotāja izglītības procesā kļūst par aktīvu tā dalībnieku.
- Nodrošināt pozitīvu izglītības vidi, ņemot vērā katra skolēna spējas un intereses, kā arī izmantojot interaktīvas metodes kvalitatīvas izglītības iegūšanai.
- Sekmēt skolēna atbildīgu attieksmi pret sevi, ģimeni, līdzcilvēkiem, tēvzemi un augstākajām morāles vērtībām.
- Attīstīt mūsdienīgu mācību vidi, kurā sadarbojas skolēni un skolotāji.

Pamatojoties uz Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas “Audzināšanas darba virzieniem” (apstiprināts 31.08.2020.), viens no audzināšanas darba virzieniem ir karjeras izvēle, kura mērķis ir sekmēt skolēnu izpratni par izglītības nozīmi cilvēka dzīvē un veicināt mērķtiecīgu karjeras izvēli. Lai radītu skolēniem iespēju:

- apzināties mācību, darba un saturīga brīvā laika pavadīšanas nozīmi karjeras izvēles procesā;
- veidot prasmi salīdzināt un samērot personiskos sasniegumus un īpašības ar tiem nosacījumiem, kas nepieciešami tālākai izglītības turpināšanai un savas karjeras veidošanai;
- attīstīt prasmes, kas nepieciešamas savas karjeras attīstības plānošanā, lai sekmīgi konkurētu darba tirgū.

Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas „Klases audzinātāja darba reglaments” p.11.13. (Nr.VSZ-19-5-rgs, apstiprināts 25.09.2019.) apliecina, ka viens no klases audzinātāja pamatpienākumiem ir „veicināt topošo absolventu profesionālo pašnoteikšanos, apzinātu profesijas izvēli sadarbībā ar karjeras konsultantu”.

2. Karjeras veidošanas aspekti

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

Karjeras attīstība ir indivīda personīgās dzīves, mācību un darba vadības process mūža garumā. Tas ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi, un apkārtējo pasauli, analizē un pielieto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju.

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

Karjeras vadības prasmes ir vadošās individuālās prasmes, kas palīdz *izprast, plānot, organizēt, vadīt* un *kontrolēt* savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai. Tās attiecas uz nepieciešamajām prasmēm, lai atrastu sev izglītības virzienu un nodrošinātu sev darbu un lai sekmīgi veidotu personīgo dzīvi. Šo prasmju apgūvē liela loma ir izglītotājiem, jo prasmēm ir jāķļūst par galveno izglītības rezultātu. Katram skolas beidzējam ir jābūt sagatavotam turpmākajam izglītības posmam vai nodarbinātībai un spējīgam uzņemties atbildību par savu personīgo lēmumu pieņemšanu un atbilstošu darbību. Lai šo uzdevumu veiktu, ir jāpilnveido skolotāju kompetences karjeras vadības prasmju apguves integrēšanai vispārējā izglītības procesā.

Modernai, konkurētspējīgai ekonomikai ir vajadzīgi darbinieki, kam ir prasmes, zināšanas un attieksmes, ko var izmantot jebkurā darba situācijā, un kam ir spējas un vēlēšanās nepārtraukti pielāgoties un gūt panākumus mainīgajā pasaulē. Tāpēc nodarbinātībai noderīgās prasmes ir būtiska karjeras vadības prasmju sastāvdaļa. Nodarbinātībai noderīgās prasmes tiek definētas kā “īpašību, prasmju un zināšanu kopums, kāds ir nepieciešams ikvienam darba tirgus dalībniekam, lai nodrošinātu savu efektivitāti darba vietā — sava paša izaugsmes, sava darba devēja un visas valsts ekonomikas labā”.

3. Karjeras attīstības atbalsta jomas.

Karjeras attīstības atbalsts izglītības iestādē ietver trīs pamatjomas:

Pašizziņa, kas ietver:

- o izpratnes veidošanu par sevi, apkopojot un analizējot pašizpētē iegūto informāciju;
- o kritiskās domāšanas attīstīšanu, izvērtējot savas personības iezīmes, raksturu, vērtības, dotumus un spējas;
- o jēgpilnu un mērķtiecīgu jaunradi, paaugstinot savas kompetences.

Karjeras iespēju izpēte, kas ietver:

- o profesiju pasaules un tās attīstības pētīšanu;
- o dažādu izglītības un darba iespēju pētīšanu Latvijā un pasaulē;
- o daudzveidīgu informācijas avotu izmantošanu, izvērtējot, atlasot un analizējot karjeras informāciju;
- o digitālas prasmes izmantošanu karjeras informācijas atrašana un izvērtēšanā.

Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana, kas ietver:

- o karjeras plāna veidošanu;
- o karjeras attīstības lēmumu pieņemšanu;
- o karjeras pašvadīšanu (Lemešonoka, 2017).

Visbiežāk ikvienā izglītības pakāpē skolēni saņem karjeras attīstības atbalstu visās jomās, sākumskolā lielāka uzmanība tiek pievērsta pašizpētei (kāds es esmu, kas mani interesē, ko es spēju) un karjeras iespēju izpētei (profesiju daudzveidība un informācijas atrašana par tām), savukārt lēmumu pieņemšana vairāk saistīta ar interešu izglītības programmas izvēli u.c. brīvā laika pavadīšanas veidiem.

Pamatskolā pašizziņas jomā skolēni turpina pašizpēti un attīsta kritiskās domāšanas prasmi, izvērtējot spēju pilnveides iespējas. Šajā posmā skolēni iepazīstas ar profesiju pasaules un darba tirgus mainību, un, attīstot savas digitālās prasmes, kritisko domāšanu un lasītprasmi, mācās meklēt un izmantot informāciju dažādos avotos. Lēmumu pieņemšana un īstenošana saistās ar karjeras izvēli pēc 6. vai 9. klases.

Vidusskolas klašu skolēni turpina iepazīt un izvērtēt savas personības iezīmes un savas stiprās puses, kā arī mērķtiecīgi paaugstina savas kompetences un paplašina izpratni par iespējām Latvijā un pasaulē. Lēmumu pieņemšana un īstenošana šajā posmā notiek mērķtiecīgi, veidojot

individuālos karjeras plānus, apzinoties dažādas iespējas un izvēloties savām vajadzībām un esošajai sociāli ekonomiskajai situācijai piemērotāko alternatīvu.

4. Skolēna karjeras vadības prasmju veidošana dažādos izglītības posmos.

Karjeras izglītības satura izvēle un veidošana atbilstoši dažādu attīstības teoriju nostādnēm saistīta ar izpratni par jaunākā skolas vecuma bērna, pusaudža un jaunieša attīstību dažādos vecumposmos, ar viņa personīgo izaugsmi. Pedagoģiskā procesa virzības iespējas apkopotas tabulās (sk. 1.-3.tabulas).

1.tabula

Pedagoģiskā procesa virzības iespējas integrētā karjeras izglītībā sākumskolā atbilstoši skolēna attīstības īpatnībām

Sākumskolas skolēnu attīstības īpatnības (bērnības posms)	Pedagoģiskā procesa mērķtiecīga virzība skolēna karjeras vadības prasmju veidošanai sākumskolā
❖ Rotaļdarbība kā dominējošā darbība izziņas procesā. ❖ Fantazēšanas un iztēles dominante. ❖ Zinātkāre un iniciatīvas izrādīšana pētnieciskajā darbībā. ❖ Informācijas iegūšana, tieši vērojot apkārtni un izmantojot valodu. ❖ Pašapliecināšanās vēlme noteiktā sociālajā grupā, arvien vairāk respektējot vienaudžu vērtējumu.	❖ Skolotāja vadīta pakāpeniska mācīšanās atšķirt rotaļu kā brīvā laika pavadīšanas (atpūtas) iespēju no rotaļas kā līdzekļa konkrētu uzdevumu risināšanā, konkrētu sociālo lomu apguvē. ❖ Skolotāja virzīts pedagoģiskais process individuālo interešu izpētē, vizualizēšanas un attēlošanas prasmju rosināšanā. ❖ Skolotāja vadītas skolēna izziņas un pētnieciskā darbība sevis un “darba pasaules” izzināšanas kopsakarībā. ❖ Skolotāja virzīts pedagoģiskais process vārdu apgūšanā, kas apzīmē lietu un parādību īpašības, raksturo cilvēka rīcību un savstarpējās attiecības, un domas izteikšanā precīzos, sakarīgos teikumus.

❖ Pašvērtējuma apguve saistībā ar pieaugušo vērtējumu; vēlme būt novērtētam un atzītam. ❖ Vajadzība pēc sasniegumiem un prasme pārvarēt neveiksmes. ❖ Egocentrisma izpausme kā koncentrēšanās uz sevi. ❖ Noturīgu estētisko interešu veidošanās. ❖ Prasme uztvert tēlu kopumā un saskatīt vissvarīgākās pazīmes no kopuma. ❖ Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes. ❖ Problēmas emociju savaldīšanā.	❖ Skolotāja virzīts pedagoģiskais process sociālo prasmju veidošanā, izspēlējot dažādu darba veicēju attiecības, modelējot problēmsituācijas. ❖ Skolotāja vadīta skolēna pozitīvā paštēla veidošana, dažādu pašvērtējumu izmantošana. ❖ Skolotāja veicināta skolēna stipro pušu un individuālo interešu attīstīšana; diferencēta pieeja mācīšanas procesam atbilstoši skolēnu atšķirīgām vajadzībām, radot vidi un apstākļus, lai katram skolēnam būtu iespēja uzrādīt sasniegumus. ❖ Skolotāja vadītas prasmes veidot apsvērumus, spriedumus par apkārtējo pasauli un savu vietu sabiedrībā attīstīšana. ❖ Skolotāja veicināta skolēnu interese par dažādām mākslas jomām un katra skolēna interešu attīstīšana. ❖ Skolotāja virzīts skolēna pozitīva paštēla veidošanas process, palīdzot noteikt viņa dotumus, spējas, pozitīvās rakstura īpašības, kā arī iesakot rīcību, kas veido un uztur pozitīvo paštēlu. ❖ Skolotāja virzīts skolēna ilūziju un realitātes apzināšanās process. ❖ Skolotāja virzīts emociju atpazīšanas un analizēšanas process.
---	---

2.tabula

Pedagoģiskā procesa virzības iespējas integrētā karjeras izglītībā pamatskolā atbilstoši pusaudžu attīstības īpatnībām

Pamatskolas skolēnu attīstības īpatnības (pusaudžu vecumposms)	Pedagoģiskā procesa mērķtiecīga virzība skolēna karjeras vadības prasmju veidošanā 5. – 6. klasē
❖ Pastāvīgums un spēja uzņemties atbildību. Paša darbošanās kā dominējošs faktors.	❖ Skolotāja vadīts skolēna patstāvīgs sava darba izvērtēšanas process, izmantojot noteiktus kritērijus.

❖ Nepieciešamība piederēt pie vienaudžu grupas, sekošana autoritātēm. ❖ Identitātes meklējumi, svārstīgs un pretrunīgs pašvērtējums. ❖ Tieksme izzināt dažādus procesus un veikt pētniecisko darbību. ❖ Interese eksperimentēt. ❖ Interesu (patīk/nepatīk) veidošanās. ❖ Dotību izpaušme (spēju/prasmju attīstība). ❖ Egocentrisms. ❖ Viegla ietekmējamība. ❖ Spēja patstāvīgi organizēt domāšanas procesu, trenēt atmiņu, uzmanību un attīstīt iztēli.	❖ Skolotāja vadīts process, lai skolēni apgūtu prasmi sadarboties un uzklaut citu citu un nepieciešamības gadījumā meklēt kompromisus. ❖ Skolotāja piedāvātu uzdevumu kopums skolēna izaugsmes, spēju, stipro pušu atspoguļošanai un pašapziņas attīstīšanai. ❖ Skolotāja vadīts “darba pasaules” izzināšanas process, skolēniem pētot informāciju par dažādām profesijām un darba iespējām. ❖ Skolotāja rosināta skolēnu piedalīšanās dažādu profesionāļu meistarklasēs. ❖ Skolotāja vadīts process skolēna personīgo interešu izprašanai. ❖ Skolotāja veicināta skolēna sevis izpaušana, savas personības un paveiktā prezentēšana. ❖ Skolotāja vadīta zināšanu apguve par dzīvē iespējamo dažādu lomu mijiedarbību, savstarpējo attiecību apgūšana ar lomu spēļu palīdzību. ❖ Skolotāja virzīts process skolēna personīgo uzskatu un vērtību apzināšanai; izpratnei par vērtību sistēmas ietekmi uz lēmumu pieņemšanu. ❖ Skolotāja veicināts process mācīties strādāt patstāvīgi, attīstīt prasmi kritiski domāt, prast izteikt savas domas loģiski un saprotami gan mutiski, gan rakstiski.
Pamatskolas skolēnu attīstības īpatnības (pusaudža vecumposms)	Pedagoģiskā procesa mērķtiecīga virzība skolēna karjeras vadības prasmju veidošanā 7. – 9. klasē
❖ Nepieciešamība piederēt pie vienaudžu grupas. ❖ Identitātes izjūtas veidošanās. ❖ Identitātes krīze, mazvērtības veidošanās risks. ❖ Teorētisko spriedumu, nostādņu un apsvērumu par pasauli veidošanās.	❖ Skolotāja vadīts process, attīstot skolēna prasmi pozitīvi mijiedarboties ar citiem, strādāt komandā. ❖ Skolotāja vadīta zināšanu apgūšana par pozitīvas sevis apzināšanās ietekmi uz karjeru. ❖ Skolotāja virzīts process skolēna stipro pušu, interešu un spēju apzināšanā. ❖ Skolotāja vadīts process, rosinot skolēnu pārbaudīt hipotēzes, prognozēt sekas, meklēt cēloņsakarības, izteikt viedokli, balstoties uz pieredzi un argumentiem; loģisku secinājumu veidošana.

❖ Autoritāšu maiņa no pieaugušajiem uz vienaudžiem. ❖ Gribas rakstura iezīmju – mērķtiecības, netalaidības, uzņēmības, šķēršļu pārvarēšanas, pārliecības izjūtas par paša spēkiem – veidošanās. ❖ Daudzveidīgu interešu veidošanās. ❖ Strādīguma veidošanās, jaunu darba iemaņu iegūšana. ❖ Tiekme atdarināt pieaugušo uzvedību, attiecības un vērtības, nespēja kristiski izvērtēt pieaugušo rīcību.	❖ Skolotāja iniciētas un vadītas noteiktas situācijas, attīstot skolēnos sociālās atbildības nepieciešamību. ❖ Skolotāja vadīts process, vadot skolēna prasmi patstāvīgi organizēt savu laiku, noteikt mērķi, izprast plāna nozīmi personīgās karjeras attīstīšanā; prasmi veikt izvēli starp vairākām alternatīvām, pieņemot lēmumus. ❖ Skolotāja vadīts process skolēna personīgo interešu un spēju atpazīšanai, piemērotāko brīvā laika pavadīšanas laika noteikšanai. ❖ Skolotāja vadīts paplašinātu zināšanu ieguves process par profesionālo darba dzīvi, mērķtiecīgi organizēta “ēnošana”, un iespēja pamēģināt darboties kādā profesijā. ❖ Skolotāja organizēts process veiksmīgu profesionāļu pieredzes apgūšanai.
---	---

3.tabula

Pedagoģiskā procesa virzības iespējas integrētā karjeras izglītībā vidusskolā atbilstoši jauniešu attīstības īpatnībām

Vidusskolēna attīstības īpatnības (jaunieša vecumposms)	Pedagoģiskā procesa mērķtiecīga virzība skolēna karjeras vadības prasmju veidošanā 10. – 12. klasē
❖ Pilnveidojas psihiskie procesi (dalītā uzmanība, loģiskā atmiņa, abstraktā domāšana). ❖ Gatavība pētīt, meklēt, analizēt un apkopot informāciju.	❖ Skolotāja vadīts mācību process, lai skolēns paredzētu iespējamo rezultātu, izteiktu prognozes, pamatojoties uz jau zināmo, izlasīto, apgūto. ❖ Skolotāja vadīts process, pilnveidojot skolēna prasmi izmantot karjeras informācijas avotus: vākt apstrādāt, sistematizēt, strukturēt un apkopot informāciju.

❖ Spēja veidot loģiskus slēdzienus un secinājumus un veikt cēloņsakarību meklēšanas darbības. ❖ Rakstura īpašību nostiprināšanās. ❖ Pašvērtējuma kā darbības motivācijas nozīmes nostiprināšanās. ❖ Identitātes nostiprināšanās. ❖ Identitātes krīze un ar to saistītā emocionālā stāvokļa mainīšanās. ❖ Intereses par sociālajiem jautājumiem pieaugšana, savas sociālās lomas meklējumi. ❖ Vajadzība pēc patstāvības un neatkarības. ❖ Vajadzība pašapliecināties.	❖ Skolotāja vadīts mācību process, padziļinot skolēna prasmi izvērtēt parādību/situāciju no vairākiem aspektiem, salīdzināt konkrēto situāciju ar attīstības iespējām. ❖ Skolotāja vadīta sapratnes veidošana par rakstura īpašību iespaidu uz noteiktu darbu veikšanu un personīgās karjeras attīstību. ❖ Skolotāja vadīta kompleksa savas darbības, sasniegumu, spēju, interešu, rakstura īpašību, vērtību izpratnes mācīšanās. ❖ Skolotāja vadīts skolēna izpratnes veidošanas process par savas identitātes apzināšanās lomu personīgās karjeras veiksmīgā attīstībā. ❖ Skolotāja vadīts process skolēna emocionālā stāvokļa līdzsvarošanas prasmju attīstīšanai. ❖ Skolotāja vadīts sociālo prasmju attīstīšanas process un izpratnes par atbildību skolā, darbā, ģimenē, sociālajā vidē veicināšana; sapratnes veidošana par to, kā sabiedrības vajadzības un funkcijas ietekmē profesijas raksturu un struktūru. ❖ Skolotāja vadīta skolēna paškontroles prasmju attīstīšana un spējas uzņemties atbildību nostiprināšana. ❖ Skolotāja vadīta skolēna izpratnes veidošana par personisko sasniegumu un karjeras attīstības mījsakarību.
---	---

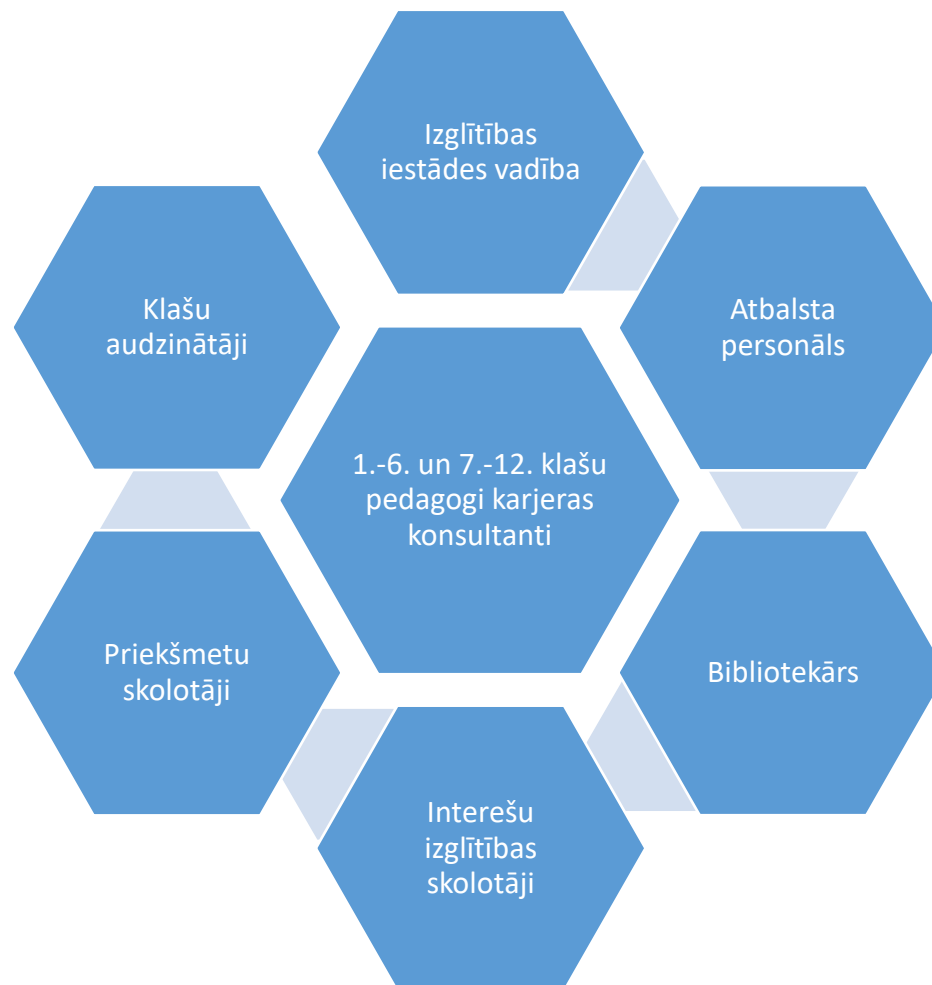
5. Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi

Karjeras izglītības programmas **mērķis** ir nodrošināt skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, lai skolēns, izprotot savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarības, spētu patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, *iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību.*

Uzdevumi:

- Stiprināt skolēna izpratni par izglītības un darba vērtībām, veidojot vērtējošu attieksmi un atbildību par sevi un savu rīcību.
- Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām.
- Nostiprināt un attīstīt sekmīgai karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas, karjeras iespēju izpētes un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.
- Apgūt karjeras attīstībā un karjeras vadībā nepieciešamās caurviju prasmes, *lai stiprinātu jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, veidotu pozitīvas attiecības un pieņemtu atbildīgus lēmumus.*

6. Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas karjeras attīstības atbalsta īstenošanā iesaistītās puses



7. Karjeras izglītības īstenošanas plāns klases stundās

Skolas karjeras izglītības programma klases stundās balstās uz Valsts izglītības satura centra 2016.gadā izstrādātajiem "Ieteikumi Klases stundu programmas īstenošanai" metodiskajiem ieteikumiem par karjeras izvēli (sk. 4.-7.tabulas).

4.tabula

Klašu grupa: 1. – 3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā. 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	☑ Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. ☑ Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	1. Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki mājās. 3. Manas intereses pulciņos. 4. Es vēlos strādāt par ...	☑ Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.

3.	Dienas režīms	1. Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2. Mani dienas darbi skolā un mājās. 3. Mani vaļasprieki un atpūta. 4. Mans dienas režīms.	☑ Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības - skolēna darbs	1. Kāpēc jāmacās? 2. Kā labāk mācīties? 3. Mācības – pienākums un atbildība. 4. Mācību rezultāti un sasniegumi.	☑ Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.
5.	Karjeras vīzija	1. Pēc 20 gadiem es būšu... 2. Profesijas pēc 50 gadiem. 3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā? 4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?	☑ Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

5.tabula

Klašu grupa: 4. – 6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	1. Vislabāk es protu ... 2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? 3. Manas intereses. 4. Manu spēju un talantu prezentācija.	☑ Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	1. Mana diena ģimenes plānā. 2. Mana dienas režīma proporcijas (mācības, vaļasprieki, atpūta). 3. Vai es protu palīdzēt? 4. Sadarbojoties var ietaupīt laiku. Kā?	☑ Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana	1. Mūsu klases hobiji (vaļasprieki). 2. Pulciņi skolā. 3. Interesešu izglītība pilsētā / pagastā. 4. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.	☑ Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.

4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1. Mana sasniegumu mape. 2. Mana izaugsme. 3. Vai es mācos tik, cik spēju? 4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	☑ Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	1. Fizisks un garīgs darbs. 2. Profesiju veidi. 3. Profesiju prestižs un nepieciešamība. 4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā/novadā/pagastā.	☑ Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. ☑ Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. ☑ Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.
6.	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	1. Valodas kultūra ikdienā.	☑ Izkopj savu valodas kultūru. ☑ Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir

		2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība. 3. Elektroniskās saziņas kultūra. 4. Telefonsaziņas kultūra.	apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.
--	--	--	--

6.tabula

Klašu grupa: 7. – 9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības). 2. Mani plāni šim gadam. 3. Ko es esmu labu izdarījis šogad? 4. Mani nozīmīgākie sasniegumi.	☑ Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. ☑ Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā.

			☐ Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās. 2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā. 3. Interesešu izglītība un pašattīstība. 4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.	☐ Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. ☐ Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.
3.	Izglītības vērtība	1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. 2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. 3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas.	☐ Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. ☐ Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. ☐ Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.

		4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	☑ Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.
4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule	1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi. 2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas). 3. Ēnu diena kā iespēja. 4. Manā pilsētā/ novadā/ pagastā pieprasītākās profesijas.	☑ Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. ☑ Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. ☑ Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos. ☑ Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.
5.	Individuālā karjeras plāna izveide	1. Mērķis un starpmērķi. 2. Izvēle un alternatīvas. 3. Lēmumu pieņemšanas ceļi. 4. Manas sasniegumu mapes prezentācija.	☑ Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.

			☐ Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. ☐ Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).
--	--	--	--

7.tabula

Klašu grupa: 10. –12. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	1. Latvijas izglītības sistēma un tālākās izglītības iespējas. 2. Nosacījumi studijām ārzemēs (apmaiņas programmas). 3. Informācijas avoti par iespējām turpināt izglītību. 4. Informācijas avoti par studiju fondiem, stipendijām, kredītiem.	☐ Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. ☐ Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. ☐ Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.

2.	Mūžizglītība	1. Kāpēc saka: “Mūžu dzīvo, mūžu mācies”? 2. Darba loma un izglītība kā vērtība manā dzīvē. 3. Formālās un neformālās izglītības iespējas. 4. Pašizglītošanās iespējas vietējā pilsētā/ novadā/ pagastā. Informācijas avoti.	☐ Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. ☐ Apzinās izglītību kā vērtību. ☐ Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas
3.	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	1. Laiks un profesijas. 2. Darba tirgus perspektīvas un lēmuma pieņemšana. 3. Nodarbinātības tendences Latvijā un pasaulē. 4. Alternatīvu lēmumu pieņemšana karjeras izvēlē.	☐ Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. ☐ Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. ☐ Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.

4.	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	1. Ko sagaida darba devējs? 2. Darba meklēšanas process un iespējas. 3. Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju mainību. 4. Profesionālā ētika un darba likumdošana.	☐ Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. ☐ Pārzina darba meklēšanas procesu. ☐ Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. ☐ Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.
5.	Darbs ārzemēs	1. Darbs ārpus Latvijas. Iespējas un riski. 2. Informācijas avoti par dažādu valstu darba likumdošanu. 3. Veiksmes stāsti par darbu ārzemēs. Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. 4. Kāpēc es atgriezos? Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte.	☐ Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. ☐ Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.

		Negatīvā pieredze un patriotisms.	
6.	Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide	1. Man piemērotāko profesiju saraksts. 2. Izvēlētās profesijas apguves iespējas. 3. Individuālā plāna īstenošanas termiņi. 4. Dažādas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas. Izvēle un alternatīvas.	☐ Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. ☐ Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. ☐ Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. ☐ Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu.

Mācību gada laikā karjeras izglītībai klašu stundās visās klašu grupās tiek atvēlētas 3-4 stundas mācību gada laikā pēc audzinātāja izvēles.

1.– 3. un 4. – 6. klašu grupās klases audzinātājs tēmas izvēlas patstāvīgi balstoties uz Valsts izglītības un satura centra izstrādātajām rekomendācijām karjeras izglītībai klašu stundās. Akcentētas tiek tādas karjeras attīstības atbalsta jomas kā pašizziņa un karjeras iespēju izpēte.

7. – 9. klašu grupā galvenā uzmanība tiek pievērsta personības izpētei – interešu, rakstura iezīmju, vērtību un gaidu noteikšanai. Akcents tiek likts uz katra skolēna interešu, dotību un spēju noteikšanu. 9. klasē tiek akcentēta karjeras izvēles joma. Prioritārie metodiskie paņēmieni un tematika:

- mācīšanās stila noteikšana un izmantošana;
- skolēna un skolotāja kopīga materiāla izveide;
- pašizziņas materiāli papīra un digitālā formā;
- daudzveidīgas vizualizācijas metodes pašizziņā;
- “profesiju pasaules” pētīšana un rezultātu atspoguļošana (izstādes, foto un video stāsti, plakāti, reklāmas, zīmējumi u.t.t.);
- daudzveidīga moderno tehnoloģiju un virtuālās vides izmantošana (karjeras testu un darba lapu izpilde datorprogrammās, skolēnu un skolotāju sadarbība virtuālajā vidē u.t.t.);
- daudzveidīgas mācību vides izmantošana ārpus klases telpām: informātikas kabinets, bibliotēka, skolas svinību zāle un gaitenī, skolas pagalms, interešu izglītības vietas, “ēnošanas vietas” u.t.t..

10.-12. klašu grupā kopā pašizziņas un karjeras iespēju jomām tiek akcentēta arī karjeras izvēles joma, lai skolēni spētu ne tikai izprast savu piemērotību noteiktām profesijām, bet arī veikt karjeras izvēli. Prioritārie metodiskie paņēmieni un tematika:

- katra skolēna individuālā mācīšanās stila noteikšana un izmantošana mācību procesā;
- skolotāja un skolēna mācību materiāla kopīga izveide;
- analītiski un intelektuāli karjeras izglītības vingrinājumi darba lapās un izdales materiālos;
- pašizziņas materiāli papīra un digitālā formā;
- daudzveidīgas vizualizācijas metodes pašizziņā un profesiju pasaules pētīšanā;
- daudzveidīga moderno tehnoloģiju un virtuālās vides izmantošana (karjeras testu un darba lapu izpilde datorprogrammās, skolēnu un skolotāju sadarbība virtuālajā vidē u.t.t.).

8. Karjeras izglītības īstenošanas plāns mācību priekšmetu stundās.

8.tabula

1.-3.klašu grupa

Mācību priekšmets	Temats	Sasniedzamais rezultāts	Karjeras izglītības joma
Latviešu valoda	Stāstījums pēc attēla. Dialogs. Valodas kultūra	-Pēc attēliem veido stāstījumu, raksturojot dažādas cilvēku darbības. -Prot neteikt attēlā konkrētas profesijas pārstāvjus. -Prot iejusties tēlā, atdarinot tēlam raksturīgas darbības. -Mācās izmantot žestus, mīmiku, kustības, raksturīgas konkrētajam tēlam. Izprot valodas kultūras nozīmīgumu sadarbībā ar cilvēkiem, darba vidē un veido vārdu krājumu.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa
Angļu valoda	Mana skola Ēdiens (2 st.) Dzīvnieki	Veicina vārdu krājuma apguvi par skolas vidi, klases lietām un skolotāja profesiju. Izmanto atsevišķus vārdus, pamatfrāzes un vienkāršus teikumus par pārtiku, ēdienu, oficianta profesiju. Prot nosaukt dažādus dzīvniekus, to mājvietas, izprot profesijas, kuras nodarbojas ar dzīvnieku kopšanu, ārstēšanu.	Pašizziņa Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte
Sociālās zinības	Dienas plānojums un režīms skolā.	Zina diennakts daļas. Prot plānot savus darbus konkrētajā diennakts daļā.	Pašizziņa

	Drošības pasaulē. Es-skolā.	Prot plānot savu atpūtu, ievērojot drošības noteikumus skolā un ārpus tās. Mācās atšķirt drošu un nedrošu vidi. Mācās novērtēt dažādas situācijas un raksturot tās no drošības viedokļa. Zina, kas ir rīcība un sekas. Ir iepazinies ar skolas noteikumiem. Zina klases iekšējās kārtības noteikumus stundā, starpbrīžos.	Pašizziņa Pašizziņa
Dabaszinības	Materiāli. Atkritumu šķirošana. Diennakts daļas. Laikapstākļi	-Prot taupīt dabas resursus, šķirojot tos. -Zina, kā pareizi šķirot materiālus. -Apzinās, cik daudz ir ikdienā sadzīves atkritumu un cik svarīgi- iemācīties tos sašķirot. -Zina diennakts daļas. -Prot noteikt, kura darbība raksturīga konkrētais diennakts daļai. Prot mērīt nokrišņu daudzumu, izprot gaisa temperatūras atkarību no Saules augstuma. Prot iegūt dažādu informāciju par gaidāmo laiku un atbilstoši apģērbties. Aplūko meteorologa profesiju.	Pašizziņa Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Matemātika	Pulkstenis. Nauda Reizrēķins	-Mācās laika vienības (minūtes, stundas). -Mācās salīdzināt dažādas laika vienības, attēlot tās uz pulksteņa. -Mācās veikt aprēķinus pirmā simta apjomā, izmantojot laika vienības (2.māc.pusg.). Iepazīst profesiju "pārdevējs". Uzzin kāpēc reizrēķins ir jāzin, kur to var izmantot. Kādā profesijā reizrēķins noder.	Pašizziņa Karjeras iespēju izpēte Pašizziņa

	Reālās dzīves situācijas, kurās ir svarīgs skaitļu sakārtojums virknē.	Prot nosaukt reālās dzīves situācijas, kurās ir svarīgs skaitļu sakārtojums virknē. Prot nolasīt un iegūt informāciju no tabulām, diagrammām, tekstiem.	Pašizziņa
Mūzika Literatūra Vizuālā māksla	Mūzikas, literatūras, vizuālās mākslas kultūra Skaņu īpašības	Izprot mūzikas, literatūras, vizuālās mākslas kultūras nozīmīgumu sadarbībā ar cilvēkiem, mājas vidē un prot zīmēt, nodziedāt, norunāt latviešu tautasdziesmas. Attīsta ieradumu sakārtot savu darba vidi, cieņpilnu attieksmi pret apkārtni un apkārtējiem.	Pašizziņa Pašizziņa
Sports un veselība	Piedzīvojumu aktivitātes Peldēšana Fiziskās sagatavotība Sporta aktivitātes	Pārvarot šķēršļus prot sevi sagatavot ceļojumam. Apgūstot peldēšanas prasmes sagatavo par glābēju. Apgūstot fizisko vingrojumu prasmes var pasargāt sevi no traumām. Visu laiku nodarbojoties spēj būt instruktors.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte

9.tabula

4. – 6. klašu grupa

Mācību priekšmets	Temats	Sasniedzamais rezultāts	Karjeras izglītības joma
-------------------	--------	-------------------------	--------------------------

Latviešu valoda	Tēma "Intervija. Jautājumi intervijā"	Izprot un diskutē, kādu profesiju pārstāvjiem nepieciešamas laba intervētāja prasmes.	Karjeras iespēju izpēte
Literatūra	J.Zvirgzdiņa darbs "Pele, Punkts un Gūtenbergs" Ē.Kestnera darbs "Emīls un Berlīnes zēni" Latviešu tautasdziesmas A.Brigaderes luga "Maija un Paija"	Iepazīstas ar daiļdarbā atspoguļoto grāmatu iespiešanas tehniku; piedalās pārrunās par grāmatu iespiešanu mūsdienās. Iepazīst dažādu profesiju pārstāvju pienākumu atspoguļojumu darbā (friziere, policists, viesnīcas darbinieks u.c.) Iepazīst amatniecības jomas (nodarbošanās veidi, profesijas) latviešu tautasdziesmās. Apzinās un saskata darba vērtību un tikumu.	Pašizziņa Pašizziņa Pašizziņa
Angļu valoda	Mūzika Jūra Mana ģimene	Prot pastāstīt par mūzikas jomas profesijām. Māk pastāstīt par ūdens sporta veidiem, trenera profesija, drošības instruktāžas. Vienkāršos teikumos stāsta par savas ģimenes profesijām.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Latvijas vēsture	Vēsture un tās pētīšana.	Uzzina par vēsturnieks, arheologa, muzeja un arhīva profesijām.	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa
Pasaules vēsture	Senākās civilizācijas. Viduslaiki (Bruņinieki).	Tūrisma – gida, karavīra profesija.	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa
Sociālās zinības un vēsture	'Kā kļūt lepnuma vērtiem kopienā?' (2h)	Rast iedvesmu un pilnveidotu sevi, kā arī popularizētu nozīmīgo personību devumu.	Pašizziņa

	Kā darbojas pašvaldība Uzņēmējdarbības pamati	Sagatavo un uzdod amatpersonām jautājumus par konkrētu tematu. Balstoties uz informāciju, patstāvīgi secina un izvirza pieņēmumus par uzņēmējdarbības attīstību. Izsaka un pamato savu viedokli par pašvaldības ieguldījumu sabiedrības dzīvē. Mācās radīt biznesa ideju un jaunu produktu, izvērtēt to pēc kritērijiem. Mācās prezentēt biznesa ideju un produktu. Mācās plānot darbības biznesa idejas realizēšanai.	Karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Krievu valoda	Veikalā. Labu apetīti!	Jaunu vārdu apgušana. Produktu nosaukumi, to novietojums. Pārdevējas darbs. Etiķete, pie situācijas, kad kafejnīcā jāpasūta ēdiens. Oficianta darbs. Dialogu veidošana. Situāciju izspēle.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Mūzika, literatūra Vizuālā māksla Mūzika	Mūzikas, literatūras, vizuālās mākslas kultūra Kultūras pieprasījums un piedāvājums Darbs folklorā	Izprot mūzikas, literatūras, vizuālās mākslas kultūras nozīmīgumu sadarbībā ar cilvēkiem, mājas vidē un prot zīmēt, nodziedāt, norunāt latviešu tautasdziesmas. Radoša muzicēšana koros, ansambļos, vizuālās mākslas pulciņos, teātros, kas nodrošina kultūras procesu un attīstību. Klausās, analizē, salīdzina, aktualizē svarīgāko.	Pašizziņa Pašizziņa
Dabaszinības	Selekcija Saules un Mēness ietekme uz Zemes procesiem	Ar piemēriem skaidro, kādi ir augu un dzīvnieku selekcijas mērķi un kāpēc nepieciešams iegūt jaunu šķirni ar vēlamām īpašībām, izprot selekcionāra profesijas nepieciešamību. Saskata atšķirības starp meteorologa, sinoptiķa un klimatologa profesijām.	Karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte

	Mani uztura paradumi (2st) Kas ir elektroenerģija. Dabas resursi- mežs.	Izvērtē savus ēšanas paradumus, analizējot un salīdzinot savu ēdienkarti ar veselīgas ēšanas principiem, prot uzdot jautājumus dietologam, uztura speciālistam. Veidojas izpratne par ekonomiskajiem procesiem, jo tiek parādītas dažādas profesijas, izmantotas iekārtas un materiāli dažādu produktu ražošanai. Prot pastāstīt par profesijām, kuras saistītas ar elektroenerģijas ieguvī, elektrotīklu apkopi un labošanu. Skaidro meža apsaimniekošanas ciklu, izmantojot piemēros profesijas, kuras veic meža apsaimniekošanu.	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Sports un veselība	Piedzīvojumu aktivitātes – orientēšanās pamati, sporta spēles Fiziskās sagatavotība Sporta aktivitātes Sporta spēles	Pārvarot šķēršļus prot sevi sagatavot ceļojumam. Apgūstot fizisko vingrojumu prasmes var pasargāt sevi no traumām. Visu laiku nodarbojoties spēj būt instruktors. Pārvarot šķēršļus dabā, orientējas apvidū - nepieciešamās prasmes militārajā profesijā. Skolēns strādā komandā, orientējas uz līdzvērtīgu ieguldījumu, pieņem un sadarbojās ar dažādiem cilvēkiem, lai sasniegtu konkrēto mērķi.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte

10.tabula

7. – 9. klašu grupa

Mācību priekšmets	Temats	Sasniedzamais rezultāts	Karjeras izglītības joma
Latviešu valoda	Lietišķie raksti. Dažādu tēmu uzdevumu teksti – atbilstoši absolventam.	Pilnveido valodas lietojuma līmeni.	Pašizziņa
Literatūra	A.Eglīša novele “Izsalkuša zēna pavārgrāmata”. Z.Skujiņa romāns “Gulta ar zelta kāju”.	Saskata un vēro bērnībā iegūtās pieredzes ietekmi uz profesijas izvēli nākotnē. Iepazīst ar jūrnieka, kuģa kapteiņa, zemkopja, lopkoja profesiju specifiku, gūst informāciju par labas izglītības nozīmi.	Pašizziņa Karjeras iespēju izpēte
Angļu valoda	Komunikācija Sasniegumi	Izprot dažādus komunikācijas veidus, saprot, kādas profesijas pārstāvji nodarbojas komunikācijas jomā (IT speciālisti, programmētāji, žurnālisti). Māk atrast informāciju par dažādiem pasaules slaveniem cilvēkiem, kuri ir kaut ko sasnieguši (rekordi, sportisti, mūziķi u.c). Aplūko informāciju par pasaules slaveniem ģēnijiem, kas viņi ir bijuši pēc profesijas, ar ko nodarbojušies.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte

	Mūzika	Prot pastāstīt par mūzikas jomas profesijām, par darba specifiku.	
Krievu valoda	Lietišķie raksti. Tehnoloģijas un es. Bērnišķīgās aizraušanās un profesijas.	Raksta personiska rakstura e-pasta vēstuli/neformālu vēstuli/ielūgumu/īsziņu/apsveikumu/dzejoli. Lasa teksta fragmentus un kopīgi atjauno tekstu, papildinot to ar nepieciešamo informāciju. Skatās videoierakstus, ieklausās runātāju intonācijā un vēro viņu ķermeņa valodu. Diskusijas par to, vai ir nepieciešams klausīt vecākus pie profesijas izvēles. Iepazīst tādu profesiju kā baletdejojotājs.	Pašizziņa Pašizziņa Karjeras iespēju izpēte
Latvijas vēsture Pasaules vēsture	Vēsture un tās pētīšana. Latvijas teritorija no 18.-21.gs. Senākās civilizācijas. Viduslaiki (Bruņinieki). Renesanse. Pasaule 18.-21.gs.	Uzzina par vēsturnieks, arheologa, muzeja un arhīva profesijām. Tūrisma – gida, karavīra profesija. Pārskata un raksturo notikumus. Kara laikos izmantojamie ieroči, kara tehnika. Tūrisma – gida, karavīra profesija. Pie renesanses apgūst mākslas veidus. Raksturo laika notikumus. Apgūst dažādus politiskos režīmus. Mākslinieks, gids, politiķis.	Karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte

Mājturība un tehnoloģijas	Šūšana (meitenes)	Iegūst praktisku pieredzi vietējas nozīmes uzņēmējdarbības pasākumos.	Karjeras iespēju izpēte
Datorika	Mājaslapu izstrāde (meitenes)	Iepazīstas ar mājaslapu veidošanas galvenajiem procesiem	Karjeras iespēju izpēte
Mūzika, literatūra, vizuālā māksla	Kultūras pieprasījums un piedāvājums	Personības izpēte, populārās mākslas, mūzikas loma jauniešu sadzīvē. Radoša muzicēšana grupās, koros, ansambļos, teātros, kas nodrošina kultūras procesu un attīstību.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Ģeogrāfija	Ģeogrāfiskās kartes, grādu tīkls, virzieni un attālumi kartē. Eirāzijas dabas zonas un dabas apgabali Latvijas augsnes	Mācēt lasīt karti, atrast nepieciešamos objektus. Zina profesijas, kur pielieto šīs zināšanas. Atrast informāciju un noskaidrot dabas zonu klimatu, augus, dzīvniekus un cilvēka darbību dažādos apgabalos. Zina profesijas, kur pielieto šīs zināšanas. Noskaidrot LV izplatītākās augsnes, dabīgo auglību, pasākumus augsnes uzlabošanai. Zina profesijas, kur pielieto šīs zināšanas.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte.
Bioloģija	Kāpēc nepieciešamas bioloģijas zināšanas. Segaudi. Āda.	Ir ieguvis izpratni par profesijām, kurās nepieciešamas bioloģijas zināšanas. Attīsta ieradumu segaudu traucējumu gadījumos rīkoties atbilstoši situācijai (atpazīt risku, domāt, rīkoties), iepazīt ādas speciālistu profesijas (dermatologs, kosmetologs, tiesu medicīnas eksperts- daktioloģija).	Karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte
Ķīmija	Metālu ieguve no dažādiem izejvielām	Attīstīta ieradumu izprast, respektēt un risināt kompleksas problēmas, pamatojot savu viedokli par metalurģijas ietekmi uz vidi un piedāvājot risinājumus tās mazināšanai.	Pašizziņa, karjeras lēmuma pieņemšana. Karjeras iespēju izpēte

	Materiālu ražošana un izmantošana	Attīsta ieradumu izmantot ķīmijas (dabaszinātņu) zināšanas dabas un sadzīves procesu izpratnē un skaidrošanā, iegūstot un sistematizējot informāciju par būvmateriālu ražošanu.	
Sports un veselība	Fiziskā drošība	Izvērtē un novērt riskus, pieņem lēmumus atbilstoši apkārtējās vides situācijai, braucot ar velosipēdu, mopēdu, skrituļdēli, skrejriteni, skrituļslidām. Iepazīst dažādu braucamrīku īpatnības, iekļaujoties ceļu satiksmes noteikumu ievērošanā un nākotnē apsver iespēju iegūt autovadītāja tiesības vai kļūt par kurjeru. Analizē sakarību starp ar uzturu uzņemto un dažāda veida aktivitātēs patērēto enerģiju, veido un izmanto savu uztura plānu saistībā ar fizisko aktivitāšu ilgumu un intensitāti.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana
	Fiziskā veselība	Uzzinot sakarības par uzņemto uzturu un fiziskajām aktivitātēm, ja šis jautājums ļoti ieinteresē, tad var mācīties par uztura speciālistu, fitnesa treneri. Spriež par dienas plāna ietekmi uz darbaspējām, veselību un cenšas to uzlabot, lai sasniegtu mērķus, nenodarītu pāri savam ķermenim un pasargātu sevi no traumām. Lai sasniegtu izvirzītos mērķus ir svarīgi sekot dienas plānojumam, šīs iemaņas palīdzēs jebkurā profesijā saplānot savu darba dienu un sasniegt izvirzīto mērķi. Tas varētu būt menedžeris, organizācijas vadītājs. Analizē, izvērtē un izvēlas šķēršļu pārvarēšanas secību un droši pārvietojas pa dažādu reljefu atbilstoši laikapstākļiem.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana
	Piedzīvojumu		

	aktivitātes Kustību rotaļas un spēles	Izzina, analizē, izvērtē dažāda veida informāciju un situācijas, izvērtē riskus un pieņem drošus lēmumus atbildīgai rīcībai, lai dotos plānotā pārgājienā. Nepieciešamās prasmes militārajā profesijā, gida profesijā. Spēlējot dažādas komandu spēles, veidojas pozitīvas sociālās saskarsmes un sadarbības prasmes, jo komandas dalībniekiem ir kopīgi mērķi un uzdevumi, kā arī nepieciešama kopīga, savstarpēji saskaņota darbība un atbalsts. Ja skolēns spēj atrisināt konfliktsituācijas, tad var mācīties par menedžeri viņam interesējošā jomā.	Pašizziņa
--	---	--	-----------

11.tabula

10. – 12.klašu grupa

Mācību priekšmets	Temats	Sasniedzamais rezultāts	Karjeras izglītības joma
Latviešu valoda un literatūra	Runātāja lomā (runātāja personības veidošana mūsdienu valodas vidē). Vārdu krājums	Komunikācijas prasmju uzlabošana un mūsdienu žanru apguve dažādās saziņas jomās (biznesa, zinātnes, privātajā) palīdz veidot individuālo uzstāšanās stilu veiksmīgai tālākizglītībai, profesionālajai un karjeras izaugsmei nākotnē. Sagatavo un uzstājas ar publisko runu par kādas sociālas vai profesionālas grupas valodas leksikas savdabību (piemēram, jauniešu valoda, ārstu, grāmatvežu,	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa

		dārzkopju valoda u. tml.) vai par savdabīgas leksikas lietojumu kādā literārā darbā vai pilsētvides objektos.	
Angļu valoda	Nauda un maksājumi.	Attīstīt prasmi atrast nepieciešamo informāciju saistīta ar karjeras izvēli un veidot stāstījumu, izmantojot atrasto informāciju par to, kā mēs varam mainīt savas karjeras ambīcijas un kas var ietekmēt viņu izmaiņas uz labo pusi. Izteikt viedokli par to, kāpēc nauda ietekmē karjeras izvēli mūsdienu pasaulē.	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa
Ķīmija	Organiskās ķīmijas uzņēmumi Latvijā.	Iepazīties ar vadošiem uzņēmumiem farmācijas, kosmētikas, sadzīves ķīmijas jomā Latvijā, lai veicināt interesi pret ķīmiķa profesiju.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Fizika	Enerģijas ieguves un siltuma dzinēju vēsturiskais aspekts Mājas elektrotīkls un drošība.	Analizē fizikas zināšanu nozīmi ar siltuma ražošanu un siltumapgādi saistītu inženiertehnisko profesiju apgūvē.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Ģeogrāfija	Kodolenergoresursi, hidroresursi un alternatīvie	Zināt jēdzienus alternatīvie energoresursi, biomasas, geizers, paisums un bēgums, vējš, heliostacija, Latvijas HES (enerģētiskis).	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Bioloģija	Netradicionālā lauksaimniecība Latvijā	Izvērtē netradicionālo lauksaimniecības ražotņu (piemēram, briežu audzētavas, strausu, trušu, šinšillu, baibaku fermas, vēžu un zivju audzētavas) darbības saimnieciskos un ētiskos aspektus.	Pašizziņa
Matemātika	Statistika Statistikas elementi: dati, ģenerālkopa, izlase,	Iepazīties ar pētījuma centra SKDS darbu un Omnibusa aptauju. Nosaka aktuālas vajadzības, precīzi formulē kompleksu problēmu un pamato nepieciešamību to risināt, izvirza	Karjeras iespēju izpēte Karjeras iespēju izpēte

	biežuma tabulas, histogramma un poligons Aksiālālās simetrijas Īpašības Nevienādību sistēmas	mērķi, piedāvā vairākus risinājumus, izvērtē tos attiecībā pret mērķi, izvēlas īstenot labāko (medicīnā). Kompleksās situācijās spriež no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto. Argumentē, pierādot izteiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamat (būvniecībā) Patstāvīgi izvēlas, pielāgo un rada savas domāšanas stratēģijas kompleksās situācijās (dietoloģijā).	Karjeras iespēju izpēte
Mūzika, literatūra, vizuālā māksla	Mani nākotnes nodomi Profesijas izvēle, izglītības turpināšana	Izpratne par žanriem, laikmetiem. Skolotāja profesija. Prot atbilstoši mērķim analizēt dažādus viedokļus, izvērtējot faktus, un argumentēti aizstāvēt savu viedokli. Spēj iegūt informāciju par dažādām mācību iestādēm, izvēlēties nākamo profesiju,	Karjeras iespēju izpēte, pašizziņa Karjeras lēmumu pieņemšana, karjeras iespēju izpēte
Sports un veselība	Fiziskā drošība Fiziskā veselība Āra fiziskās aktivitātes	Izvērtē un rīkojas atbilstoši situācijai, piemēram, pārvietojoties pa velociņu, skrituļošana atvēlētajām vietām, tādējādi samazinot iespējamo traumu risku. Iepazīstas ar velociņa maršrutiem Rīgas pilsētā, nepieciešamās prasmes kurjera profesijā. Izmantojot pieejamos datus un veicot situācijas izpēti vienaudžu vidū, analizē jauniešu ar veselību saistītos ieradumus, spriež par iespējamām sekām, veido ieteikumus sev un vienaudžiem un aktīvi līdzdarbojas veselību veicinošās aktivitātēs skolā. Nepieciešamās prasmes uztura speciālists, fitnesa treneris, fizioterapiests. Mācās stresa pārvaldīšanas un konfliktu risināšanas stratēģijas, izmanto tās, lai patstāvīgi kontrolētu savas	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana

		emocijas, domas un uzvedību gan individuāli, gan darbojoties grupā fizisko aktivitāšu laikā. Nepieciešamās prasmes psihologa profesijā, sociālā darbinieka profesijā. Lietojot dažādas kartes, piemēram, orientēšanās vai aerofoto karti, izvēlas un veic īsāko, ātrāko, drošāko ceļu. Nepieciešamās prasmes militārajā profesijā. Izmantojot pieejamos resursus un apkārtējās vides objektus, veido dažādas grūtības pakāpes distances, kritiski izvērtē un pārvietojas sev piemērotākajā veidā atbilstoši savām interesēm, lieto savai veselībai un drošībai atbilstošus aizsarglīdzekļus, braucot ar velosipēdu, skrejriteni, skrituļdēli un/vai skrituļslidām. Nepieciešamās prasmes kurjera profesijā.	
Dizains un tehnoloģijas	Grafiskais dizainers un tā pamatzdevumi. Zīmola dizains. Logotipa dizaina veidi. Vizītkartes izgatavošanas pamatprincipi. Firmas stila pamatelementi. Firmas	Iepazīstas ar jēdzienu “vides dizains” un vienu no galvenajām vides dizaina disciplīnām – grafisko dizainu (informācijas d.) . Izprot un pārzin grafiskā dizaina būtiskākos nosacījumus un mērķus. Iepazīstas ar logotipa tapšanas gaitu un darba kārtību. Pārzin grafiskā dizaina galvenos kompozīcijas principus. Prot radīt savu identitātes vizītkarti. Prot analizēt un salīdzināt firmu izstrādātos logotipus. Skolēni izprot kādas prasmes un iemaņas nepieciešamas grafiskajam dizainerim.	Pašizziņa Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte Pašizziņa Pašizziņa

	logotipa analīze.		
--	-------------------	--	--

9. Ārpusstundu un ārpusskolas pasākumi.

Pasākuma veids	Sasniedzamais rezultāts	Karjeras izglītības joma
Tikšanās ar profesiju un nozaru pārstāvjiem	Iepazīšanās ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana
Karjeras dienas skolā	Iepazīšanās ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana
Mācību ekskursijas uz tuvākās apkārtnes uzņēmumiem	Apkārtnē esošu uzņēmumu iepazīšana.	Karjeras iespēju izpēte
Amatnieku meistarklases	Dažādu amatniecības profesiju iepazīšana.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Zinātniski pētnieciskie darbi karjeras izglītībā.	Prezentāciju veidošana par dažādām profesijām.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana
Tirdziņš un gadatirgus	Mārtiņdienas gadatirgus.	Pašizziņa
Izstāde "Skola 2022."	Iepazīšanās ar potenciālajām mācību iestādēm.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana
Ēnu diena	Iepazīšanās ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana
"Studentu kurpes" *	Klātienē iepazīst studijas kādā no izvēlētajām augstskolām: piedalās lekcijās, praktiskajos darbos, tiekas ar mācībspēkiem.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana

Skolotāju diena	Iepazīšanās ar skolotāja profesijas darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana
Skolēnu mācību uzņēmuma izveide*	SMU ir skolēnu veidots un vadīts mācību uzņēmuma izveide. Mācību nolūkos tas pilda īsta uzņēmuma funkcijas un darbojas reālā vidē - skolēni ražo un pārdod preces vai pakalpojumus. Darbojoties šajā mācību programmā, skolēni iepazīstas un izpēta uzņēmējdarbības vadības pasauli un apgūst pilnīgi visu uzņēmējdarbības ciklu, sākot no idejas radīšanas, līdz tās īstenošanai.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana
Nacionālais jauno profesionāļu meistarības konkurss "Skills Latvia"	Iepazīst ar daudzveidīgas profesijas, savu prasmju izmēģināšana noteiktā darba veikšanā, karjeras iespēju izpēte, profesionālo skolu konkursantu sniegumu vērošana.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte
Skolas absolventu un vecāku viesošanās	Iepazīšanās ar skolas absolventu un vecāku mācību iestādēm un profesijām.	Karjeras iespēju izpēte
Sadarbība ar NVO	Iepazīst nevalstisko organizāciju sniegtās darba un mācību iespējas, izvērtē savu dalību tajās.	Karjeras iespēju izpēte

*10. – 12. klašu skolēniem

10. Pasākumi potenciālajiem izglītojamiem un viņu vecākiem

Pasākuma veids	Sasniedzamais rezultāts	Mērķauditorija
9. un 12. klašu vecākiem organizētas vecāku sanāksmes skolā par karjeras tematiku.	Skolēnu vecāki zina, kā atbalstīt savu bērnu karjeras izvēles un lēmumu pieņemšanas procesā.	9. un 12. klašu skolēnu vecāki.
Organizēti tiešsaistes semināri vecākiem par atbalstu karjeras izvēlē.	Skolēnu vecāki zina, kā atbalstīt savu bērnu karjeras izvēles un lēmumu pieņemšanas procesā.	7.-12. klašu vecāki.
Informatīvi materiāli vecākiem e-klasē un skolas mājas lapā par karjeras izglītības tematiku.	Skolēnu vecāki zina, kā atbalstīt savu bērnu karjeras izvēles un lēmumu pieņemšanas procesā.	7.-12. klašu vecāki.
Organizētas sanāksmes potenciālo skolas potenciālo izglītojamo vecākiem.	Skolēnu vecāki gūst priekšstatu, kā notiek aktīvā mācīšanās stundās.	Potenciālo izglītojamo - 1. un 10. klašu skolēnu vecāki.

11. Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmes, beidzot 3., 6., 9. un 12. klasi. un veidi to izvērtēšanai

Klase	Pašizziņa un pašvadība	Karjeras iespēju izpēte	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Izvērtēšanas veidi
3.	Pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī par neizdošanos un kļūdām. Uzdod jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras	Meklē pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un pats tos pārbauda. Izmanto digitālās tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai	Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām. Ir atvērts jaundai karjeras pieredzei. Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzklausa citu	Informācijas vizualizēšana. Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās). Pašvērtējums. Piedalīšanās diskusijās (diskusija). Rezumēšana (secināšana).

jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) un ar pieaugušā atbalstu, iedvesmojoties no citu sasniegumiem, meklē idejas tās uzlabošanai. Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam Ar pedagoga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi. Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Pastāsta par savas mācīšanās progresu un prasmēm, veido saprotamu mutvārdu runu un reaģē uz klausītāju jautājumiem.	pēc norādījumiem. Salīdzina uzņēmumus savā novadā un pilsētā, meklē informāciju par veiksmīgiem sava novada uzņēmumiem un stāsta par tiem. Nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām. Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īstenot intereses un iespējas darba tirgū. Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem. Izmantojot vienkāršu situāciju piemērus, pamato, kāpēc darbs ir vērtība.	viedokli. Atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu saistošā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā. Ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu Izvirza īstermiņa mērķus savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgūšanai. Raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai. Ar pedagoga atbalstu veido karjeras attīstības plānu, īsteno to un izvērtē rezultātu. Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz.	Sadarbības prasmju novērtēšana.
--	--	---	--

		Saskata vienkāršas ar sekmīgu karjeru saistītas kopsakarības sabiedrībā (skolā, ģimenē un vietējā kopienā). Veido stāstījumu par darba darītājiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli. Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes. Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām. Veido savā pieredzē un viedoklī balstītu argumentāciju karjeras iespēju raksturošanai. Formulē savus secinājumus, saskaņā ar dotajiem norādījumiem.	Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpausmes karjerā un sadzīvē, un piedalās tā nodrošināšanā.	
6.	Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses,	Pārliciecinās, vai iegūta pietiekami vispusīga un precīza informācija	Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas,	Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu

analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras jomas (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, majas darbi). Izvērtē pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) izmanto radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie idejām tās pilnveidei, iedvesmojas no citu idejām, tās papildina. Ar skolotāja atbalstu izveido un patstāvīgi papildina darbu mapi (porfolio). Patstāvīgi plāno laiku mācībām un darbam. Patstāvīgi seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju	par karjeras iespējām, pārbauda tās ticamību. Izmanto digitālās tehnoloģijas, lai iegūtu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām. Analizē publiski pieejamo informāciju, lai noskaidrotu, kādi uzņēmumi un kādās nozarēs ir izplatīti vietējā pašvaldībā, un kādu profesiju pārstāvji tajos strādā. Salīdzina profesijas, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku: fizisks - garīgs darbs, darbs telpās - darbs ārā u.tml. Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās. Atlasa un vizualizē un informāciju par darba saturu	izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības. Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu. Piedalās savu karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā. Ar pedagoga atbalstu nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu dotajā kontekstā. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot. Patstāvīgi izvirza vairākus karjeras attīstības (mācīšanās) mērķus un plāno, kā tos īstenot gan vienatnē, gan grupā. Izvirzot sev īstermiņa mērķus, izmanto gan savu, gan nozīmīgu citu cilvēku pieredzi. Iztēlojoties karjeras mērķa	mape. Informācijas vizualizēšana. Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās). Multimediju prezentācija. Mutiska uzstāšanās. Pašvērtējums. Piedalīšanās diskusijās (diskusija). Rezumēšana (secināšana). Sadarbības prasmju novērtēšana.
---	---	--	---

	izpildei dažādās karjeras jomās un nosaka, vai un kā sniegumu uzlabot. Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu, iesaistās dialogā ar klausītājiem. Atbilstoši adresātam un saziņas mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētas aptaujas jautājumiem. Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei.	dažādās nozares profesijās. Skaidro dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē. Skaidro sekmīgas karjeras ietekmi uz tās īstenotājiem, viņu ģimenes locekļiem, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību nacionālā mērogā un saskata savu nepieciešamību iesaistīties savas kopienas dzīves uzlabošanā. Iepazīst un izvērtē veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Pēc dotajiem un paša radītajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē informāciju par karjeras iespējām.	sasniegšanas gaitu un eksperimentējot domās, veido karjeras attīstības plānu, īsteno to, izvērtē paveikto pēc paša radītiem kritērijiem un iesaka uzlabojumus. Izzina pieejamos resursus un atrod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri. Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to. Analizē sadarbību karjerā un sabiedrībā.	
--	--	--	---	--

		Veido faktos par karjeras iespējas kontekstu balstītu argumentāciju, atšķir atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā. Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus par karjeras iespēju.		
9.	Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt savas domašanas un uzvedības pilnveidojamās puses. Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo	Tiecas iegūt vispusīgu un precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām. Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās.	Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus. Ir gatavs pieņemt nenoteiktību un jaunus izaicinājumus. Piedalās un aizstāv viedokli diskusijās par savām karjeras iecerēm. Nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, raksturo problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēloņsakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā.	Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums. Darbu mape. Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā. (beigās) Multimediju prezentācija. Mutiska uzstāšanās. Pašvērtējums. Piedalīšanās diskusijās (diskusija). Rakstiska atskaite. Rezumēšana (secināšana). Sadarbības prasmju novērtēšana.

	situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes. Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā. Nosauc savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs. Patstāvīgi izvēlas un iekļauj plānā savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes, nosakot šo izvēļu priekšrocības un trūkumus. Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās, izzina sava padarītā progresu un nosaka, vai un kā uzlabot sniegumu. Izmanto	Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām. Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās. Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs. Analizē dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē. Analizē, kā sekmīga atsevišķu indivīdu karjera ietekmē pašus, viņu ģimenes locekļus, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību Eiropas mērogā un pamato to, ar dažādos avotos gūtu informāciju un statistikas datiem.	Formulē kontekstā balstītus strukturētus pieņēmumus. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot. Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi. Plāno savu izaugsmi mācībās un brīvā laika aktivitātēs, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos. Spriežot “atpakaļgaitā” un atrodot pretpiemērus veido karjeras attīstības situācijas modeli un tajā pamatotu karjeras attīstības plānu. Īsteno to, un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņēmieni. Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam. Elastīgi un izsvērti izmanto	
--	--	--	--	--

	kļūdas, lai mērķtiecīgi mainītu savu darbību. Mērķtiecīgi plāno un veido strukturētu un saturīgu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju. Raksta patstāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē. Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta satura (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas.	Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un patstāvīgi formulē pamatotus secinājumus.	pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri. Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu. Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.	
12.	Patstāvīgi un regulāri analizē un reflektē par sava snieguma saistību ar emocijām, personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras	Gūst vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras iespējām, izvērtē tās ticamību un analizē, kādēļ atsevišķās situācijās ticamu informāciju	Interesējas par atklājumiem un inovācijām, proaktīvi meklē jaunas karjeras attīstības iespējas, lai, tās īstenojot, efektīvi uzlabotu savu un citu	Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu mape Informācijas vizualizēšana. Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā

jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi), patstāvīgi rod veidus, kā attīstīt spējas pārvaldīt savu domāšanu, emocijas un uzvedību. Raugoties uz esošo karjeras situāciju no dažādiem skatu punktiem, pamana jaunas iespējas; mērķtiecīgi un elastīgi izmanto citu pieredzi vai attīsta savas ideju radīšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jauniem un noderīgiem risinājumiem. Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas digitālās darbu mapes veidošanā. Analizē savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs. Pieņem lēmumus, novērtējot savas vajadzības, zināšanas un	iegūt ir grūtības. Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām. Atlasa un analizē informāciju par izglītības un darba iespējām Latvijā un ārzemēs. Atlasa un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām un par darba tiesisko regulējumu, t.sk., par darba vides riska faktoriem Latvijā. Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām, profesionālo interešu jomām un nozarēm. Raksturo vaļasprieku, mācību priekšmetu satura un profesionālo interešu savstarpējo atbilstību.	dzīves kvalitāti. Rosina diskusijas par savām karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo, pauž piekrišanu vai nepieņemšanu. Patstāvīgi nosaka aktuālas karjeras attīstības vajadzības, precīzi formulē karjeras attīstības problēmu un pamato nepieciešamību to risināt. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā vairākus risinājumus. izvērtē tos attiecībā pret mērķi, izvēlas un nolemj īstenot labāko risinājumu. Regulāri un atbilstoši savām karjeras attīstības vajadzībām izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības mērķus; formulē kritērijus, pēc kuriem izvērtēt, vai mērķis ir sasniegts; plāno mērķa īstenošanas soļus;	(beigās). Multimediju prezentācija. Mutiska uzstāšanās. Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rakstiska atskaite. Rezumēšana (secināšana). Sadarbības prasmju novērtēšana.
---	---	---	---

intereses, patstāvīgi plāno savu ikdienu saistībā ar nākotnes karjeru. Patstāvīgi izmanto kritērijus, kas palīdz īstenot darba uzraudzīšanu un pilnveidošanu dažādās karjeras jomās, izvērtē, apkopo un turpmākā darba procesā mērķtiecīgi izmanto gūto pieredzi. Veido un prezentē tekstus karjeras mērķu sasniegšanai (piem., savu dotumu, sasniegumu, interešu, vajadzību un nākotnes nodomu savstarpējās saistības atklāšanai), bagātina tos ar specifiskiem līdzekļiem (balss toni, tēlainu valodu, precīzu un aprakstošu vārdu krājumu, neverbālajiem saziņas līdzekļiem), lai sasniegtu komunikatīvo mērķi. Izmanto svešvalodu savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai starptautiskā	Raksturo vērtību realizēšanas iespējas profesionālajā darbībā. Skaidro un pamato savu skatījumu par izglītības, nodarbinātības kopsakarībām gan vietējā, gan globālā mērogā; izvērtē individu, sabiedrības un vides mijiedarbību karjeras attīstības kontekstā. Salīdzina darba devēju un klientu prasības dažādos laika posmos un valstīs, un izdara secinājumus par darba tirgus, t.sk., uzņēmējdarbības, attīstības tendencēm. Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju par karjeras iespējām. Raksturojot karjeras iespējas,	uzņemas atbildību par savu lomu soļu īstenošanā un mērķu sasniegšanā. Izvirza dzīves mērķus un darbojas, lai prognozētu, patstāvīgi pieņemtu atbildīgus un izsvērtus lēmumus par savu nākotnes darbības jomu (karjeru), ņemot vērā informāciju par izmaiņām darba tirgū un respektējot savas vajadzības un vērtības. Patstāvīgi izstrādā karjeras attīstības plānu; īsteno to, izvēloties, lietojot un pielāgojot piemērotas problēmrisināšanas stratēģijas; elastīgi reaģē uz neparedzētām izmaiņām; izvērtē paveikto un gūtos secinājumus izmanto arī citā kontekstā. Efektīvi organizē resursus, lai īstenotu savu karjeras ieceri; patstāvīgi meklē, izvērtē un atbildīgi izmanto citu idejas.	
--	---	--	--

	kontekstā klātienē vai virtuālā vidē. Patstāvīgi vai pēc noteiktiem paraugiem veido profesionālajai saziņai atbilstošus rakstveida tekstus (iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli), identificē raksturīgākās kļūdas lietišķajā saziņā. Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai radītu, prezentētu un pārraidītu karjeras mērķu sasniegšanai nozīmīgu saturu.	spriež no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto. Argumentē, pierādot izteiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamatotus secinājumus, pamana un novērš loģiskās argumentācijas kļūdas.	Kļūdas un grūtības karjeras attīstības plāna īstenošanā izmanto kā iespēju izaugsmei. Plāno un īsteno nozīmīgu, cieņpilnu verbālu, neverbālu un digitālu komunikāciju karjeras attīstības mērķu sasniegšanai. Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenot viņu karjeras ieceres.	
--	---	--	---	--

12. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes

Aptauja

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

Asociāciju kartes

Neliela izmēra daudzozīmīgi attēli, kuri izraisot asociācijas un “atdzīvinot” atmiņas un izjūtas, palīdz veidot stāstījumu par noteiktām, stāstītājam nozīmīgām tēmām. Apskats (pārskats).

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

Āra nodarbības

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

Darbu mape (portfolio)

Skolēna (audzēkņa) veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš ieplānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu (audzēkni) kopīgi izvērtē skolēna (audzēkņa) sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna (audzēkņa) 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 (audzēkņi) var veidot papīra formātā vai digitāli.

Darbs ar tekstu

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

Demonstrēšana

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

Didaktiskā spēle

Pieredzes izglītības metode, spēle, kurai ir skolotāja definēts izglītojošs mērķis un noteikta struktūra. Didaktiskās spēles var iedalīt trīs kategorijās: konstruēšanas spēles (spēles ar materiāliem, detaļām, dažādu telpisku objektu un mehānismu konstruēšana), lomu

(simulācijas) spēles (reālās dzīves notikumu, darbību un situāciju atveidošana) un spēles ar noteikumiem (spēles, kurās jāievēro noteikti nosacījumi – galda spēles, kāršu spēles, bingo, sporta spēles, muzikālās spēles u.c.).

Diskusija

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

Domu karte

Grafiskais organizators – tīklveida zīmējums (“zirneklis”), kuru veido, lapas vidū apļa centrā ierakstot tēmu (nozīmīgāko jēdzienu) un to ar atzariem savienojot ar apakštēmām. Atzariem piezīmē zariņus, pie kuriem pieraksta atslēgas vārdus (vai pievieno attēlus), kuri saistās ar apakštēmu. Ja nepieciešams, šīs saites, veidojot loģisku sistēmu, var sazarot tālāk. Domu karte palīdz strukturēt domas gaitu: sākt ar vispārīgo (tēmu), pāriet uz konkrēto (apakštēmu) un tikai tad iedziļināties detaļās.

Grafiskais organizators (grafiskais informācijas 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.

Intervija

Skolēni (audzēkņi), 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.

Klausīšanās metode

Skolēni (audzēkņi) 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.

Kolāža

Skolēnu (audzēkņu) individuāli, pāros vai grupās veidots kompozicionāli vienots attēls, kurā skolēni (audzēkņi) atklāj savu priekšstatu par kādu skolotāja dotu tematu, piem., veido kolāžu par sociālo vidi klasē, vērtējot savstarpējās attiecības. Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus (Literatūra, 2008), metode ļauj skolēniem (audzēkņiem) izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras, kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.

Kooperatīvā mācīšanās (grupu darbs)

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs izveido skolēnu (audzēkņu) grupas tādu uzdevumu vai projekta darbu veikšanai, kuros nepieciešama produktīva grupas dalībnieku sadarbība, t.i., uzdevuma rezultāti atkarīgi no katra grupas dalībnieka ieguldījuma kopējā darbā. Risinot uzdevumu, grupas dalībnieki pilnveido saskarsmes prasmes, mācās sadarboties un mācās viens no otra. Skolotājs organizē mācības un konsultē skolēnus (audzēkņus).

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 (audzēkņiem) mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni (audzēkņi) iejūtas lomās atbilstoši mācību situācijā ietvertajam uzdevumam. Citi skolēni (audzēkņi) 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 (audzēkņiem) 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 (audzēkņu) sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni (audzēkņi) saņem uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni (audzēkņi) sagatavo pārskatu par paveikto un prezentē to pārējiem vai iesniedz skolotājam.

Pārrunas

Dialogiska mācību metode, kuru īstenojot runātājs (skolotājs, skolēns vai audzēknis) ar mērķtiecīgu un loģiski secīgu jautājumu palīdzību klausītājiem, kuriem ir vai pārrunu laikā ir iespēja iegūt priekšzināšanas, palīdz jaunu atziņu konstruēšanā.

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 (audzēkņi) 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 (audzēkņi) 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 (audzēkņu) 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 (audzēkņus). Skolotājs palīdz skolēniem (audzēkņiem) formulēt projekta mērķi, izveidot darba grupas un sniedz atbalstu projekta izveidē.

Radošais darbs

Skolēnu (audzēkņu) 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 (audzēkņi), 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 (audzēkņiem) reālas vai izdomātas situācijas aprakstu (rakstiski vai mutiski), audio vai videoierakstu un uzdod jautājumus par šo situāciju. Skolēni (audzēkņi) pārrunā, analizē, pieraksta, secina, un atbilstoši situācijas analīzes mērķim veido kopsavilkumus vai ieteikumus.

Situāciju izspēle

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem (audzēkņiem) reālas vai izdomātas problēmsituācijas aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni (audzēkņi) 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 (audzēkņi) var veidot un izspēlēt iespējamās situācijas attīstības scenārijus, un saņemt atgriezenisko saiti no citiem skolēniem (audzēkņiem) un skolotāja.

Spēle

Noteiktu darbību kopums vēlamā rezultāta sasniegšanai, kam piemīt sacensības pazīmes, un kas ietver ne tikai prasmju un iemaņu mērķtiecīgu, noteikumiem atbilstošu izmantošanu, bet arī nejaušības elementus un brīvas interpretācijas, darbības un rīcības iespējas. Spēle veicina izziņas spēju, sadarbības prasmju un radošuma attīstību, un veicina spriedzes samazināšanos.

13. Metodisko materiālu autori, konsultanti, izmantotie un ieteicamie materiāli

Metodisko materiālu autori:

Mg.ed. Jānis Pāvulēns (Latvijas Lauksaimniecības universitāte)

Dr.pead. Inta Lemešonoka (Latvijas Universitāte)

Dr. psych. Ilona Laizāne (Latvijas Universitāte, Jaunmārupes pamatskola)

Mg.pead. Aelita Jankovska (Liepājas pilsētas Izglītības pārvalde)

Mg.pead., MG.ed. Aira Klampe (Liepājas universitāte)

Konsultanti:

Mg.pēd. Ilvita Švāne (Latvijas Lauksaimniecības universitāte)

Mg.pēd., Mg.ed. Evita Korna Opincāne (Tukuma 2.vidusskola)

Izmantotie un ieteicamie materiāli:

Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas izstrādātie dokumenti:

- Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas "Attīstības plāns 2020.-2023".
- Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas "Audzināšanas darba virzieni".
- Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas „Klases audzinātāja darba reglaments”.

Valsts izglītības aģentūras izstrādātie informatīvie un metodiskie materiāli:

- KAA pasākumu plāna paraugs vispārējās izglītības iestādēm (2019.), Rīga
- 100 KAA metodikas (2019.), Rīga
- Mans bērns izvēlas karjeru (2010.), Rīga
- Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009 (2010.), Rīga
- Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi/(2008.), Rīga
- Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. (2008.), Rīga

Citi izmantotie informatīvie un metodiskie materiāli:

- I.Lemešonoka. Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. Zvaigzne ABC, 2018.
- Karjeras izglītība 7.-9. klasei, skolotāja rokasgrāmata. Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006.
- Karjeras izglītība 10.-12. klasei, skolotāja rokasgrāmata. Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006.
- Ieteikumi Klases stundu programmas īstenošanai. Valsts izglītības satura centrs, 2016.
- Klasvadības process, tā organizēšana un vadīšana. Individuāls darbs ar vecākiem. Valsts izglītības satura centrs, 2016.
- Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. Pētergailis, 2001.
- Korna E. Karjeras izglītība. - R.: RAKA, 2011.
- Karjeras iespēju izpēte. Metodisks palīgīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem.-R: SIA Madonas poligrāfists, 2003.
- Karjeras izglītības mērķi pamatskolā. Metodisks materiāls. PIAA, 2004.
- Mērķtiecīga karjeras veidošana. LUMA, 2007.
- Karjeras iespēju izpēte. PIAP aģentūra, 2003.

- Karjeras iespēju izpēte, metodiskais palīglīdzeklis. PIAP aģentūra, 2003.
- Karjeras plānotājs pamatskolēnam. PKIVA.
- Karjeras plānotājs vidusskolēnam. PKIVA.
- www.profesijupasaule.lv
- www.niid.lv
- www.prakse.lv
- www.viaa.gov.lv
- www.europass.lv