

TRIKĀTAS PAMATSKOLA

Karjeras izglītības programma

TRIKĀTA 2017

SATURS

I. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI.....	3
II. KARJERAS IZGLĪTĪBA.....	5
III. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA	6
IV. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA TRIKĀTAS PAMATSKOLA	7
V. KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA.....	17
VI. KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODES	19

I. 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 arī ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi, un apkārtējo pasauli, analizē un pielieto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju.

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

Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu “karjera” skaidroja un asociēja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, tad tagad termins “karjera” ir jāsaprot ne vien kā izaugsme profesionālajā jomā, bet arī kā likumsakarīga personības izaugsme un nodarbošanās secīga maiņa visas dzīves garumā. **Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurā summējas visas indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbs.**

Izvēloties savas profesionālās karjeras virzienu un profesiju, jāņem vērā trīs būtiski nosacījumi:

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

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

GRIBU – tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā.

Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem izglītojamajiem ir plašs interešu loks, un ir diezgan grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku.

Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus un apstākļus.

VARU – tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, kā arī veselības stāvoklis, – visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad ir noskaidrotas profesionālās intereses, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā – mācībās vai jau praktiskajā darbā.

VAJAG – tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad – kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc, izglītojamajam izvēloties izglītības virzienu, ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/studējot vienā vai otrā programmā arodskolā, tehnikumā, koledžā, augstskolā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties.

Katram pašam jāpilnveido sava garīgā pasaule un vide sabiedrībā. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, pilnveidošanai un attīstībai.

Karjeras vadības prasmes

21. gadsimtā situācija pasaulē ir krasi mainījusies, jo globālā tirgus un uz zināšanām balstītas ekonomikas un sabiedrības apstākļos indivīdiem ir nepieciešams nepārtraukti uzlabot savas prasmes un apgūt jaunas kompetences. Karjeras attīstības atbalstu vairs nevar uzskatīt vienīgi par lietderīgu atbalstu indivīdam pārejā no viena izglītības līmeņa uz citu un no mācībām uz darbu. Lai pielāgotos mainīgajām darba tirgus vajadzībām un uzņēmumu konkurētspējai, ir jāspēj ātri reaģēt darba vides mainīgajos procesos, radot efektīvu rezultātu. Ilgstoša mācīšanās ir tieši tas, kas mūsdienās ir kļuvusi par galveno faktoru konkurences izturēšanā un veiksmē.

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

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
Sākumskolas 1. – 4. klase	
<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 dažādos darba aktivitāšu veidos; • Zina, kā pieņemt lēmumus; • Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu; • Identificē personīgas sajūtas.
Pamatskolas 5. – 9. klase	
<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. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificē personīgās intereses, spējas, savas stipras un vājas 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.

II. KARJERAS IZGLĪTĪBA

Karjeras izglītības mērķis organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanu un vadīšanu 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 izglītojamajiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai nevis epizodiski, bet caurviju un veselumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

Karjeras izglītības uzdevumi:

1. Palīdzēt skolēniem pilnveidot sevi:

- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses,
- izveidot elastīgu skatījumu uz dzīvi un realistiskas gaidas attiecībā uz savu karjeru,
- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, piemēram, pašapziņa, pašpaļāvība, spēja “sevi pasniegt”, prasme prezentēt savu veikumu, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

2. Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

- izprast izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeru attīstību,
- izpētīt dažādas karjeras un iespējas to veidošanai,
- izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespēju attīstības tendences,
- salīdzināt un samērot personīgos sasniegumus un īpašības ar tiem sasniegumiem un īpašībām, kas ir nepieciešamas konkrētai tālākai karjerai/mācībām/studijām,
- piedalīties darba izmēģinājumos,
- uzzināt, kur un kā iegūt vajadzīgo informāciju, resursus un palīdzību,
- gatavoties pārejai no mācībām uz tālākām mācībām,
- izpētīt un pārdomāt savas personīgās un sabiedrības vērtības, uzzināt, kādas prasības izvirza darba devēji, kādas prasmes un personīgās īpašības palīdz noturēties darba tirgū.

3. Palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:

- apgūt karjeras vadības prasmes,
- noteikt savas attīstības vajadzības,
- pilnveidot savas zināšanas un prasmes,
- apzināties informācijas ieguves un konsultēšanas iespējas,
- veidot savu personīgās karjeras plānu,
- attīstīt pieņemto personīgo lēmumu plānu īstenošanas prasmes,
- veidot izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

Karjeras izglītības īstenošanas **pamatprincipi:**

- Karjeras izglītība ir izglītības sastāvdaļa.
- Karjeras izglītība ir visas izglītības iestādes atbildība.
- Ievērotas vecumgrupu intereses un vajadzības.
- Mērķi – objektīvi un sasniedzami; pasākumi — īstenojami.
- Pasākumi ir orientēti uz zināšanu un prasmju apguvi.

III. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA

Lai skolēnus sagatavotu efektīvai pārejai no skolas uz pieaugušo darba dzīvi, skolai ir jānodrošina saviem skolēniem aizvien daudzveidīgāks un lielāks mācīšanās pieredžu skaits.

Karjeras izglītības programmas sastāvdaļas:

Sevis izzināšanas aktivitātes, kurās skolēni:

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

Iespēju apzināšanās aktivitātes iesaista skolēnus darba pasaules izpētē un iepazīšanā. Aktivitātes var ietvert:

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

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

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

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

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

IV. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA TRIKĀTAS PAMATSKOLA

I. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi:

1. Karjeras izglītības mērķi:
 - nodrošināt izglītojamam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;
 - radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.
Tos realizē organizējot izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2014. gada 12. augusta noteikumu Nr. 468 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem" prasībām, integrējot specifiskus mērķus:
2. Karjeras izglītības uzdevumi:
 - 2.1. nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;
 - 2.2. palīdzēt izglītojamajiem izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumu, izvirzītu konkrētu mērķi;
 - 2.3. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba tirgus pasauli un ar to saistīto izglītības daudzveidību;
 - 2.4. nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;
 - 2.5. palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
 - 2.6. izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, toleranci, cieņu pret citādo un daudzveidību;
 - 2.7. veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.
 - 2.8. izprast mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus.

II. Karjeras izglītības saturs

3. **Karjeras izglītības programmas apguves 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).
4. Katra karjeras izglītības joma – **pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība** – ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.
5. Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti:
 - 5.1. pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
 - 5.2. analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze – patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
 - 5.3. morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
 - 5.4. 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;

- 5.5. saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
- 5.6. mācīšanās un praktiskās darbības aspekts: prasme patstāvīgi plānot, organizēt un īstenot mācīšanos; dažādu zināšanu un prasmju lietošana praktiskajā darbībā; prasme mācību procesā izmantot dažāda veida informāciju, konsultēties, atrast palīdzību; prasme izmantot modernās tehnoloģijas;
- 5.7. matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, salīdzināšana u.c.).
6. Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.
7. **Pamatjoma “Pašizpēte”** ietver šādas saturiskās tēmas:
 - 7.1. mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
 - 7.2. manas intereses, vaļasprieks, spējas, brīvais laiks, dienas režīms;
 - 7.3. mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
 - 7.4. sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
 - 7.5. attieksmes un vērtības;
 - 7.6. prasme sadarboties, risināt konfliktus;
 - 7.7. mana veselība un nākotnes nodomi;
 - 7.8. mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
 - 7.9. pašaudzināšana.
8. **Pamatjoma “Karjeras izpēte”** ietver šādas saturiskas tēmas:
 - 8.1. darba nozīme cilvēka dzīvē;
 - 8.2. populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
 - 8.3. manu vecāku darba dzīve;
 - 8.4. informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
 - 8.5. profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
 - 8.6. darba tirgus un nodarbinātība;
 - 8.7. sociālā vide un nodarbinātība;
 - 8.8. izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
 - 8.9. darba likumdošana, darba drošība;
 - 8.10. pašnodarbinātība.
9. **Pamatjoma “Karjeras plānošana un vadība”** ietver šādas saturiskas tēmas:
 - 9.1. lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
 - 9.2. lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
 - 9.3. dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
 - 9.4. kad viss nenorit tā, kā plānots;
 - 9.5. mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
 - 9.6. pārmaiņas manā dzīvē;
 - 9.7. komandas darba pieredze, sadarbības nozīme un loma;
 - 9.8. praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
 - 9.9. sevis prezentēšana.

**Atbalsta sistēma izglītojamajiem karjeras izglītības jomā
Trikātas pamatskolā**



1. attēls. Atbalsta sistēma karjeras izglītības jomā

Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

1. Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas – mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c.

Klases audzināšanas stundas

1. posms: 1.-3. klase

1. klase

Mērķis:

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

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Vecāku profesijas • Par ko gribu kļūt • Darbs un profesija • Prasme strādāt komandā 	<ul style="list-style-type: none"> • Iepazīstināt skolēnus ar vecāku profesijām • Dot priekšstatu par zināšanu un prasmju nepieciešamību, lai iegūtu izvēlēto profesiju 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana un pārrunas • Vecāku intervēšana • Zīmējumu prezentācija un albuma veidošana • Aplicēšana “Par ko es gribu kļūt” • Darba lapas • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par dažādām profesijām • Mācās pārdomāt savas intereses un novērtēt savas spējas • Saprot, ka darbs ir nozīmīgs sabiedrības un cilvēka dzīvē • Zina, par ko strādā viņa vecāki un citi ģimenes locekļi • Izprot saistību starp darbu un profesijām • Prot iesaistīties komandas darbā ar saviem vienaudžiem

2. klase

Mērķis:

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

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Iespējamās darba vietas Trikātas pagastā • Darbs un nopelnītā nauda – dzīvošanas avots • Projektu darbs 	<ul style="list-style-type: none"> • Iepazīstināt skolēnus ar Trikātas pagasta iestādēm • Radīt priekšstatu par to, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu • Veicināt izpratni par materiālo vērtību, lietderīgu izmantošanu un taupību ikdienas dzīvē 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana un pārrunas • Vecāku iztaujāšana. • Apaļais galds ar vecāku līdzdalību. • Ekskursija uz iestādēm • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par pilsētas iestādēm • Zina, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu • Ir saprašana par materiālo vērtību, lietderīgu izmantošanu un taupību ikdienas dzīvē • Prot strādāt grupās un pāros

3. klase

Mērķi:

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

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Ienākumi un izdevumi ģimenē • ”Centus nekrāsi, pie eiro netiksi!” • Mūsu pagasta uzņēmumi 	<ul style="list-style-type: none"> • Veidot priekšstatu par naudas lomu cilvēka dzīvē • Radīt izpratni par ģimenes budžetu un iespējām tā taupīšanā • Mācīt būt taupīgam • Iesaistīt aktivitātēs, kas saistītās ar karjeras izglītību 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana un pārrunas • Vecāku intervēšana. • Darba lapas aizpildīšana • Lomu spēles ”Prāta vētra” • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par ienākumu un izdevumu plānošanu • Zina, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu • Mācās būt taupīgi ikdienas dzīvē • Ir priekšstats par naudas lomu cilvēka dzīvē • Zina nosaukt profesijas, kuras var novērot savā apkārtnē(pilsētā) un izprot to nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas	Mans hobijs	1
	Es un mani draugi	1
	Mani mājdzīvnieki	1
	Mana istaba	1
	Mans apģērbs	1
Ētika	Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku	1
	Mans varonis	1
	Manas īpašības, manas stipras puses	1
Lasīšana	Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana)	1
Mājturība un tehnoloģijas	Rokdarbi – gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām	1
Sociālās zinības	Manas intereses	1
Sports	Komandu spēles	1
	Fizisko īpašību tests	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, individuālas konsultācijas u.c.)	1. kl. Adaptācijas nodarbības (klases audzinātājs)	1
	Vecāku sapulce “Kā mācīt un palīdzēt savam bērnam mācīties”	1
	Pārrunas “Kā man izdodas sadarboties ar citiem”, „Es un mani draugi”	1
	Projektu metode “Mana veselība”, u.c. tēmas	1
	Skolas padomes akcija “KARJERAS STĀSTS” Akcija “Cieni sevi, cieni citus, esi pieklājīgs”	1

2. posms: 4.-6. klase

4. klase

Mērķi:

- mācīt skolēnus izvirzīt savas darbības mērķus un izvērtēt to sasniegšanas procesu.
- mācīt saistīt savas darbības ar dzīves mērķiem,
- attīstīt ekonomiskās prasmes.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Ģimenes budžets, tā veidošanās. • Pabalsti • Manas nākotnes profesijas iespējas • Intereses un spējas 	<ul style="list-style-type: none"> • Dot iespēju noskaidrot ģimenes budžeta avotu • Izpētīt, kādas prasmes nepieciešamas, lai varētu strādāt profesijā • Mācīt būt taupīgam • Pakāpeniski attīstīt ekonomiskās prasmes 	<ul style="list-style-type: none"> • Teksta lasīšana un pārrunas. • Vecāku intervēšana. • Darba lapas aizpildīšana • Lomu spēles • “Prāta vētra” • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par ģimenes budžeta avotiem • Apzinās savu spēju un īpašību iespējamo saikni ar nākotnes nodomiem • Mācās būt taupīgam ikdienas dzīvē • Zina par naudas lomu cilvēka dzīvē • Risina elementārus ekonomiskos uzdevumus

5. klase

Mērķi:

- sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un izglītības iegūšanai;
- sniegt ziņas par personības psihofizioloģiskām īpatnībām;
- sniegt informāciju pedagogiem par temperamenta un skolēnu interešu īpatnībām;
- attīstīt izglītojamo ekonomiskās prasmes.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Mans temperaments un rakstura īpatnības • Manas nākotnes profesijas iespējas • Darbs un nopelnītā nauda – dzīvošanas avots 	<ul style="list-style-type: none"> • Sniegt skolēniem informāciju par profesijām, kas ir nepieciešamas mūsdienu sabiedrībā • Sniegt ziņas par personības psihofizioloģiskām īpatnībām • Paust, argumentēt un aizstāvēt savu viedokli 	<ul style="list-style-type: none"> • Saruna par temperamenta tipiem • Tests – temperamenta noteikšanā (skolēnu izpēte) • Grupu darbs • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēni ir informēti par sava rakstura īpatnībām un temperamentu • Apzinās savu spēju un īpašību iespējamo saikni ar nākotnes nodomiem • Zina, kādām vajadzībām cilvēki tērē naudu • Ir saprašana par materiālo vērtību, lietderīgu izmantošanu un taupīšanu ikdienas dzīvē

6.klase

Mērķis: mācīšanās prasmju attīstīšana un personīgo īpašību pilnveidošana.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • Attīsti prasmi mācīties! • Atbildīgs cilvēks – tas ir... • Mana uzvedība un attieksme pret dažādām dzīves situācijām 	<ul style="list-style-type: none"> • Paaugstināt mācību motivāciju • Apgūt mācību darba organizēšanas prasmes • Noskaidrot, kas ir atbildība un kā var to attīstīt • Veidot savas un citu uzvedības izvērtēšanas prasmes dažādās dzīves situācijās 	<ul style="list-style-type: none"> • Anketēšana • “Mācību intereses” • Diskusija “No kā ir atkarīga Tavas sekmes?” • Diskusija • Stunda – lekcija • Tests “Vajadzība pēc panākumiem” • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēnos paaugstinās interese par mācībām, sekmju līmeņa uzlabošanās • Skolēns patstāvīgi prot pieņemt lēmumus un apzināti to izpilda • Prot uzvesties atbilstoši uzvedības normām. • Izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas	Manas intereses	1
	6. kl. Valodas kultūra	1
	Rakstura īpašības	1
	Mans brīvais laiks	1
	Saziņa. Emocijas.	1
Informātika	5. kl. Teksta apstrāde – lietišķie teksti	1
	5. kl. Informācijas ieguve karjeras jomā	1
	6. kl. Informācijas apstrāde, izmantojot datorprasmes	1
Vēsture	Es dzīvoju sabiedrībā	1
Mājturība un tehnoloģijas / sports	Drošības noteikumi un to nepieciešamība. Veselība un darbs	1
Sociālās zinības	5. - 6. kl. Konflikts, tā rašanās un risināšana	1
	5. kl. Mana mācīšanās stratēģija	1
	6. kl. Pienākumi un tiesības	1
Literatūra	5. kl. Domraksts “Kā uzveikt grūtības”	1
	6. kl. Mūsdienu jaunieša problēmas	1
Dabaszinības	5. kl. Cilvēka maņas un darbs	1
	5. kl. Organisma augšana	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, individuālās konsultācijas u.c.)	5. kl. Projekts: “Profesiju daudzveidība”	1
	5.-6. kl. Drošības nedēļa: Darbs un risks	1
	6. kl. Ekskursijas: Manu vecāku darba dzīve	1
	5.-6. kl. Viktorīna “Profesiju pasaulē”	1
	Skolas padomes akcija “KARJERAS STĀSTS”	1

3. posms: 7. -9. klase

7. klase

Mērķis:

- sagatavot skolēnus apzinātai profesijas izvēlei un izglītības iegūšanai;
- sniegt skolēniem informāciju par profesijām, kas ir nepieciešamas mūsdienu sabiedrībā.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> • “Par ko kļūt?” • “Griba, tās dažādie aspekti” • “Kas mani saista profesijā” • “Kāds es esmu organizētājs?” • Diskusija par dažādām profesionālajām prasībām 	<ul style="list-style-type: none"> • Noskaidrot skolēnu attieksmi pret dažādiem profesionālās darbības veidiem • Gribas attīstīšana • Skolēnu profesionālo interešu izpēte. • Organizatorisko spēju noteikšana • Iepazīstināt skolēnus ar dažādu profesiju prasībām 	<ul style="list-style-type: none"> • Tests “Es došu priekšroku”. • Iegūto rezultātu analīze • Darbs grupās • Tests gribas īpašību attīstības noteikšanai • Darbs grupās • Anketa profesionālo interešu noskaidrošanai • Lomu spēle • Tests organizatorisko spēju noteikšanai • Literatūras izpēte • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēni ir ieguvuši informāciju par viņiem interesantām profesijām • Katrs skolēns ir ieguvis informāciju par gribas īpašību izpausmes pakāpi • Skolēniem ir informācija par izvēlēto profesiju (darba saturs, prasības, apstākļi) • Skolēni prot pozitīvi ietekmēt, pārliecināt, organizēt citus • Skolēniem ir informācija profesiju iegūšanas un apgūšanas iespējām

8. klase

Mērķis: Izvēlēta profesija un komunikatīvo prasmju attīstības ietekme uz profesijas izvēli.

Iekļaujamās tēmas	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? 	<ul style="list-style-type: none"> • Sniegt skolēniem informāciju par individuālajām īpašībām un saskarsmes stiliem • Noteikt komunikatīvās saskarsmes prasmes • Apgūt bezkonfliktu uzvedības prasmes • Sniegt palīdzību skolēniem tālākās izglītības un profesijas izvēlē • Profesijas izvēles motīvu noteikšana • Informācijas iegūšana par dažādām profesijām 	<ul style="list-style-type: none"> • Darbs grupās • Tests saskarsmes spēju noteikšanai • Tests komunikatīvo prasmju noteikšanai • Metodisko rekomendāciju par doto tēmu izpēte • Saruna ar skolēniem • Anketa profesionālo spēju noteikšanai • Ievadsaruna • Tests motivācijas noteikšanai, izvēloties to vai citu profesiju • Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem • IT izmantošana izglītošanas procesā 	<ul style="list-style-type: none"> • Skolēni ir informēti par savām saskarsmes spējām • Ir iegūta informācija par saskarsmes jautājumiem, par to ievērošanas nepieciešamību kolektīvā • Apgūtas saskarsmes • Pamatprasmes • Prot rast izeju dažādās konfliktsituācijās. • Skolēni ir guvuši priekšstatu par izvēlētas profesijas iegūšanas ceļiem, profesionālo mērķu sasniegšanu • Skolēni prot veikt profesionālo izvēli • Skolēniem ir informācija par dažādu profesiju pārstāvjiem

9. klase

Mērķis : Skolēnu profesionālo vēlmju noskaidrošana.

Iekļaujamās tēmas	Uzdevumi	Metodes un paņēmieni	Paredzamais rezultāts
<ul style="list-style-type: none"> Latvijas izglītības sistēma. Profesionālās izglītības iestādes valstī un reģionā Prasības un uzņemšanas noteikumi dažādās profesionālās izglītības iestādēs 5 profesiju tipi Mācību priekšmeti un profesijas izvēle “Pirms eksāmena...” 	<ul style="list-style-type: none"> Informēt par Latvijas izglītības sistēmu kopumā Informēt par valsts un reģiona izglītības iestādēm Motivēt skolēnus savlaicīgi meklēt informāciju par izglītības iestāžu uzņemšanas noteikumiem Noskaidrot skolēnu profesionālās vēlmes Iepazīties ar profesiju tipiem Motivēt skolēnus to mācību priekšmetu padziļinātai apguvei, kas saistīti ar profesijas izvēli Iepazīstināt ar metodiku un rekomendācijām kā pārvarēt stresa situācijas pirms eksāmeniem 	<ul style="list-style-type: none"> Lekcija Saruna ar skolēniem Interneta izmantošanas iespējas Informatīvās literatūras analīze (bukleti, reklāmas, žurnāli, katalogi) Lomu spēle Anketa profesionālo spēju noteikšanai Literatūras izpēte Darbs grupās (izpētītā materiāla prezentācija) Mācību darbības analīze Individuālās konsultācijas Praktiski uzdevumi Diskusija Psihologa rekomendāciju izpēte IT izmantošana izglītības procesā 	<ul style="list-style-type: none"> Skolēni ir informēti par izglītības sistēmu Latvijā Skolēni ir informēti par profesionālās izglītības iespējām valstī, reģionā Skolēni savlaicīgi uzzina viņus interesējošo informāciju Skolēni ir ieguvuši zināšanas par profesiju tipiem Skolēni ir uzlabojuši sekmību mācību priekšmetos, kas saistīti ar izvēlēto profesiju Skolēni pārzina stresa situāciju pārvarēšanas metodiku

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas	Mans hobijs	1
	Es un mani draugi	1
	Mani mājdzīvnieki	1
	Mana istaba	1
	Mans apģērbs	1
	Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija	1
Ģeogrāfija	Klimata izmaiņas un veselība	1
Vēsture	Seno baltu ciltis	1
Literatūra	Ētiskais tēls literatūrā.	1
Mājturība un tehnoloģijas	Kulinārija	1
	Dažādi praktiski darbiņi	1
Sociālās zinības	Atkarības	1
	Lietišķas saskarsmes etiķete	1
Sports	Fizisko īpašību tests	1
	Komandas darbs, sadarbības prasmes	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, individuālās konsultācijas u.c.)	Pēcpusdiena	1
	Konkurss „Ko es zinu par profesijām?”	1
	Nodarbības par karjeru „Sevis izzināšana. Kas es esmu? Ko es protu un varu?”	1
	Ēnu dienas	1
	Skolas padomes akcija “KARJERAS STĀSTS”	1
	Diskusija „Es un mani draugi”	1

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas (latviešu, angļu, krievu)	Lietišķi raksti – Eiropas CV; darba sludinājumu pētīšana; motivācijas vēstule.	1
	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem	1
	Tekstveide – pārspriedums	1
Sociālās zinības	Droša sociālā vide	1
	Darbs un karjera	1
	Globalizācija	1
Matemātika	Izcilākie matemātiķi	1
Ķīmija	Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde	1
Bioloģija	Ekoloģija, profesijas “Cilvēks – daba”	1
Ģeogrāfija	Darbaspēka migrācija Eiropas Savienībā	1
	Darba vietas dažādās valstīs	1
Fizika	Fizika mūsu ikdienā	1
Vēsture	Strādnieku kustība 19. gs. pēdējā trešdaļā	1
	Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19. gs. beigās	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, individuālās konsultācijas u.c.)	Droša vide (darba drošība)	1
	Policijas dienas (drošība un atbildība ikdienā)	
	Ēnu diena “Mana sapņu profesija”	1
	Interesu izglītības, pulciņu, konsultāciju, individuālās nodarbības	1
	Skolas padomes akcija “KARJERAS STĀSTS”	1

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

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas (latviešu, angļu, krievu)	Dienas režīms; darba plānošana	1
	Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas ārzemēs	1
	Publiskā uzstāšanās – sevis prezentēšana	1
	Lietišķie raksti (CV, iesniegums, sludinājums, motivācijas vēstule, u.c.)	1
Ģeogrāfija	Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā	1
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē	1
Vēsture	Pasaules ekonomiskā krīze 20. gs. 30. gados	
	Izcilākie 20. gs. zinātnieki	1
	20. gs. progress zinātnē un tehnikā	1
Sociālās zinības	Darba likumdošana	1
	Ģimenes budžets, skolas budžets	1
	Civillikums	1
	Nodokļi	1
	Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība	1
	Iekļaušanās darba tirgū	1
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, individuālās konsultācijas u.c.)	Atvērto durvju dienu apmeklējumi izglītības iestādēs	1
	Ēnu diena	1
	Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem	1
	Interesu izglītības, pulciņu, konsultāciju, individuālās nodarbības	1
	Skolas padomes akcija “KARJERAS STĀSTS”	1

V. KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA

Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 1. – 6. klases posmā

Beidzot 6. klasi, skolēns:

- ir iepazinies ar dažādām profesijām;
- izprot dažādu profesiju lomu sabiedrības dzīvē;
- izprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību;
- mēģina izzināt savas personīgās intereses un spējas;
- izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību.

Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- spēj analizēt un izvērtēt savus sasniegumus, personiskās īpašības, spējas un iemaņas.
- prot izmantot pašanalīzes rezultātus savu attīstības vajadzību noteikšanai un sava pozitīva paštēla veidošanai;
- spēj noteikt savas attīstības mērķus;
- spēj atšķirt stereotipus un sagrozītus, realitātei neatbilstošus cilvēku un profesiju aprakstus;
- ir izveidojušās noteiktas attieksmes pret dzīves pamatvērtībām, prasmes mācīties un izpratne par darba, tajā skaitā arī komandas darba, nozīmi.

Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- izprot, ka darba dzīve nav tikai iešana uz darbu un naudas pelnīšana; saprot, ka darba dzīvei ir daudzi svarīgi aspekti;
- spēj aprakstīt, kādas izmaiņas ir notikušas darba pasaulē (raksturot izmaiņas darba pasaulē);
- zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu; zina, kur meklēt karjeras konsultantu palīdzību; ir spējīgs izmantot informācijas avotus;
- spēj izveidot profesiju grupas pēc to pazīmēm;
- apzinās savas iespējas lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes;
- spēj izmantot vienkāršus lēmumu pieņemšanas paņēmienus;
- prot sameklēt un izmantot palīdzību personīgu lēmumu pieņemšanā;
- spēj izprast ilgtermiņa plānošanas nozīmi un ietekmi savas karjeras iespēju un ar to saistīto lēmumu pieņemšanas kontekstā;
- spēj apsvērt dažādas iespējas un, ja nepieciešams, spēj koriģēt vai mainīt savus plānus.
- izprot, ko nozīmē “tikt galā” mainīgajā pasaulē un kā tas ir attiecināms uz ilgtermiņa karjeras plānošanu;
- spēj (daļēji) uzņemties atbildību par savas personības attīstību;
- spēj analizēt pārmaiņas, kas notikušas viņa dzīvē pēdējā laikā.

Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.-9. klases posmā

Beidzot 9. klasi, skolēns:

- sāk apzināties savas iespējas un sāk reāli samērot savas intereses, personīgās īpašības un vērtības;
- spēj novērtēt un samērot savas spējas, vēlmes un iespējas pieņemt ar karjeras izvēli saistītos lēmumus;
- ir ieinteresēts turpināt savu izglītību; izzina savas tālākizglītības iespējas; spēj savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju;
- ir ieguvis zināšanas par vietējo darba tirgu;
- izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību;
- izprot saistību starp nodarbošanos/darbu/profesiju un dzīves stilu;
- izprot mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus;
- spēj saskatīt izvēles iespējas/alternatīvas karjeras iespēju izvēlē.

Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- ir veicis vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus;
- spēj noteikt un novērtēt, kāda ir viņa ārpusklases darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli;
- spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā;
- ir spējīgs paskaidrot, kāpēc ir nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā;
- spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē;
- spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;
- spēj atrast, analizēt un izmantot atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām (darba tirgu, izglītību);
- zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par šķērslī dažu profesiju izvēlē;
- spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
- spēj formulēt savas attīstības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas;
- spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
- spēj salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta no dažādiem informācijas avotiem;
- plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktorus;
- prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem;
- zina, kādas ir prasības (kādas zināšanas, prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
- izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
- māc sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
- prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju.

VI. KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODEDES

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi • Ieinteresēt audzēkni izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba pasaules iespējas • Attīstīt prasmi kritiski domāt
2.	Analīze	<ul style="list-style-type: none"> • Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām • Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu
3.	Brīvais raksts	<ul style="list-style-type: none"> • Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
4.	Darbs ar informācijas avotiem	<ul style="list-style-type: none"> • Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
5.	Darbs grupās	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt iemaņas darboties komandā, plānojot darbu, sadalot pienākumus
6.	Darbs pāros	<ul style="list-style-type: none"> • Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
7.	Diskusija	<ul style="list-style-type: none"> • Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas • Meklēt problēmu risinājumu
8.	Ekskursijas	<ul style="list-style-type: none"> • Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
9.	Ēnu diena	<ul style="list-style-type: none"> • Iepazīt tuvāk darba vidi • Iepazīt izvēlētajā profesijā plusus un mīnus • Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstuli, iesniegumu
10.	Eseja	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, • Apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
11.	Individuālais darbs	<ul style="list-style-type: none"> • Mācīties strādāt patstāvīgi
12.	Intervija	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmi sarunāties: uzklaut sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu
13.	IT tehnoloģiju izmantošana	<ul style="list-style-type: none"> • Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
14.	Pārrunas/sarunas	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
15.	Pašvērtējums/pašanalīze	<ul style="list-style-type: none"> • Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
16.	Pētījums	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
17.	Prāta vētra	<ul style="list-style-type: none"> • Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē

18.	Prezentācija	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
19.	Prognozēšana	<ul style="list-style-type: none"> • Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
20.	Projekts	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
21.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem • Iejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt • Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
22.	SVID analīze	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas
23.	Tests	<ul style="list-style-type: none"> • Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
24.	Tikšanās	<ul style="list-style-type: none"> • Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
25.	Vērošana	<ul style="list-style-type: none"> • Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

Trikātas pamatskolas direktores vietniece

Inga Boškina

Izstrādājot izmantotie avoti:

Valsts izglītības attīstības aģentūra Karjeras atbalsta departaments (2009) *Karjeras izglītība skolā: Pieredze 2009*. Rīga: VIAA