

**Valmieras Viestura vidusskola**

**Karjeras izglītības** **programma**

**7.– 12. klasēm**

Sagatavoja pedagogs karjeras konsultants

Daiga Stalšāne

Valmiera, 2022

Saturs

I Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi…………………….. 3

II Karjeras veidošanas aspekti………………………………………………. 4

III Karjeras izglītības saturs………………………………………………...... 4

IV Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns……………………. 8

V Karjeras izglītības vērtēšana ………………………………………………. 12

VI Karjeras izglītības programmas īstenošanas metodes………………… 13

VII Ieteicamā literatūra un informācijas avoti……………………………….. 15

**I Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi**

1. Karjeras izglītības **mērķis** ir organizēt 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” un Ministru kabineta 2013. gada 21.maija noteikumu nr. 281 „Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un izglītības programmu paraugiem” prasībām, integrējot specifiskus mērķus:

1.1.nodrošināt izglītojamam pašizpētei, karjeras izpētei, karjeras plānošanai, karjeras vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;

1.2. radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

 2. Karjeras izglītības **uzdevumi:**

2.1. nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;

2.2. palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;

2.3. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību 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. nodrošināt iespēju gūt darbības pieredzi;

2.7. izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu pret daudzveidību;

2.8. veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

Karjeras attīstības atbalsta stratēģija “Karjeras atbalsta sistēma Latvijā”11. – 13.lpp. <https://www.developvalmiera.lv/wp-content/uploads/2017/11/Karjeras_atbalsta_strategija_Valmiera_2017.pdf>

**II 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 interešu, spēju un iespēju samērošanu, 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, sekmīgi veidotu personīgo dzīvi.

**III Karjeras izglītības saturs**

1.Karjeras izglītības integrācija visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

1.1.Karjeras izglītības satura tēmas:

* Darba pasaules iepazīšana;
* Izglītības iespēju izpēte;
* Pašnovērtējuma veikšana;
* Karjeras lēmumu pieņemšana;
* Karjeras prasmju un kompetenču pilnveide.

1.2. Karjeras izglītības satura tēmas 7.- 9.klase

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tēma** | **Apakštēma** | **Plānotais rezultāts** |
| Pašnovērtējuma veikšana  | Vajadzības, vēlmes un spējas.Pašvērtējums.  | 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 rezultātu. |
| Karjeras lēmumu pieņemšana | Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana.Individuālā karjeras plāna izveide.Cilvēks likumu pasaulē.  | Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības, apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.Apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu, prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.Zina darba tirgu regulējošos likumus, arodbiedrību un citu nevalstisko organizāciju nozīmi Latvijā. |
| Karjeras prasmju un kompetenču pilnveide  | Vērtības un emocijas.Darba organizēšana un plānošana.Publiskā runa.Lietišķie raksti. | Izprot garīgo vērtību nozīmi un vietu cilvēku attiecībās, mācās atpazīt savas emocijas, apgūst konfliktu risināšanas stratēģijas;Apzinās laika vērtību, prot izvērtēt prioritātes attiecīgajā laikā un atbilstoši tam plānot savas aktivitātes un darbu.Prot publiski uzstāties, formulēt argumentus un aizstāvēt savu viedokli, spēj izveidot runas plānu un runu, publiski uzstāties.Apzinās sava un citu darba kvalitāti, saskata iespējas, kā uzlabot rezultātu, prot uzklausīt kritiku un ieteikumus.Prot uzrakstīt savu CV un motivācijas vēstuli. |
| Izglītības iespēju izpēte  | Izglītības nozīme | Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību.Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas, zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām. |
| Darba pasaules iepazīšana  | Profesiju daudzveidīgā pasaule | 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, iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu. |

1.3. Karjeras izglītības satura tēmas 10.-12.klase

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tēma** | **Apakštēma** | **Plānotais rezultāts** |
| Izglītības iespēju izpēte  | Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs.Mūžizglītība.  | Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs, izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs.Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē, apzinās izglītību kā vērtību.Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas. |
| Darba pasaules iepazīšana | Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm.Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences.Zinātnes un tehnoloģiju attīstība.Darbs ārzemēs. | 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, iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus, pārzina darba meklēšanas procesu.Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm, izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.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. |
| Karjeras lēmumu pieņemšana | Karjeras izvēles plānošana.Individuālā karjeras plāna izveide.  | Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai, apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai, pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.Izzinātas izglītības, darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamo. |
| Karjeras prasmju un kompetenču pilnveide  | Publiskā runa.Lietišķā valoda un lietišķie raksti.Darba organizēšana un plānošana.  | Apgūta prasme uzstāties, pareiza valodas lietošana; loģisks argumentēts domas izklāsts, prot atklāt darba būtību, pamatot un aizstāvēt savu viedokli.Apzinās sava un citu darba kvalitāti, saskata iespējas, kā uzlabot rezultātu, uzklausot kritiku un ieteikumus.Ir apguvis lietišķos rakstus, spēj izveidot personīgo CV.Prot izvērtēt prioritātes attiecīgajā laikā un atbilstoši tam plānot savas aktivitātes un darbu, novērtē laika vērtību.Prot darboties grupās, dalīt un uzņemties pienākumus, atbildību, zina konfliktu risināšanas stratēģijas. |

**IV Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns**

1.Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, grupu darba nodarbības, projektus, sadarbību ar skolēnu domi, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c.

1.1. Karjeras vadības prasmju atpazīšana un integrācija mācību priekšmetu standartu saturā, sadarbojoties ar mācību jomu metodiskām komisijām:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mācību jomas metodiskā komisija** | **Mācību priekšmeti****7.-9.klases** | **Mācību priekšmeti****10. – 12.klases** |
| Matemātikas mācību joma | matemātika | matemātika I, matemātika II |
| Tehnoloģiju mācību joma | dizains un tehnoloģijas, datorika | digitālais dizains, dizains un tehnoloģijas I, dizains un tehnoloģijas II, datorika, programmēšana I |
| Valodu mācību joma | latviešu valoda, angļu valoda, krievu valoda, vācu valoda | latviešu valoda I, latviešu valoda un literatūra II, angļu valoda I, angļu valoda II, krievu valoda, vācu valoda |
| Dabaszinātņu mācību joma | bioloģija, ģeogrāfija, ķīmija, fizika, inženierzinības | bioloģija I, bioloģija II, ģeogrāfija I, ķīmija I, fizika I |
| Veselības un fiziskās aktivitātes mācību joma | sports un veselība | sports un veselība |
| Sociālā un pilsoniskā mācību joma | sociālās zinības, vēsture | sociālās zinības un vēsture, vēsture un sociālās zinātnes I, Sociālās zinātnes II, uzņēmējdarbības pamati, psiholoģija |
| Kultūras izpratnes un pašizpausmes mākslā mācību joma | mūzika, teātra māksla, vizuālā māksla, literatūra | Literatūra I, aktiermeistarība, kultūra un māksla I( teātra māksla), kultūra un māksla II, kultūras pamati, radošā rakstīšana, publiskā uzstāšanās |
| Klases audzināšanas mācību joma | 7.a b c klases, 8.a b c klases, 9.a b c klases | 10.a b klases, 11.a b klases, 12.a b klases |

 "Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā"

 Saite: <https://viaa.gov.lv/library/files/original/38233_Karjeras_vadibas_buklets.pdf>

1.2. Karjeras izglītības temati klases audzināšanas stundās.

|  |  |
| --- | --- |
| **Klašu grupa** | **Saturs** |
| 7.klase | **1. tēma: Karjera**1.1. Karjeras izvēle, profesionālās darbības jomas, profesiju daudzveidība un prestižs.**2. tēma: Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība**2.1. Profesiju izpēte.**3. tēma: Darbs, darba drošība, veselība**3.1. Darba drošība, veselības aspekti |
| 8.klase | **1. tēma: Karjeras izvēle**1.1. Karjeras izvēle, profesiju stereotipi.**2. tēma: Pašizpēte**2.1. Motivācija, intereses, vērtības, to noteikšana.2.2.Profesijai vai uzņēmējdarbības veidam nepieciešamās prasmes, to noteikšana.2.3. Prasmju, interešu un profesionālās darbības sasaiste.**3. tēma: Profesija, tai atbilstošās prasmes, zināšanas un iemaņas**3.1. Profesiju izzināšana. |
| 9.klase | **1.tēma: Darba tirgus un profesiju izvēle**1.1. profesiju raksturojošās pazīmes – darba vide, apstākļi, darba raksturs, atalgojums, darba priekšmets. Priekštati par darba pasauli. Ideālā darba vieta.1.2. Situācija darba tirgū, pilsētai raksturīgākās profesijas, profesionālās perspektīvas savā pilsētā.1.3. Nodarbinātības valsts aģentūras resursi un programmas jauniešu nodarbinātības veicināšanai.**2. tēma: Izglītības sistēma Latvijā**2.1. Izglītības sistēmas struktūra.2.2. Izglītības iespējas pēc pamatizglītības.2.3. Profesijas apguves iespējas.**3. tēma: Lietišķie raksti**3.1. Iesnieguma, CV un motivācijas(pieteikuma) vēstules izveide.**4. tēma: Darba intervijas norise**4.1. Darba intervijas struktūra un veidi.4.2. Lietišķā etiķete un sevis prezentēšana.4.3. Darba intervijas jautājumi, biežāk sastopamās kļūdas.4.4. Darba intervijas modelēšana un analīze.**5. tēma: Darba tiesisko attiecību normatīvais regulējums**5.1. Darba likums, līgumi, darba drošība. |
| 10.klase | **1. tēma: Tikšanās ar dažādu mācību iestāžu studentiem un profesiju pārstāvjiem**1.1 Tikšanās ar dažādu mācību iestāžu studentiem, profesionālo izglītības iestāžu audzēkņiem. |
| 11.klase | **1. tēma: Karjeras izvēles būtība un darba tirgus situācija**1.1. Profesijas izvēles nosacījumi.1.2. Situācija un prognozes darba tirgū Latvijā un ārpus Latvijas. Savai pilsētai raksturīgākās profesijas un profesionālās perspektīvas.**2. tēma: Pašizpēte**2.1. Motivācija, intereses, spējas, vērtības, veselības ietekme profesijas izvēlē.2.2. Profesionālo prasmju( saskarsmes, organizatoriskās, praktiskās, darbs ar informāciju, kreativitāte u.c.) noteikšana.2.3. Prasmju, interešu un profesionālās darbības sasaiste.**3. tēma: Profesiju izpēte**3.1. Darba saturs. Prasības strādājošajam. Nepieciešamās kompetences.3.2. Mācību ekskursija – uzņēmumu, darba vides, nosacījumu izzināšana u.c.**4. tēma: Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs**4.1. Izglītības iespējas pēc vidusskolas. Augstskolu, koledžu, profesionālo izglītības iestāžu raksturojums.4.2. Izglītības iespēju izpēte Latvijā un ārzemēs.4.3. Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem, bijušajiem absolventiem. Izstādes “Skola” apmeklēšana,  piedalīšanās “Ēnu dienā”.  |
| 12.klase | **1. tēma: Darba tirgus. Vietējo ekonomiku ietekmējošie faktori**1.1. Darba tirgus situācija.1.2. Populārāko profesiju raksturojošās pazīmes- darba vide, apstākļi, darba raksturs, atalgojums, darba priekšmets.1.3. Individuālās uzņēmējdarbības veikšanas iespējas.**2. tēma: Gatavošanās darba intervijām**2.1. Profesionālas atlases būtība un metodes, rekomendācijas, atsauksmes.2.2. Darba meklēšanas iespējas. Sociālo tīklu izmantošanas iespējas.**3. tēma: Sevis prezentēšanas prasmes**3.1. Verbālā un neverbālā komunikācija.3.2. Lietišķā etiķete.3.3. Stresa pārvarēšana.3.4. Saskarsmes veidošana pa tālruni, video darba pārrunas.**4. tēma: Darba intervijas norise**4.1. Darba intervijas jautājumi, biežāk sastopamās kļūdas.4.2. Darba intervijas modelēšana un analīze.**5. tēma: Informācijas apkopošana un analīze par sev interesējošo profesiju apguves iespējām pēc** **vidusskolas beigšanas.**5.1. Informācijas apkopošana un analīze par sev interesējošo profesiju apguves iespējām pēc vidusskolas beigšanas.**6. tēma: Darba tiesisko attiecību normatīvais regulējums**6.1. Darba likums, darba attiecību un līgumu veidi, darba drošība, darba devēja un darba ņēmēja tiesības un atbildība, sociālās garantijas. |

Fonds “Jūrmalas cilvēkam” mājas lapa elektroniskā versija

Saite: [www.fondsjc.lv](http://www.fondsjc.lv)

2.Skolēniem un vecākiem ir iespēja apmeklēt individuālās un grupu konsultācijas pie karjeras konsultanta klātienē vai attālināti.

 Karjerasmateriali.lv “Karjeras konsultanta darbības jomas”

 Saite: <https://karjerasmateriali.lv/metodiskie-materiali-karjeras-attistibai/>

 “Karjeras atbalsta stratēģija Valmiera” 18.lpp.

 Saite: <https://www.developvalmiera.lv/wp-content/uploads/2017/11/Karjeras_atbalsta_strategija_Valmiera_2017.pdf>

**V Karjeras izglītības vērtēšana**

1.Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.‑9. klasē

1.1.Beidzot 9. klasi, skolēns:

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

2.Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 10.‑12. klasē

2.1. Beidzot 12. klasi, skolēns:

* saprot koncepciju par darba tirgu mainīgumu, saskata vietēja un starptautiskā darba tirgus tendences;
* izprot sakarības starp izmaiņām darba tirgū un sociālajiem, politiskajiem un ekonomiskajiem procesiem;
* ir ieinteresēts attīstīt tās personiskās īpašības un iemaņas, kas ir būtiskas dažādām profesijām, spēj atrast interesantu informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām;
* prot izstrādāt pagaidu termiņa karjeras plānus, analizējot savas personiskās īpašības un prasmes, vērtības un panākumu kritērijus;
* spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū, ir interesēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevī darba intervijā u.c.);
* ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas;
* izprot savu lomu un atbildību, pieņemot lēmumus karjeras izvēlē.

**VI Karjeras izglītības programmas īstenošanas metodes**

|  |  |
| --- | --- |
| **Metodes nosaukums** | **Īss apraksts** |
| Darbs ar masu medijiem | Skolotājs piedāvā skolēniem kādu no mediju sniegtajām informācijām uzdevumu veikšanai. Masu mediji veido skolēnu redzesloku vēl vairāk nekā izglītības sistēma. Svarīgi skolēniem ir iemācīties saprast mediju valodu, pasniegto realitātes atspoguļojumu, saprast atspoguļoto notikumu cēloņus, atpazīt piedāvātās informācijas mērķus. Skolēni mācās izteikt savu viedokli par informāciju TV, radio, avīzēs, žurnālos utt. Nozīmīgi iekļaut arī filmu skatīšanos, lai mācītos tās vērtēt. |
| Diskusija | Diskusijā tiek izpētīta un apspriesta kāda problēma/ jautājums, lai tās dalībniekiem veidotos sava attieksme pret piedāvāto tematu.Senāk tika uzskatīts, ka diskusijas uzdevums ir atrast “objektīvo patiesību”, tagad tā ir, drīzāk, argumentācijas pārbaude par kādu tēmu un savas spriestspējas uzlabošana. Tā ir mācīšanās, izmantojot dialektiski pretstatītas tēmas vai pozīcijas, starp kurām skolēniem jāizlemj pēc iepriekš norunātiem spēles noteikumiem. Skolēni cenšas izprast un pieņemt citu viedokli, mācās skaidri un precīzi formulēt savu viedokli.Diskusija ir sadarbība grupā un sekmē skolēnu komunikācijas prasmes, taču tik pat nozīmīga tā ir paškompetences attīstīšanai, piemēram, ir jāapgūst prasme pārvarēt bailes, nedrošību sevī, runājot auditorijai. Galvenie skolēna uzdevumi diskusijā: skaidri izteikt savas domas; ieklausīties citos, izprast citu viedokli, uzņemties atbildību.Diskusijas metode sekmē apgūt būtiskas vērtības: brīvību (katrs dalībnieks var piedāvāt savu domu, ideju, viedokli; vienlīdzību (vienmēr tiek uzklausīti visi viedokļi); cieņu pret cilvēku (var apstrīdēt viedokli, nevis pašu cilvēku; tiek respektēts katra dalībnieka viedoklis). |
| Projekta metode | Skolēni tiek iesaistīti:1) izpētes projektos, kuru mērķis – iegūt un sistematizēt informāciju vai noskaidrot, izzināt kādu problēmu;2) darbības projektos, kuru mērķis – veikt reālas, praktiskas, konkrētas izmaiņas klases, skolas, vietējās sabiedrības mērogā. Tie ļauj skolēnam līdzdarboties nozīmīgu problēmu risināšanā un apgūt prasmi pieņemt atbildīgus lēmumus.Projekta metode nodrošina bērna pamatvajadzības, kas ir svarīgas viņu personības attīstībai: būt pieņemtam, būt piederīgam savai klasei; būt līdzatbildīgam; iemācīties jaunu pieredzi, izteikt sevi, piedalīties un apliecināt sevi. |
| Sarunas mazās grupās | Skolēni sarunās apmainās ar viedokļiem, vērtējumiem un pieredzi. Ikviens grupā izsaka savu viedokli un gūst informāciju no citiem. Sarunām skolotājs izvirza noteiktus uzdevumus un noteikumus. Par sarunas tēmu var kļūt arī paši spēles noteikumi. Sarunas attīsta komunikatīvās prasmes. |
| Simulācijas spēles | Skolēni iejūtas lomās un darbojas iedomātā vidē. Tipiskākie uzdevumi ir atrast, pamatot un prezentēt savu lēmumu un risinājumu specifiskās situācijās. Sarežģītas ir tās situācijas, kurās skolēniem nepieciešams izmantot apjomīgas fona zināšanas, lai varētu iejusties lomā. Pedagogs palīdz skolēniem izpētīt problēmu situāciju aspektus un salīdzināt alternatīvos viedokļus. Tas sekmē skolēniem arvien skaidrāk apzināties savu viedokli, savu reakciju – izprast savu uzvedību un rīcību. Īpašu audzinošo efektu gūst, ja tiek izmantoti fakti, kas ilustrē sociālās problēmas un tiek nodrošināta situācija, ka skolēni atklāti var izteikt savu viedokli. Simulācijas spēles var palīdzēt skolēniem apzināties personas vērtības un uzvedību, apgūt personu savstarpējo attiecību problēmu risināšanas stratēģijas. Tās sekmē empātijas attīstību – spēju just līdzi citu emocijām, pārdzīvojumam, iejusties otra cilvēka situācijā un to saprast. |
| Spēles | Spēles pilda vairākas funkcijas: veicina skolēnu izziņas spēju attīstību; stimulē radošo procesu; palīdz attīstīt sadarbības prasmes, veidojot iecietīgu attieksmi pret citiem tās dalībniekiem; veicina spriedzes mazināšanos grupā, ļauj gūt pozitīvas emocijas un gandarījumu par veiksmīgu darbību. |
| Vizualizācija | Skolēni izveido dažādus simboliskus uzskates līdzekļus: domu kartes, shēmas, zīmējumus utt. |

**VII Ieteicamā literatūra un informācijas avoti**

1.  Akmeņkalna I., Kārkliņš A., Kalniņa I. „Mērķtiecīga karjeras veidošana. Mācību metodika.” R.: LUMA, 2007

2.      Akmeņkalna I., Kārkliņš A., Skutele D. „Mērķu sasniegšana.” R.: LUMA, 2007

3.      Alens Dž., Nerne Dž. „Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam.” R.: Skolu atbalsta centrs, 2000

4.      Baldiņš A., Raževa A. „Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē.” R.: Pētergailis, 2001

5.      Beloraga G. „Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.” R.: Zvaigzne ABC, 2007

6.      Daija Z., Panasina I. „Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei.” R.: Profesionālās karjeras izvēles centrs, 2000

7.      Daiktere I. „Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika.” R.: SIA LUMA, 2007

8.      Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9.klasēs. R.: PIAA, PIAC, 2004

9.      Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G. „Interesantas idejas klases audzinātājam.” R.: RaKa, 2008

10.  Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.  „ Mūsdienīga skolēna portfolio.” R.: RaKa, 2008

11.  Ertelts B.J., Šulcs V. „Karjeras konsultēšanas kompetences.” R.: VIAA, 2008 Vācija: Rosenberger Fachverlag, 2007

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

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

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

 13.  Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi. R.: VIAA, 2008

<http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf>

14.  Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts.

[http://www.careercenteronline.org](http://www.careercenteronline.org/)

15.  Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīglīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā. R.: PIAP aģentūra, 2003

http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\_atbalsts/euroguidance\_sadala/klasu\_audzinatajiem/

16.  Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009. R.: VIAA, 2010

<http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf>

17.  Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. Karjeras izglītība 7.- 9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. R.: PIAA, 2006

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

18.  Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. R.: PIAA, 2006

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

19.  Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā. R.: PIAA, PIAC, 2004

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

20.  Karjeras konsultēšanas metodes. R.: VIAA, 2009. Bukareste: Institute of Educational Sciences, Euroguidance, 2007

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

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

<http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/>

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

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

23.  Mans bērns izvēlas karjeru. R.: VIAA, 2010

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

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

<http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijs_2012_f.pdf>

25.  Profesiju aprakstu katalogs. R.: PKIVA, NVA., 2007,2012

<http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf>

<http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf>

26.  Profesiju definīciju katalogs. R.: PKIVA, 2007

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

27.  Profesiju klasifikators. R.: Latvijas Vēstnesis, 2006

<http://www.lm.gov.lv/text/80>

28.  Rubana I.M. „Mācīties darot.” R.: RaKa, 2004

29.  Stabiņš J., Pupiņš M. „Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.” R.: RaKa, 2008

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

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

31. Templers R. „Veiksmīgas karjeras likumi.” R.: Zvaigzne ABC, 2007

32.    “100 metodikas karjeras attīstības atbalstam” R.: 2019

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

Interneta resursi

33.    <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu

34.    [www.niid.lv](http://www.niid.lv/) - nacionālā izglītības iespēju datu bāze

35.    <http://www.nva.gov.lv/karjera/> - informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai

36.    [www.prakse.lv](http://www.prakse.lv/) - prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām

37.    [www.profesijupasaule.lv](http://www.profesijupasaule.lv/) - profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.

38.    <http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitojosa-filma-zalais-pipars> - Izglītojošas filmas par pazīstamu cilvēku karjerām.

39.    <https://www.youtube.com/watch?v=xhfL1Op3xpc> – Filma “4 veiksmīga cilvēka atslēgas” krievu valodā ar subtitriem latviešu valodā.