



KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

NĪKRĀCES PAMATSKOLA

PEDAGOGS KARJERAS KONSULTANTS

Dzintra LIEKMANE

Satura rādītājs

.....	1
1. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI	3
1.1. Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos: (Karjeras izglītība skolā, 2010)	3
2. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS MĒRĶIS, UZDEVUMI UN SATURS.....	5
2.1. Karjeras izglītības mērķis	5
2.2. Karjeras izglītības uzdevumi	5
2.3. Karjeras izglītības saturs	6
3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA Nīkrāces pamatskolā	7
3.1. Karjeras attīstības atbalsta īstenošana izglītojamā karjeras vadības prasmju attīstīšanā Nīkrāces pamatskolā.....	8
3.2. Sadarbība ar karjeras attīstības atbalsta īstenošanai skolēnu karjeras vadības prasmju attīstīšanai Nīkrāces pamatskolā 1.-9. klasēm.....	8
3.3. Klases stundu tematiskais plānojums 1.-3. klasē.....	11
3.4. Klases stundu tematiskais plānojums 4.-6. klasē.....	12
3.5. Klases stundu tematiskais plānojums 7.-9. klasē.....	13
4. Karjeras izglītības vērtēšana	14
5. Karjeras attīstības atbalsta metodes.....	17
6. Karjeras izglītības integrēšana darbā ar vecākiem.....	21
7. Individuālās karjeras konsultācijas, to nodrošināšanas iespējas izglītojamajiem.	22
8. Ieteikumi karjeras informācijas apkopošanai un veidošanai	23

1. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

Karjera ir izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā.

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

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

Karjeras izglītību izglītības iestāde nodrošina, izglītības procesā (mācību, klases stundās, ārpusstundās) integrējot pasākumus, kas veicinātu skolēnu karjeras vadības prasmi apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlei.

Lai varētu efektīvi veidot savu karjeru, cilvēkam nepieciešams attīstīt **karjeras vadības prasmes**, kas ir dzīves, mācību, apmācības un darba prasmes. Karjeras izglītībā svarīgākais ir sākt ar sevi (pirmie trīs paradumi), kas nozīmē sevi iepazīt un izprast, veidot pašapziņu, plānot un izvirzīt mērķus, spēt izvērtēt un novērtēt, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību.

1.1. Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos: (Karjeras izglītība skolā, 2010)

1.1.tabula

1.-3.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none">• Nepieciešama uzmanība un uzslavas.• Piemīt neierobežota enerģija.• Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes.• Nepieciešama pašapziņas veidošana.	<ul style="list-style-type: none">• Atšķir darbu no spēles.• Identificē dažādus darba veidus.• Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos.• Zina, kā pieņemt lēmumus.• Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu.• Identificē personīgās sajūtas

4.-6.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> • Daudz patstāvīgāki. • Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga. • Var uzņemties vairāk atbildības. <p>Pārsteidzošs interešu vēriens.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificē personīgās intereses, spējas, savas stiprās un vājās puses. • Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamajiem darbiem. • Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem. • Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu

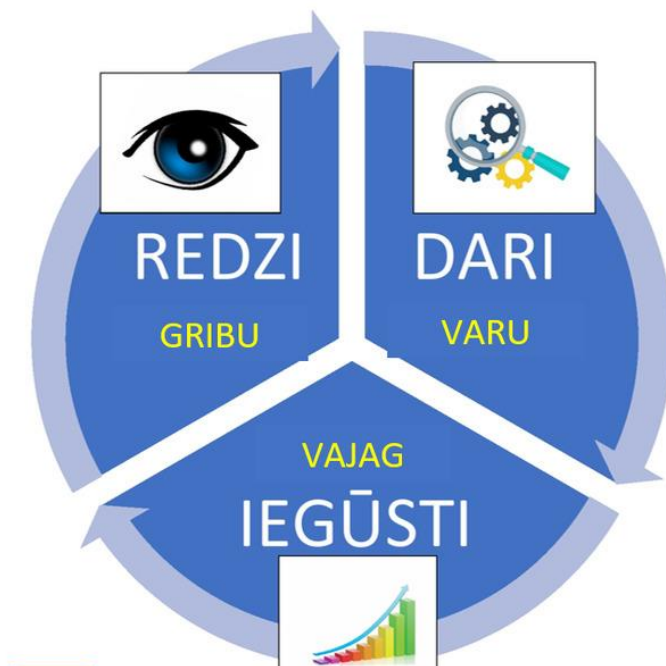
7.-9.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<p>Piedzīvo fiziskas izmaiņas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nepieciešamība pēc uzslavām un ir jūtīgi. • Mēģina izveidot unikālu identitāti neatkarīgi no vecāku ietekmes. • Vēlas vairāk neatkarības. • Zinātkāri, tomēr nav gatavi plānot. • Pauž jūtas daudz atklātāk. 	<p>Demonstrē labas spējas darbā ar citiem.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Novērtē līdzības un atšķirības starp cilvēkiem. • Identificē stratēģijas personīgo finanšu vadībā. • Apraksta spējas, kuras ir nepieciešamas dažādu darbu veikšanā. • Demonstrē prasmes, kādas nepieciešamas darba iegūšanai un noturēšanai



Iniciatīva, atbildība, sevis vadība, personīgā produktivitāte, mērķu izvirzīšana, plānošana, organizēšana, laika plānošana.

Plānojot savu personīgo dzīvi, veidojot profesionālo karjeru un izvēloties profesiju, ir svarīgi saprast – ko pats cilvēks GRIB, VAR un ko VAJAG sabiedrībai, kas personīgajā līderībā nozīmē darboties pēc principa REDZI-DARI-IEGŪSTI, kur redzējums uz un par šo pasauli ir cilvēka uzvedība vai rīcības, no kā izriet rezultāti.



2. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS MĒRĶIS, UZDEVUMI UN SATURS

2.1. Karjeras izglītības mērķis

Organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši spēkā esošajiem Ministru kabineta noteikumiem (noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem, kā arī noteikumi par vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem) un prasībām, integrējot specifiskus mērķus:

1. nodrošinot skolēniem sevis izpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamazināšanu un pamatprasmju apguvi;
2. radot pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanu par turpmāko izglītību.
3. izkopt izglītojamā prasmi patstāvīgi mācīties un pilnveidoties, motivēt mūžizglītībai un apzinātai karjeras izvēlei.

2.2. Karjeras izglītības uzdevumi

1. Palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;
2. Nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;

3. Veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;
4. Veicināt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes;
5. Palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
6. Veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību;
7. Veidot izpratni par profesiju daudzveidību;
8. Rosināt izglītojamos atbilstoši vecumposmam gūt darbības pieredzi

2.3. Karjeras izglītības saturs

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

Katra karjeras izglītības joma — pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība - ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu.

2.1.tabulā apskatītas karjeras izglītības pamatjomu saturiskās tēmas.

2.1 tabula

Karjeras izglītības pamatjoma	Saturiskās tēmas
Pašizpēte	<ul style="list-style-type: none"> • mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības; • manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks; • mana ģimene, tās loma, tradīcijas; • sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana; • attieksmes un vērtības; • prasme sadarboties, risināt konfliktus; • mana veselība un nākotnes nodomi; • mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu
Karjeras iespēju izpēte	<ul style="list-style-type: none"> • darba nozīme cilvēka dzīvē; • populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi; • manu vecāku darba dzīve; • informācijas avoti un izglītības sistēmas pētīšana; • profesionālā kvalifikācija un tās ieguve; • darba tirgus un nodarbinātība; • sociālā vide un nodarbinātība; • izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes; • darba likumdošana, darba aizsardzības prasības darbavietā; • pašnodarbinātība

<p>Karjeras plānošana un lēmumu pieņemšana</p>	<ul style="list-style-type: none"> • lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai; • lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.); • dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti; • kad viss nenorit tā, kā plānots; • mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana); komandas darba pieredze; • praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās; • sevis prezentēšana.
--	--

3. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA Nīkrāces pamatskolā

Nīkrāces pamatskolas karjeras izglītības programmas izstrāde ir balstīta uz Vispārīzglītojošo skolu karjeras izglītības programmu 1.-9. klasei, kas ir izveidota, pamatojoties uz ESF projekta KIPNIS ietvaros izstrādātās karjeras izglītības programmas bāzes (Karjeras izglītība skolā 2009)

Programma adresēta 1. – 9. klašu audzinātājiem, mācību priekšmetu un interešu izglītības programmu skolotājiem ar nolūku panākt sistemātisku un pēctecīgu, mērķtiecīgi organizētu karjeras izvēles vadīšanas darbību.

Programmā noteikti karjeras izvēles vadīšanas mērķi un uzdevumi, programmas realizācija, audzināšanas stundu tēmas, to pamatojums un tēmu sīkāks izklāsts, skolēnu karjeras izaugsmes posmi un kompetences, paredzamais rezultāts, stundās izmantojamās metodes un paņēmieni, kā arī ieteicamā literatūra.

Programmas mērķis: skolēnu karjeras izvēles mērķtiecīga un pēctecīga vadīšana, sniedzot skolēniem zināšanas par karjeras izglītību, izkopjot prasmes mērķtiecīgi darboties visos karjeras izaugsmes posmos, veidojot attieksmi pret sevi, ģimeni, sabiedrību un valsti profesionālās pašnoteikšanās ceļā.

Programmas uzdevumi:

1. Noteikt karjeras izvēles vadīšanas darbības pamatojumu, mērķi un uzdevumus audzināšanas darbā katrā klašu grupā, ņemot vērā skolēnu vecumposmu.
2. Noteikt karjeras izvēles vadīšanas rezultātā skolēniem veidojamās kompetences.
3. Ieteikt tematiku karjeras izvēles vadīšanā klases audzinātāja stundām un citām audzināšanas darbības formām.
4. Ieteikt metodes un paņēmienus karjeras izvēles vadīšanā klases audzinātāja stundām un citām audzināšanas darbības formām.
5. Ieteikt karjeras izvēles vadīšanas stundu sagatavošanai piemērotāko literatūru un metodiskos materiālus.
6. Ieteikt tematiku karjeras izvēles vadīšanā mācību priekšmetu skolotājiem mācību stundās un dažādos ārpusstundu pasākumos.
7. Veidot karjeras izglītības pasākumu plānu darbam ar sākumskolas, pamatskolas un vidusskolas skolēnu grupām, tai skaitā grupu un individuālām konsultācijām.

3.1. Karjeras attīstības atbalsta īstenošana izglītojamā karjeras vadības prasmju attīstīšanā Nīkrāces pamatskolā.

Karjeras izglītība – sistēmiska, izglītības iestāžu, vecāku un sabiedrības sadarbība, lai palīdzētu bērniem, pusaudžiem, jauniešiem un pieaugušajiem apgūt pieredzi, attīstīt un pašvērtēt savu karjeru (Korna, 2011).

Karjeras izglītība izglītības iestādē ir viens no mācību un audzināšanas darba satura aspektiem, to apguvi vajag mērķtiecīgi vadīt, plānot, organizēt un pārraudzīt.

Labus rezultātus var panākt, strādājot komandā ar izglītības iestādes vadību, klases audzinātājiem, priekšmetu pedagogiem, interešu pulciņu vadītājiem, skolēnu vecākiem, kā arī veidojot sadarbību ar dažādām valsts un nevalstiskām iestādēm, organizācijām un institūcijām (pašvaldība, NVA karjeras pakalpojumi, dažādas izglītības iestādes, izglītības iestādes absolventi, pilsētas uzņēmēji, profesiju pārstāvji, u.c.)

Nīkrāces pamatskolā tiek īstenoti dažādi karjeras izglītības pasākumi un šos pasākumus var iedalīt:

- Izglītības iestādes karjeras izglītības pasākumi piem., integrēti mācību stundās, klašu audzināšanas stundās, ārpusstundu pasākumos, darbošanās izglītības iestādes interešu izglītības programmās. Skolēniem tiek piedāvāts iesaistīties Jaunsardzes centra rīkotajās nodarbībās un aktivitātēs
- Ārpusskolas karjeras izglītības pasākumi piem., Skrundas mākslas skolas, Skrundas mūzikas skolas, Kuldīgas bērnu un jauniešu sporta skolas interešu izglītības programmu apmeklējums. KBJC (Kuldīgas bērnu un jauniešu centrs) līdzdarbošanās interešu izglītības pulciņos. Mācību iestāžu un uzņēmēju “Atvērto durvju” dienas, Ēnu diena u.c. apmeklējums. Skolēniem tiek piedāvāta iespēja apmeklēt vietējos uzņēmējus un zemniekus.

3.1.tabulā ir aprakstīta sadarbība starp karjeras attīstības atbalsta īstenošanai un skolēniem.

3.1. tabula

3.2. Sadarbība ar karjeras attīstības atbalsta īstenošanai skolēnu karjeras vadības prasmju attīstīšanai Nīkrāces pamatskolā 1.-9. klasēm

N.p.k.	Darbība	Paredzamais rezultāts	Mērķauditorija
1.	Klases stundas	skat. tematiskajā plānojumā klašu audzinātāja stundām.	Skolēni
2.	Darbs ar vecākiem: klases vecāku sanāksmes, izglītojošie semināri/lekcijas vecākiem, vecāku stāstījums par savām profesijām.	Vecāki uzzina par bērna spējām, prot tās izvērtēt, lai palīdzētu izvēlēties profesiju, uzzina par iespējām apgūt izvēlēto profesiju. Skolēni iepazīstas ar profesijām,	Skolēnu vecāki

		kurās strādā viņu un izglītības iestādes biedru vecāki	
3.	<p>Sadarbība ar izglītības iestādes un novada pārstāvjiem:</p> <p>Direktoru – izglītības iestādes attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana, izpildes pārraudzība un kontrolē.</p> <p>Direktora vietnieku mācību darbā – koordinē un pārrauga izglītības, interešu izglītības un audzināšanas darbu skolā.</p> <p>Sociālo darbinieku - pārrunas ar skolēniem un skolēnu vecākiem, atbalsta pasākumu koordinēšana, sadarbība ar atbalsta speciālistiem/dienestiem ārpus izglītības iestādes.</p> <p>Mediķi – pārrunas ar skolēniem, lekcijas skolēniem un vecākiem. Pedagogu karjeras konsultantu – koordinē un pārrauga karjeras izglītības darbu skolā, skolēnu izpēti, sarunā-tikšanās ar skolēnu, lekcijas vecākiem, individuālās un grupu konsultācijas/nodarbības skolēniem.</p> <p>Sadarbība ar klašu audzinātājiem un priekšmetu skolotājiem.</p> <p>Bibliotekāru – informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.</p> <p>Klašu audzinātājiem – īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar saskaņā ar izglītības iestādes galvenajiem</p>	<p>Skolēni un viņu vecāki uzzina, kā izglītības iestādes atbalsta personāls var palīdzēt skolēnam karjeras izvēles jautājumos – sevis izzināšanā, atbilstība profesijai, lēmuma pieņemšanā, profesiju iepazīšanā. Izglītības iestādes atbalsta personāla uzdevums ir palīdzēt skolēniem attīstīt karjeras vadības prasmes, lai karjeras izvēle atbilstu viņu personīgajām īpašībām, tādām kā dotumi, intereses un spējas kā arī saprast, ka vides faktori var ierobežot izglītības un profesionālās iespējas</p>	<p>Skolēni, skolēnu vecāki</p>

	uzdevumiem, audzināšanas darba un karjeras izglītības plānu. Interesu izglītības pedagogi – informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izvēles iespējām interešu izglītības programmas ietvaros.		
4.	Sadarbība ar darba devējiem: tikšanās ar darba devējiem, ekskursijas uz iestādēm un uzņēmumiem.	Skolēni iepazīstas ar darba devēju prasībām darba ņēmējiem, darbavietu vidi, nepieciešamām profesijām uzņēmumos un iestādē	Skolēni
5.	Sadarbība ar citām izglītības iestādēm: tikšanās ar citu izglītības iestāžu pārstāvjiem, citu izglītības iestāžu apmeklējums	Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju citās izglītības iestādēs.	Skolēni
6.	Tikšanās ar pašvaldības pārstāvjiem	Skolēni iepazīstas ar pašvaldībā aktuāliem nodarbinātības jautājumiem, pieprasītākajām profesijām un iespējamām darba vietām.	Skolēni
7.	Tikšanās ar izglītības iestādes absolventiem	Skolēni uzzina par izglītības iespējām un mācību procesu citās izglītības iestādēs	Skolēni
8.	Ēnu dienas	Skolēni iepazīstas ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem	Skolēni
9.	Brīvprātīgais darbs	Skolēni iepazīstas ar dažādu profesiju pārstāvju darba specifiku, pienākumiem, prasmēm – pasākumu/aktivitāšu nodrošināšanā, gūst darba pieredzi	Skolēni

Karjeras izglītības programmas ārpusstundu un ārpusskolas nodarbībās Nīkrāces pamatskolā tiek īstenoti mācību gada garumā.

3.2.tabulā apskatīta Nīkrāces pamatskolas karjeras izglītības īstenošana klases stundās, pamatojoties uz Valsts izglītības satura centra metodisko līdzekli Klases stundu programmas paraugs ar ieteikumiem Klases stundu programmas īstenošanai (2016)

3.2. tabula

3.3. Klases stundu tematiskais plānojums 1.-3. klasē

N.p.k.	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 izglītības iestādes . 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	Zin, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zin 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.. 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.	Mans dienas režīms.	1. Mani dienas darbi skolā un mājās. 2. Mani vaļasprieki un atpūta. 3. Mans dienas režīms.	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācību 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.	Mana sapņu profesija.	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.

3.4. Klases stundu tematiskais plānojums 4.-6. klasē

N.p.k.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts.
1.	Es un mani talanti	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. Interesu 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 sasniegumi 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. 2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība. 3. Elektroniskās saziņas kultūra. 4. Saziņas kultūra.	Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.

3.5. Klases stundu tematiskais plānojums 7.-9. klasē

N.p.k.	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 izvērtējies, 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. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. 2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. 3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas. 4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	Saprot, kā skolā, ārpuskolas 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. 4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	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.

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.
----	--------------------------------	---	--

4. Karjeras izglītības vērtēšana

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

pašizpētē:

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

karjeras izpētē:

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

karjeras plānošanā un vadīšanā:

- 4.3.1. skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
- 4.3.2. skolēns prot salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personisko pieredzi, gan informāciju no dažādiem avotiem;
- 4.3.3. skolēns spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;

- 4.3.4. skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;
- 4.3.5. skolēns zina, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
- 4.3.6. skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
- 4.3.7. skolēns prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
- 4.3.8. skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.

atgriezeniskās saites veikšana skolēniem par viņu karjeras vadības prasmju līmeni:

Atgriezeniskā saite ļauj uzskatāmi parādīt atšķirības starp to, kā cilvēks uztver pats sevi, un to, kā viņu uztver apkārtējie.

Tā “palīdz cilvēkam labāk sevi iepazīt” (Starptautiskā karjeras..., 2012), t.i., tālāk pilnveidot pašizziņu. Objektīva atgriezeniskā saite ļauj labāk izprast savas karjeras vadības prasmes, to izmantošanas rezultātus un pieņemt un īstenot lēmumus par to pilnveides nepieciešamību.

Atgriezeniskās saites “sniegšana ir nopietns darbs, kas prasa koncentrēšanos, drosmi, cieņu pret citiem” (Karjeras attīstības atbalsts, 2008), tādēļ, sniedzot atgriezenisko saiti, nepieciešams ievērot vairākus principus:

- atgriezeniskās saites mērķis ir karjeras izglītības īstenotāja un skolēna “savstarpējā sadarbība karjeras attīstības atbalsta norises analīzes un vērtēšanas procesā ar mērķi uzlabot tā norisi” (Karjeras attīstības atbalsts, 2008);
- sniedzot atgriezenisko saiti, rūpīgi jāseko, kā tā tiek uztverta (vispiemērotākais brīdis atgriezeniskajai saitei ir tad, kad skolēns to lūdz), vai skolēns saprot un pieņem atgriezenisko saiti, un nepieciešamības gadījumā atgriezeniskā saite jāpilnveido;
- atgriezeniskajai saitei jābūt alternatīvas vai citu piedāvājumu ietverošai (ne tikai jāatspoguļo karjeras vadības prasmju trūkumi un nepilnības, bet arī jāpiedāvā detalizēti un argumentēti ieteikumi to pilnveidei);
- individuālai un konkrētai (vērstai uz konkrētā skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, nevis uz karjeras vadības prasmju pilnveidi vispār);
- atgriezeniskajai saitei jābūt konkrētai un atbilstošai noteiktai situācijai, kontekstam;
- atgriezeniskajai saitei jābūt skaidri saprotamai, formulētai vienkāršā, skolēnam saprotamā valodā, izvēloties tikai tādus izteicienus, kas skolēnam ir pilnīgi saprotami, un izvairoties no terminoloģijas, kuru ikdienā nelieto vai kura vēl nav apgūta mācību priekšmetos.

Sniedzot atgriezenisko saiti jākoncentrējas uz skolēna stiprajām pusēm, sasniegumiem karjeras vadības prasmju pilnveidē;

- atgriezeniskajai saitei jābūt iedrošinošai un uzmundrinošai;
- sniedzot atgriezenisko saiti, būtu jāizvairās no vērtēšanas un interpretēšanas.

Atgriezeniskās saites centrā jābūt datiem un faktiem, nevis atgriezeniskās saites sniedzēja uzskatiem par datiem un faktiem (Ertelts, Šulcs, 2008; Karjeras attīstības atbalsts, 2008)

Atgriezenisko saiti par skolēna karjeras vadības prasmēm savas kompetences ietvaros var sniegt visi karjeras attīstības atbalstā iesaistītie izglītības iestādes darbinieki. Vēlama arī skolēnu vecāku (citu likumisko pārstāvju un aprūpētāju) izglītošana konstruktīvas, karjeras

vadības prasmes pilnveidojošas atgriezeniskās saites sniegšanā izglītojamajiem mājas vidē, lai nostiprinātu un pilnveidotu izglītības iestādē īstenotās karjeras izglītības rezultātus un atbalstītu skolēnu karjeras vadības prasmju tālāku pilnveidi.

Atgriezeniskā saite ir tās sniedzēja un saņēmēja sadarbība (Karjeras attīstības atbalsts, 2008), tādēļ karjeras izglītībā, sniedzot atbalstu pašizziņas prasmju pilnveidē, jāpievērš uzmanība arī atgriezeniskās saites saņemšanas prasmju pilnveidei, t.i., jāpalīdz pilnveidot prasmes:

- atgriezeniskajai saitei jābūt alternatīvas vai citu piedāvājumu ietverošai (ne tikai jāatspoguļo karjeras vadības prasmju trūkumi un nepilnības, bet arī jāpiedāvā detalizēti un argumentēti ieteikumi to pilnveidei);
- individuālai un konkrētai (vērstai uz konkrētā skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, nevis uz karjeras vadības prasmju pilnveidi vispār);
- atgriezeniskajai saitei jābūt konkrētai un atbilstošai noteiktai situācijai, kontekstam;
- atgriezeniskajai saitei jābūt skaidri saprotamai, formulētai vienkāršā, skolēnam saprotamā valodā, izvēloties tikai tādus izteicienus, kas skolēnam ir pilnīgi saprotami, un izvairoties no terminoloģijas, kuru ikdienā nelieto vai kura vēl nav apgūta mācību priekšmetos;
- sniedzot atgriezenisko saiti jākoncentrējas uz skolēna stiprajām pusēm, sasniegumiem karjeras vadības prasmju pilnveidē;
- atgriezeniskajai saitei jābūt iedrošinošai un uzmundrinošai;
- sniedzot atgriezenisko saiti, būtu jāizvairās no vērtēšanas un interpretēšanas.

Atgriezeniskās saites centrā jābūt datiem un faktiem, nevis atgriezeniskās saites sniedzēja uzskatiem par datiem un faktiem (Ertelts, Šulcs, 2008; Karjeras attīstības atbalsts, 2008).

Atgriezenisko saiti par skolēna karjeras vadības prasmēm savas kompetences ietvaros var sniegt visi karjeras attīstības atbalstā iesaistītie izglītības iestādes darbinieki. Vēlama arī skolēnu vecāku (citu likumisko pārstāvju un aprūpētāju) izglītošana konstruktīvas, karjeras vadības prasmes pilnveidojošas atgriezeniskās saites sniegšanā izglītojamajiem mājas vidē, lai nostiprinātu un pilnveidotu izglītības iestādē īstenotās karjeras izglītības rezultātus un atbalstītu skolēnu karjeras vadības prasmju tālāku pilnveidi.

Atgriezeniskā saite ir tās sniedzēja un saņēmēja sadarbība (Karjeras attīstības atbalsts, 2008), tādēļ karjeras izglītībā, sniedzot atbalstu pašizziņas prasmju pilnveidē, jāpievērš uzmanība arī atgriezeniskās saites saņemšanas prasmju pilnveidei, t.i., jāpalīdz pilnveidot prasme:

- uzmanīgi klausīties un pārdomāt dzirdēto;
- lūgt precizēt neskaidrības un daudznozīmīgus izteikumus;
- jautāt par lietām, kas netiek minētas atgriezeniskajā saitē, bet ir nozīmīgas skolēnam;
- nevērtēt visu atgriezeniskās saites informāciju kā pareizu vai nepareizu (kategorijās “melns-balts”);
- pieņemt atgriezenisko saiti kā cita viedokli, kurš var nebūt 100% objektīvs;
- neaizstāvēties, netaisnoties, dzirdot kritiskus komentārus;
- izvairīties no pakļaušanās negatīvām emocijām (dusmas, naidis, panika u. c.), izmantot iespēju tās pārrunāt un mācīties no tām;
- kritiski izvērtēt un pieņemt vai pamatoti noraidīt saņemtos komentārus un ieteikumus (Karjeras attīstības atbalsts, 2008).

Iepriekš raksturota skolotāja sniegtā atgriezeniskā saite, taču ne mazāk svarīga ir savas darbības un tās rezultātu pašnovērtēšanā gūtā atgriezeniskā saite, kurā skolēns pats konstatē savu karjeras vadības prasmju līmeni (Skolēnu mācību sasniegumu..., 2009).

Karjeras vadības prasmju pašnovērtēšana veicina pašizziņas prasmju pilnveidi, tādēļ katrā karjeras izglītības pasākumā vēlams paredzēt gan karjeras izglītības īstenotāja sniegtu atgriezenisko saiti, gan pašnovērtēšanu.

Šāda vērtēšana dod iespēju skolotājam un skolēnam kopīgi pārdomāt un izvērtēt karjeras izglītības pasākumā notiekošo un veidot kopīgus, pašvērtēšanā un savstarpējā vērtēšanā gūtus secinājumus, pilnveidot karjeras vadības prasmju mācīšanu un mācīšanos.

5. Karjeras attīstības atbalsta metodes

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni.

Aptauja

Jautājumu vai jautājumu un atbilžu formā mutvārdos vai rakstveidā veidota informācijas iegūšanas metode (Pedagoģijas terminu ..., 2000). Aptauju izmanto kā heuristisku mācību metodi, lai iegūtu citu mācību metožu (piem., diskusijas, projekta darba u.c.) īstenošanai nepieciešamo informāciju (Rubana, 2004).

Asociāciju kartes

Neliela izmēra daudznozīmīgi attēli, kuri, izraisot asociācijas un “atdzīvinot” atmiņas un izjūtas, palīdz veidot stāstījumu par noteiktām, stāstītājam nozīmīgām tēmām (Popova, Miloradova, 2015).

Apskats (pārskats)

Skolēni, veicot mācību uzdevumu, vāc informāciju (datus), piem., veic aptauju, anketēšanu u.c., un rezultātus apkopo rakstiskā apskatā (pārskatā) (Sociālās zinības, 2014).

Āra nodarbības

Skolotāja organizēta mācību organizācijas forma, kuras laikā skolēni ārpus skolas veic skolotāja sagatavotos uzdevumus un meklē atbildes uz skolotāja sagatavotiem jautājumiem. Pārskatu par paveikto āra nodarbībās skolēni var sagatavot klasē vai mājās (Literatūra, 2008).

Darbs ar tekstu

Skolotājs piedāvā tekstus (rakstveidā, audio un videoierakstos) mācību uzdevuma veikšanai, skolēni iepazīstas ar tekstiem un atbilstoši mācību uzdevumam veido jautājumus par tekstu, analizē tekstu, atbild uz tekstā ietvertajiem jautājumiem u.c. (Psiholoģija, 2014)

Demonstrēšana

Skolotājs vai skolēni demonstrē vizuālu informāciju (videofilmas, attēlus, tabulas utt.), parasti – papildinot stāstījumu (lekciju, izklāstu) (Psiholoģija, 2014).

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.) (Jančič, Hus, 2017)

Diskusija

Skolotājs vai skolēni piedāvā apspriešanai kādu tematu, skolēni individuāli vai iepriekš mērķtiecīgi izveidotās grupās iesaistās sarunā, argumentēti aizstāvot savu viedokli (Psiholoģija, 2014). Galvenie skolēna uzdevumi diskusijā ir: skaidri izteikt savas domas, ieklausīties citos, censties izprast citu viedokli un uzņemties atbildību (Klases stundu...,2016).

Domu karte

Grafiskais organizators – tīklveida zīmējums (“zirneklis”), kuru veido lapas vidū apla 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 (Miķelsone, 2002; Sociālās zinības., 2014).

Ēnošana

Karjeras izglītības metode (Rojewski, 2006)- mācību ekskursijas variants, kurā skolēni, īstenojot mācību uzdevumu, mērķtiecīgi individuāli iepazīstas ar noteiktas profesijas pārstāvja darba ikdienu. Mācību metode palīdz skolēniem pārbaudīt sevi darba vidē, izzināt savas intereses un dod iespēju labāk iepazīt izvēlēto profesiju. Pēc Ēnu dienas skolēni dalās pieredzē ar klases biedriem, dodot iespēju ikvienam skolēnam vairāk uzzināt par dažādām profesijām (Karjeras izglītība skolā, 2009).

Intervija

Skolēni, atbilstoši skolotāja dotajam uzdevumam, iztaujā par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus, pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus (Psiholoģija, 2014)

Jautājumi – atbildes

Skolotājs vai skolēni mutvārdos vai rakstiski uzdod jautājumus par noteiktu tematu un atbild uz tiem (Sociālās zinības, 2014).

Klausīšanās metode

Skolēni uzmanīgi klausās stāstījumu, individuāli pieraksta mācību uzdevumam atbilstošo informāciju (jautājumus, problēmas, viedokļus), stāstījuma beigās uzdod jautājumus (ja nepieciešams), un noslēgumā, atbilstoši mācību uzdevumam, sniedz atgriezenisko saiti vai ziņojumu (Miķelsone, 2002).

Kolāža

Skolēnu individuāli, pāros vai grupās veidots kompozicionāli vienots attēls, kurā skolēni atklāj savu priekšstatu par kādu skolotāja dotu tematu, piem., veido kolāžu par sociālo vidi klasē, vērtējot savstarpējās attiecības (Klases stundu..., 2016). Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus (Literatūra, 2008), metode ļauj skolēniem izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras (Kulturoloģija, 2008), kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.

Kooperatīvā mācīšanās (grupu darbs)

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs izveido skolēnu 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 viens no otra. Skolotājs organizē mācības un konsultē skolēnus. Metodi var izmantot gan plaša informācijas klāsta apkopošanai, gan arī radošu uzdevumu izpildei, piem., komiksa veidošanai par noteiktu tēmu (Psiholoģija, 2014)

Krustvārdu mīklas

Viens no intelektuāli radošo didaktisko spēļu (projektēšanas spēles, burtu, skaitļu mīklas, anagrammas u.c.) veidiem, kas īpaši lietderīgs jēdzienu izpratnes nostiprināšanā (Rubana, 2004)

Lomu spēles

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni iejūtas lomās atbilstoši mācību situācijā ietvertajam uzdevumam. Citi skolēni veic skolotāja dotu uzdevumu – vēro, pieraksta, vērtē atbilstoši noteiktiem kritērijiem u.c., lai pēc situācijas izspēlēšanas izteiktu viedokli diskusijā (Psiholoģija 2014).

Mācību ekskursija

Āra nodarbību forma, kas dod iespēju skolēniem dabiskos apstākļos iepazīt dažādas parādības un procesus; reālu notikumu vai darbības vietu apmeklējums, kas ļauj iegūt jaunu informāciju dabiskā vidē, padziļināt mācību satura izpratni, integrēt dažādos mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes un pilnveidot skolēnu sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni saņem mācību uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni sagatavo pārskatu par paveikto un demonstrē to pārējiem, vai iesniedz skolotājam (Sociālās zinības..., 2014).

Pārrunas

Dialogiska mācību metode, kuru īstenojot runātājs (skolotājs vai skolēns) ar mērķtiecīgu un loģiski secīgu jautājumu palīdzību palīdz klausītājiem, kuriem ir vai pārrunu laikā būs iespēja iegūt priekšzināšanas, konstruēt jaunas atziņas. (Miķelsone, 2002).

Praktiskais darbs

Skolēni atbilstoši mācību uzdevumam veic mācību darbu, lietojot apgūtās zināšanas, prasmes un īstenojot savas radošās ieceres, strādājot individuāli vai grupā (Mājsaimniecība, 2014).

Prāta vētra

Mācību metode, kurā skolotājs uzdod jautājumu vai izvirza problēmu un skolēni īsi izsaka iespējamās atbildes, idejas, risinājumus u.c., uzmanīgi klausoties, papildinot, bet nekomentējot un nevērtējot citu teikto. Metodi ieteicams izmantot kā ieaicināšanas fāzes sastāvdaļu, lai aktualizētu esošās skolēnu zināšanas un izpratni, sākot jaunu tēmu (Psiholoģija, 2014).

Projektu metode

Mācību metode, kuru īstenojot, skolēni individuāli vai darba grupās formulē idejas un jautājumus, iegūst informāciju, pēta un risina problēmas, apkopo darba rezultātus un iepazīstina ar tiem citus skolēnus. Skolotājs palīdz skolēniem formulēt projekta mērķi, izveidot darba grupas un sniedz atbalstu projekta izveidē (Literatūra, 2008).

Radošais darbs

Skolēnu pašizpaušmes metode, mācību uzdevuma īstenošana individuālās vai kooperatīvās mācīšanās rezultātā radīta stāsta, esejas, dzejas, aforisma, zīmējuma, attēla u.c. formā (Miķelsone, 2002).

Sarunas mazās grupās

Mācību metode, kurā skolēni, saskaņā ar pašu pieņemtiem noteikumiem, veic skolotāja dotu uzdevumu, sarunājoties mērķtiecīgi izveidotās grupās, kur katrs izsaka savu viedokli vai vērtējumu un dalās pieredzē, kā arī saņem informāciju no citiem (Klases stundu..., 2016)

Simulācija

Situāciju izspēles metode, kurai, salīdzinot ar lomu spēli, raksturīga lielāka nenoteiktība skolotāja piedāvātajā situācijas aprakstā, elastīgums un sarežģītība (Psiholoģija, 2014).

Situāciju analīze

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas situācijas aprakstu (rakstiski vai mutiski), audio vai videoierakstu un uzdod jautājumus par šo situāciju. Skolēni pārrunā, analizē, pieraksta, secina un atbilstoši situācijas analīzes mērķim veido kopsavilkumus vai ieteikumus (Psiholoģija, 2014).

Situāciju izspēle

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas problēmsituācijas aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni meklē situācijas risinājumus, izspēlējot situāciju lomu spēlē (ja situācijas aprakstā skaidri definētas dalībnieku lomas) vai simulācijā (ja lomas situācijā ir nenoteiktas vai neviennozīmīgas). Metodi īstenojot, skolēni var veidot un izspēlēt iespējamās situācijas attīstības scenārijus, un saņemt atgriezenisko saiti no citiem skolēniem un skolotāja. Skolotājs var modelēt izspēlei skolēnu dzīves pieredzei līdzīgas situācijas (Psiholoģija, 2014)

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 nejausības elementus un brīvas interpretācijas, darbības un rīcības iespējas. Spēle veicina izziņas spēju, sadarbības prasmju un radošuma attīstību un veicina spriedzes samazināšanos (Latvijas Universitātes..., 2013)

Stāstījums (izklāsts, lekcija)

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs vai skolēns izklāsta kāda temata saturu (piem. idejas, viedokļus, faktus, teorijas vai notikumus), bet klausītāji (piem., citi skolēni) klausās, veido pierakstus atbilstoši uzdevumam, uzdod jautājumus (Psiholoģija, 2014).

SVID analīze

Ārējo (iespējas un draudi) un iekšējo (priekšrocības un trūkumi) ietekmes faktoru noteikšanas metode. Metode ļauj izvērtēt un prognozēt indivīda, grupas vai organizācijas un apkārtējās vides faktoru mijiedarbību (Allison, Kaye, 2005; Tāšica, 2009).

Viktorīna

Spēles veids, kas liek skolēniem koncentrēt zināšanas, saskatīt būtisko, lietu un parādību loģisko kārtību un noformulēt to vārdos. Skolēnus var iesaistīt viktorīnā kā dalībniekus, kā arī var piedāvāt skolēniem pašiem mācību procesā veidot uzdevumus (Rubana, 2004).

Vizualizēšana

Mācību metode, kurā skolotājs vai skolēni informācijas uztveres atvieglošanai un papildināšanai izmanto vai patstāvīgi izveido simboliskus uzskates līdzekļus, piem., domu kartes, shēmas, diagrammas, tabulas, plānus, kartes, zīmējumus u. c. (Psiholoģija, 2014). Lietojot vizualizācijas metodes, skolēni pilnīgo vizuālo uztveri, apgūst skaidrāku redzējumu uz lietām un pilnveido spēju paskatīties uz problēmām no cita skatupunkta un ieraudzīt problēmu risinājumu skaidrākā perspektīvā (Riņķis, 2007)

Zinātniskās pētniecības darbs

Mācību metode, kuru īstenojot skolēni patstāvīgi vai ar skolotāja palīdzību izvēlas pētāmo problēmu, izvirza pētījuma jautājumus vai hipotēzi, definē pētījuma mērķi un uzdevumus, izvēlas pētniecības metodes, kā arī plāno un veic pētījumu. Pētījuma noslēgumā, pamatojoties uz tā rezultātiem, skolēni izdara secinājumus, sagatavo pētījuma atskaiti un iepazīstina ar pētījuma rezultātiem citus skolēnus (audzēkņus) (Veselības mācība, 2014)

6. Karjeras izglītības integrēšana darbā ar vecākiem

Sadarbība “skolotājs – skolēni – vecāki” ir nozīmīga gan pieaugušajiem – pedagogiem un vecākiem-gan arī skolēniem.

Ir svarīgi, lai šī sadarbība būtu trīspusēja, lai skolēni justu, ka viņa vecākus ļoti nozīmīgi vērtē skolotāji, lai viņi varētu lepoties ar savu ģimeni arī vienaudžu vidū.

Iespējamās aktivitātes sadarbībā ar vecākiem karjeras izglītības īstenošanā:

- vecāku stāstījums klases stundās vai projektu nedēļas ietvaros par savu profesiju (par darba pienākumiem, profesijas apguves iespējām u.c.);
- vecāku vadītas mācību stundas vai vecāku profesijai un mācību stundas tēmai atbilstošs stāstījums, piemēram, vides inspektora stāstījums bioloģijas vai dabaszinību stundā par dabas aizsardzības jautājumiem, stilista demonstrējumi dizaina un tehnoloģiju stundā par krāsām un rakstiem apģērbā u.tml.;
- mācību ekskursijas vecāku darba vietās, lai izzinātu dažādu profesiju darba pienākumus un darba vidi; 58 Eiropas Savienības fondu darbības programmas "Izaugsme un nodarbinātība" 8.3.5. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts Nr.8.3.5.0/16/I/001 "Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs"
- vecāku aptauja (anketēšana vai intervija) par viņu profesiju, darba specifiku, apguves iespējām u.tml.;
- vecāku aptaujāšana, lai noskaidrotu viņu viedokli par karjeras izglītību skolā, tās piedāvātajām iespējām un trūkumiem, kā arī par skolēnu nākotnes nodomiem un par to, kāda palīdzība nepieciešama viņu bērniem vai viņiem pašiem karjeras izglītības jomā;
- vecāku informēšana un izglītošana par dažādiem karjeras izglītības jautājumiem;
- aktīva sazināšanās ar vecākiem e-vidē, sociālajos tīklos, kā arī ar informatīvo materiālu, ziņojumu apmaiņas, sanāksmju starpniecību;
- tieša un pastarpināta (caur deleģētiem pārstāvjiem) vecāku iesaistīšana izglītības iestādei nozīmīgu lēmumu pieņemšanā;
- vecāku aicināšana iesaistīties neformālos ārpusstundu pasākumos neitrālā vidē ārpus izglītības iestādes;
- mūžizglītības, tālākizglītības nodarbību organizēšana vecākiem.

Organizējot karjeras izglītības aktivitātes, uzlabojas ne tikai skolotāju, skolēnu un vecāku sadarbība, bet tiek gūta arī nozīmīga skolēnu pieredze profesiju daudzveidības un reālās darba vides iepazīšanā. Lai atbalstītu vecākus skolēnu karjeras izvēles procesā, skolās nepieciešams organizēt informatīvus un izglītojošus pasākumus, iespēju robežās aicināt vecākus iesaistīties tematiskās diskusijās (piemēram, 9.vecākiem) vai piedāvāt iespēju vecākiem vieniem vai kopā ar skolēniem (saviem bērniem) grupās vai individuāli apmeklēt dažādu speciālistu konsultācijas.

Palielinoties vecāku informētībai par karjeras atbalsta iespējām skolā un ārpus tās, pieaug arī vecāku vēlme iesaistīties šajā procesā arī pašiem, piedāvājot savus resursus un iespējas.

7. Individuālās karjeras konsultācijas, to nodrošināšanas iespējas izglītojamajiem.

Karjeras konsultēšana skolā ir viens no karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem un sasaucas ar izglītības iestādes audzināšanas un/vai karjeras izglītības programmu. Tās organizācijas pamatformas ir grupu un individuālās konsultācijas.

Individuālā konsultēšana ir aktīva konsultanta un klienta mijiedarbība nolūkā palīdzēt klientam risināt karjeras attīstības problēmas. Konsultanta uzdevums – palīdzēt cilvēkam orientēties karjeras iespējās un rast izeju no problemātiskas situācijas un palīdzēt rast veiksmīgu risinājumu karjeras izvēles situācijā. Problēmas: daudz “nezināmo”, daudz objektīva rakstura ierobežojumu, daudz risinājuma variantu.

Grupu konsultēšana ir klasiska karjeras konsultēšanas metode sadarbībā ar vairākiem dalībniekiem, kur aktīvā līdzdalībā tiek iesaistīti grupas locekļi ar līdzīgu pieredzi un statusu, kā, piemēram, viena vecuma skolēni, skolu beidzēji, vecāki vai skolotāji, ar nolūku risināt teorētiskus un praktiskus jautājumus, kas saistīti ar skolēna karjeras vadības prasmju veidošanos (Lemešonoka, 2017).

Grupas konsultēšanā notiek konsultanta un skolēnu grupas aktīva mijiedarbība. Grupas var komplektēt pēc dažādiem principiem: pēc interesēm, pēc vecuma, pēc izglītības līmeņa u. tml.

Grupu konsultēšana ļauj taupīt laiku. Problēmas: jāprot noturēt grupas uzmanība un interese, jābūt auditorija, jābūt oratora spējām. Grupu konsultēšanu var veikt konsultants pats vai uzaicināt pārstāvjus no darba tirgus.

Konsultācijas vēlamais ilgums ir līdz 45 minūtēm. Grupu konsultēšana var būt informējoša, diagnosticējoša, problēmsituāciju risināšana. Vismaz 5 minūtes konsultācijas beigās jāparedz atbildēm uz jautājumiem.

8. Ieteikumi karjeras informācijas apkopošanai un veidošanai

Karjeras informācijas saturs, kam jābūt pieejamam, parasti saistīts gan ar izglītības iestādē īstenotajām izglītības programmām, gan ar izglītības iestādes veidu un mērķauditorijas vajadzībām.

Visbiežāk tā ir informācija par profesionāli tehnisko skolu un vidējās izglītības iestāžu piedāvājumiem, par izglītības iespējām Latvijā un ārvalstīs.

Jānodrošina arī visaptveroša un dažādiem vecumposmiem atbilstoša darba tirgus informācija.

Skolēnus jāinformē par to, kur, kad un kā skolā pieejami karjeras atbalsta pasākumi un karjeras atbalsta iespējas ārpus izglītības iestādes – pašvaldībā un valstī. Izglītības iestādes mājas lapās jāpublicē arī informācija par izglītības iestādes piedāvājumu (izglītības programmas, interešu izglītība u.c.) reflektantiem.

Karjeras informācija var būt pieejama skolēniem izglītības iestādes bibliotēkā un audzinātājiem.

Izglītības iestādes praktizē Eiropas Savienības fondu darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 8.3.5. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts Nr.8.3.5.0/16/I/001 “Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs” informācijas izplatīšanu e-vidē: skolēnu personīgajos e-pastos, mācību sociālajā vidē e-klase.lv u.tml. Informāciju skolēniem var nodot mutiski vai izdales materiālu veidā.

Karjeras informācija ir pieejama izglītības iestādes mājas lapas vispārējā aktualitāšu sadaļā, sadaļās, kurās apkopota informācija par audzināšanas darbu vai ārpusstundu aktivitātēm, vai atsevišķā, karjeras atbalsta jautājumu sadaļā.