

VALLES PAMATSKOLA

# **KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA**

Valle

2020.

## Saturs

### Saturs

I Programmā izmantotie termini .....	3
II Karjeras veidošanas aspekti.....	4
1. Karjeras izglītības programmas mērķi .....	8
2. Karjeras izglītības programmas uzdevumi.....	8
3. Karjeras izglītības saturs.....	8
4. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns .....	10
5. Karjeras izglītības vērtēšana.....	10
IV Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns izglītības iestādē.....	16
V Karjeras izglītībā izmantojamās metodes.....	21
VI Literatūra karjeras izglītības realizēšanai .....	25
VII Izmantotā literatūra .....	32

## I Programmā izmantotie termini

- 1) **Karjera** – izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā. (Izglītības likums, 1. pants. Likumā lietotie termini. Pieņemts: 29.10.1998. Stājas spēkā: 01.06.1999. (Skatīt izmantotās literatūras saraksta 1. vienību)).
- 2) **Karjeras izglītība** – izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēli. (Izglītības likums, 1. pants. Likumā lietotie termini. Pieņemts: 29.10.1998. Stājas spēkā: 01.06.1999.) (1.)
- 3) **Karjeras attīstības atbalsts** – pasākumu kopums, kas ietver informācijas, karjeras izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamajiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu.” (Izglītības likums, 1. pants. Likumā lietotie termini. Pieņemts: 29.10.1998. Stājas spēkā: 01.06.1999.) (1.)
- 4) **Karjeras vadības prasmes** – prasmju kopums, kas indivīdiem (un grupām) nodrošina strukturētus veidus kā apkopot, analizēt, sintezēt un organizēt ar sevi, ar izglītību un ar nodarbinātību saistīto informāciju, kā arī attīsta prasmes pieņemt un īstenot lēmumus un karjeras maiņu. Karjeras vadības prasmes ir dzīves, mācību, apmācības un darba prasmes, kas cilvēkiem ir jāattīsta, lai varētu efektīvi veidot savu karjeru.” (Par Karjeras izglītības īstenošanas plānu valsts un pašvaldību vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs 2015 – 2020. gadam. Ministru kabineta rīkojums nr. 821. Lietotie termini. Pieņemts: 30.12.2015. Stājas spēkā: 30.12.2015.) (6.)

## II Karjeras veidošanas aspekti

Mūsdienās, gluži kā personības attīstība, arī karjeras veidošanas process attīstas un pilnveidojas visa mūža garumā. Individam veidojot savu karjeru, svarīgi ir apzināties savus vēlamos dzīves mērķus, lai efektīvāk un mērķtiecīgāk pilnveidotu savas kompetences. Karjera un tās attīstība ir nepārtraukts, mērķtiecīgs un jēgpilns process, kurš norit visa mūža garumā, balstoties uz mūžilgu izglītošanos un sevis veiksmīgu realizēšanu dažādās dzīves jomās.

Veiksmīgas karjeras pamatā ir cilvēka dzīves jomu harmoniska attīstība un piepildījums tajās.

Cilvēka dzīves jomas:

- Pilsoniskums
- Garīgums
- Brīvais laiks
- Ģimene
- Darbs

**Darbs** – plašākā nozīmē – cilvēka mērķtiecīga darbība materiālo un garīgo vērtību radīšanai.” (4). Cilvēkam ir svarīgi apzināties sava darba lietderīgumu, jo gandarījumu spēj sniegt tāds darbs, kurš cilvēkam ir inetersējošs un patīkams. Nozīmi darbam piešķir cilvēka spēja realizēt savus resursus. Vienlīdz svarīgi ir darba garīgais lietderīgums un finansiālais nodrošinājums.

**Ģimene** - esot vienai no svarīgākajām dzīves jomās, cilvēkam tai ir jāvelta pēc iespējas vairāk laika. Tādejādi ģimenes un savstarpējo attiecību veidošana un uzturēšana ir svarīgs ieguldījums turpmākajai karjerai un sabiedrības nākotnei. Ģimene, kā atbalsta funkcija, ļauj cilvēkam pilnvērtīgi darboties profesionālajā sfērā.

**Brīvais laiks** – brīvā laika pavadīšana sniedz iespēju cilvēkam iegūt prieku un enerģiju turpmākajam darbam, kā arī sniedz iespēju socializēties. Nereti brīvā laika pavadīšanas veidi sniedz iespēju cilvēkam realizēt sevi tajās jomās, kuras neizpaužas darba vidē.

**Garīgums** – sniedz iespēju cilvēkam pilnveidot sevi garīgai izaugsmei. Katra cilvēka nepieciešamība ir iepazīt un pilnveidot sevi un izzināt pasauli. Katram cilvēkam šis izzināšanas veids var būt atšķirīgs.

**Pilsoniskums** – cilvēks kā sociāla būtne izjūt vēlmi un nepieciešamību apzināties sevi kā sabiedrības sastāvdaļu, it sevišķi 21. gadsimtā. Nereti veids, ka cilvēki savi izpauž ir veicot dažādas pilsoniskas aktivitātes ar mērķi uzlabot apkārtējo sabiedrību. Jāpiemina, ka nav svarīgi vai cilvēks realizē sevi kā sabiedrības daļu piedaloties nevalstisku vai labdarības organizāciju darbībā, vai arī iesaistoties pašvaldības, valsts vai globāla mēroga pārvaldes darbībā. Svarīgi ir cilvēka, pilsoņa vēlme, varēšana

un iespēja darīt to brīvprātīgi. Brīvprātīga iesaistišanās sniedz gandarījumu, pilnveido nacionālo identitāti un patriotiskumu.

Cilvēka veiksmīga profesionālā darbība nav iespējama bez trim aspektiem – **GRIB, VAR un VAJAG**. Šie aspekti ir jāņem vērā izvēloties profesiju.

Izvēloties savu profesionālo dzīves ceļu, ikvienam ir jāņem vērā un jāspēj atbildēt sev:

- profesijas saistošums (grib – intereses, vēlmes, vērtības, būtiskais dzīvē un darbā, dzīves un darba apstākļi),
- profesijas atbilstība spējām (var – zināšanas, prasmes, spējas, rakstura īpašības, veselības stāvoklis un profesionālās īpašības),
- darba iespējas izvēlētajā profesijā (vajag – profesijas nepieciešamība sabiedrībai).

GRIBU— tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem ir plašs interešu loks, un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus un apstākļus." (2; 8. lpp.) Izglītības iestāde un ārpusstundu piedāvātais nodarbību klāsts sniedz skolēnam iepazīt un pilnveidot sevi daudzpusīgu, tādejādi atklājot viņa vēlmes.

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." (2; 5 8. lpp.) Šajā aspektā svarīgi ir arī apjaust motivācijas un savstarpējās sadarbības nozīmi izglītības iestādei ar iestādes dažāda līmeņa darbiniekiem, skolēniem un skolēnu vecākiem.

VAJAG — tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad — kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc, izvēloties izglītības virzienu ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/studējot vienā vai otrā programmā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties." (2; 8. lpp.) Konkrētās profesionālās darbības aspekts 21. gadsimtā ir neatsverams profesionālās izvēles aspekts, jo dzīvojot globālā un mainīgā vidē ikvienam ir jābūt gatavam pilnveidot sevi.

Veiksmīga karjera un profesionāla darbošanās nav iespējama bez karjeras vadības prasmēm.

Dzīvojot 21. gadsimtā, apkārtējās vides ietekme, globalizācija un ātrs dzīves ritms pieprasa nepārtrauktu izglītošanos, dažādu kompetenču ieguvu un pilnveidi, lai cilvēks varētu iekļauties mainīgajā darba tirgū un būt konkurētspējīgs. Mūžilga izglītošanās (gan formāla, gan neformāla) ir svarīgs faktors konkurētspējai, tāpēc 21. gadsimta cilvēkam ir jāspēj plānot un vadīt savu karjeru. Karjeras vadības prasmes un to pilnveide ļauj realizēt veiksmīgu personisko un profesionālo dzīvi. „Modernai, konkurētspējīgai ekonomikai ir vajadzīgi darbinieki, kam ir prasmes, zināšanas un attieksmes, ko var izmantot jebkurā darba situācijā, un kam ir spējas un vēlēšanās nepārtraukti pielāgoties un gūt panākumus mainīgajā pasaulē. Tāpēc nodarbinātībai noderīgās prasmes ir būtiska karjeras vadības prasmju sastāvdaļa.” (2; 9. lpp.) Nodarbinātība ir „stāvoklis, kad cilvēki ir iesaistīti darbā, kādā pasākumā” (8), līdz ar to ir jāaplūko, kas ir nepieciešams, lai cilvēks būtu nodarbināms:

Pašvadība – gatavība uzņemties atbildību, elastīgums, pašiniciatīva, neatlaidība, laika vadība, gatavība uzlabot savus rezultātus, pamatojoties uz atgriezenisko saiti, reflektīvo mācīšanos.” (2; 10. lpp.)

Komandas darbs – cieņa pret citiem, sadarbšanās, pārliecināšana, diskusiju veicināšana, visu savstarpējās atkarības apzināšanās.” (2; 10. lpp.)

Izpratne par biznesu un klientu – pamatzināšanas par biznesa panākumu galvenajiem virzītājiem, tajā skaitā par inovāciju nozīmi un pārdomātu risku uzņemšanos, un vajadzība gandarīt klientu un veidot klienta lojalitāti.” (2; 10. lpp.)

Problēmu risināšana, faktu un situāciju analīze, kā arī radošās domāšanas lietošana atbilstošu risinājumu veidošanā.” (2; 10. lpp.)

Komunikācija un rakstīt un lasīt prasme – rakstīt-lasīt prasmes lietošana, spēja radīt skaidru, strukturētu rakstu darbu un mutvārdu prasme, tajā skaitā klausīšanās un jautājumu uzdošana.” (2; 10. lpp.)

Skaitīt prasmes lietošana – manipulācijas ar cipariem, vispārējas matemātiskas zināšanas un to izmantošana praktiskā kontekstā (mērīšana, svēršana, aprēķināšana un formulu lietošana).” (2; 10. lpp.)

Informācijas tehnoloģiju izmantošana – IT pamatprasmes, tajā skaitā iemaņas teksta apstrādē, failu vadībā un interneta meklētājprogrammas izmantošanā.” (2; 10. lpp.)

Iniciatīva un uzņēmējdarbība – spēja demonstrēt inovatīvu pieeju, radošumu, sadarbšanos un riska uzņemšanos.” (2; 10. lpp.)

Kopumā raugoties un nepieciešamajām prasmēm un zināšanās, lai cilvēks būtu nodarbināms ir svarīga vispusīga attīstība un vēlme turpināt pilnveidoties. Svarīgs faktors veiksmīgas karjeras vadīšanai arī ir paša cilvēka pozitīva attieksme gan pret sevi, gan pret profesionālo darbību ar visiem no tās izrietošajiem aspektiem. Atsaucoties uz iepriekšminētajiem aspektiem, jāsaprot, ka jāņem vērā cilvēka fiziskās, emocionālās, psihiskās un garīgās attīstības iezīmes, lai savas dzīves laikā viņš spētu sevi veiksmīgi realizēt karjerā. Līdz ar to ir jāaplūko karjeras vajadzības dažādos vecumos.

### Karjeras vajadzības prasmes dažādos vecumos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<b>Sākumskola 1.-3.klase</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nepieciešama uzmanība un uzslavas.</li> <li>• Piemīt neierobežota enerģija.</li> <li>• Nepieciešama pašapziņas veidošana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atšķir darbu no spēles.</li> <li>• Identificē dažādus darba veidus.</li> <li>• Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos.</li> <li>• Zina, kā pieņemt lēmumus.</li> <li>• Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu.</li> <li>• Identificē personīgās sajūtas.</li> </ul>
<b>Pamatskola ( 4.-9.klase)</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Daudz patstāvīgāki.</li> <li>• Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga.</li> <li>• Var uzņemties vairāk atbildības.</li> <li>• Pārsteidzošs interešu vēriens.</li> <li>• Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificē personīgās intereses, spējas, savas stiprās un vājās puses.</li> <li>• Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem.</li> <li>• Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem.</li> <li>• Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu.</li> </ul>

1.tabula Karjeras vajadzības prasmes dažādos vecumos.

### **III Karjeras izglītības programmas saturs**

#### **1. Karjeras izglītības programmas mērķi**

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" (5.) prasībām, nodrošinot skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, lai skolēns, izprotot savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarības, spētu patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību.

#### **2. Karjeras izglītības uzdevumi:**

##### 2. Karjeras izglītības uzdevumi:

2.1. Stiprināt skolēna izpratni par izglītības un darba vērtībām, veidojot vērtējošu attieksmi un atbildību par sevi un savu rīcību.

2.2. Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām.

2.3. Nostiprināt un attīstīt sekmīgai karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas, karjeras iespēju izpēti un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.

2.4. Apgūt karjeras attīstībā un karjeras vadībā nepieciešamās caurviju prasmes, lai stiprinātu jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, veidotu pozitīvas attiecības un pieņemtu atbildīgus lēmumus.

#### **3. Karjeras izglītības saturs**

1. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā un formā, gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

2. Katra karjeras izglītības joma ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.

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

3.1. pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;



3.2. analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;

3.3. morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;

3.4. 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;

3.5. saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;

3.6. mācīšanās un praktiskās darbības aspekts: prasme patstāvīgi plānot, organizēt un īstenot mācīšanos; dažādu zināšanu un prasmju lietošana praktiskajā darbībā; prasme mācību procesā izmantot dažādu veidu informāciju, konsultēties, atrast palīdzību; prasme izmantot modernās tehnoloģijas;

3.7. matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

4 . Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās, taču ne vienādā mērā.

5. Pamatioma "Pašizpēte un pašvadība" ietver šādas saturiskas tēmas:

5.1. mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;

5.2. manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;

5.3. mana ģimene, tās loma, tradīcijas;

5.4. sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;

5.5. attieksmes un vērtības;

5.6. prasme sadarboties, risināt konfliktus;

5.7. mana veselība un nākotnes nodomi;

5.8. mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;

5.9. pašaudzināšana.

6. Pamatioma "Karjeras iespēju izpēte" ietver šādas saturiskas tēmas:

6.1. darba nozīme cilvēka dzīvē;

6.2. populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;

6.3. manu vecāku darba dzīve;

6.4. informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;

- 6.5. profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- 6.6. darba tirgus un nodarbinātība;
- 6.7. sociālā vide un nodarbinātība;
- 6.8. izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- 6.9. darba likumdošana, darba drošība;
- 6.10. pašnodarbinātība.

#### 7. Pamatjoma “Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana” ietver šādas saturiskas tēmas:

- 7.1. lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- 7.2. lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- 7.3. dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- 7.4. kad viss nenorit tā, kā plānots;
- 7.5. mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa in ilgtermiņa plānošana);
- 7.6. pārmaiņas manā dzīvē;
- 7.7. komandas darba pieredze;
- 7.8. praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 7.9. sevis prezentēšana.

#### **4. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns**

8. Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c. pēc plāna (skatīt IV nodaļu).

#### **5. Karjeras izglītības vērtēšana**

9. 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) apguvē un izmantojot pašvērtējumu:

**Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs,**

**beidzot 3., 6., 9. klasi un veidi to izvērtēšanai**

Klase	Pašizziņa un pašvadība	Karjeras iespēju izpēte	Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Izvērtēšanas veidi
3.	<p>Pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī par neizdošanos un kļūdām. Uzdoz jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) un ar pieaugušā atbalstu, iedvesmojoties no citu sasniegumiem, meklē idejas tās uzlabošanai.</p> <p>Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam.</p> <p>Ar pedagoga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi.</p> <p>Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības.</p> <p>Pastāsta par savas mācīšanās progresu un prasmēm, veido saprotamu mutvārdu runu un reaģē uz klausītāju jautājumiem.</p> <p>Sniedz par sevi informāciju anketā.</p> <p>Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas sniegšanai pēc norādījumiem.</p>	<p>Meklē pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un pats tos pārbauda.</p> <p>Izmanto digitālās tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai pēc norādījumiem.</p> <p>Salīdzina uzņēmumus savā novadā un pilsētā, meklē informāciju par veiksmīgiem sava novada uzņēmumiem un stāsta par tiem.</p> <p>Nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām.</p> <p>Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īstenot intereses un iespējas darba tirgū.</p> <p>Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem.</p> <p>Izmantojot vienkāršu situāciju piemērus, pamato, kāpēc darbs ir vērtība.</p> <p>Saskata vienkāršas ar sekmīgu karjeru saistītas kopsakarības sabiedrībā (skolā, ģimenē un vietējā kopienā).</p> <p>Veido stāstījumu par darba darītājiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli.</p> <p>Pauž savus uzskatus par</p>	<p>Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām.</p> <p>Ir atvērts jaunai karjeras pieredzei.</p> <p>Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzklausa citu viedokli.</p> <p>Atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu saistošā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā.</p> <p>Ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu.</p> <p>Izvirza īstermiņa mērķus savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgūšanai.</p> <p>Raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai.</p> <p>Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz.</p> <p>Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpausmes karjerā un sadzīvē, un piedalās tā nodrošināšanā.</p>	<p>Informācijas vizualizēšana</p> <p>Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Pašvērtējums</p> <p>Piedalīšanās diskusijās (diskusija)</p> <p>Rezumēšana (secināšana)</p> <p>Sadarbības prasmju novērtēšana</p>

		<p>sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes.</p> <p>Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Veido savā pieredzē un viedoklī balstītu argumentāciju karjeras iespēju raksturošanai.</p> <p>Formulē savus secinājumus, saskaņā ar dotajiem norādījumiem.</p>		
6.	<p>Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses, analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras jomās (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</p> <p>Izvērtē pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) izmanto radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie idejām tās pilnveidei, iedvesmojas no citu idejām, tās papildina.</p> <p>Ar skolotāja atbalstu izveido un patstāvīgi papildina darbu mapi (porfolio).</p> <p>Patstāvīgi plāno laiku mācībām un darbam.</p> <p>Patstāvīgi seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei dažādās karjeras jomās un nosaka, vai un kā sniegumu uzlabot.</p> <p>Prot pastāstīt par saviem</p>	<p>Pārlicinās, vai iegūta pietiekami vispusīga un precīza informācija par karjeras iespējām, pārbauda tās ticamību. Izmanto digitālās tehnoloģijas, lai iegūtu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Analizē publiski pieejamo informāciju, lai noskaidrotu, kādi uzņēmumi un kādās nozarēs ir izplatīti vietējā pašvaldībā, un kādu profesiju pārstāvji tajos strādā.</p> <p>Salīdzina profesijas, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml.</p> <p>Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.</p> <p>Atlasa un vizualizē un informāciju par darba saturu dažādās nozares profesijās.</p> <p>Skaidro dažādu profesiju</p>	<p>Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības. Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu.</p> <p>Piedalās savu karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.</p> <p>Ar pedagoga atbalstu nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu dotajā kontekstā.</p> <p>Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.</p> <p>Patstāvīgi izvirza vairākus karjeras attīstības (mācīšanās) mērķus un plāno, kā tos īstenot gan vienatnē, gan grupā.</p> <p>Izvirzot sev īstermiņa mērķus, izmanto gan savu, gan nozīmīgu citu cilvēku pieredzi.</p> <p>Iztēlojoties karjeras mērķa sasniegšanas gaitu un eksperimentējot domās, veido karjeras attīstības plānu, īsteno to, izvērtē paveikto pēc paša radītiem kritērijiem un</p>	<p>Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu mape Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Multimediju prezentācija Mutiska uzstāšanās Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana</p>

	<p>dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu, iesaistās dialogā ar klausītājiem.</p> <p>Atbilstoši adresātam un saziņas mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētas aptaujas jautājumiem. Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei.</p>	<p>nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.</p> <p>Skaidro sekmīgas karjeras ietekmi uz tās īstenotājiem, viņu ģimenes locekļiem, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību nacionālā mērogā un saskata savu nepieciešamību iesaistīties savas kopienas dzīves uzlabošanā.</p> <p>Iepazīst un izvērtē veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.</p> <p>Pēc dotajiem un paša radītajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Veido faktos par karjeras iespējas kontekstu balstītu argumentāciju, atšķir atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā. Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus par karjeras iespēju.</p>	<p>iesaka uzlabojumus.</p> <p>Izzina pieejamos resursus un atrod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri.</p> <p>Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to.</p> <p>Analizē sadarbību karjerā un sabiedrībā.</p>	
--	---	---	--	--

<p>9.</p>	<p>Patstāvīgi analizē savas snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</p> <p>Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušu atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.</p> <p>Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes.</p> <p>Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā.</p> <p>Nosauc savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs.</p> <p>Patstāvīgi izvēlas un iekļauj plānā savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes, nosakot šo izvēļu priekšrocības un trūkumus.</p> <p>Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās, izzina sava padarītā progresu un nosaka, vai un kā uzlabot sniegumu. Izmanto kļūdas, lai mērķtiecīgi mainītu savu darbību.</p> <p>Mērķtiecīgi plāno un</p>	<p>Tiecas iegūt vispusīgu un precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās.</p> <p>Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.</p> <p>Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.</p> <p>Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs.</p> <p>Analizē dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.</p> <p>Analizē, kā sekmīga atsevišķu indivīdu karjera ietekmē pašus, viņu ģimenes locekļus, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību Eiropas mērogā un pamato to, ar dažādos avotos gūtu informāciju un statistikas datiem.</p> <p>Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un</p>	<p>Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus.</p> <p>Ir gatavs pieņemt nenoteiktību un jaunus izaicinājumus.</p> <p>Piedalās un aizstāv viedokli diskusijās par savām karjeras iecerēm.</p> <p>Nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, raksturo problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēloņsakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā.</p> <p>Formulē kontekstā balstītus strukturētus pieņēmumus.</p> <p>Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.</p> <p>Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi.</p> <p>Plāno savu izaugsmi mācībās un brīvā laika aktivitātēs, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.</p> <p>Spriežot "atpakaļgaitā" un atrodot pretpiemērus veido karjeras attīstības situācijas modeļus un tajā pamatotu karjeras attīstības plānu.</p> <p>Īsteno to, un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņēmieni.</p> <p>Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam.</p> <p>Elastīgi un izsvērti</p>	<p>Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums</p> <p>Darbu mape</p> <p>Informācijas vizualizēšana</p> <p>Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās)</p> <p>Multimediju prezentācija</p> <p>Mutiska uzstāšanās</p> <p>Pašvērtējums</p> <p>Piedalīšanās diskusijās (diskusija)</p> <p>Rakstiska atskaite</p> <p>Rezumēšana (secināšana)</p> <p>Sadarbības prasmju novērtēšana</p>
-----------	--	---	---	--

	<p>veido strukturētu un saturīgu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju. Raksta patstāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē.</p> <p>Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta satura (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas.</p>	<p>īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un patstāvīgi formulē pamatotus secinājumus.</p>	<p>izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri. Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu. Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.</p>	
--	---	--	---	--

## IV Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns izglītības iestādē

Balstoties uz karjeras programmas saturu karjeras izglītības programmu, karjeras izglītību īsteno izglītības iestādē pēc sekojoša plāna:

Klašu grupa	Karjeras izglītības joma	Tēma	Sasniedzamais rezultāts	Īstenošana
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem.</li> <li>Veido stāstījumu par darba darītājiem.</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem.</li> <li>Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte	Darba nozīme cilvēka dzīvē	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām.</li> <li>Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, ņemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma
1.-3.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesiju daudzveidība	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām.</li> <li>Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām.</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma
4.-6.	Pašizziņa saistība	Izjūtu un mācību (darba) rezultātu	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nosauc un analizē personiskās īpašības un uzvedību.</li> <li>Skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras jomās (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma
4.-6.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Sevis iepazīšanas veidi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nosauc un analizē personiskās īpašības un uzvedību.</li> <li>Salīdzina profesiju veidus, balstoties uz tajās veicamā darba specifiku.</li> <li>Pēc skolotāja dotā parauga</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, valodu mācību joma



			analizē informāciju par veicamā darba saturu dažādās profesijās.	
4.-6.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Darbs kā katra cilvēka ikdienas nepieciešamība un zināšanu un prasmju pilnveides iespēja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu.</li> <li>• Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu.</li> <li>• Piedalās karjeras iespēju un karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma
4.-6.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana.	Profesijas, to saturs un daudzveidība	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Skaidro dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.</li> <li>• Salīdzina profesiju veidus, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku.</li> <li>• Piedalās karjeras iespēju un karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma
7.-9.	Pašizziņa	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atpazīst savas darbības stiprās puses.</li> <li>• Ar pieaugušā atbalstu rod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.</li> <li>• Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma
7.-9.	Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Savu sasniegumu atspoguļojums, izmantojot IKT	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patstāvīgi pilnveido darbu mapi.</li> <li>• Izvēlas un izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā.</li> <li>• Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi).</li> <li>• Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās.</li> <li>• Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma

			atbildību par to izpildi.	
7.-9.	Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</li> <li>Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, ievēro kopīgi izveidotos diskusijas noteikumus.</li> <li>Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus.</li> </ul>	Sociālā un pilsoniskā mācību joma, kultūras izpratnes un pašizpaušmes mākslā mācību joma

### Ārpusstundu pasākumi

Karjeras izglītības joma	Tēma	Sasniedzamais rezultāts	Pasākuma veids	Mērķauditorija
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana "Nakts profesijas" (45. metodika)	Profesiju daudzveidība un darba pienākumi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</li> <li>Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, piekrišanu vai nepiekrišanu, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo.</li> </ul>	Tikšanās ar profesionāli	5.-9. klašu skolēni
Karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmuma pieņemšana un īstenošana	Karjeras iespējas pēc pamatskolas vai vidusskolas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</li> <li>Piedalās diskusijās par karjeras iespējām un karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, piekrišanu vai nepiekrišanu, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo.</li> </ul>	Ēnu diena, Atvērto durvju diena, karjeras izstāde "Skola", tikšanās ar profesionāli, diskusijas	8.-9.klašu skolēni
Karjeras iespēju izpēte	Profesiju daudzveidība un profesijas izvēles nosacījumi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</li> <li>Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.</li> </ul>	Ceļvedis profesiju pasaulē, tikšanās ar profesionāli, tikšanās ar personību	8.-9. klašu skolēni
Karjeras	Nodarbinātības	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mērķtiecīgi izzina, analizē,</li> </ul>	Ekskursijas	7.-9. klašu

iespēju izpēte	iespējas tuvākajā apkārtnē	<p>izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.</li> </ul>	uzņēmumos, tikšanās ar profesionāli, radošās darbnīcas, Atvērto durvju diena uzņēmumā, Ēnu diena	skolēni
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte	Profesiju un amatu daudzveidība	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Izvēlas savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes nosaka šo izvēļu priekšrocības un trūkumus.</li> <li>• Analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību.</li> <li>• Atpazīst savas darbības stiprās puses un rod veidus, kā attīstīt spējas pārvaldīt savu domāšanu, emocijas un uzvedību.</li> </ul>	Ekskursijas uzņēmumos, tikšanās ar profesionāli, radošās darbnīcas, Atvērto durvju diena uzņēmumā, Ēnu diena	1.-9. klašu skolēni
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Nodarbošanās veidu daudzveidība	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Izvēlas savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes nosaka šo izvēļu priekšrocības un trūkumus.</li> <li>• Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses, analizē personiskās īpašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbību izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos).</li> <li>• Skaidro vaļasprieku un profesionālo interešu savstarpējo atbilstību.</li> <li>• Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu neikdienišķas sakarības.</li> <li>• Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu.</li> </ul>	Ekskursijas uzņēmumos, tikšanās ar profesionāļiem, radošās darbnīcas, tehniskās jaunrades diena, tikšanās ar absolventiem	1.-9. klašu skolēni
Pašizziņa, karjeras iespēju izpēte, karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana	Profesija un tās piemērotība	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes.</li> <li>• Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās</li> </ul>	Zinātniskās pētniecības darbs karjeras izglītībā	8.-9. klašu skolēni

		<p>nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.</li> <li>• Plāno savu izaugsmi saistībā ar mācībām un vaļaspriekiem, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.</li> </ul>		
Pašizziņa	Profesiju daudzveidības iepazīšana.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Izvēlas savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes nosaka šo izvēļu priekšrocības un trūkumus.</li> <li>• Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību, atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu rod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.</li> </ul>	Profesiju gatatirgus,	1.-9. klašu skolēni

### Pasākumi potenciālajiem izglītojamajiem un viņu vecākiem

Pasākuma nosaukums un veids	Sasniedzamais rezultāts	Mērķauditorija
Vecāku karjeras atbalsts izlaiduma klašu skolēniem	Skolēnu vecāki zina, kā atbalstīt savu bērnu karjeras izvēles un lēmumu pieņemšanas procesā	9.klases skolēnu vecāki
Karjeras lēmumu pieņemšana	Skolēnu vecāki zina, kā atbalstīt savu bērnu karjeras izvēles un lēmumu pieņemšanas procesā	7.-9.klašu skolēnu vecāki
“Iekāp sava bērna korpēs!”	Skolēnu vecāki gūst priekšstatu, kā notiek aktīvā mācīšanās stundās	Potenciālo izglītojamo - 1.-9. klašu skolēnu vecāki

## V 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. Aptauju izmanto kā heuristisku mācību metodi, lai iegūtu citu mācību metožu (piem., diskusijas, projekta darba u.c.) īstenošanai nepieciešamo informāciju.

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

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

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

**Darbu mape** (portfolio) Skolēna veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš iepļānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu kopīgi izvērtē skolēna sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna pašizpēti, pašanalīzi un pašregulāciju. Darbu mape ir pašizziņas, pašatklāsmes, paraksturošanas un pašanalīzes instruments, kas cilvēkam palīdz apzināties dabas dotos talantus, savas stiprās puses un priekšrocības, novērtēt sevi un palīdz saskatīt karjeras iespējas. Darbu mapi skolēni var veidot papīra formātā vai digitāli.

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

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

**Didaktiskā spēle** Pieredzes izglītības metode, spēle, kurai ir skolotāja definēts izglītojošs mērķis un noteikta struktūra. Didaktiskās spēles var iedalīt trīs kategorijās: konstruēšanas spēles (spēles ar materiāliem, detaļām, dažādu telpisku objektu un mehānismu konstruēšana), lomu (simulācijas) spēles (reālās dzīves notikumu, darbību un situāciju atveidošana) un spēles ar noteikumiem (spēles, kurās jāievēro noteikti nosacījumi – galda spēles, kāršu spēles, bingo, sporta spēles, muzikālās spēles u.c.).

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

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

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

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

**Heiristiskas** Skolotāja vadītas pārrunas, kuru laikā skolēni nonāk pie subjektīvi jauniem atklājumiem. Intervija Skolēni, atbilstoši skolotāja dotajam uzdevumam, iztaujā par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus, pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus Jautājumi – atbildes Skolotājs vai skolēni mutvārdos vai rakstiski uzdod jautājumus par noteiktu tematu un atbild uz tiem.

**Katehētiskas pārrunas** Pārrunas, kuru laikā skolēni precizē un nostiprina esošās zināšanas.

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

**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. Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus metode ļauj skolēniem izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras, kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.

**Kooperatīvā mācīšanās** 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.

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

**Lomu spēles** Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni 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.

**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 dažādus mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes un pilnveidot skolēnu sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni saņem mācību uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni sagatavo pārskatu par paveikto un demonstrē to pārējiem, vai iesniedz skolotājam.

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

**Piramidālā diskusija** Mācību metode, kurā notiek pakāpeniska pāreja no individuālā darba uz diskusiju klasē (grupā). Pēc mācību uzdevuma saņemšanas, skolēni strādā individuāli, izdarot uzdevumā paredzētās izvēles un pieņemot lēmumus. Pēc tam skolēni apvienojas pāros un apspriež individuāli pieņemtos lēmumus, izveidojot kopīgu pāra viedokli par veicamo uzdevumu. Nākamajā posmā, diviem pāriem apvienojoties, diskusija un lēmuma pieņemšana, no visām izvēlēm izveidojot vienu kopēju izvēli, notiek četratā. Diskusija turpinās aizvien lielākās grupās, kamēr viens kopējs lēmums tiek pieņemts klases kopējā diskusijā. Nobeigumā skolēni skolotāja izvēlētajā veidā izvērtē kopējo lēmumu un tā pieņemšanas gaitu

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**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.

**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.

**Venna diagramma** Grafiskais organizators, kuru izmanto kopīgā un atšķirīgā noteikšanai un jēdzienu definēšanai. Venna diagrammu zīmē kā vairākus, parasti divus vai trīs pārklājošos apļus. Diagramma ļauj uzskatāmi parādīt dažāda rakstura attiecības starp jēdzieniem, grupām, kategoriju kopām u.c. Atspoguļojot informāciju diagrammā, apļu daļās, kuras nepārklājas, raksta atšķirīgo, daļās, kurās apļi pārklājas – kopīgo. Apkopojot individuāli vai mazajās grupās izveidoto Venna diagrammu saturu, skolotājs, uzklusot argumentētus skolēnu viedokļus, var veidot lielu diagrammu uz tāfeles un organizēt diskusiju par jēdzienu attiecībām.

**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.

**Vizualizēšana** Mācību metode, kurā skolotājs vai skolēni informācijas uztveres atvieglošanai un papildināšanai izmanto vai patstāvīgi izveido simboliskus uzskates līdzekļus (objektu attēlus ar



vārdu, simbolu un krāsu palīdzību), piem., domu kartes, shēmas, diagrammas, tabulas, plānus, kartes, zīmējumus u. c. Lietojot vizualizācijas metodes, skolēni pilnīgo vizuālo uztveri, apgūst skaidrāku redzējumu uz lietām un pilnveido spēju paskatīties uz problēmām no cita skatupunkta un ieraudzīt problēmu risinājumu skaidrākā perspektīvā.

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

## VI Literatūra karjeras izglītības realizēšanai

- Akmeņkalna, I., Kārklīšs, A., Kalniņa, I., (2007). Mērķtiecīga karjeras veidošana. Rīga: LUMA.
- Akmeņkalna, I., Kārklīšs, A., Skutele, D. (2007). Mērķu sasniegšana. Rīga: LUMA.
- Akmeņkalna, I., Skutele, D., (2007). Saskarsme. Rīga: LUMA.
- Alens, Dž., Nerne, Dž., (2000). Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – Rīga: Skolu atbalsta centrs.
  - Amundsons, N., (2016). Aktīvā iesaistīšanās. Esība un darbība karjeras konsultēšanā. 4.izd. Rīga: VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/Amundsen\\_book\\_FINAL.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/Amundsen_book_FINAL.pdf)
  - Atbilstošas vides izveide jauniešu ar speciālām vajadzībām integrācijai izglītības sistēmā. 5 burtnīcas. (2007). Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeironi”.
  - Baldiņš, A., Raževa, A., (2001). Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – Rīga: Pētergailis.
  - Barsineviča, S., Graumane, Z., Jirjena, K., Kinčiusa, B., Pēterhofa, M., Treija, R.,(2000). Daudzpusīgā intelekta teorija skolā. Pieredzes materiāls. Rīga: Skolu atbalsta centrs.
  - Beloraga, G., (2007). Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām. Rīga: Zvaigzne ABC.
  - Boitmane, I., (2006). Personāla atlase un novērtēšana. Rīga: SIA Lietišķās informācijas dienests.
  - Ceļā uz mūžizglītību. Mūžizglītības politika Latvijā. (2007). Rīga: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība.
  - Daija, Z., Panasina, I., (2000). Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. Rīga: Profesionālās karjeras izvēles centrs. Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/51f9ff8ca00116.19265717.pdf>
  - Daiktere, I. (2007). Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika. Rīga: SIA LUMA.
  - Darba likums un Darba aizsardzības likums. / Sērija: Likumi. (b.g.) – Rīga: Zvaigzne ABC.
  - Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7.–9. klasēs. (2004). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/Darba\\_pasaules\\_un\\_karjeras\\_iespeju\\_izpete.p df](http://viaa.gov.lv/library/files/original/Darba_pasaules_un_karjeras_iespeju_izpete.p df)
  - Darbaspēka profesionālā mobilitāte. (2007). Rīga: LU., Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/upload/darba\\_tirgus/darba\\_tirgus/petijumi/darbaspeku\\_profesionala\\_mobilitate.pdf](http://www.lm.gov.lv/upload/darba_tirgus/darba_tirgus/petijumi/darbaspeku_profesionala_mobilitate.pdf)
  - Darba tirgus īstermiņa prognozēšana. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6&mid=465>
  - Dektereva, N., Dorofjeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G., (2008). Interesantas idejas klases audzinātājam. Rīga: RaKa.
  - Dektereva, N., Dorofjeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G.,(2008). Mūsdienīga skolēna portfolio. Rīga: RaKa.
  - Dokumenti un statistika. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6>
  - Drošas un atbilstošas darba vides izveide cilvēkiem ar invaliditāti rokasgrāmata. (2006) Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeironi”.
  - Dubkēvičs, L. (2006). Saskarsme audzēkņiem. Rīga: Jumava.

- Es. Sabiedrība. Valsts. Rokasgrāmata pasniedzējiem pilsoniskajā izglītībā. (1999). Rīga: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība, „Impresio”.
- Eiropas Savienības nodarbinātības politika, darba tirgus un dzimumu līdztiesības jautājumi. 1., 2.daļa. (2005). Rīga: Labklājības ministrija, ULMA.
- EMKAMPT karjeras atbalsta glosārijs. (2013). Rīga. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/glossary\\_web\\_emkapt.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/glossary_web_emkapt.pdf)
- Iepazīsti sevi! Psiholoģiskie testi. (1997). Sast. F.Kvīna-Šica. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Izglītība pēc 9. klases. (2005). Rīga: V/A PIAA, Profesionālās orientācijas informācijas centrs.
- Izglītība pēc 12. klases. (2005). Rīga: V/A PIAA, Profesionālās orientācijas informācijas centrs.
- Jaunieši pārmaiņu sabiedrībās. Diskusiju ceļvedis. (2002). Rīga: UNICEF.
- Kalme, A., Kāds es esmu? Pašizziņas testi. (B.g.). Rīga: Zvaigzne ABC.
- Karjeras atbalsta sistēma Latvijā. (2012). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/guidance\\_system\\_lv.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/guidance_system_lv.pdf)
- Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem – caur mācīšanos uz darbu. (2010). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_atbalsta\\_pasakumi\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf)
- Karjeras attīstības atbalsts. Rokasgrāmata politikas veidotājiem. (2007). Rīga: VIAA
- Virtuālā karjeras konsultantu platforma. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts. Pieejams: <http://www.careercenteronline.org/>
- Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem Rīga: PIAP aģentūra. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
- Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs. Darba burtnīca. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/722/prof\\_karjeras\\_izgl\\_burtniica.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/722/prof_karjeras_izgl_burtniica.pdf)
- Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs. Skolotāja rokasgrāmata. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras\\_izgl\\_9\\_klasee\\_2006.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_9_klasee_2006.pdf)
- Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009 (2010). Rīga: VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_izgliitiiba\\_skolaa\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf)
- Karjeras izglītība 7. klasē. Metodiski ieteikumi. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras\\_izgliitiiba\\_7\\_klase\\_metodika\\_2006.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgliitiiba_7_klase_metodika_2006.pdf)
- Karjeras izglītība 7.-9. klasei. Skolotāja rokasgrāmata. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras\\_izgl\\_7\\_9\\_klaseee.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_7_9_klaseee.pdf)
- Karjeras izglītība 8. klasē. Metodiski ieteikumi. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras\\_izgl\\_8\\_klasee.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_8_klasee.pdf)
- Karjeras izglītība 9. klasē. Metodiski ieteikumi. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras\\_izgl\\_9\\_klasee\\_2006.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_9_klasee_2006.pdf)
- Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemānu veidošanai starp priekšmetu tēmā. (2004). Rīga: PIAA, PIAC. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras\\_izglitibas\\_merki\\_psk.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras_izglitibas_merki_psk.pdf)
- Karjeras konsultēšanas metodes. (2009). Rīga: VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_kons\\_metodes.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf)
- Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi. (2007). Jelgava: PKIC.
- Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne? (2007). Jelgava: PKIC.
- Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne? (2007). Jelgava: PKIC.

- Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā. (2016). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/38233\\_Karjeras\\_vadibas\\_buklets.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/38233_Karjeras_vadibas_buklets.pdf)
- Karjeras Ziņas. Rīga: VIAA Karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/kad\\_zinu\\_izdevumi/](http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/)
- Ko darīt pēc 9. klases? (2003). Rīga: LR IZM.
- Ķīkule, I., (2006). Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5.–8. klasei. Rīga: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”.
- Lapiņa, L., Rudiņa, V., (1997). Apgūsim demokrātiju. Skolotāja rokasgrāmata: interaktīvās mācīšanas metodes. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Liepiņa L., Atkārtošanai. Grupu darbs latviešu valodas stundās 9.–12. klasei. (2007). Lielvārde: Lielvārds.
- Lemešonoka, I., (2017). Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās vispārizglītojošās skolas pedagoģiskajā procesā. Promocijas darbs. Rīga: Latvijas Universitāte.
- Mans bērns izvēlas karjeru. (2010). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans\\_berns\\_izvelas\\_karjeru\\_web.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf)
- Mūža ilgumā pieejamu karjeras attīstības atbalsta pakalpojumu uzlabošana. Improving lifelong guidance policies and systems. Neoficiāls Eiropas vienoto uzziņas materiālu tulkojums. (2006). Rīga: PIAA.
- Nodarbinātība. (B.g.). Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeirons”.
- Nodarbinātības valsts aģentūras pētījumi. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6&mid=95>
- Nucho, A.O., Vidnere, M., (2002). Garīgās veselības veicināšana. Rīga: RaKa.
- Par darba aizsardzības jautājumiem, uzsākot darba gaitas. (2011). Rīga: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts. Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/upload/jauniesiem2/atg\\_uzsak\\_darb.pdf](http://www.lm.gov.lv/upload/jauniesiem2/atg_uzsak_darb.pdf)
- Pīvijs, V., (2011). Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262\\_viaa\\_pivijs\\_2012\\_f.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijs_2012_f.pdf)
- Profesiju aprakstu katalogs. (2007). 1.sēj. Rīga: PKIVA. Pieejams: [http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju\\_aprakstu\\_katalogs\\_A4.pdf](http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf)
- Profesiju definīciju katalogs. (2007). Rīga: PKIVA. Pieejams: <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>
- Profesiju klasifikators. (2006). Rīga: Latvijas Vēstnesis. Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/lv/index.php?option=com\\_content&view=article&id=80154](http://www.lm.gov.lv/lv/index.php?option=com_content&view=article&id=80154)
- Profesionālās izglītības iespējas Rīgas reģionā. Rīga: Nodibinājums „Rīgas reģiona attīstības aģentūra.
- Profesionālās orientācijas pakalpojumu saņēmēju mērķa grupu vajadzību izpētes sistēmas izstrāde un realizācija. Pētījuma ziņojums. (2007). Rīga: PKIVA.
- Rubana, I.M., Mācīties darot. 2.izd., (2004). Rīga: RaKa.
- Saltana, R. Dž., (2011). Karjeras vadības prasmes – vērtēšana kā mācību procesa daļa.
- Skutele, D., Akmeņkalna, I., (2007). Saskarsme. Mācību metodika. Rīga: SIA LUMA.
- Stabiņš, J., Pupiņš, M., (2008). Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs. Rīga: RaKa.

- Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. (2012). 2.izd., VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa\\_naviguide\\_interactive.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf)
- Templers, R., (2007). Veiksmīgas karjeras likumi. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Topošā darbinieka rokasgrāmata. (2011)., Latvijas Brīvo arodbiedrību savienība. Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts\\_jaunajiem\\_uznemejiem.pdf](http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts_jaunajiem_uznemejiem.pdf)
- Veiksmes kods. Latviešu uzņēmēju veiksmes stāsti un atziņas. Rīga: LIAA, ZINIS. Pieejams: [http://www.liaa.gov.lv/files/liaa/attachments/28\\_veiksmes\\_kods.pdf](http://www.liaa.gov.lv/files/liaa/attachments/28_veiksmes_kods.pdf)
- Veiksmīgas karjeras anatomija. (2009). Rīga: Lietišķās informācijas dienests.
- Žagare, T., Grūbe, G., (2002). Ceļvedis jauniešiem lielajā pasaulē. Rīga: Latvijas Cilvēktiesību un etnisko studiju centrs, SIA „Parks Reklāmai”.

### **Palīgmateriāli**

- Atbalsta informācija jauniešiem - uzņēmējiem. Infografika. LM. Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts\\_jaunajiem\\_uznemejiem.pdf](http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts_jaunajiem_uznemejiem.pdf)
- Atver durvis mācībām, atpūtai un darbam Eiropas Savienībā. (2007). Rīga: VIAA.
- Darbs mājās, - mājas Eiropā! Rīga: LM NVA.
- Grāmatzīme – Braukt vai nebraukt?(2011).VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/732/gramatzim70x220\\_6.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/732/gramatzim70x220_6.pdf)
- Iepazīsti savu profesiju! Lidmašīnas trafarets. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/44368\\_VIAA\\_lidmasina\\_repro\\_labots\\_interne\\_tam.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/44368_VIAA_lidmasina_repro_labots_interne_tam.pdf)
- Infografika - Izvēliesizglītību Latvijā! VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/73183\\_Izglitiba\\_LV\\_VIAA\\_infografika\\_v4\\_3\\_.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/73183_Izglitiba_LV_VIAA_infografika_v4_3_.pdf)
- Infografika - Jaunieša ceļvedis izglītībai un karjerai Eiropā. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/ES\\_t\\_kli\\_infografika.png](http://viaa.gov.lv/library/files/original/ES_t_kli_infografika.png)
- Infografika – Kā plānot karjeru? (2014). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas\\_celji\\_fdp.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas_celji_fdp.pdf)
- Infografika - Kā iepazīt profesijas? (2014). VIAA. Pieejams: [http://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika01\\_ka\\_iepazit\\_profesiju\\_150x297mm\\_screen.pdf](http://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika01_ka_iepazit_profesiju_150x297mm_screen.pdf)
- Infografika - Karjeras atbalsta sistēmas dalībnieki un to lomas. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras\\_atbasta\\_sistemas\\_dalibnieki\\_un\\_to\\_lomas.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras_atbasta_sistemas_dalibnieki_un_to_lomas.pdf)
- Infografika - Kas Tev jāuzzina par sevi, lai veiksmīgi plānotu karjeru? (2014). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/732/infografika04\\_kas\\_tev\\_jaauzina\\_150x297mm\\_screen.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/732/infografika04_kas_tev_jaauzina_150x297mm_screen.pdf)
- Infografika - Kā izvēlēties piemērotāko izglītības iestādi? (2014). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/732/infografika03\\_ka\\_izveleties\\_skolu\\_150x297mm\\_screen.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/732/infografika03_ka_izveleties_skolu_150x297mm_screen.pdf)
- Infografika - Ko es zinu par mobilitāti? VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/ko\\_es\\_zinu\\_par\\_mobilitati\\_final.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/ko_es_zinu_par_mobilitati_final.pdf)
- Infografika - Latvijas izglītības sistēma. IZM. Pieejams: <http://www.izm.gov.lv/images/infografikas/IZMIzglitibasSistemaSmall.jpg>
- Infografika - Mākslas priekšmeti. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/maksla\\_infogr.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/maksla_infogr.pdf)

- Infografika - Priekšmetu cikls "Cilvēks un sabiedrība". VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/sabiedriba\\_infogr.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/sabiedriba_infogr.pdf)
- Infografika - Tālākās izglītības ceļi pēc 9. klases un 12. klases. (2015). VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas\\_celji\\_fdp.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas_celji_fdp.pdf)
- Infografika - Tavas attīstības iespējas skolas laikā. (2015). VIAA. Pieejams: <http://viaa.gov.lv/library/files/original/Prasmes.pdf>
- Infografika – Tehnoloģiju un zinātņu pamati. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/eksaktie\\_prieksmeti\\_infogr.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/eksaktie_prieksmeti_infogr.pdf)
- Infografika - Valoda. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/valodas\\_infogr.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/valodas_infogr.pdf)
- Izglītības iespējas Eiropā. CD (2009). VIAA.
- Jauniešu garantijas informācijas grafika. LM. Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/upload/infografikas/jauniesu\\_garantija\\_a4\\_infografika\\_20012015.pdf](http://www.lm.gov.lv/upload/infografikas/jauniesu_garantija_a4_infografika_20012015.pdf)
- Jauniešu nodarbinātība. Pieejams: [http://www.lm.gov.lv/upload/infografikas/vizualis\\_jauniesu\\_garantija.png](http://www.lm.gov.lv/upload/infografikas/vizualis_jauniesu_garantija.png)
- Karjeras jomas. Rīga: PKIVA.
- Karjeras nedēļa – ikgadēja tradīcija, kas turpinās pašvaldībās. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/karjeras\\_nedela/par\\_karjeras\\_nedelu/](http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/par_karjeras_nedelu/)
- Kas jāzina par studiju programmu? Akreditācija. Licence. Rīga: AIKNC.
- Kur meklēt informāciju un palīdzību profesijas un izglītības izvēles gaitā? Rīga: PKIVA.
- Latvijas izglītības sistēma. Rīga: PIAA, POIC.
- Mācību metodiskais līdzeklis "Karjeras kompass". VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/karjeras\\_specialistiem/](http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/karjeras_specialistiem/)
- Mācību un darba iespējas elektronikas un elektrotehnikas nozarē domājot par nākotnes profesiju un karjeru... Rīga: Biedrība „Latvijas Elektrotehnikas un elektronikas rūpniecības asociācija”.
- Motivācija, prasmes, modulārā apmācība – konkurētspējai. Rīga: LM NVA.
- Nacionālā izglītības iespēju datu bāze. VIAA. Pieejams: <http://www.niid.lv/>
- Profesiju pasaule. VIAA. Pieejams: <http://www.profesijupasaule.lv/>
- Veidosavu karjeru pats! Origami kubs. VIAA. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/library/files/original/48455\\_VIAA\\_origami\\_labots\\_internetam.pdf](http://viaa.gov.lv/library/files/original/48455_VIAA_origami_labots_internetam.pdf)

### **Audio un videomateriāli**

- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas būvniecības nozarē (2008). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē (2007).DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē (2008). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē (2008). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas meža nozarē (2007). DVD: VIAA.
- Domā pats! (videofilma 5.–8. klasei).
- Iepazīsti izglītības un darba pasauli (2001). CD-ROM: PIAP.

- Iepazīsti un izvēlies! Virtuālais ceļvedis: Daugavpils Universitāte, Latvijas Lauksaimniecības universitāte, Liepājas Pedagoģijas akadēmija, Rēzeknes Augstskola, Ventspils Augstskola, Vidzemes Augstskola. CD.
- Kurp doties? Ķīmiķis. Farmaceits. Mikrobiologs. (TV raidījumi) Nākotnes aprēķins. (filma) (2006). DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”.
- Kurp doties? Farmaceits. Vides speciālists. Mārketinga speciālists. (2007) DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”.
- Mana karjera manās rokās. Autoceļu būvniecība. CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
- Mana karjeras – manās rokās(2008). Energētika. CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
- Napo – safety with a smile. Pieejams: <https://osha.europa.eu/en/tools-andpublications/napo-safety-smile>
- Profesionālās darbības jomas Latvijā. DVD (1., 2.disks), VHS: PKIVA.  
Progresīvās profesijas. CD: PKIVA, Labklājības ministrija, projekts „Profesiju segregācijas cēloņu mazināšana”.
- Studijas datorikas nodaļā. Fragments no LTV7 raidījuma „Aktualitātes”. (13.04.2008.) CD (.mpg): SIA „AGD GRUPA”.
- Zaļais pipars. RTU Karjeras centrs. Pieejams: <http://karjera.rtu.lv/portfolioitem/izglitojosa-filma-zalais-pipars/>

## VII Izmantotā literatūra

1. Izglītības likums. Pieejams: <http://likumi.lv/doc.php?id=50759>
2. Karjeras izglītība skolā. VIAA, 2010. (8. – 9. lpp.) Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_izgliitiiba\\_skolaa\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf)
3. Karjeras izglītības paraugprogramma. Rīga, 2011.
4. Letonika (programmā izmantotie jēdzieni un to skaidrojumi). Pieejams: <http://www.letonika.lv/groups/default.aspx?cid=50085&r=1107&lid=50085&g=1&q=darbs&h=2752>
5. Ministru kabineta noteikumi Nr.468. “Noteikumi par valsts pamatzglītības standartu, pamatzglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatzglītības programmu paraugiem”. Pieejams: <http://likumi.lv/doc.php?id=268342>
6. Par Karjeras izglītības īstenošanas plānu valsts un pašvaldību vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs 2015.-2020. gadam. Pieejams: <http://likumi.lv/ta/id/278999-parkarjeras-izglitibas-istenosanas-planu-valsts-un-pasvaldibu-visparejas-un-profesionalasizglitibas-iestades-2015-2020>
7. Privātskolas „Templum” karjeras izglītības programma. 2015. Pieejams: [http://templum.lv/wpcontent/uploads/2016/02/Karjera\\_programma\\_2016\\_01\\_10\\_22\\_35\\_55\\_77\\_6.pdf](http://templum.lv/wpcontent/uploads/2016/02/Karjera_programma_2016_01_10_22_35_55_77_6.pdf)
8. Tezauris (skaidrojošā vārdnīca) Pieejams: <http://tezaurs.lv/#/sv/nodarbin%C4%81t%C4%ABba>
9. VISC Metodiskais līdzeklis “Klases stundu programmu paraugs.” Rīga, 2016. (27. – 31. lpp.) Pieejams: [http://visc.gov.lv/audzinasana/metmat/klases\\_stundu\\_progr\\_%20paraugs.pdf](http://visc.gov.lv/audzinasana/metmat/klases_stundu_progr_%20paraugs.pdf)
10. Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm. Pieejams: [https://viaa.gov.lv/library/files/original/KAA\\_pasakumu\\_plana\\_paraugs\\_visparejas\\_izglitibas\\_iestadem.pdf](https://viaa.gov.lv/library/files/original/KAA_pasakumu_plana_paraugs_visparejas_izglitibas_iestadem.pdf)