

*Apstiprināts ar  
2018.gada 3.septembra  
direktora rīkojumu nr1-8/16*



# *Jelgavas 4. vidusskolas Karjeras izglītības programma 1. -12. klasei*

*Programmu izstrādāja  
Ludmila Jaščenko  
Jelgavas 4. vidusskolas  
pedagogs karjeras konsultants*

*Programmu izvērtēja  
Sanita Baltiņa  
Jelgavas 4.vidusskolas direktora vietniece audzināšanas jomā  
Aija Pridāne  
Jelgavas 4.vidusskolas izglītības metodiķe*

*Jelgava 2018*

## **IEVADS**

Karjeras veidošanas process sakas jau bērnībā. Bērnā augot, sāk attīstīties arī bērna intereses. Sākumā cilvēks iepazīst pasauli, tās likumsakarības, veido savu attieksmi pret to. Balstoties uz savu attieksmi, viņš nodarbojas ar pašizziņu un meklē sev atbilstošākās lomas sabiedrībā, izvēlas savas dzīves mērķus un to sasniegšanas ceļus.

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpausmei visa mūža garumā.

Karjeras izglītība skolā palīdz skolēniem sagatavoties efektīvai pārejai uz pieaugušo darba dzīvi un ir vērsta uz personības izaugsmi, uz tādas personības, kas spējīga pati sevi pilnveidot, attīstīt, vadīt, kas spēj izmantot visus sev pieejamos resursus un informāciju savas dzīves un karjeras attīstībā. Savukārt mūsdienu skolas mērķis ir izveidot zināšanu sabiedrību, tāpēc karjeras izglītības mērķis un skolas mērķis ir savstarpēji saistīti un karjeras izglītības īstenošana skolās kļūst aizvien aktuālāka.

Integrējot karjeras izglītību klases audzināšanas stundās, mācību priekšmetos un dažādos ārpusstundu pasākumos, Jelgavas 4.vidusskolai tiek izstrādāta karjeras izglītības programma, kura attīsta sevis izpratni, informācijas meklēšanas prasmes, profesionālo pašnoteikšanos karjeras attīstībai skolēniem. Jelgavas 4.vidusskolā mācās dažāda vecumposma skolēni, tāpēc ir svarīgi izvēlēties un integrēt atbilstošus karjeras izglītības pasākumus katrai vecumposma grupai, atrast un pielietot piemērotākās un daudzveidīgākās karjeras attīstības atbalsta metodes.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola  
**1.KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI**

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

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

**Karjeras izglītība** ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt 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 vadības prasmes**

21. gadsimtā situācija pasaulē ir krasi mainījusies, jo globālā tirgus un uz zināšanām balstītas ekonomikas un sabiedrības apstākļos indivīdiem ir nepieciešams nepārtraukti uzlabot savas prasmes un apgūt jaunas kompetences. Karjeras attīstības atbalstu vairs nevar uzskatīt vienīgi par lietderīgu atbalstu indivīdam pārejā no viena izglītības līmeņa uz citu un no mācībām uz darbu. Lai pielāgotos mainīgajām darba tirgus vajadzībām un uzņēmumu konkurētspējai, ir jāspēj ātri reaģēt darba vides mainīgajos procesos, radot efektīvu rezultātu. Ilgstoša mācīšanās ir tieši tas, kas mūsdienās ir kļuvusi par galveno faktoru konkurences izturēšanā un veiksmē. Lai noturētos darba tirgū, indivīdam ir pašam jāklūst par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja indivīds (kā jauniešs, tā arī pieaugušais) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību.

Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumposmos atšķiras. (1.1.tabula)

**Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos:**

(Karjeras izglītība skolā, 2010)

**1.-4.klase**

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nepieciešama uzmanība un uzslavas.</li> <li>▪ Piemīt neierobežota enerģija.</li> <li>▪ Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes.</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>

**5.-6.klase**

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<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. 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 sastopamajiem 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>

**7.-9.klase**

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

**10.-12.klase**

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Veido savu identitāti.</li> <li>▪ Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/karjeras meklējumus.</li> <li>▪ Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem.</li> <li>▪ Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli.</li> <li>▪ Kļūst aizvien patstāvīgāki.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem.</li> <li>▪ Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū.</li> <li>▪ Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām.</li> <li>▪ Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus.</li> <li>▪ Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu.</li> </ul>

## **2.KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS MĒRĶIS, UZDEVUMI UN SATURS**

### **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:

- nodrošināt izglītojamam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;
- radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību un nodarbošanos.
- izkopt izglītojamā prasmi patstāvīgi mācīties un pilnveidoties, motivēt mūžizglītībai un apzinātai karjeras izvēlei.

### **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.

### **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 izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

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

<b>Karjeras izglītības pamatjoma</b>	<b>Saturiskās tēmas</b>
<b>Pašizpēte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;</li> <li>▪ manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;</li> <li>▪ mana ģimene, tās loma, tradīcijas;</li> <li>▪ sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;</li> <li>▪ attieksmes un vērtības;</li> <li>▪ prasme sadarboties, risināt konfliktus;</li> <li>▪ mana veselība un nākotnes nodomi;</li> <li>▪ mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;</li> </ul>
<b>Karjeras iespēju izpēte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ darba nozīme cilvēka dzīvē;</li> <li>▪ populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;</li> <li>▪ manu vecāku darba dzīve;</li> <li>▪ informācijas avoti un izglītības sistēmas pētīšana;</li> <li>▪ profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;</li> <li>▪ darba tirgus un nodarbinātība;</li> <li>▪ sociālā vide un nodarbinātība;</li> <li>▪ izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;</li> <li>▪ darba likumdošana, darba aizsardzības prasības darba vietā;</li> <li>▪ pašnodarbinātība.</li> </ul>
<b>Karjeras plānošana un lēmumu pieņemšana</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;</li> <li>▪ lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);</li> <li>▪ dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;</li> <li>▪ kad viss nenorit tā, kā plānots;</li> <li>▪ mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);</li> <li>▪ komandas darba pieredze;</li> <li>▪ praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;</li> <li>▪ sevis prezentēšana.</li> </ul>

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola  
**3.KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA**  
**JELGAVAS 4.VIDUSSKOLĀ**

Jelgavas 4.vidusskolas karjeras izglītības programmas izstrāde ir balstīta uz Vispārizglītojošo skolu karjeras izglītības programmu 1.-12.klasei, kas ir izveidota, pamatojoties uz ESF projekta KIPNIS ietvaros izstrādātās karjeras izglītības programmas bāzes ( Karjeras izglītība skolā 2009).

**3.1. Jelgavas 4.vidusskolas karjeras izglītības programmas mērķi,  
uzdevumi un saturs**

Programma adresēta 1. – 12. klašu audzinātājiem un mācību priekšmetu 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.

Veidots viens pielikums - programmā izmantojamo 3 metožu apraksts (sk.1.pielikumu).

**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.

### 3.2. Karjeras attīstības atbalsta īstenošana izglītojamā karjeras vadības prasmju attīstīšanā Jelgavas 4.vidusskolā

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 skolā 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 skolas 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, skolas absolventi, pilsētas uzņēmēji, profesiju pārstāvji, u.c.).

Jelgavas 4.vidusskolā tiek īstenoti dažādi karjeras izglītības pasākumi un šos pasākumus var iedalīt:

- **Skolas karjeras izglītības pasākumi** (piem., integrēti mācību stundās, klašu audzināšanas stundās, ārpusstundu pasākumos);
- **Ārpusskolas karjeras izglītības pasākumi** (piem., pilsētas organizēti karjeras izglītības pasākumi, mācību iestāžu atvērto durvju dienas, Ēnu diena, izstāde “Skola 20.”, Nacionālais jauno profesionāļu meistarības konkurss “Skills Latvia” u.c.).

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

3.1.tab.

#### Sadarbība ar karjeras attīstības atbalsta īstenošanai skolēnu karjeras vadības prasmju attīstīšanai Jelgavas 4.vidusskolā 1.-12.klasēm

N.p.k.	Darbība	Paredzamais rezultāts	Mērķauditorija
1.	<b>Klases audzināšanas stundas</b>	Skat. tematiskajā plānojumā klašu audzinātāja stundām.	Skolēni
2.	<b>Darbs ar vecākiem:</b> klases vecāku sanāksmes, izglītojošie semināri 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, kurās strādā viņu un skolas biedru vecāki.	Skolēnu vecāki



Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

3.	<p><b>Sadarbība ar skolas:</b>          Direktoru – skolas attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana, izpildes pārraudzība un kontrolē.          Direktora vietnieku mācību darbā – koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā.          Direktora vietnieku audzināšanas darbā – koordinē un pārrauga audzināšanas darbu skolā, arī karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā.          Psihologu – skolēnu izpēte, pārrunas ar skolēniem, lekcijas vecākiem,          Mediķi – pārrunas ar skolēniem, lekcijas vecākiem,          Sociālo pedagogu - pārrunas ar skolēniem, lekcijas vecākiem.          Pedagogu karjeras konsultantu – skolēnu izpēte, pārrunas ar skolēnu, lekcijas vecākiem, individuālās un grupu konsultācijas, KAA pasākumu organizēšana.          Bibliotekāru – informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.          Klašu audzinātājiem – īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas darba un karjeras izglītības plānu.          Logopēdu – konsultē skolēnu un viņa vecākus par logopēdiska rakstura jautājumiem, ja tas skar skolēna karjeras izvēli.          Interešu izglītības pedagogiem – informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izvēles iespējām interešu izglītības programmas ietvaros.</p>	<p>Skolēni un viņu vecāki uzzina, kā skolas atbalsta personāls var palīdzēt skolēnam karjeras izvēles jautājumos – sevis izzināšanā, atbilstība profesijai, lēmuma pieņemšanā, profesiju iepazīšanā.          Skolas 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>
4.	<p><b>Sadarbība ar darba devējiem:</b> tikšanās ar darba devējiem, ekskursijas uz iestādēm un uzņēmumiem.</p>	<p>Skolēni iepazīstas ar darba devēju prasībām darba ņēmējiem, darbavietu vidi, nepieciešamām profesijām uzņēmumos un iestādēs.</p>	<p>Skolēni</p>
5.	<p><b>Sadarbība ar citām izglītības iestādēm:</b> tikšanās ar citu izglītības iestāžu pārstāvjiem, citu izglītības iestāžu apmeklējums</p>	<p>Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju citās izglītības iestādēs.</p>	<p>Skolēni</p>
6.	<p><b>Tikšanās ar skolas absolventiem.</b></p>	<p>Skolēni uzzina par izglītības iespējām un mācību procesu citās izglītības iestādēs.</p>	<p>Skolēni</p>
7.	<p><b>Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem.</b></p>	<p>Skolēni iepazīstas ar dažādu profesiju pārstāvju darba specifiku, pienākumiem, prasmēm.</p>	<p>Skolēni</p>
8.	<p><b>Tikšanās ar pašvaldības pārstāvjiem</b></p>	<p>Skolēni iepazīstas ar pašvaldībā aktuāliem nodarbinātības jautājumiem,</p>	<p>Skolēni</p>

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

		pieprasītākajām profesijām un iespējamām darba vietām.	
9.	<b>Pētnieciskie darbi:</b> Pamatskolā - projekta darbi "Mana karjeras izvēle" Vidusskolā – zinātniski pētnieciskie darbi skolēnus interesējošās jomās	Skolēni attīsta pētnieciskā darba prasmes, tuvāk iepazīstas ar kādas sev interesējošas profesijas specifiku.	Skolēni
10.	<b>Izstāde "Skola 20..."</b>	Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju citās izglītības iestādēs.	Skolēni
11.	<b>Nacionālais jauno profesionāļu meistarības konkurss "Skills Latvia"</b>	Skolēni iepazīstas ar daudzveidīgām profesijām, izmēģina savas prasmes noteiktā darba veikšanā, izpēta karjeras iespējas, vēro profesionālo skolu konkursantu sniegtumus.	Skolēni
12.	<b>Ēnu diena</b>	Skolēni iepazīstas ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.	Skolēni
13.	<b>Karjeras nedēļa skolā un Jelgavā</b> (pēc speciālā plāna)	Palīdzība skolēniem izziņāt savas karjeras iespējas un izvēlēties, atbilstoši savām interesēm un iespējām, nākamo profesiju, kā arī veicināt uzņēmējdarbību.	Skolēni
14.	<b>Skolotāju diena</b>	Skolēni iepazīstas ar skolotāja profesiju – pienākumi, darba organizācija, atbildība, ikdienas darbs ar klasi.	Skolēni
15.	<b>Portfolio veidošana</b>	Skolēni sistematizē personīgo informāciju, laika gaitā tai pievienojot arvien jaunus materiālus, iegūstot izaugsmes dinamiku un kopskatu personības veidošanās procesā.	Skolēni
16.	<b>Skolēnu mācību uzņēmums (SMU)</b>	SMU ir skolēnu veidots un vadīts mācību uzņēmums, kura darbībai piemīt izglītojošs raksturs. Mācību nolūkos tas pilda īsta uzņēmuma funkcijas un darbojas reālā vidē - skolēni ražo un pārdod preces vai pakalpojumus. Darbojoties šajā mācību programmā, skolēni iepazīstas un izpēta uzņēmējdarbības vadības pasauli un apgūst pilnīgi visu uzņēmējdarbības ciklu, sākot no idejas radīšanas, līdz tās īstenošanai.	Skolēni

Karjeras izglītības programmas ārpusstundu un ārpusskolas pasākumi Jelgavas 4.vidusskolā tiek īstenoti visu mācību gadu.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

3.2.tabulā apskatīta Jelgavas 4.vidusskolas karjeras izglītības īstenošana klases stundās, pamatojoties uz Valsts izglītības satura centra metodisko līdzekli *Klases stundu programmas paraugs un Ieteikumiem Klases stundu programmas īstenošanai* (2016).

3.2. tabula

**Klases stundu tematiskais plānojums**

**1.-3.klase**

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.	1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā. 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	<input type="checkbox"/> Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. <input type="checkbox"/> Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	1. Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki mājās. 3. Manas intereses pulciņos. 4. Es vēlos strādāt par ...	<input type="checkbox"/> Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms	1. Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2. Mani dienas darbi skolā un mājās. 3. Mani vaļasprieki un atpūta. 4. Mans dienas režīms.	<input type="checkbox"/> Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības -skolēna darbs	1. Kāpēc jāmacās? 2. Kā labāk mācīties? 3. Mācības –pienākums un atbildība. 4. Mācību rezultāti un sasniegumi.	<input type="checkbox"/> Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. <input type="checkbox"/> Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.
5.	Karjeras vīzija	1. Pēc 20 gadiem es būšu... 2. Profesijas pēc 50 gadiem. 3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā? 4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?	<input type="checkbox"/> Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

**4.-6.klase**

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	1. Vislabāk es protu ... 2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? 3. Manas intereses. 4. Manu spēju un talantu prezentācija.	<input type="checkbox"/> Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

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?	<input type="checkbox"/> Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. <input type="checkbox"/> 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.	<input type="checkbox"/> Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1. Mana sasniegumu mape. 2. Mana izaugsme. 3. Vai es mācos tik, cik spēju? 4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	<input type="checkbox"/> Mācās dokumentēt savus sasniegumus. <input type="checkbox"/> 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.	<input type="checkbox"/> Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās –darbs ārā u.tml. <input type="checkbox"/> Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. <input type="checkbox"/> 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. Telefonsaziņas kultūra.	<input type="checkbox"/> Izkopj savu valodas kultūru. <input type="checkbox"/> Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.

**7.-9.klase**

Nr.	Stundu temati	Stundas 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.	<input type="checkbox"/> Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. <input type="checkbox"/> Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. <input type="checkbox"/> Novērtē savu sasniegumu rezultātus.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	<p>1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās.</p> <p>2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā.</p> <p>3. Interese izglītība un pašattīstība.</p> <p>4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.</p>	<p><input type="checkbox"/> Saprot, kā skolā, ārpuskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.</p> <p><input type="checkbox"/> Apzinās interese izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.</p>
3.	Izglītības vērtība	<p>1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū.</p> <p>2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā.</p> <p>3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas.</p> <p>4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.</p>	<p><input type="checkbox"/> Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.</p> <p><input type="checkbox"/> Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību.</p> <p><input type="checkbox"/> Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.</p> <p><input type="checkbox"/> Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.</p>
4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule	<p>1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi.</p> <p>2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas).</p> <p>3. Ēnu diena kā iespēja.</p> <p>4. Manā pilsētā/ novadā/ pagastā pieprasītākās profesijas.</p>	<p><input type="checkbox"/> Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus.</p> <p><input type="checkbox"/> Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas.</p> <p><input type="checkbox"/> Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos.</p> <p><input type="checkbox"/> Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.</p>
5.	Individuālā karjeras plāna izveide	<p>1. Mērķis un starpmērķi.</p> <p>2. Izvēle un alternatīvas.</p> <p>3. Lēmumu pieņemšanas ceļi.</p> <p>4. Manas sasniegumu mapes prezentācija.</p>	<p><input type="checkbox"/> Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.</p> <p><input type="checkbox"/> Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.</p> <p><input type="checkbox"/> Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).</p>

**10.-12.klase**

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	<p>1. Latvijas izglītības sistēma un tālākās izglītības iespējas.</p> <p>2. Nosacījumi studijām ārzemēs (apmaiņas programmas).</p> <p>3. Informācijas avoti par iespējām turpināt izglītību.</p>	<p><input type="checkbox"/> Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.</p> <p><input type="checkbox"/> Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs.</p> <p><input type="checkbox"/> Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem,</p>

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

		4. Informācijas avoti par studiju fondiem, stipendijām, kredītiem.	stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.
2.	Mūžizglītība	1. Kāpēc saka: “Mūžu dzīvo, mūžu mācies”? 2. Darba loma un izglītība kā vērtība manā dzīvē. 3. Formālās un neformālās izglītības iespējas. 4. Pašizglītošanās iespējas vietējā pilsētā/ novadā/ pagastā. Informācijas avoti.	<input type="checkbox"/> Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. <input type="checkbox"/> Apzinās izglītību kā vērtību. <input type="checkbox"/> Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas
3.	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	1. Laiks un profesijas. 2. Darba tirgus perspektīvas un lēmuma pieņemšana. 3. Nodarbinātības tendences Latvijā un pasaulē. 4. Alternatīvu lēmumu pieņemšana karjeras izvēlē.	<input type="checkbox"/> Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. <input type="checkbox"/> Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. <input type="checkbox"/> Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.
4.	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	1. Ko sagaida darba devējs? 2. Darba meklēšanas process un iespējas. 3. Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju mainību. 4. Profesionālā ētika un darba likumdošana.	<input type="checkbox"/> Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. <input type="checkbox"/> Pārzina darba meklēšanas procesu. <input type="checkbox"/> Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. <input type="checkbox"/> Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.
5.	Darbs ārzemēs	1. Darbs ārpus Latvijas. Iespējas un riski. 2. Informācijas avoti par dažādu valstu darba likumdošanu. 3. Veiksmes stāsti par darbu ārzemēs. Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. 4. Kāpēc es atgriezos? Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. Negatīvā pieredze un patriotisms.	<input type="checkbox"/> Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. <input type="checkbox"/> Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.
6.	Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide	1. Man piemērotāko profesiju saraksts. 2. Izvēlētās profesijas apguves iespējas. 3. Individuālā plāna īstenošanas termiņi. 4. Dažādas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas. Izvēle un alternatīvas.	<input type="checkbox"/> Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. <input type="checkbox"/> Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. <input type="checkbox"/> Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

Svarīgi, lai karjeras vadības prasmes būtu iekļautas ne tikai klases stundās, bet arī mācību priekšmetu stundās, jo, pētot katra mācību priekšmeta standartu, var secināt, ka no katras mācību stundas var saņemt zināšanas, kas noderīgas skolēnu nākotnei un karjeras attīstībai.

Arī skolēniem jāapzinās, ka skolā mācību priekšmetos gūtās zināšanas ir noderīgas nākotnei un apgūstamās tēmas lielākā vai mazākā mērā saistās ar karjeras iespējām.

Karjeras vadības prasmju apgūšana mācību procesā veicina:

- iesaisti mācībās;
- sekmju uzlabošanos un tālākvirzību izglītībā;
- nodarbinātību;
- profesionālās karjeras attīstību;
- turpmāku izglītošanos. (Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2017)

Katrā mācību priekšmetā ir tēmas, kurās tiek integrēta karjeras izglītība, tāpēc 3.3.tabulā ir apkopota Jelgavas 4. vidusskolas mācību priekšmetu metodisko komisiju apzinātās un realizētās tēmas karjeras izglītības integrēšanai mācību priekšmetos.

3.3.tabula

**Karjeras izglītības/karjeras vadības prasmju integrēšana mācību priekšmetos**

Klase/klašu grupa	Mācību priekšmets	Temats	Sasniedzamais rezultāts
1.klase	Sociālās zinības	Drošības pasaulē	Atšķir savai veselībai drošu vai nedrošu vidi. Novērtē situācijas, kas apdraud veselību un drošību.
	Ētika	Mani pienākumi	Zina tikumiskās izvēles kritērijus (pienākums, atbildība, sekas, cieņa). Apzinās savus pienākumus skolā un mājās, ir guvis priekšstatu par dažādu profesiju pārstāvju pienākumiem.
	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Mūzikas lektoriji Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
	Angļu valoda	Mana skola	Veicina vārdu krājuma apguvi par skolas vidi, klases lietām un skolotāja profesiju.
		Pārtika (ēdiens)	Izmanto atsevišķus vārdus, pamatfrāzes un vienkāršus teikumus par pārtiku, ēdienu, oficianta profesiju.
2.klase	Dabaszinības	Ūdens kvalitāte	Iegūst informāciju par dabaszinību jautājumiem lasot, klausoties, skatoties. Gūst priekšstatu par pārtikas tehnologa profesiju.
		Sajūtas	Apzinās, ka dabaszinībās iegūtās zināšanas un prasmes ir izmantojamas ikdienas dzīvē.
	Mūzika	Mūzikas lektoriji Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	Angļu valoda	Mana pilsēta	Vienkāršos teikumos stāsta par Jelgavas pilsētas objektiem.
<b>3.klase</b>	Latviešu valoda	Lietišķie raksti	Apgūst prasmi uzrakstīt apsveikumu, ielūgumu, ziņojumu. Glīti un pareizi raksta vārdus (burtu forma, burtu savienojumi) un teikumus.
	Matemātika	Reālās dzīves situācijas, kurās ir svarīgs skaitļu sakārtojums virknē.	Prot nosaukt reālās dzīves situācijas, kurās ir svarīgs skaitļu sakārtojums virknē. Prot nolasīt un iegūt informāciju no tabulām, diagrammām, tekstiem.
	Sociālās zinības	Kā ceļo informācija?	Apzinās patstāvīgas dzīves prasmes, izkopj patstāvību, apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā un to īstenošanā ģimenē, klasē, skolā.
	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Mūzikas lektoriji Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
	Angļu valoda	Pastnieks nāk septiņos + profesijas mūsu ikdienā	Pilnveido zināšanas svešvalodā par dažādām profesijām un iepazīt tās.
<b>4.klase</b>	Latviešu valoda	Intereses un hobiji	Spēj sakarīgi pastāstīt un iepazīstināt citus ar savām interesēm, vaļaspriekiem. Prot pastāstīt par to, ko prot un var iemācīt citiem. Salīdzina, kas kopīgs un kas atšķirīgs dažādiem cilvēkiem (piemēram, intereses, vērtības, izskats, hobiji).
	Sociālās zinības	Vēlmes un vajadzības	Izprot, ka katram cilvēkam ir vēlmes un pamatvajadzības.
		Nauda	Zina, kas ir nauda, un prot ar piemēriem pastāstīt par naudas īpašībām.
	Matemātika	Mērīšana	Risina praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, vides un veselības jautājumiem. Raksturo lielumus ar skaitļiem, pareizi lieto mērvienības. Gūst priekšstatu par mērnieka profesiju.
	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Izglītojošs lektoriji/koncerts	Ir priekšstats par pianista profesiju. Var nosaukt Latvijā nozīmīgākos populārās un rokmūzikas izpildītājmāksliniekus.
		Mūzikas lektoriji Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
	Angļu valoda	Lieliskais piedzīvojums	Gūst priekšstatu par detektīva profesiju, dzīvnieku meklēšanas profesionāli. Veido vienkāršus teikumus, frāzes par šo tēmu.
		Dinozauri	Izmanto vārdus, teikumus, lai atbildētu un uzdotu jautājumus par dinozauriem, dinozauru vēstures pētnieka profesiju.
		Stāstu laiks – vai tas ir tavs?	Skolēni gūst priekšstatu par glābēja profesiju glābšanas pasākumu daudzveidību.



Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

		Sporta leģendas	Ir priekšstats par profesionāla sportista profesiju. Veido teikumus, frāzes par sporta pasauli. Stāsta par savu mīļāko sportu.
		Sindbada, jūrnieka ceļojumi	Ir priekšstats par kuģa kapteiņa profesiju. Veido teikumus, atbild uz jautājumiem par šo tēmu.
<b>5.klase</b>	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Mūzikas lektoriņi Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
		Izglītojošs lektoriņs/koncerts	Ir priekšstats par pianista profesiju. Var nosaukt Latvijā nozīmīgākos populārās un rokmūzikas izpildītājmāksliniekus.
		Absolventu koncerti	Ir iespēja iepazīties ar studiju iespējām un mācību programmām.
	Angļu valoda	Inženierija, celtniecības dizains, zinātne	Ir priekšstats par inženierijas, celtniecības dizaina, zinātnieku darbu un tā sasniegumiem. Veido jautājumus, atbild uz jautājumiem par šo tēmu.
		Tūrisms	Iepazīstinās ar iespējamām profesijām tūrisma industrijā.
		Skola	Vienkāršos teikumos stāsta par skolotāja profesiju.
		Sports	Vienkāršos teikumos stāsta par sporta instruktora, profesionāla sportista profesiju.
	Matemātika	Viena manas dzīves diena	Attēlo informāciju tabulās, stabiņveida un sektora diagrammās. Attīsta plānošanas un pašorganizācijas prasmes.
	Sports	Fizisko aktivitāšu nozīme sporta profesiju izvēlē	Ir priekšstats par daudzveidīgām profesijām sportā. Izprot, ka fiziskās aktivitātes attīsta vispārējo fizisko sagatavotību un ka ir nepieciešamas, apgūstot kādu no sporta profesijām.
	Mājturība un tehnoloģijas	Amatniecības kā lietišķās mākslas nozare	Veido izpratni par rotkaļa darbu, darbojoties praktiski.
Amatniecības kā lietišķās mākslas nozare		Veido izpratni par amatniecības daudzveidību, par amatnieka darba specifiku.	
<b>6.klase</b>	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Mūzikas lektoriņi Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
		Izglītojošs lektoriņs/koncerts	Ir priekšstats par pianista profesiju. Var nosaukt Latvijā nozīmīgākos populārās un rokmūzikas izpildītājmāksliniekus.
		Skaņu un video režija	Ir priekšstats par IT izmantošanu mūzikas industrijā.
		Absolventu koncerti	Ir iespēja iepazīties ar studiju iespējām un mācību programmām.
	Vācu valoda	Mans brālis ir super!	Iemācās savu vecāku, vecvecāku un citu radnieku profesijas.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	Angļu valoda	Kino. Filmēšanas komanda.	Iepazīstas un izprot filmēšanas komandas dalībnieku (operators, aktieris, vizāžists u.tml.) darba pienākumus, spēj formulēt teikumus par citu profesiju pārstāvju pienākumiem pēc parauga.
		Kino. Formālā vēstule.	Spēj uzrakstīt formālo vēstuli, izmantojot lietišķo valodu, lai noskaidrotu nepieciešamo informāciju pēc parauguzdevumu veikšanas.
	Matemātika	Viena manas dzīves diena	Attēlo informāciju tabulās, stabiņveida un sektora diagrammās. Prot nolasīt informāciju no dažāda veida diagrammām. Attīsta plānošanas un pašorganizācijas prasmes.
	Sports	Sporta pasākumi savā pilsētā, Latvijā un pasaulē	Informācijas avotos atrod un interesējas par svarīgākiem sporta pasākumiem savā pilsētā, Latvijā un pasaulē. Darbojas individuāli, pāros vai grupā, veidojot plakātu, kolāžu, prezentāciju par dažādiem sporta pasākumiem.
	Mājturība un tehnoloģijas	Kokmateriālu iegūšana	Veidot skolēnos izpratni par kokasprādi un kokapstrādes profesijām. Prot izvēlēties darbarīkus, materiālus praktiskam darbam.
		Šūšana	Ir priekšstats par šuvēja profesiju un to specifiku. Izvēlas darbarīkus materiālus praktiskajam darbam.
Latviešu valoda un literatūra	Amatniecība (profesijas) latviešu tautasdziesmās	Ir priekšstats par amatniecību, darba tikumu. Vērtē tekstā ietvertu informāciju un izmanto to savā darbībā.	
<b>7.klase</b>	Ģeogrāfija	Ģeogrāfijas zinātne un profesijas	Apzinās ģeogrāfijas zināšanu nepieciešamību un noderīgumu dažādās profesijās.
	Bioloģija	Ar bioloģiju saistītās profesijas	Ir ieguvis izpratni par profesijām, kurās nepieciešamas bioloģijas zināšanas.
	Matemātika	Simetrija apkārt mums	Mācās izmantot informācijas avotus, veido prasmis veidot vizuālu materiālu, lieto matemātisko valodu. Iepazīstas ar dizainera profesijas specifiku, izstrādā parketa dizainu grīdai.
		Daudzstūri. Trijstūri.	Prot saskatīt sakarības, plāno darbu grupā. Iepazīstas ar mērniece profesijas specifiku, strādājot radošā darbnīcā.
	Latviešu valoda un literatūra	Ar grāmatu izdošanu saistītās profesijas: redaktors, korektors, burtlicis, maketētājs	Iepazīstas ar grāmatu izdošanu saistītās profesijas. Darbojoties grupā, izdot savu grāmatas signāleksemplāru.
	Mājturība un tehnoloģijas	Skārdnieka darbi	Iepazīstas ar skārdnieka profesijas specifiku, darot praktiski.
		Ēdienu gatavošana, pasniegšana, servēšana	Iepazīstas ar pavāra, konditora, oficianta profesijas specifiku. Gatavo dažādus ēdienus, servē galdu.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Mūzikas lektoriji Rīgas Kongresu namā	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
		Izglītojošs lektoriji/koncerts	Ir priekšstats par pianista profesiju. Var nosaukt Latvijā nozīmīgākos populārās un rokmūzikas izpildītājmāksliniekus.
		Skaņu un video režija	Ir priekšstats par IT izmantošanu mūzikas industrijā.
		Absolventu pedagogi	Ir iespēja iepazīties ar studiju iespējām un mācību programmām.
	Vācu valoda	Brīvprātīgo darbs Latvijā	Ir ieguvis priekšstatu par brīvprātīgā darba iespējām.
		Manuls- Mājsaimnieks	Piedalās sarunā par zināmiem vai interesējošiem, kā arī ar ikdienas dzīvi saistītiem tematiem, iepazīstas ar profesijām, kuras nepieciešamas robotu izgatavošanā.
		Kurš uzvar?	Prot pamatot un paskaidrot savus uzskatus un nodomus, uzzina vai tikai sportists kaldina uzvaru un kādas profesijas cilvēki viņiem palīdz.
	Sports	Mans mīļākais sporta veids	Prot pastāstīt pārējiem par savu mīļāko sporta veidu. Apzinās, kāpēc ir svarīgas fiziskās aktivitātes un kāda tām nozīme ir organisma funkcijās.
	Angļu valoda	Laiks	Iepazīt ārpuskolas darba organizatora pienākumus un pastāstīt par brīvā laika pavadīšanas iespējām Jelgavā.
		Nauda	Ir priekšstats par bankas darbinieku ikdienu un pienākumiem. Izmanto vārdus, teikumus, pamatfrāzes par šo tēmu.
		Stāsti	Iepazīst filmu žanrus, aktieru darba aizkulisēs teātrī.
		Paaudzes	Ir ieguvis izpratni par profesiju atšķirībām dažādās paaudzēs.
	<b>8.klase</b>	Fizika	Lēcas. Redzes korekcija.
Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)		Mūzikas lektoriji Rīgas Kongresu	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
		Izglītojošs lektoriji/koncerts	Ir priekšstats par pianista profesiju. Var nosaukt Latvijā nozīmīgākos populārās un rokmūzikas izpildītājmāksliniekus.
		Skaņu un video režija	Ir priekšstats par IT izmantošanu mūzikas industrijā.
		Absolventu koncerti	Ir iespēja iepazīties ar studiju iespējām un mācību programmām.
Vācu valoda		Slimošana	Piedalās sarunā par zināmiem vai interesējošiem, kā arī ar ikdienas dzīvi saistītiem tematiem. Iepazīstas ar profesijām medicīnā.
		Ēšana Vācijā	Ir priekšstats par pavāra un viesmīļa profesijām.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	Skola	Piedalās sarunā par skolā strādājošajām profesijām (skolotājs, galdnieks, santehniķis, u.c.)
	Brīvais laiks un draugi	Paskaidro savus uzskatus un nodomus par brīvā laika pavadīšanas iespējām.
	Televīzija	Sameklē konkrētu informāciju dažādu stilu un žanru tekstos, ir priekšstats par nepieciešamajām profesijām televīzijā.
	Pilsētas ievērojamās vietas	Iesaistās diskusijās par pilsētas ievērojamām vietām.
Sports	Sportistu aleja	Meklējot informāciju un darbojoties grupā, veido plakātu, kolāžu par kādu no Latvijā un pasaulē ievērojamākajiem sportistiem. Apzinās fizisko aktivitāšu nepieciešamību, lai kļūtu par slaveno sportistu.
Angļu valoda	Mūzika	Iepazīstas ar profesionālo mūziķu (dziedātāju, diriģenta, mūziķa) darba specifiku.
	Veselība	Iepazīstas ar mediķu (ģimenes ārsts, ķirurgs, medmāsa) darba apstākļiem, pienākumiem, iespējamām situācijām.
	Daba	Piedalās sarunā par zināmiem vai interesējošiem procesiem dabā, ir priekšstats par vides aizsardzības speciālista darba pienākumiem.
	Lidojumi	Pamato un paskaidro savus uzskatus par lidostu, lidostas darbiniekiem, stjuartu un pilotu darba specifiku, komunikācijas noteikumiem.
	Salas	Iesaistās diskusijā par ceļojumu būtību, par profesijām tūrismā: viesnīcu administrators, oficiants, gids.
Matemātika	Ievads statistikā “Es – pētnieks”	Veic patstāvīgo pētījumu, izdomājot kādu pētāmo problēmu. Mācās aptaujāt cilvēkus, apkopot rezultātus, analizēt statistikas lielumus, zīmēt diagrammas.
Literatūra	Artūrs Konans Doils “Bāskervilu suns”	Veido priekšstatu par policista profesiju, kā arī par profesijas apgūšanas iespējām. Mācās analizēt daiļdarbu
Mājturība un tehnoloģijas	Koka un metāla apstrāde ar virpu	Iepazīstas ar virpotāja amatu, veido paša darināta izstrādājumu un saskata to praktisko pielietojumu.
	Interjers. Iekštelpu un ārtelpu iekārtošanas nosacījumi (Ekoloģisks ciemats)	Iepazīstas ar arhitekta un interjerdizainera profesijām, veicot radošo darbu, apmeklējot LLU būvniecības un vides zinātnes fakultāti.
Matemātika	Līdzība dabā	Veido prezentāciju par līdzību dabā, prezentē savu darbu (var būt individuāls, pāru vai grupu darbs).

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	Latviešu valoda	Vecvārdi. Svešvārdi.	Pilnveido prasmi lietot dažādu leksikas
	Angļu valoda	Cilvēka ķermenis. Ievainojumi.	Iepazīstas un piedalās sarunā par nelaiemes gadījumiem, par ārsta darba pienākumiem.
		Māju arhitektūra	Piedalās sarunā par māju projektēšanas specifiku, uzzina par arhitekta darba būtību.
		Digitālā pasaule. Modernās tehnoloģijas.	Piedalās sarunā par digitālās pasaules iespējām, modernām tehnoloģijām. Ir priekšstats par programmētāja darba specifiku.
		Mākslas grafiti.	Piedalās sarunā, argumentē savu viedokli par mākslas grafiti, iepazīstas ar ielu māksliniekiem.
		Ceļošanas problēmas. Ceļošanas transports.	Iepazīstas ar ceļošanai piemērotu transportu vadītāja darba specifiku (pilots, kuģa kapteinis, šoferis).
	Vācu valoda	Lauku jaunatne	Iepazīstas un piedalās sarunā ar profesijām, kas nepieciešamas laukos.
		Berlīne. Pilsētas apskate.	Sameklē konkrētu informāciju dažādu stilu un žanru tekstos, piedalās sarunā par gida profesijas nepieciešamību.
		Par ko Tu gribi kļūt?	Piedalās sarunā par saviem nākotnes nodomiem, veido stāstījumu par sava elka profesiju vai par vecāku profesijām, kā viņi līdz tai nokļuva.
		Mūzika manā dzīvē	Iepazīstas ar profesijām mūzikā: komponists, dažādu instrumentspēlētāji, dziedātājas.
		Mans hobijs – mana profesija	Iesaistās diskusijā, vai tas ir labi, ka hobijs ir arī profesija? Kādi ir plusi un mīnusi?
	Mājturība un tehnoloģijas	Izstrādājuma rasējuma izgatavošana	Veido izpratni par inženiera profesiju. Izvēlas darbarīkus, materiālus un izgatavo pats savu izstrādājumu.
		Tērpu modelēšana	Iepazīstas ar tērpu dizainera darba specifiku, mācās modelēt.
		Kas ir dizains? Dizaina veidi.	Veidot izpratni par dizainu, par dizainera profesiju. Rāda savu dizainu, veicot radošo darbu.
	Mūzika (mūzikas novirziena klasēm)	Absolventu koncerti	Ir iespēja iepazīties ar studiju iespējām un mācību programmām.
		Mūzikas lektori Rīgas Kongresu	Mūziķa profesijas žanriskās daudzveidības iepazīšana.
		Izglītojošs lektorijs/koncerts	Ir priekšstats par pianista profesiju. Var nosaukt Latvijā nozīmīgākos populārās un rokāmūzikas izpildītājmāksliniekus.
		Skaņu un video režija	Ir priekšstats par IT izmantošanu mūzikas industrijā.
<b>10.klase</b>	Fizika	Fizikas nozīme inženiertehnisko profesiju apgūvē.	Ir priekšstats par inženiertehniskajām profesijām.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	Vācu valoda	Ceļš, lai kļūtu par zvaigzni	Iepazīstas ar šovu veidošanas nepieciešamajām profesijām.
		Ekskursija Drēzdenē, Saksijas Šveicē	Sameklē konkrētu informāciju dažādu stilu un žanru tekstos, piedalās sarunā par gida profesijas nepieciešamību.
		Jaunatne un profesijas izvēle	Iepazīstas ar dažādām profesijām, balstoties uz savu pieredzi. Iesaistās diskusijā par darba piedāvājumiem.
		Auklītes darbs	Ir priekšstats par auklītes darbu, par iespēju apvienot šo darbu ar mācībām.
	Angļu valoda	Eating Out	Pauž un argumentē savu viedokli un attieksmi runā un rakstos par ēšanu ārpus mājas. Prot pastāstīt par viesmīļa profesijas darba pienākumiem.
		Hotel	Pauž un argumentē savu viedokli un attieksmi runā un rakstos par viesnīcām. Prot pastāstīt par viesnīcas administratora profesijas darba pienākumiem.
		Job Application	Spēj uzrakstīt motivācijas vēstuli lietišķajā valodā pēc parauga.
		Job Interview	Spēj veidot jautājumus pēc parauga un patstāvīgi, kā arī sniegt atbildes uz intervijas jautājumiem.
		Art the Museum	Iepazīst muzeja gida profesijas specifiku un veido dialogu par tēmu "Muzejā".
	Krievu valoda	Ģimenes albums	Spēj pastāstīt, uzrakstīt par profesijām un nodarbošanās veidiem ģimenē. Pilnveido prasmes atbildēt uz jautājumiem (Kur? Par ko strādāt?)
		Tu un pasaule	Pilnveido prasmi skaidri izteikt savas domas par profesijām: tulks, tulkotājs.
		Klubs "Poliglots"	Spēj pastāstīt, izteikt savu viedokli par mācību iestādēm, atbild uz jautājumiem: Kur? Par ko mācīties?
	<b>11.klase</b>	Ķīmija	Neatjaunojamie un atjaunojamie dabas resursi
Matemātika		Statistikas elementi, akciju tirdzniecība biržās	Lieto zināšanas par statistikas elementiem. Veido izpratni par matemātikas zināšanu nozīmi darba tirgū finanšu pakalpojumu nozarē.
Vācu valoda		Ķermeņa izdaiļošana	Iepazīstas un piedalās sarunā par modernām profesijām: tetovētājs, pīrsingu licējs, kosmetologs, fitnesa treneris.
		Masu mēdiji	Iepazīstas un piedalās sarunā par profesijām, kas saistītas ar masu mēdijiem.
Angļu valoda		Conflicts	Iepazīstas ar psihologa profesijas darba iezīmēm.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

		Careers	Spēj formulēt savu nākotnes karjeras vīziju un izveidot prezentāciju par tēmu “Mana sapņu profesija”
		At the Travel Agent's	Spēj piedalīties sarunā par tūrisma jomu, iepazīstas ar tūrisma aģentu darba pienākumiem.
	Krievu valoda	Kur var nopirkt?	Veido dialogu “Pārtikas veikalā”, ir priekšstats par profesiju - pārtikas pārdevējs.
		Vērtē pēc apģērba	Pilnveido prasmi skaidri izteikt savas domas par teicienu vērtē pēc apģērba, veido dialogu “Apģērba veikalā”
		Kafejnīca	Veido dialogu “Kafejnīcā”, ir priekšstats par profesijām: pavārs, viesmīlis.
<b>12.klase</b>	Bioloģija	Bioloģijas zināšanas biznesā	Gūst priekšstatu par iespējām bioloģijas zināšanu izmantošanu biznesā. Iepazīstina ar saviem vai grupas darba rezultātiem, izmantojot dažādus uzskates līdzekļus un informācijas tehnoloģijas.
	Vācu valoda	CV, motivācijas vēstule, darba intervija	Prot uzrakstīt savu CV, motivācijas vēstuli. Prot atbildēt uz darba intervijas dažādiem jautājumiem.
		Sarunas par profesijām	Mācās veidot sarunu ar svešinieku un uzdot jautājumus par pilota profesiju.
		Intervijas ar topošajiem banku darbiniekiem	Iepazīstas ar darbu bankā. Ir ieguvis izpratni par duālo profesionālo izglītību.
	Angļu valoda	Job Application	Sevis pasniegšanas prasmes, pozitīva paštēla veidošana. Lietišķo rakstu sagatavošana.
		Job Opportunities	Saprot un uztver plašu informāciju, veic izpēti par darba tirgu Latvijā.
		Advertising	Ir izpratne par iesaistīšanos darba izmēģinājumos saistībā ar profesiju reklāmas aģents/uzņēmējs.
	Krievu valoda	Uz kuriem brauksim ceļot?	Veido dialogu, argumentē savu viedokli par tūrisma pakalpojumiem, ceļojuma maršrutiem, gida profesiju.
		Laimīgu ceļu!	Pilnveido prasmes veidot dialogu “Vilcienā”, ir priekšstats par profesiju – pavadonis.
		Sarunas ceļā	Uzklausa citus, izsaka savu viedokli, izmantojot piemērotākos valodas līdzekļus, par cilvēka raksturu un profesiju.
		Viesnīcā	Veido dialogu “Viesnīcā” pieprasot un sniedzot nepieciešamo informāciju, rezervē vietu viesnīcā, noformē pieteikumu, pastāsta par pakalpojumiem. Ir priekšstats par viesnīcas administratora, istabenes profesijām.
	Mājsaimniecība	Individuālā uzņēmējdarbība	Veido pieredzi izmantot savā (mājturības) rīcībā esošos resursus individuālās uzņēmējdarbības uzsākšanai.

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

Integrējot karjeras izglītību mācību priekšmetos, ir paredzēti arī dažādi ārpusstundu pasākumi:

- Mācību priekšmetu nedēļas (mājturības, mākslas, sporta un citas);
- Mācību izziņošās ekskursijas uz dažādām iestādēm, ražotnēm, uzņēmumiem ar mērķi iepazīt darba specifiku, profesiju daudzveidību (LLU fakultātes, Fortum, Jelgavas Tipogrāfija, sia “Metrum”, Latvijas Nacionālā Opera, Latvijas Kultūras Akadēmija, Latvijas Nacionālā bibliotēka, A.Pumpura muzejs Lielvārdē, Latvijas Universitāte, Rīgas Tehniskā Universitāte un citi);
- Tikšanās un lekcijas ar dažādiem profesiju pārstāvjiem ar mērķi izziņāt profesijas specifiku, nepieciešamo izglītību, prasmes;
- Tikšanās ar atpazīstamām personām pilsētā, novadā, valstī (piem., A.Tripāns, I.Radēviča un citas personas) ar mērķi izziņāt karjeras ceļa izvēles motīvus, nepieciešamo izglītību;
- Tikšanās ar absolventiem par izglītības ceļa izvēli, apgūstamas profesijas specifiku, prasmēm un iemaņām;
- Interesu izglītības pulciņi, interešu fakultatīvi (Vides draugi, žurnālistika (skolas avīze “Špikopāts”), šahs, robotika, volejbols, radošā darbnīca, mūsdienu dejas, vairāki mūzikas pulciņi (“Spīgo”, “Spīgo Studija”, “Spīgoņi” un citi)).

### 3.3.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 zināšanu, prasmju un iemaņu (kompetenču) apgūvē; kā arī, izmantojot pašvērtējumu, liekot skolēnu mācību pierādījumus – pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiālus skolēnu darba mapēs (Portfolio).

3.4.tabulā aprakstītas karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes, atbilstoši vecumposmiem.

3.4.tabula

#### Karjeras izglītības vērtēšana

Klašu grupa	Pašizpētes prasmes	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes
1.-3.klase	Skolēni prot stāstījumā nosaukt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus.	Skolēni atpazīst profesijas, ir ieguvuši zināšanas un priekšstatu par dažādām profesijām. Skolēni atceras informāciju, uzdodot jautājumus par darba pasauli un prot prezentēt iegūtās atbildes. Skolēni prot veidot	Skolēni pēc skolotāja dota parauga prot pamatot, kuri nodarbošanās veidi viņus interesē vairāk, lai pēc kritērijiem katrs izvērtētu savu piemērotību konkrētai darbības jomai.



Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

		vienkāršus secinājumus par dažādu profesiju saturu.	
<b>4.-6.klase</b>	Skolēni prot stāstījumā atklāt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni pilnveidojuši abstraktās domāšanas prasmi. Skolēni izprot pašorganizācijas nozīmi. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus.	Skolēni prot vizualizēt un strukturēt informāciju par profesiju saturu, prot apspriest un apkopot informāciju par profesijām, prot veikt pētījumu aptaujas, intervijas, sarunas, analizēt dažādus datu avotus par profesijām.	Skolēni prot argumentēti prognozēt savas nākotnes karjeru, salīdzinot savas prognozes ar publiski pieejamajiem nākotnes profesiju sarakstiem, pamatot, kuras no izzūdošajām profesijām vajadzētu saglabāt. Skolēni izprot sabalansēta laika plānošanas nozīmi.
<b>7.-9.klase</b>	Skolēni prot saskatīt un atklāt savas stiprās un vājās puses, prot atklāt savas intereses, vajadzības un vērtības, prot veidot savu paštēlu un prezentēt to. Skolēni prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām. Skolēni prot analizēt savas vērtības, pieredzi un vajadzības.	Skolēni izprot dienas režīma un laika plānošanas prasmes saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēni zina profesiju daudzveidību. Skolēni prot saskatīt dažādu profesiju pozitīvos un negatīvos aspektus. Skolēni prot izmantot pieejamos resursus informācijas iegūšanai par darba pasauli.	Skolēni prot izvēlēties savām interesēm atbilstošāko profesiju un salīdzināt savas individuālās zināšanas, rakstura īpašības un prasmes ar tām, kas ir nepieciešamas izvēlētajā darbības jomā. Skolēni prot sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai, prot paskaidrot, kā realizēs karjeras plānu.
<b>10.-12.klase</b>	Skolēni prot saskatīt un atklāt savas stiprās un vājās puses, veidot savu paštēlu un prezentēt to. Skolēni prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām, spēj analizēt savas vērtības, intereses, pieredzi. Skolēni prot pilnveidot savas zināšanas, prasmes, rakstura īpašības un vērtības, kas nepieciešamas izvēlētajās profesijas izpildei. Skolēni spēj izprast sabiedriskās dzīves un darba tirgus pārmaiņas un novērtēt nepieciešamību pielāgoties jaunajiem apstākļiem. Skolēni prot pašvērtēt savu darbību, pamatojoties uz savu fizisko un garīgo dotumu un vajadzību izpēti.	Skolēni izprot savu esošo un iespējamo perspektīvo vietu izglītības sistēmā Latvijā un ārvalstīs, prot analizēt izglītības sistēmas shēmas. Skolēni izprot dienas režīma un laika plānošanas prasmes saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēni prot izvērtēt savu piemērotību izvēlētajai profesijai.	Skolēni prot kritiski izvērtēt informāciju par karjeras iespējām, izprot pašnodarbinātības un nodarbinātības priekšrocības un trūkumus. Skolēni spēj argumentēti diskutēt par izvēlētajās profesijas pozitīvajiem un negatīvajiem aspektiem, balstoties uz iegūto un analizēto informāciju. Skolēni prot sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai.

### 3.4. Karjeras attīstības atbalsta metodes

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni.

Metodes un metožu apraksti atspoguļoti 3.5. tabulā.

3.5. tabula

Metode	Apraksts
Anketēšana, aptauja	Izmanto, lai iegūtu nepieciešamo informāciju tālākai darbībai diskusijā, radošajā seminārā, projekta darbā u.tml. Anketas veidā var tikt veidoti dažādi pašnovērtējumi, sevis izpratnei, sevis novērtēšanai pēc dažādiem kritērijiem, apgalvojumiem. Apgūst prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, izteikt savu domu korekti, īsi.
Darbs ar informācijas avotiem	Veids, kā dažādos informācijas avotos gūt nepieciešamo informāciju par noteiktu tēmu vai risināmu problēmu. Skolēns prot atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
Diskusija	Diskusija grupā ir klasiska karjeras konsultēšanas metode sadarbībā ar vairākiem dalībniekiem. Diskusijas laikā tiek apspriesta kāda problēma/jautājums, uzklaustot, izprotot un pieņemot citu dalībnieku viedokļu, izsakot savu viedokli un veidojot savu attieksmi pret diskusijas tematu. Skolēns prot izteikt un pamatot savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaustīt
Digitālais karjeras portfolio	Skolēni ievieto portfolio personīgās izpētes rezultātus, skenētus izglītības dokumentus un sasniegumus apliecināšus dokumentus, noderīgus informatīvos materiālus. Digitālajā portfolio iespējams ievietot Europass dokumentus – CV, mobilitātes pasi u.c., kurus laiku pa laikam var papildināt.
Domu karte	Domu karte ir attīstošs, efektīvs un reizē aizraujošs mācību paņēmieni, kurā vizuāli un grafiski ap centrālo jēdzienu, tēmu, problēmu viegli uztveramā veidā pierakstītas asociācijas vai idejas, lai veidotu lietu, procesu, parādību, norišu savstarpējo izpratni, attīstot gan loģisko, gan simbolisko domāšanu.
Grupu darbs	Skolēns iegūst jaunas un izmanto apgūtās prasmes un iemaņas saskarsmē strādāt komandā
Intervija	Skolēni iemācās sarunāties: uzklaustīt sarunas biedru, prast noformulēt konkrētus jautājumus, prast atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu.
Lietišķās spēles	Skolēni iemācās modelēt dažādas problēmsituācijas
Eseja Argumentētā eseja	Metode, ar kuru skolēni var apgūt prasmi argumentēt savus spriedumus un viedokli, tos aizstāvēt ar konkrētiem faktiem.
Ēnošana	Veids, kā var gūt priekšstatu par kādu profesionālo, studiju, interešu u.c. jomu, sekojot kāda profesionāļa, speciālista, noteiktas jomas pārstāvja ikdienas gaitām, esot reālā vidē un piedaloties ikdienas darbībās un aktivitātēs.
Grupu darbs Pāru darbs Kooperatīvā mācīšanās	Darbs pāros vai grupās tiek organizēts par kādu noteiktu tēmu kopēja uzdevuma veikšanai. Tā mērķis ir vecināt diskusiju pārī vai starp grupas biedriem, sekmēt dalīšanos pieredzē, sava viedokļa izteikšanu, pamatošanu, argumentēšanu, attīstot sadarbības prasmes.
Individuālais plāns Karjeras plāns	Skolēna individuālā vajadzībām paredzēts darba veids, kura veikšanas gaitā atbilstoši noteiktā kārtībā un laikā izveidots galarezultāts, kura

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	izstrādē tiek ievēroti noteikti darbības posmi loģiskā secībā. Karjeras plāna izveidē tiek izvirzīts mērķis jeb sasniedzamais rezultāts, paredzēti soļi tā sasniegšanai, noteikts laika periods tā izpildei un pēc paveiktā pārrunāta izstrādes gaita un paredzēti turpmākie soļi karjeras mērķa sasniegšanā. Pieejams: <a href="http://vpg.kuldiga.lv/skola/?page_id=862">http://vpg.kuldiga.lv/skola/?page_id=862</a>
Intervija karjeras konsultēšanā	Dialogs, kas savā būtībā ir saruna starp skolēnu un pieaugušo, kurā noteicošā ir skolēna pieredze, kas jāmekā saskaņot ar skolēna paštēlu un darba identitātes izveidošanu
Karjeras kompass	Karjeras kompass ir 2x2 metru paklājs, ko izmanto sarunas laikā, atbildot uz svarīgiem jautājumiem attiecībā par savu karjeru un karjeras kompetencēm. Palīdz Karjeras konsultantam un skolēnam aktīvi mijiedarboties. Kad paklājs ir izklāts uz grīdas, skolēns izvēlas, uz kura laukuma un ar kādu sev aktuālo jautājumu nostāties. Uzdotot atvērtus jautājumus var palīdzēt skolēniem “veikt gājienus”, kas palīdzēs izpētīt un rast atbildes uz aktuālajiem karjeras jautājumiem.
Kolāža	Kolāžā tiek izmantoti dažādi simboliski uzskates līdzekļi jeb vizuālie balsti (attēls, zīmējums, aplikācija, datorgrafika, simboli, fotogrāfija u. tml.) izmantošana, lai atklātu jēdzienu, parādību, vides, notikumu u.tml. kopsakaru, ilustrējot kāda vārda, lietas, jēdziena nozīmi un saturu, tā padarot uzskatāmāku attēlojamo objektu (Lemešonoka, 2017).
Lekcija Minilekcija	Lekcija ir formāla informācijas nodošana lielākās grupās, kuras laikā klausītājs klausās, cenšas izprast saturu un vēro lekcijas gaitā notiekošo, bet lektors izskaidro, rada interesi par tematu un stāsta, sniedzot pietiekami plašu informāciju par tēmu. Lekcijas norisē var iesaistīt skolēnus, variēt uzdevumus un padarīt tās norisi aktīvāku.
Mērķu/vērtību dimants/hierarhija/ piramīda	Metode ir piemērota mērķu izvirzīšanai, vērtību klasificēšanai, svarīgākā un mazāk svarīgā noteikšanai, lai vizuālā un uzskatāmā veidā spētu strukturēt savas domas, viedokļus, vērtības u.c. kategorijas. Īpašs paveids ir vērtību dimants, kurā zem klasiskās piramīdas veidojas tās apgrieztā forma, veidojot rombu vai slīpēta dimanta formu: gan augšējā, gan apakšējā romba daļa ir trīsdalīga, veidojot sadalījumu - visvairāk svarīgs, vairāk svarīgs, svarīgs, mazāk svarīgs, vismazāk svarīgs. Vairāk skatīt: Metodes un tehnikas. Pieejams: <a href="http://www.saliedet.lv/metozu-apraksti/merku-piramida">http://www.saliedet.lv/metozu-apraksti/merku-piramida</a>
Mācību ekskursija	Mācību organizācijas forma, kas dod iespēju pilnīgāk apjēgt mācību priekšmetos, karjeras izglītības nodarbībās apgūtās zināšanas, prasmes un iemaņas. Tās tiek plānotas ar mērķi novērot vai izpētīt teoriju praksē, saredzot un pārbaudot to, ko nevar īstenot skolā.
Mācību priekšmeta līnija	Skolēns uzrasē vertikālo līniju uz A4 lapas. Augšā raksta “+10” un apakšā “-10”. Tad viņš raksta mācību priekšmetu tēmas, sakārto tās no +10 līdz -10 atkarībā no iegūtām zināšanām (kuras tēmas labāk zina, kuras sliktāk). Metode palīdz saprast skolēnam vājās puses mācību priekšmeta apguvē, labāk izprast savas spējas un novērtēt tās.
Nākotnes plānošanas metodes	Nākotnes plānošana ir veids, kā skolēns var izvērtēt, izlemt, kas nepieciešams, lai izvirzītu mērķus un pieņemtu lēmumus to īstenošanai. Skolēniem tiek parādītas iespējas, kā soli pa solim noteiktā, īsākā vai ilgākā laika periodā, izvirzot starpmērķus, ejot no vieglākā uz grūtāko, sasniegt plānoto galarezultātu.
Nepabeigtie teikumi	Lai izzinātu skolēnu viedokļus vai lai apzinātu dažādas idejas par kādu tēmu, tiek izmantoti nepabeigtie teikumi. Tie noder situācijas / problēmu /

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

	vērtību u.tml. kritēriju diagnosticēšanai. Skolēniem tiek dota nepabeigta frāze, viņam jāuzraksta tās nobeigums teikumā. Vairāk skatīt: Metodes un tehnikas. Pieejams: <a href="http://www.saliedet.lv/metozu-apraksti/nepabeigtieteikumi">http://www.saliedet.lv/metozu-apraksti/nepabeigtieteikumi</a> .
Pašnovērtējums Pašanalīze	Process, kurā izmantojot dažādas metodes, detalizēti izvērtē sevi, savas īpašības, darbības, rīcības nozīmīgumu, izdarot atzinumus par sevi, sava darba, sevis padarītā vērtību, nozīmīgumu, trūkumus un tālāko perspektīvu. Tas nepieciešams, lai plānotu tālāk savu individuālo darbību, rīcību.
Pārrunas	Pedagoga rosināts, skolēns izsaka savas domas par kādu tematu, sākotnēji atbildot uz jautājumiem, uzklusot citu viedokļus atbildēs, pakāpeniski virzoties uz izpratni par konkrēto tematu
Pētījums	Skolēni apgūst prasmes strādāt ar problēmsituāciju, prot formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskās iemaņas pētnieciskajam darbam, izpētīt un analizēt dažādas situācijas
Prāta vētra	Skolēni izprot, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē (vairāk skat. pielikumā)
Prezentēšana	Prezentācija ir ilustrēta noteiktas tēmas atspoguļojums (teorētiska materiāla vizualizēšana, pētījuma, praktiskās darbības demonstrēšana). Prezentācija par cilvēka dzīves dažādām jomām ir auditorijas iepazīstināšana ar sevi, savas personības iezīmēm, savām interesēm, vērtībām, darbu un pašpieredzi.
Prognozēšana	Uz faktiem, novērojumiem vai pieņēmumiem balstīta paredzēšana, nākotnes tēla veidošana ar noteiktu varbūtības pakāpi (Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca, 2000), piemēram, sava vērtējuma prognozēšana, nākotnes nodomu paredzēšana, nākotnes / karjeras vīzijas izveide u.tml.
Projekts	Skolēni iemācās formulēt idejas, iegūt informāciju un to apstrādāt, iegūtos rezultātus parādīt citiem, plānot darbu, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
Profesiju ABC	Skolēni, strādājot grupās izlozē alfabēta burtu un saņem lapu ar informāciju no Profesiju kataloga par profesijas aprakstu ar to burtu sākumā, kuru skolēni iepriekš izlozēja. Studējot tekstu, jāizvēlas profesionālās prasmes un tās jāpaskaidro. Metode sekmē skolēnu iepazīšanos ar profesijas daudzveidību un arī ar profesiju pienākumiem.
Seminārs	Metode, kad, risinot problēmas, grupai (klasei) jāpieņem atbildīgs lēmums, kurā svarīgs ir ikviena viedoklis un kolektīvā doma. Skolēni mutiski aizstāv savu viedokli, uzstājas, diskutē, sadarbojoties rod kompromisus un pieņem lēmumu.
Simulācijas spēle Lomu spēle Lietišķā spēle Drāmas metode	Imitējot reālās situācijas, iespējams apspriest dažādus, jautājumus, risināt problēmas, izmantojot esošo pieredzi, balstoties uz reālām dzīves problēmām, kritiski aplūkot dažādas problēmas un meklēt tām risinājumus, plānot darbību un sadarboties grupā.
Situāciju (gadījumu, notikumu) analīze	Situāciju analīze ir veids, kā analizēt kādu notikumu vai notikumu virkni, radot mācību situāciju, kurā apspriežamā problēma atspoguļo reālo dzīvi, uzlabojot skolēnu spēju identificēt problēmas, to cēloņus un sekas un attīstot lēmumu pieņemšanas prasmes.
Spēles	Apgūst prasmi iekļauties kolektīvā, parādīt sevi, prast novērtēt sevi un citus

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola

SVID analīze	Skolēni apgūst prasmes izvērtēt pašreizējo situāciju un paredzēt attīstības iespējas
Tests	Skolēni izzina sevi, prot novērtēt savus dotumus, personisko īpašību atbilstību konkrētai profesijai
Tikšanās ar speciālistiem, absolventiem, darba devējiem u.c.	Skolēni iegūt informāciju nepastarpināti, var noskaidrot viņus interesējošus jautājumus par konkrēto profesiju
Vizuālizācija	Skolēni apgūst prasmi veidot dažādus simboliskus uzskates līdzekļus : domu kartes, shēmas utt.

### Ieteicamā literatūra

#### Sevis izzināšana

1. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. Pētergailis, 2001.
2. Personības pašizjūta un identitāte./sast. Dz.Meikšāne, I. Plotnieks/- R.: SIA „Jumis”, 1998.-201 lpp.
3. Psiholoģijas vārdnīca.-G.Breslavared.-R.:Mācību grāmata, 1999.-157 lpp.
4. Psiholoģija vidusskolai /autoru kolekt./ - R.:Zvaigzne ABC, 1999.-250 lpp.
5. Saskarsme audzēkņiem /autoru kolekt./ - R.:Jumava, 1999.- 294 lpp.
6. Bronfenbrenner U. Theecologyofhumandevlopment: experimentbynatureanddesign. 1989.
7. Godvins M. Kas jūs esat? – Zvaigzne ABC, 1999.
8. Jungs K.G. Psiholoģiskie tipi. - R.: Zvaigzne, 1993.
9. Korna E. Karjeras izglītība. - R.: RAKA, 2011.
10. Lapiņa K. Vīrieša identitātes meklējumi. Psiholoģijas Pasaule. – (2005/11).
11. Lieģeniece D. Kopveseluma pieeja 5-7 gadu vecu bērnu audzināšanā. – R.:RaKa,1996.
12. Milts A. Saskarsmes ētika. – Zvaigzne ABC, 2004.
13. Pagraba E. Klases audzinātājam darbā ar vecākiem, bērniem un sevi pašu. – Pētergailis, 2006.
14. Pipere A. Veselības psiholoģija: Cilvēks. Vide. Perspektīvas. – Daugavpils: Saule, 2005.
15. Pokratniece G. Identitātes attīstība posmu aspektā. Personības pašizjūta un identitāte. – R.: Mācību apgāds NT,1998.
16. Reņģe V., Lūsis K. Personības psiholoģijas struktūra. – R.:Zinātne, 1988.
17. Svence G. Attīstības psiholoģija.-R.: Zvaigzne, 1999.-216 lpp.
18. Tunne I. Jauniešu pašapziņas dinamika un identitātes meklējumi. Personības pašizjūta un identitāte. – R.: Mācību apgāds NT, 1998.
19. Vorobjovs A. Vispārīgā psiholoģija. - R.: Izglītības soļi, 2000.
20. Rubana. I. M. Veselības izglītības pamati. – R: RAKA 1997
21. Rubana. I. M.Mācīties darot. – R: RAKA 2000
22. Karjeras iespēju izpēte. Metodisks palīg līdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem.-R: SIA Madonas poligrāfists, 2003
23. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā. Metodisks materiāls. PIAA, 2004.
24. Koķe T. Personības pašizziņas nozīme un iespējas mūsdienu sociālajā realitātē. LU PPI zinātnisku rakstu krājums. - R., SIA izglītības soļi, 2001.

#### Izglītības un nodarbinātības iespēju izpēte.

1. [www.cvmarket.lv](http://www.cvmarket.lv)
2. [www.cv.lv](http://www.cv.lv),
3. [www.e-darbs.lv](http://www.e-darbs.lv),
4. [www.workingday.lv](http://www.workingday.lv),
5. [www.titul.lv](http://www.titul.lv)
6. [www.izaugsme.lv](http://www.izaugsme.lv)
7. Ievads ekonomikā. Sociālās zinības 8. klasei. R.: RaKa, 1998.
8. Bērta Š.. Kā pieteikties darbā? Apgāds Zvaigzne ABC, 1998. 27. – 30.lpp.
9. L.Lapiņa, V.Rudiņa „Interaktīvās mācīšanas metodes”. – Zvaigzne ABC, 1997, 136 lpp.
10. Latvijas Nacionālais 2005. gada rīcības plāns nodarbinātības veicināšanai (informatīvā daļa).

## Karjeras izglītības programma Jelgavas 4. vidusskola

- 11.V. Krieviņš Mājsaimniecības ekonomika / RaKa, 1997.
12. G. Catlaks, V. Sarma Civilzinības 9. klasei / Zvaigzne ABC, 2001.
13. [www.lu.lv/laikraksts/izglitiba/62/-34k](http://www.lu.lv/laikraksts/izglitiba/62/-34k)
14. [www.Im.gov.lv/doc\\_upl/Zinojums\\_dz\\_Isituacija\\_izglitiba.pdf](http://www.Im.gov.lv/doc_upl/Zinojums_dz_Isituacija_izglitiba.pdf)
15. [http://www.piaa.gov.lv/Euroguidance/inf\\_mat/iep\\_izgl\\_d\\_p.htm](http://www.piaa.gov.lv/Euroguidance/inf_mat/iep_izgl_d_p.htm)
16. [http://www.piaa.gov.lv/index2.php?lang=lv&menu\\_id=6](http://www.piaa.gov.lv/index2.php?lang=lv&menu_id=6)
17. <http://www.izmpic.gov.lv>
18. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte. Metodisks materiāls. PIAA, 2004.
19. Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005.
20. Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005.
21. Latvijas Nacionālais attīstības plāns. 1. redakcija, 2005.
22. Izglītības iespējas Eiropā [skaņu ieraksts] : ceļvedis studiju izvēlei ārzemēs. - Rīga : Valsts izglītības aģentūra, 2009. - 1 skaņu disks.

### Karjeras plānošana

1. Mērķis Nr. 9/2005. Plāniņš veiksmīgai attīstībai. 26. – 28. lpp.
2. Skats nākotnē. Skolotāja ceļvedis. Nensijaperija un Zarks Van Zandts. Materiāli pārstrādāti un adaptēti Profesionālās karjeras izvēles centrā.
3. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. SIA "N.I.M.S." PKIC, 2000.
4. Hovards S. Veiksmīga karjera Curriculum Vitae. Apgāds Zvaigzne ABC, 1999.
5. Mērķis Nr. 1/2003. Prasmju CV – kad gribi īpaši izcelt savas spējas. 32. – 34. lpp.
6. Mērķis Nr. 2/2003. Mērķa un alternatīvais CV. 30. – 31. lpp.
7. Mērķis Nr. 6/2003. CV tikko no skolas sola nākušiem. 32. – 33. lpp.

### Citi avoti

1. **Karjeras izglītība 7. klasē** : metodiskie ieteikumi. - Rīga : Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006 ("Citrons"). - 128 lpp.
2. **Karjeras izglītība 8. klasē** : metodiskie ieteikumi 2006 ("Citrons"). - 120 lpp.
3. **Karjeras izglītība 9. klasē** : metodiskie ieteikumi - Rīga : Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006. - 176 lpp.
4. **Karjeras izglītība 7-9. klasei** : skolotāja rokasgrāmata / - Rīga : Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006 ("Citrons"). - 104 lpp.
5. **Karjeras izglītība 10.-12. klasei** : skolotāja rokasgrāmata / - Rīga : Profesionālās izglītības attīstības aģentūra, 2006 ("Citrons"). - 224 lpp.
6. **Karjeras izglītība skolā** : pieredze 2009 / Valsts izglītības attīstības aģentūra. - [Rīga] : Valsts izglītības attīstības aģentūra, [2010]. - 211 lpp. + CD.
7. **Karjeras un izglītības iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē** [videoieraksts]. - Rīga : Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2007. - 1 DVD (24 min.) :
8. **Karjeras un izglītības iespējas meža nozarē** [videoieraksts]. - Rīga : Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2007. - 1 DVD (21 min., 19 sek.)
9. **Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk?** : padomi veiksmīgai karjeras izvēlei / [Rīga] : Valsts izglītības attīstības aģentūra, Karjeras atbalsta departaments, 2008. - 111, [1] lpp.
10. **Mana karjera manās rokās!** [Elektroniskais resurss] = Energētika. - [Rīga] : AGD grupa, 2008. - 1 CD. –
11. **Progresīvās profesijas** [Elektroniskais resurss] : profesiju segregācijas cēloņu mazināšana / Sabiedrības integrācijas fonds. - Rīga : Sabiedrības Integrācijas fonds, 2006. - 1 CD. - Saturā: Mašīnbūve un metālapstrāde; Elektronika un elektronikas rūpniecība; Informācija un komunikācijas tehnoloģija; Ķīmija un farmācija.
12. **International Study Programmes and Courses 2009/2010** : Most students start a study, you start an international experience: study in Holland / Netherlands organization for international cooperation in higher education. - Nīderlande : Nuffic, 2008. - 1 CD-ROM.

Pielikumā dots plašāks metožu *Prāta vētra*, *SVID analīze* raksturojums. Izmantoti ES struktūrfondu Nacionālās programmas 3.2.7.1 projekta „Karjeras izglītības programmu nodrošinājums izglītības sistēmā” tālākizglītības programmas „Karjeras izglītības darba organizēšana vispārīgajās un profesionālajās izglītības iestādēs” materiāli. 2006.g.

### PRĀTA VĒTRA

Piemērota jebkura vecuma skolēniem, pedagoga pienākums ir radīt radošu, pat rotaļīgu atmosfēru, lai skolēni nebaidītos fantazēt, atklāt savus sapņus. Piezīme – ir brīži, kuros ir grūti būt radošam, tāpēc neizmantojiet spēku iesaistot skolēnus šajā nodarbē.

PV var lietot, lai:

- Rosinātu skolēnus domāt par iespēju dažādību
- Tā ir iespēja dzirdēt citu idejas
- Atrāsītu skolēnu auditoriju, mazinātu psiholoģisko spriedzi, mudinātu kļūt elastīgākiem, radošākiem
- Veiktu jaunu mērķa sasniegšanas stratēģiju izvēli.

Prāta vētra ir instruments ideju ģenerēšanai. Katrs no mums var būt kaut kādā mērā radošs. Prāta vētra nav vienīgā metode ideju ģenerēšanai. Tomēr tā ir pirmā un vienkāršākā no šīm metodēm.

Prasības, lai veiktu prāta vētru:

1. problēma (situācija), kas jāatrisina;
2. grupa (maksimāli 10 cilvēki);
3. vieta ar lielu tāfeli vai papīra loksni, ko var redzēt visi dalībnieki;
4. grupas vadītājs, kas var darboties kā līderis un uzturēt kārtību.

**Osborns** (viņš 1948. gadā pirmais aprakstīja Prāta vētras metodi) piedāvā četrus galvenos prāta vētras pasākuma sekmīgas norises noteikumus:

1. kritika nav pieļaujama. Ideju negatīvi vērtējumi ir jānoklusē līdz vēlākam laikam.
2. ieteicama ir neierobežota ideju izteikšana. Jo trakāka ideja, jo labāk. Trakās idejas var dot visnegaidītākos rezultātus.
3. vēlama ir kvantitāte. Jo vairāk ideju, jo lielāka iespēja, ka kāda no tām būs īstā.
4. ir jāmeklē iespējas idejas apvienot un uzlabot. Papildus savu ideju piedāvāšanai, dalībniekiem būtu jāierosina, kā citu ieteiktās idejas pārvērst labākās idejās, vai kā divas vai vairākas idejas apvienot vēl labākā idejā.

Daži padomi sesijas īstenošanai:

- ✓ nosaki skaidru tēmu, kas tiks apspriesta,
- ✓ iedrošini ideju ģenerēšanu,
- ✓ pieraksti visas idejas tā, lai grupa varētu tās vieglāk salasīt,
- ✓ nevērtē idejas,
- ✓ visas personas un idejas ir līdzvērtīgas,
- ✓ ierobežo laiku,
- ✓ neapspried idejas. Visas diskusijas notiks sesijas beigās,
- ✓ organizē nelielas grupas 7±2 cilvēki,
- ✓ iedrošini būt radošiem. Visas idejas tiek gaidītas,
- ✓ ir nepieciešams līderis – grupas vadītājs,
- ✓ balsties uz citu idejām,
- ✓ neviena ideja nav nepareiza,
- ✓ vērtē idejas divos posmos: pirmais solis ir noteikt kritērijus, lai atlasītu labākās idejas un nākamais solis ir izvērtēt idejas atbilstoši izvēlētajiem kritērijiem un pierakstīt rezultātus,
- ✓ sesijām ir jābeidzas ar izvēlēto ideju sarakstu.

### Prāta vētras sesijas vispārēja shēma

1. Definē skaidrus sesijas mērķus;
2. Uzraksti tos uz tāfeles;
3. Izveido sesijas darba grupu un izvēlies līderi / darba grupas vadītāju;
4. Sagatavo sesijai piemērotu telpu (ērta, mājīga, plaša);
5. Izvēlies laika plānu;
6. Vadītājs izskaidro grupai noteikumus (skatīt augstāk);
7. Sesijas laikā vadītājs seko, lai kārtība un noteikumi tiktu ievēroti;
8. Sesijas beigās vadītājs izveido visu ideju kopsavilkumu un sāk ideju novērtēšanu;
9. Rīcības plāna izstrāde (PKLP modelī šī daļa var iztrūkt, jo to detalizētāk var veikt arī ar citām metodēm).

### Prāta vētras sesijas norise

## Karjeras izglītības programma Jelgavas 4. vidusskola

Izvēlieties līderi un ideju pierakstītāju. Tas var būt viens cilvēks. Šis cilvēks tiek dēvēts par grupas vadītāju un viņam ir sekojoša loma:

Izvirzīt problēmu grupai, piem., uzdot grupai jautājumu: "Kā mēs varētu risināt šo problēmu? Kādas ir jūsu idejas? ...",  
Uzturēt grupas diskusiju, nenovirzoties no attiecīgās tēmas,

Iedrošināt visus paust savas domas, aizsargāt dalībniekus no kritikas,

Ievērot sesijas noteikumus un kārtību,

Ievērot laika limitu,

Pierakstīt visas idejas,

Apkopot idejas.

Definēt problēmu, kuras risināšanai tiks ģenerētas idejas. Jāpārliecinās, ka visi dalībnieki ir sapratuši sesijas tematu. Sesijas rezultāts ir problēmas risinājums. Grupas vadītājam ir problēma jāuzraksta uz tāfeles.

Noteikt sesijas noteikumus un iepazīstināt ar tiem visus dalībniekus.

Sākt sesiju. Grupas vadītājs vada sesiju.

Kad sesija beigusies, līderim idejas ir jāapkopo: jāatmet idejas, kas ir līdzīgas vai atkārtojās, jāsaprupē idejas un koncepcijas; jāizslēdz idejas, kas neatbilst analizējamai problēmai.

Ideju izvērtēšana:

Pierakstīt kritērijus (apmēram 5), lai izvēlētos, kuras idejas ir vislabākās. Kritērijiem būtu jā sākas ar vārdu „jābūt”, piem., „jābūt vissmieklīgākajam”,

Izmantojot kritērijus, piešķirt katrai idejai atzīmi,

Ideja ar visaugstāko atzīmi tiks izvēlēta problēmas risināšanā. Saglabāt pierakstus par visām labākajām idejām un to novērtējumiem.

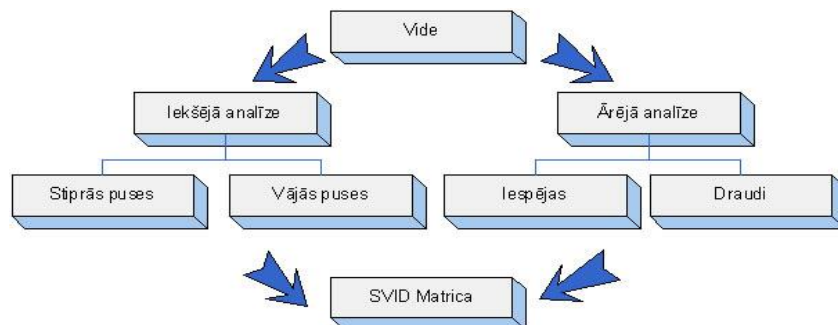
Jāinformē grupa par izvēlētajām idejām un jāapsprīdz rīcības plāns, kā īstenot risinājumu. Ja rīcības plāna izstrāde sagādā problēmas, sarīko vēl vienu prāta vētras sesiju, lai sastādītu plānu.

### Izmantotā literatūra:

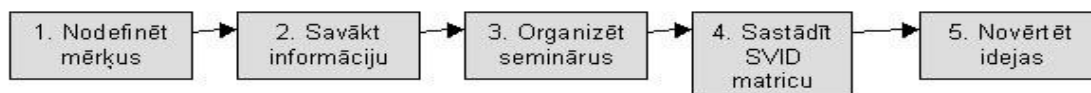
Inovatīvās darbības pamatelementi. Rokasgrāmata maziem un vidējiem uzņēmumiem. –R.:2005.,LR Ekonomikas ministrija.

## SVID ANALĪZE

### SVID analīzes shēma



### SVID analīzes darbu saraksts



#### Nodefinēt mērķus

Pirmais solis jebkurā projektā ir skaidri zināt, ko jūs darāt un kāpēc. SVID analīzes risināmo jautājumu loks var būt šaurāks vai plašāks, vispārējs vai specifisks.

#### Savākt informāciju

**Iepriekšēja sagatavošanās** ir būtisks posms, lai tai sekojošā analīze būtu efektīva, un sagatavošanas darbi ir jāsadala starp SVID analīzes dalībniekiem. Sagatavošanās darbus var veikt divos posmos:

- Nepieciešamo izejas datu sagatavošana,
- Detalizēta informācijas analīze.

Apkopojot informāciju par stiprajām un vājajām pusēm, jākoncentrējas uz iekšējiem faktoriem (ieņēmums, resursi, līdzekļi u.t.t.). Apkopojot informāciju par iespējām un draudiem, jākoncentrējas un ārējiem faktoriem.

**Radiet atmosfēru**, kura veicina brīvi plūstošu informāciju un dalībnieku brīvu izteikšanos. Vadītājam ir jāatvēl laiks dalībnieku brīvam domas lidojumam, taču ne pārāk ilgi. Ar pusstundu parasti pietiek, piemēram, runājot par stiprajām pusēm. Sastādot SVID matricu, analīzes dalībniekiem jābūt konkrētiem, vērtējošiem un analītiskiem.

**Uzskaitiet SVID matricā stiprās un vājās puses, iespējas un draudus**



## Karjeras izglītības programma Jelgavas 4. vidusskola

### Novērtējiet uzskaitītās idejas attiecībā pret mērķiem

Kad idejas ir sarakstītas SVID matricā, šķirojiet un grupējiet tās attiecībā pret mērķiem. Var izrādīties, ka analīzes dalībniekiem lai gūtu plašāku priekšstatu, būs nepieciešams izvēlēties piecas viņuprāt svarīgākās idejas. Mērķu skaidrība ir šī procesa pamatā, jo tālāk sekos ideju novērtēšana un izslēgšana, lai atdalītu graudus no pelavām.

SVID analīzes matrica sastāv no četrām daļām: stiprās puses, vājās puses, iespējas un draudi. Zemāk attēlotā SVID matrica iekļauj jautājumu piemērus, kuri ievadīti atbilstošajā SVID matricas daļā. Jautājumu piemēri var tikt izmantoti kā temati diskusijām, un tos var mainīt, atbilstoši SVID analīzes mērķiem.

Stiprās puses	Vājās puses
Iespējas	Draudi

### Izmantotie avoti:

[http://www.innovation.lv/ino2/publications/leonardo\\_manual/LV/lv/wso/index.cfm@fuseactionlearnl\\_id5321pl\\_id5310.htm](http://www.innovation.lv/ino2/publications/leonardo_manual/LV/lv/wso/index.cfm@fuseactionlearnl_id5321pl_id5310.htm)

## Skolēna karjeras PORTFOLIO

Darbu mape (angl.-portfolio) ir “indivīda kompetences (prasmju, zināšanu un spēju) un pieredzes reģistrs. Tajā var būt uzskaitītas indivīda iegūtās kvalifikācijas vai iekļauti darbu piemēri, kā arī aprakstīti apgūtie apmācības kursi, darba pieredze un ārpusdarba pasākumi” (Karjeras atbalsta glosārijs, 2013,13)

Darba mapes vai portfolio var būt papīra formātā vai digitāli veidotas (e-mapes).

Karjeras portfolio ir svarīgs instruments pašizziņā, pašvērtēšanā, paštēla veidošanā un karjeras uzraudzīšanā. Portfolio ievietotie skolēna izstrādātie materiāli uzskatāmi atspoguļo viņa spējas, prasmes, zināšanas, rakstura īpašības, kā arī potenciālu un iespējamās karjeras perspektīvas. Tā kā karjeras portfolio sniedz plašu ieskatu skolēna prasmju attīstībā noteiktā laikposmā, tas ir labs pamats “karjeras pārrunām” ar karjeras atbalsta sniedzējiem, tāpat skolotājam, konsultantam vai vecākiem ir iespēja sekot līdz skolēna personīgajai pilnveidei.

### Karjeras (izglītības) darbu mapes izmantošana

✓ Mācību instruments mācību darba un darba pieredzes dokumentēšanai un vērtēšanai saistībā ar turpmākās izglītības un karjeras iespējām
✓ Karjeras plānošanas instruments pašvērtēšanas veikšanai, karjeras iespēju apzināšanai un karjeras lēmumu pieņemšanai
✓ Organizatorisks instruments – personīgais plānotājs, kas palīdz organizēt svarīgus dokumentus un analizēt dzīves pieredzi
✓ Vērtēšanas instruments, kas palīdz novērtēt indivīda sasniegumus pašreizējās mācībās vai darbā
✓ Iepriekš iegūtās izglītības vērtēšanas instruments, kas ļauj novērtēt un atzīt neformālo izglītību (piemēram, grupās, klubos, biedrībās)
✓ Mārketinga instruments un sevis reklamēšanas instruments, piesakoties skolā vai darbā

Karjeras izglītības darbu mapes izmantošana (Saltana, 2011)

Karjeras izglītības programma  
Jelgavas 4. vidusskola  
**PORTFOLIO struktūra (paraugs)**

- 1. Vizītkarte**
  - 1.1. Ziņas par sevi
  - 1.2. Foto
- 2. Pašizpēte**
  - 2.1. Testi (intelekta, personības, mācīšanās, profesionālās piemērotības)
  - 2.2. Radošie uzdevumi
- 3. Sasniegumi**
  - 3.1. Mācību sasniegumi (ikdienas mācību darbs, pārbaudes darbos, olimpiādēs, mācību semestrī/gadā)
  - 3.2. Ārpusstundu sasniegumi
  - 3.3. Apbalvojumi (godaraksti, atzinības, medaļas, pateicības, atsauksmes)
  - 3.4. Sasniegumu analīze
- 4. Aktivitātes**
  - 4.1. Pasākumi
  - 4.2. Interēšu grupas
  - 4.3. Brīvā laika nodarbes
- 5. Materiāli**
  - 5.1. Informatīvie materiāli
  - 5.2. Izzinošie materiāli
  - 5.3. Publikācijas (web, vietējā presē u.c.)
  - 5.4. Izdales materiāli
  - 5.5. Radošie darbi

Vizītkartes paraugs

***Vizītkarte***

*Vārds* \_\_\_\_\_

*Uzvārds* \_\_\_\_\_

*Dzimšanas dati* \_\_\_\_\_

*Mācību iestāde* \_\_\_\_\_

*Klase* \_\_\_\_\_

*Tēlēfona numurs* \_\_\_\_\_

*E-pasts* \_\_\_\_\_

*Foto*

**Izmantotā literatūra:**

- 1) I. Lemešonoka. Kompetenču pieeja KARJERAS izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. – Apgāds Zvaigzne ABC, 2018.
- 2) R. Dž. Saltana. (2011.) Karjeras vadības prasmes – vērtēšana kā mācību procesa daļa. ELPGN informatīvais ziņojums. Eiropas komisija.