



Augšdaugavas novada pašvaldība  
Lāču pamatskola

Reģ. Nr.4212900506, Muzeja iela 2, Lociki, Naujenes pagasts, Augšdaugavas novads, LV-5458,  
tālr. 65474565, fakss 65474565 e-pasts: skola@naujene.lv

Augšdaugavas novada Naujenes pagastā

1.31.

APSTIPRINĀTS  
Ar Lāču pamatskolas direktora  
2022. gada 31. augusta  
rīkojumu Nr.1-12.3./58

Lāču pamatskolas  
Karjeras izglītības programma  
1. -9. klasei

Programmu izstrādāja  
Lāču pamatskolas  
pedagogs karjeras konsultants  
Anna Koroļkova

## Satura rādītājs

|  |    |
|--|----|
| Ievads .....   | 3  |
| 1. Karjeras veidošanas aspekti .....   | 4  |
| 1.1. Terminu skaidrojums.....  | 4  |
| 1.2. Karjeras vadības prasmes .....  | 5  |
| 2. Karjeras izglītība .....  | 8  |
| 3. Karjeras izglītības plānošana.....  | 9  |
| 3.1. Karjeras izglītības mērķis:.....  | 9  |
| 3.2. Karjeras izglītības uzdevumi:.....  | 10 |
| 3.3. Karjeras izglītības saturs .....  | 10 |
| 4. Karjeras izglītības programma .....   | 11 |
| 4.1. Lāču pamatskolas karjeras izglītības programmas mērķi, uzdevumi un saturs.....                                | 11 |
| 4.2. Karjeras attīstības atbalsta īstenošana izglītojamā karjeras vadības prasmju attīstīšanā Lāču pamatskolā..... | 12 |
| 4.3. Karjeras izglītības vērtēšana.....  | 35 |
| 4.4. Karjeras attīstības atbalsta metodes.....   | 37 |
| 5. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra .....  | 40 |
| 6. Tīmekļa resursi, kas saistīti ar karjeras izglītību .....   | 41 |

## 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 izpaušmei 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, Lāču pamatskolai tiek izstrādāta karjeras izglītības programma, kura attīsta sevis izpratni, informācijas meklēšanas prasmes, profesionālo pašnoteikšanos karjeras attīstībai skolēniem. Daugavpils Stropu pamatskolā-attīstības centrā 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.

# 1. Karjeras veidošanas aspekti

## 1.1. Terminu skaidrojums

**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.

**Karjeras vadības prasmes** ir vadošās individuālās prasmes, kas palīdz izprast, plānot, organizēt, vadīt un kontrolēt savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai. Tās attiecas uz nepieciešamajām prasmēm, lai atrastu sev izglītības virzienu, nodrošinātu sev darbu un lai sekmīgi veidotu personīgo dzīvi. Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu “karjera” skaidroja un asociēja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, tad tagad termins “karjera” ir jāsaprot ne vien kā izaugsme profesionālajā jomā, bet arī kā likumsakarīga personības izaugsme un nodarbošanās secīga maiņa visas dzīves garumā. Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurā summējas visas indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbs.

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

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

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

**GRIBU** — tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem izglītojamajiem ir plašs interešu loks, un ir 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.

**VARU** — tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, kā arī veselības stāvoklis,— visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad ir noskaidrotas profesionālās

intereses, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā — mācībās vai jau praktiskajā darbā.

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

Kopumā jēdziens “**karjera**” ietver arī citas nozīmīgas cilvēka dzīves jomas.

**Ģimene.** Ģimenes dzīve ir viena no svarīgākajām cilvēka dzīves jomām. Ģimene un attiecību veidošana nereti prasa ļoti daudz laika, pūļu un enerģijas, taču tikpat bieži tā ir arī neaizvietoājams atbalsts grūtos brīžos. Ir cilvēki, kuri tieši šai dzīves jomai ir izvēlējušies veltīt lielāko sava laika, spēku un enerģijas daudzumu. Šī ir ne tikai personīgi, bet arī sabiedriski nozīmīga izvēle, jo bērnu audzināšana ir “kapitālieguldījums” kā savas ģimenes, tā arī visas sabiedrības nākotnē.

**Garīgums.** Tas ir laiks un nodarbes, kuras mēs veltām savai dvēselei un garīgai izaugsmei. Katram tās var būt atšķirīgas. Šī ir joma, kas sniedz iespēju pilnveidot pašiem savu garīgo pasauli un pasauli ap mums. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ārpus ģimenes ir nepieciešams laiks, kuru veltīt sevis bagātināšanai, pilnveidošanai un attīstībai.

**Pilsoniskums.** Tas ir laiks un enerģija, kuru veltām sabiedrībai un labajiem darbiem. Daudzi aktīvi iekļaujas valsts politiskajā dzīvē un ir aktīvi savas valsts vai novada patrioti, citi ir gatavi darboties sabiedriskajās organizācijās un brīvprātīgo kustībā, nodarboties ar labdarību. Katram cilvēkam vajadzība just sevi kā sabiedrības daļu ir atšķirīga, taču tā ir ikviena cilvēka dzīves sastāvdaļa.

**Brīvais laiks.** Lai cilvēks justos labi un varētu ķerties pie darba ar entuziasmu un pilnu atdevi, ir jāspēj atlicināt brīdi atpūtai. Veidi, kā mēs atpūšamies un aizpildām brīvo laiku, var būt ļoti dažādi. Svarīgākais, lai cilvēkam būtu šis brīvais laiks un lai viņš to varētu aizpildīt atbilstoši savām vēlmēm un vajadzībām. Tāpat svarīgs ir fakts, ka brīvais laiks un dažādi vaļasprieki cilvēkiem sniedz iespējas īstenot tās viņu intereses, kuras nevar īstenot darbā.

## *1.2. Karjeras vadības prasmes*

**Karjeras vadības prasmes** - savas dzīves plānu patstāvīgas veidošanas, loģisku lēmumu pieņemšanas un realizēšanas, kā arī savas karjeras vadīšanas un savu karjeras mērķu īstenošanas prasme.

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.

Jēdziens karjeras vadības prasmes ir ļoti plašs. Tās tiek uzskatītas par vadošām individuālām prasmēm, kas palīdz plānot, organizēt, vadīt un kontrolēt savu iekšējo un ārējo resursu efektīvu izmantošanu dzīves mērķu sasniegšanai, lai ikkatrs spētu uzņemties atbildību par savas karjeras attīstības vadību mūža garumā. Prasme mācīties, sociālās, pilsoniskās un starpkultūru prasmes, kā arī iniciatīvas un uzņēmējdarbības gars ir nepieciešams, lai cilvēks būtu motivēts mācībām, mērķtiecīgi sevi pilnveidotu un spētu atrast un saglabāt darbu. Šo prasmju apgūvē liela loma ir izglītotājiem, jo prasmēm ir jāklūst par galveno izglītības rezultātu. Katram skolas beidzējam ir jābūt sagatavotam turpmākajam izglītības posmam vai nodarbinātībai un spējīgam uzņemties atbildību par savu personīgo lēmumu pieņemšanu un atbilstošu darbību.

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. Nodarbinātībai noderīgās prasmes tiek definētas kā "īpašību, prasmju un zināšanu kopums, kāds ir nepieciešams ikvienam darba tirgus dalībniekam, lai nodrošinātu savu efektivitāti darba vietā — sava paša izaugsmes, sava darba devēja un visas valsts ekonomikas labā". Karjeras vadības prasmju pilnveide ir karjeras izglītības rezultāts.

Karjeras vadības prasmju veidošanās un pilnveide notiek vispārējo prasmju veidošanās un pilnveides ietvarā – mācību procesā. Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās sākas, apgūstot vienkāršas pamatprasmes (lasītprasmi, rakstītprasmi, runas prasmi, matemātiskās prasmes, sadarbības prasmes), un turpinās sarežģītāku prasmju (digitālās pratības, daudzveidīgu informācijas resursu izmantošanas, pētniecisko, pašizziņas, pašvērtēšanas, dotumu pilnveidošanas, problēmu risināšanas, komunikācijas, lēmumu pieņemšanas, plānošanas u.c.) pilnveides laikā. Karjeras vadības prasmes nav saistītas ar darbībām noteiktā nozarē vai profesijā, to pamatā ir caurviju prasmes, kas stiprina jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, palīdz veidot pozitīvas attiecības un pieņemt atbildīgus lēmumus, jāattīsta visās mācību jomās un mācību priekšmetos un ir noderīgas dažādās profesionālās darbības jomās.

Mācību procesā, t.sk. karjeras izglītībā, skolēns veido un pilnveido šādas **caurviju prasmes**:

- kritiskā domāšana un problēmrisināšana;
- jaunrade un uzņēmējspēja;
- pašvadīta mācīšanās;
- sadarbība;
- pilsoniskā līdzdalība;
- digitālā pratība.

Karjeras vadības prasmes var iedalīt 3 grupās:

- **pašizziņas un pašvadības prasmes**, kas ietver prasmi uzturēt pozitīvu paštēlu, novērtēt un pilnveidot savu sniegumu karjerā (mācībās, darbā, brīvā laika

aktivitātēs u.c. karjeras jomās) un prasmi sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi;

- **karjeras iespēju izpētes prasmes**, kas ietver prasmi atrast un izvērtēt informāciju par karjeras (izglītības, nodarbinātības, uzņēmējdarbības u.c.) iespējām;
- **karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes**, kas ietver prasmi veidot karjeras vīziju, izvirzīt karjeras attīstības mērķi, izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu un sadarboties karjeras mērķu sasniegšanai.

Karjeras vadības prasmes ir prasmju kopums, ar kura palīdzību cilvēks pats vada savas izglītības un darba gaitas, apkopojot, analizējot un organizējot ar sevi, izglītību un nodarbinātību saistīto informāciju. Kompetencēs balstītas izglītības pieeja, kas orientēta uz skolēna personalizētu mācīšanos un praktisku darbošanos, daudzveidīgi izmantojot informācijas komunikācijas tehnoloģijas daudzveidīgā mācību vidē, balstīta uz skolēna pašizziņu un pašpiederības izmantošanu un partnerībā veidotu skolēna – skolotāja mijiedarbību ir karjeras vadības prasmju veiksmīgas pilnveides priekšnoteikums.

Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos atšķiras (Tabula Nr.1).

### Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos:

(Karjeras izglītība skolā, 2010)

Tabula Nr. 1

| 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 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.-7. 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.</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 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> |
| 8.-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> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstrē labas spējas darbā ar citiem.</li> <li>• Novērtē līdzības un atšķirības starp cilvēkiem.</li> </ul>   |

|  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <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>• 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>  |
| <b>10.-12. klase</b>   |   |
| <b>Attīstības iezīmes</b>  | <b>Karjeras vajadzības</b>  |
| <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 izglītība

Karjeras izglītības mērķis ir nodrošināt 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. Jāorganizē izglītības saturs un izglītības ieguves process, nodrošinot izglītojamajam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību. Karjeras izglītība ir harmoniski jāintegrē visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai, nevis epizodiski, bet caurviju un veselumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

### Karjeras izglītības uzdevumi

#### Palīdzēt skolēniem pašattīstīties:

- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses,
- izveidot elastīgu skatījumu uz dzīvi un reālistiskas gaidas attiecībā uz savu karjeru,



- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, piemēram, pašapziņa, pašpaļāvība, spēja “sevi pasniegt”, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

### **Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:**

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

### **Palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:**

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

### **Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi**

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

## **3. Karjeras izglītības plānošana**

### **3.1. Karjeras izglītības mērķis:**

Organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši spēkā esošajiem Ministru kabineta noteikumiem (noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem,

kā arī noteikumi par vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un pamatzglītības programmu paraugiem) un prasībām, integrējot specifiskus mērķus:

- nodrošināt izglītojamam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanu un vadīšanu 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.

### 3.2. Karjeras izglītības uzdevumi:

1. palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;
2. nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;
3. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;
4. veicināt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes;
5. palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
6. veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.
7. veidot izpratni par profesiju daudzveidību;
8. rosināt izglītojamos atbilstoši vecumposmam gūt darbības pieredzi.

### 3.3. Karjeras izglītības saturs

Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējās 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. Tabulā Nr.2 apskatītas karjeras izglītības pamatjomu saturiskās tēmas.

Tabula Nr. 2

| Karjeras izglītības pamatjoma | Saturiskās tēmas   |
|-------------------------------|--|
| Pašizpēte                     | <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; attieksmes un vērtības;</li> </ul> |

|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <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>   |

## 4. Karjeras izglītības programma

Lāču pamatskolas 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).

### *4.1. Lāču pamatskolas karjeras izglītības programmas mērķi, uzdevumi un saturs*

Programma adresēta 1. – 9. 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 sīkākā izklāsts, skolēnu karjeras izaugsmes posmi un kompetences, paredzamais rezultāts, stundās izmantojamās metodes un paņēmieni, kā arī ieteicamā literatūra.

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

**Programmas uzdevumi:**

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

#### ***4.2. Karjeras attīstības atbalsta īstenošana izglītojamā karjeras vadības prasmju attīstīšanā Lāču pamatskolā***

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

Karjeras izglītība 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.).

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

- Skolas karjeras izglītības pasākumi (piem., integrēti mācību stundās, klašu audzināšanas stundās, ārpusstundu pasākumos);
- Ārpuskolas 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.).

Tabulā Nr.3 ir aprakstīta sadarbība starp karjeras attīstības atbalsta īstenotājiem un skolēniem.

**Sadarbība ar karjeras attīstības atbalsta īstenotājiem skolēnu karjeras vadības prasmju attīstīšanai Lāču pamatskolā 1.-9. klasēm**

Tabula Nr. 3

| <b>N.p.k.</b> | <b>Darbība</b>   | <b>Sasniedzamais rezultāts</b>  | <b>Mērķauditorija</b>     |
|---------------|--|---|---------------------------|
| 1.            | Klases audzināšanas stundas.   | Skat. tematiskajā plānojumā klašu audzinātāja stundām.  | Skolēni                   |
| 2.            | Darbs ar vecākiem: 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            |
| 3.            | Sadarbība ar skolas:<br>Direktoru – skolas attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana, izpildes pārraudzība un kontrolē.<br>Direktora vietnieku mācību darbā – koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā.<br>Direktora vietnieku audzināšanas darbā – koordinē un pārrauga audzināšanas darbu skolā, arī karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā.<br>Medmāsu – pārrunas ar skolēniem, lekcijas vecākiem.<br>Pedagogu karjeras konsultantu – skolēnu izpēte, pārrunas ar skolēnu, lekcijas vecākiem, individuālās un grupu konsultācijas, KAA pasākumu organizēšana.<br>Bibliotekāru – informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.<br>Klašu audzinātājiem – īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas | Skolēni un viņu vecāki uzzina, kā skolas atbalsta personāls var palīdzēt skolēnam karjeras izvēles jautājumos – sevis izzināšanā, atbilstība profesijai, lēmuma pieņemšanā, profesiju iepazīšanā.<br>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. | Skolēni<br>Skolēnu vecāki |

|     |   |  |         |
|-----|---|--|---------|
|     | <p>darba un karjeras izglītības plānu.</p> <p>Logopēdu – konsultē skolēnu un viņa vecākus par logopēdiska rakstura jautājumiem, ja tas skar skolēna karjeras izvēli.</p> <p>Interesu izglītības pedagogiem – informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izvēles iespējām interešu izglītības programmas ietvaros.</p> |  |         |
| 4.  | Sadarbība ar darba devējiem: tikšanās ar darba devējiem, ekskursijas uz iestādēm un uzņēmumiem.   | Skolēni iepazīstas ar darba devēju prasībām darba ņēmējiem, darbavietu vidi, nepieciešamām profesijām uzņēmumos un iestādēs.                                   | Skolēni |
| 5.  | Sadarbība ar citām izglītības iestādēm: tikšanās ar citu izglītības iestāžu pārstāvjiem, citu izglītības iestāžu apmeklējums.   | Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju citās izglītības iestādēs.  | Skolēni |
| 6.  | Tikšanās ar skolas absolventiem.  | Skolēni uzzina par izglītības iespējām un mācību procesu citās izglītības iestādēs.  | Skolēni |
| 7.  | Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem.  | Skolēni iepazīstas ar dažādu profesiju pārstāvju darba specifiku, pienākumiem, prasmēm.  | Skolēni |
| 8.  | Ēnu diena.  | Skolēni iepazīstas ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.                                | Skolēni |
| 9.  | Karjeras nedēļa skolā un valstī (pēc speciālā plāna).   | Palīdzība skolēniem izzināt savas karjeras iespējas un izvēlēties, atbilstoši savām interesēm un iespējām, nākamo profesiju, kā arī veicināt uzņēmējdarbību.   | Skolēni |
| 10. | Skolotāju diena.  | Skolēni iepazīstas ar skolotāja profesiju – pienākumi, darba organizācija, atbildība, ikdienas darbs ar klasi.   | Skolēni |
| 11. | Portfolio veidošana.  | Skolēni sistematizē personīgo informāciju, laika gaitā tai pievienojot arvien jaunus materiālus, izaugsmes dinamiku un kopskatu personības veidošanās procesā. | Skolēni |

Karjeras izglītības programmas ārpusstundu un ārpusskolas pasākumi Lāču pamatskolā tiek īstenoti visu mācību gadu.

Tabulā Nr.4 apskatīta Lāču pamatskolas karjeras izglītības īstenošana klases stundās, pamatojoties uz Valsts izglītības satura centra metodisko līdzekli *Klases stundu programmas paraugs un Ieteikumiem Klases stundu programmas īstenošanai* (2016).

### Klases stundu tematiskais plānojums

Tabula Nr. 4

| Nr.                 | Stundu temati  | Stundas tēmas   | Plānotais sasniedzamais rezultāts  |
|---------------------|--|---|--|
| <b>1.-3. klases</b> |  |   |  |
| 1.                  | Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.    | 1. Manu vecāku darbs.<br>2. Manu ģimenes locekļu darbs.<br>3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā.<br>4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā. | Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. 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.<br>2. Pienākumi ģimenē.<br>3. Mani vaļasprieki mājās.<br>4. Manas intereses pulciņos.<br>5. Es vēlos strādāt par ...                          | Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.  |
| 3.                  | Dienas režīms.   | 1. Kāpēc vajadzīga<br>2. dienasgrāmata?<br>3. Mani dienas darbi skolā un mājās.<br>4. Mani vaļasprieki un atpūta.<br>5. Mans dienas režīms.                             | Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.  |
| 4.                  | Mācības –skolēna darbs.  | 1. Kāpēc jāmacās?<br>2. Kā labāk mācīties?<br>3. Mācības –pienākums un atbildība.<br>4. Mācību rezultāti un sasniegumi.   | Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā. |
| 5.                  | Karjeras vīzija.   | 1. Pēc 20 gadiem es būšu...<br>2. Profesijas pēc 50 gadiem.<br>3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā?<br>4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?                            | Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.   |
| <b>4.-6.klase</b>   |  |   |  |
| 1.                  | Es un mani dotumi.   | 1. Vislabāk es protu<br>2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu?   | Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.  |

|                    |   |  |   |
|--------------------|---|--|---|
|                    |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>3. Manas intereses.</li> <li>4. Manu spēju un talantu prezentācija.</li> </ul>  |   |
| 2.                 | Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes.        | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Mana diena ģimenes plānā.</li> <li>2. Mana dienas režīma proporcijas (mācības, vaļasprieki, atpūta).</li> <li>3. Vai es protu palīdzēt?</li> <li>4. Sadarbojoties var ietaupīt laiku. Kā?</li> </ul> | Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.   |
| 3.                 | Brīvais laiks un tā izmantošana.                | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Mūsu klases hobiji (vaļasprieki).</li> <li>2. Pulciņi skolā.</li> <li>3. Interesu izglītība pilsētā / pagastā.</li> <li>4. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.</li> </ul>           | Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.  |
| 4.                 | Mācīšanās prasmes un sasniegumi.                | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Mana sasniegumu mape.</li> <li>2. Mana izaugsme.</li> <li>3. Vai es mācos tik, cik spēju?</li> <li>4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.</li> </ul>   | Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.  |
| 5.                 | Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība. | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Fizisks un garīgs darbs.</li> <li>2. Profesiju veidi.</li> <li>3. Profesiju prestižs un nepieciešamība.</li> <li>4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā/novadā/ pagastā.</li> </ul>                  | Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās –darbs ārā u.tml. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī. |
| 6.                 | Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē.     | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Valodas kultūra ikdienā.</li> <li>2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība.</li> <li>3. Elektroniskās saziņas kultūra.</li> <li>4. Telefonsaziņas kultūra.</li> </ul>                            | Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.  |
| <b>7.-9. klase</b> |   |  |   |
| 1.                 | Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums.     | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības).</li> <li>2. Mani plāni šim gadam.</li> <li>3. Ko es esmu labu izdarījis šogad?</li> </ul>   | Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā   |



|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
|    |   | 4. Mani nozīmīgākie sasniegumi.  | ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus.  |
| 2. | Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās.</li> <li>2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā.</li> <li>3. Interese izglītība un pašattīstība.</li> <li>4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.</li> </ol> | <p>Saprot, kā skolā, ārpuskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.</p> <p>Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.</p>   |
| 3. | Izglītības vērtība.                         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū.</li> <li>2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā.</li> <li>3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas.</li> <li>4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.</li> </ol>                                    | <p>Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.</p> <p>Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību.</p> <p>Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.</p> <p>Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.</p>  |
| 4. | Profesiju daudzveidīgā pasaule.             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi.</li> <li>2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas).</li> <li>3. Ēnu diena kā iespēja.</li> <li>4. Manā pilsētā/ novadā/ pagastā pieprasītākās profesijas.</li> </ol>  | <p>Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus.</p> <p>Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas.</p> <p>Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos.</p> <p>Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.</p> |
| 5. | Individuālā karjeras plāna izveide.         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mērķis un starpmērķi.</li> <li>2. Izvēle un alternatīvas.</li> <li>3. Lēmumu pieņemšanas ceļi.</li> <li>4. Manas sasniegumu mapes prezentācija.</li> </ol>   | <p>Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.</p> <p>Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.</p> <p>Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).</p>   |

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 uzlabošanu un tālākvirzību izglītībā;
- nodarbinātību;
- profesionālās karjeras attīstību;
- turpmāku izglītošanu. (Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2017)

Katrā mācību priekšmetā ir tēmas, kurās tiek integrēta karjeras izglītība, tāpēc tabulā Nr. 5 ir apkopota Lāču pamatskolas mācību priekšmetu metodisko komisiju apzinātās un realizētās tēmas karjeras izglītības integrēšanai mācību priekšmetos.

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

Tabula Nr. 5

| Mācību priekšmets             | Temats  | Sasniedzamais rezultāts  |
|-------------------------------|---|--|
| <b>1.klase</b>                |   |  |
| Dabaszinības                  | 1.2. Kā pētīt materiālus?   | Pārrunas par profesiju - atkritumu šķirotājs. Saprot un ar cieņu izturas pret dažādu profesiju pārstāvjiem. Ir vēlme darboties; piedalās tuvākās apkārtnes sakopšanā.  |
| Dizains                       | 1.1. Kā griež, plēš, burza, loka, savieno papīra objektus?                      | Pārrunas par profesiju - sekretārs. Klases pārrunas. Zina to, ka šīs profesijas pārstāvim ir daudz darba ar papīru, gatavojot dokumentus, atskaites. Lieto papīru saudzīgi! Izprot, ka priekšmeti un lietas ir noteiktas cilvēku darbības rezultāts. |
| Krievu valoda un literatūra   | Sveika, skola! Kā mēs varam pastāstīt par sevi, skolu, klasi un klasesbiedriem? | Pārrunas par profesiju - skolotājs. Ievēro apgūtās runas etiķetes normas. Glīti un pareizi raksta vārdus (burtu forma, burtu savienojumi) un teikumus. Veido adresātam un saziņas tematam atbilstošus izteikumus.                                    |
| Latviešu valoda un literatūra | 2.2. Izskats: ķermeņa daļas un apģērbs Ķermeņa daļas, apģērbs un krāsas.        | Pārrunas par profesiju - modes dizaineris. Stāsta par sevi, piedzīvoto un pārdzīvoto, par redzēto, dzirdēto un lasīto.   |
|                               | 2.3. Vieta, kur mēs dzīvojam. Dzīvesvieta, mājas un dzīvokļa iekārtojums.       | Pārrunas par profesijām - celtnieks un arhitekts. Prot nosaukt iemaņas, kura nepieciešamas, šo profesiju pārstāvjiem.  |
| Matemātika                    | 1.3. Kā mēra garumus un kā iegūst simetrisku figūru?                            | Pārrunas par profesiju - šuvēja. Zina, ka šuvējas darbā ir daudz jāmēra, lai veiktu mērījumus. Risina praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, dabaszinātņu, vides un veselības   |

|                               |  |  |
|-------------------------------|--|--|
|                               |  | jautājumiem. Prot atšķirt salīdzināmus un nesalīdzināmus lielumus.   |
| Mūzika                        | 1.4. Kā es muzicējot varu atainot dažādas dabas norises un parādīt kustībās savas emocijas?      | Pārrunas par profesijām - dejotājs, aktieris. Izprot, cik svarīgi profesijas pārstāvjiem, izmantojot savu ķermeni un dažādus izteiksmes līdzekļus atklāt radošā darba emocijas, saturu.  |
| Sociālās zinības              | 1.2. Kā veidot sev un citiem drošas attiecības kopienā?  | Pārrunas par profesiju - psihologs. Prot klausīties klasesbiedrus un viņu viedokļus. Vērtē savu un citu rīcību, raksturojot to kā labu vai sliktu, un pamato savu vērtējumu.   |
| Vizuālā māksla                | 1.1. Vizuālas zīmes. Kā es varu izmantot vizuālas zīmes, lai sazinātos bez vārdiem?              | Pārrunas par profesiju - zīmju valodas tulks. Pēta profesijas pārstāvjus, iemaņas, īpašības. Vēro šīs profesijas pārstāvja darbu.  |
| <b>2.klase</b>                |  |  |
| Dabaszinības                  | 2.1. Kas ir laikapstākļi, un kā tie mainās?  | Pārrunas par profesiju - meteorologs. Iegūst informāciju par dabaszinību jautājumiem lasot, jautājot, klausoties, skatoties. Atrod būtiskāko informāciju lasītajā un dzirdētajā atbilstoši mērķim.                                       |
|                               | 2.2. Kāpēc ir nepieciešama enerģija?   | Pārrunas par profesiju - kalējs. Apzinās, ka dabaszinībās iegūtās zināšanas un prasmes ir izmantojamas ikdienas dzīvē.   |
|                               | 2.4. Kas ir nepieciešams dzīvajiem organismiem?  | Pārrunas par profesiju – veterinārsts. Ievēro personīgo higiēnu.   |
| Dizains                       | 2.1. Kā griež šķēlēs un gabaliņos produktus, lai pagatavotu maizītes?                            | Pārrunas par profesiju - pavārs. Saruna par profesiju, darba pienākumiem un darba vidi.  |
|                               | 2.3. Kā veido izstrādājumus ar dažādām faktūrām no māla un plastikas?                            | Pārrunas par profesiju - amatnieks. Iepazīties ar amatnieku darbu. Izprot, ka priekšmeti un lietas ir noteiktas cilvēku darbības rezultāts.  |
|                               | 2.4. Kā šuj ar rokām un dažādi rotā ar vītām, pītām aukliņām un tamborētām pīnītēm izstrādājumu? | Pārrunas par profesiju - šuvējs. Klases pārrunas, apzināti stāsta par šīs profesijas pārstāvī un pienākumiem. Spēj novērtēt savu darbību un sasniegto rezultātu; mācās saskatīt pozitīvo sasniegumu savā un citu darbā.                  |
|                               | 2.5. Projekts "Kā gatavojos un organizēju svētkus?"  | Pārrunas par profesiju - svētku organizators. Zina galvenos ikdienas darbus, kas nodrošina mājīgumu; piedalās mājas darbu veikšanā. Prot klāt galdu vienkāršai ikdienas maltītei, rīkoties ar galda piederumiem, uzvesties ēšanas laikā. |
| Krievu valoda un literatūra   | 2.1. Rudens – priecīgs vārds! Kā mēs izcelsim teikumus mutvārdu runā un pareizi tos uzrakstīsim? | Pārrunas par profesiju – dzejnieks, aktieris. Saruna par profesijām. Veido mērķtiecīgu un pabeigtu tekstu. Veido, intonatīvi pareizi izrunā un raksta stāstījuma, jautājuma un izsaukuma teikumus.                                       |
| Latviešu valoda un literatūra | 2.2. Mēs mājās. Runāsim par tuvāko apkārtni!   | Pārrunas par profesiju - pastnieks. Apzināti stāsta par šīs profesijas pārstāvī un pienākumiem. Iesaistās un piedalās sarunās vienkāršās saziņas situācijās. Rakstos sniedz ikdienā nepieciešamo informāciju par sevi.                   |
|                               | 2.3. Mēs mājās. Runāsim par svētkiem!  | Pārrunas par profesiju - bērnu animators. Stāsta par savu pieredzi, kad tikās ar šīs profesijas pārstāvjiem. Lieto biežāk sastopamās pieklājības frāzes.   |

|                             |   |  |
|-----------------------------|---|--|
|                             | 2.4. Mēs sabiedrībā. Sarunas par veselību.  | Pārrunas par profesiju - ārsts, medmāsa, māsas palīgs. Pētām šīs profesijas pārstāvjus, dalāmies pieredzē par dažādām vizītēm pie dažādiem ārstiem. Saprot cik atbildīgs ir šo profesiju pārstāvju darbs.  |
| Matemātika                  | 2.2. Kā nosaka dažādus garumus?   | Pārrunas par profesiju - celtnieks. Risina praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, dabaszinātņu, vides un veselības jautājumiem.   |
|                             | 2.3. Kā saskaita un atņem divciparu skaitļus?   | Pārrunas par profesijām – pārdevējs, banka darbinieks. Prot nosaukt reālās dzīves situācijas, kurās ir svarīgs skaitļu sakārtojums virknē. Prot pāriet no lielākām uz mazākām mērvienībām, risinot praktiskus uzdevumus.   |
| Mūzika                      | 2.1. Ko es varu saklausīt un izjust dziesmās un skaņdarbos, kas veltīti Latvijai?                             | Pārrunas par profesiju - dzejnieks, rakstnieks. Apzinās dzejnieka un rakstnieka nepieciešamību pārvaldīt valodas bagātību, daudzveidību un īpatnību, lai spētu atklāt caur to konkrētu tēlu vai noskaņu.   |
| Sociālās zinības            | 2.1. Kā plānot savu laiku un mērķus, lai mācītos un nodarbotos ar vaļaspriekiem?                              | Pārrunas par profesiju - pulciņu pedagogs. Attīsta pozitīvu pieeju dzīvei (optimismu). Apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā un to īstenošanā ģimenē, klasē, skolā.  |
|                             | 2.2. Kā atšķirt to, ko gribas, no tā, ko vajag?   | Pārrunas par profesiju - Banka darbinieks. Izprot palīdzības nozīmi, ir izpalīdzīgs. Novērtē dalīšanās prieku (prot dalīties ar citiem).   |
|                             | 2.4. Kā pētīt un raksturot savu pilsētu un novadu?  | Pārrunas par profesiju - gids. Ievēro norises dabā, interesējas par tām, jūt līdzīgi dzīvām būtnēm. Apzinās savu saistību ar vidi un atbildību par to. Prot pastāstīt, ko pašvaldība veic iedzīvotāju labā.  |
| Vizuālā māksla              | 2.1. Krāsa ainavā.  | Pārrunas par profesiju - mākslinieks. Zina ar mākslu saistītas profesijas. Eksperimentē un atklāj jaunus tehniskus paņēmienus.   |
|                             | 2.5. Mākslas darbi iedvesmo.  | Pārrunas par profesiju - muzeja darbinieks. Prot pastāstīt par sava radošā darba ieceri un procesu.  |
| <b>3.klase</b>              |   |  |
| Dabaszinības                | 3.1. Kas ir kopīgs un atšķirīgs dažādām dabas teritorijām?  | Pārrunas par profesiju - mežzinis, dārznieks, kūdras ieguves strādnieks. Formulē vienkāršus ar pētījumu saistītus jautājumus (Kāpēc? Kā būtu, ja...?) un apsver, kā varētu iegūt atbildes. Atbild uz skolotāja vai citu skolēnu jautājumiem, lietojot vienkāršus dabaszinību terminus. |
| Dizains                     | 3.1. Kā dārzenus un augļus šķiro, mazgā, mizo, skalo un smalcina, lai pagatavotu salātus, uzkodas, dzērienus? | Pārrunas par profesiju - pavārs. Izprot, kā stundās iegūtās zināšanas un prasmes tiek izmantotas mājās (sadzīvē), brīvajā laikā (atpūtā) un dažādās profesijās.  |
|                             | 3.3. Kā šuj ar rokām roku lelli?  | Pārrunas par profesiju – dizaineris, amatnieks. Saskata amatnieku izstrādājumu izmantošanas estētisko un praktisko nozīmi mājas vidē.  |
| Krievu valoda un literatūra | 3.1. Novads, kurā es dzīvoju.   | Pārrunas par profesiju - vēsturnieks, novadpētnieks. Izsaka savu viedokli. Stāsta par sevi, redzēto, dzirdēto, lasīto un pārdzīvoto.   |
| Latviešu valoda             | 3.5. Radu jauno un nebijušo! Kā saprast vārda nozīmi un frazeoloģismus? Kā izmantot frazeoloģismus savā       | Pārrunas par profesiju - dizaineris, reklāmas speciālists, valodnieks. Uzklauša citus un cenšas saprast teikto. Izmanto savas runas bagātināšanai sinonīmus un antonīmus.  |

|                             |  |   |
|-----------------------------|--|---|
|                             | reklāmas tekstā un prezentācijā?   |   |
|                             | 3.2. Runāsim par profesijām!   | Prot meklēt informāciju par dažādu profesiju pārstāvjiem.   |
| Matemātika                  | 3.3. Kā veido vietas plānu?  | Saruna par profesiju celtnieks. Prot nodarbībās brīvā dabā uzskaitīt dažādus objektus vidē un pazīt to formas. Prot salīdzināt, šķirot, sakārtot objektus pēc norādītas vai paša izvēlētas pazīmes.   |
| Mūzika                      | 3.2.Latvijas dabas ainavas mūzikā. Ko es varu saklausīt un izjust dziesmās un skaņdarbos, kas veltīti Latvijai?  | Pārrunas par profesiju - dzejnieks, rakstnieks. Apzinās dzejnieka un rakstnieka nepieciešamību pārvaldīt valodas bagātību, daudzveidību un īpatnību, lai spētu atklāt caur to konkrētu tēlu vai noskaņu.  |
|                             | 3.5. Skaņu gleznas. Kā es, izmantojot dažādus mūzikas izteiksmes līdzekļus, varu veidot "skaņu gleznas"? Kādi būs mani galvenie uzdevumi, veidojot priekšnesumu? | Pārrunas par profesiju - mākslinieks (visās jomās), gleznotājs. Salīdzina dažādu mākslas jomu mākslinieku "priekšnesumu" veidus, atklāj to atšķirības un līdzības.  |
| Sociālās zinības            | 3.1. Kā atšķirt faktus un viedokļus ikdienā?   | Pārrunas par profesijām – bibliotekāre, gids, arheologs. Apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā un to īstenošanā ģimenē, klasē, skolā. Izvēles situācijā ikdienā izvērtē vairākas alternatīvas un pieņem ekonomiskās izvēles situācijā pamatotu lēmumu.  |
|                             | 3.2. Kā pētīt un saglabāt tradīcijas?  | Pārrunas par profesiju – animators. Atrod mācību uzdevuma veikšanai nepieciešamo informāciju skolotāja norādītajos informācijas avotos (Latvijas karte, zīmējums, uzzīņu literatūra, vienkārši grafiki, saruna ar līdzcilvēkiem, plašsaziņas līdzekļi, arī internets). Prot nosaukt un pamatot sev nozīmīgas tikumiskās īpašības. |
| Vizuālā māksla              | Cik daudz vienai krāsai ir nokrāsu, un kāda nozīme ir krāsai dažādās kultūrās?   | Pārrunas par profesiju – dizaineris, gleznotājs. Prot plānot idejas īstenošanai paredzēto laiku mācību stundas ietvaros. Prot atrast un saprot informāciju, kas pievienota mākslas darbam.  |
| <b>4.klase</b>              |  |   |
| Dabaszinības                | 4.1. Kā vairojas, aug un attīstās dzīvie organismi?  | Pārrunas par profesijām, kas saistītas ar augu un dzīvnieku pētīšanu.   |
| Datorika                    | 4.3. Kā ievada un ar pareizrakstības līdzekļiem pārbauda tekstu dažādās valodās, kā to papildina ar grafiskiem objektiem?  | Saruna par profesijām, kas saistītas ar tekstastrādes lietotnes izmantošanu - lietvede, redaktors, žurnālists utt.  |
|                             | 4.5. Kas ir programmēšana un kā programmē vizuālajā vidē?  | Profesijas, kas ir saistītās ar programmēšanu - programmētājs, testētājs.   |
| Dizains                     | 4.2. Jūtas un emocijas kinomākslā.   | Pārrunas par profesijām, kas saistītas ar kinomākslu. Prot izvēlēties darbarīkus, materiālus un racionāli iekārtot darba vietu atbilstoši tehnoloģijai.   |
| Krievu valoda un literatūra | Valoda kā sazināšanās līdzeklis?   | Pārrunas par profesijām - žurnālists, tulkotājs, rakstnieks. Zina, ka ir verbāli un neverbāli saziņas līdzekļi (žesti, mīmika), izprot to nozīmi saziņā.  |

|                               |   |   |
|-------------------------------|---|---|
|                               |   | Izsaka savu viedokli un pamato to.  |
| Latviešu valoda un literatūra | 4.1. Mēs skolā. Skola agrāk un tagad.   | Pārrunas par profesiju – skolotājs. Zina, ka ir verbāli un neverbāli saziņas līdzekļi (mīmika, žesti), un izprot to nozīmi saziņā. Izprot runas kultūras nozīmi saziņā un ievēro apgūtās runas etiķetes normas.   |
|                               | 4.2. Mēs mājās. Mans vaļasprieks.   | Pārrunas par profesijām, kas saistītas ar vaļaspriekiem. Veido mērķtiecīgu, sakarīgu un pabeigtu tekstu.  |
| Matemātika                    | 4.8. Kas kopīgs iepirkšanās un kustības matemātiskajā aprakstā?   | Pārrunas par profesiju – pārdevējs. Prot aprēķināt procentus no skaitļa un skaitli, ja zināma tā procentu vērtība, izteikt divu skaitļu attiecību procentos.<br>Prot risināt praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, dabaszinātņu, vides un veselības jautājumiem, apzinās to nozīmi ikdienas dzīvē.  |
| Mūzika                        | 4.4. Kā līdzdarbojoties un muzicējot padarīt Ziemassvētkus par gaišiem un īpašiem svētkiem sev un citiem? | Pārrunas par profesijām - scenogrāfs, rakstnieks, mūziķis, komponists.<br>Izprot dažādu profesiju pārstāvju savstarpējās sadarbības principus, lai veidotu kopējo mākslas darbu (koncertu, priekšnesumu, operu, teātra izrādi u.c.).  |
| Sociālās zinības un vēsture   | 4.1. Kā mēra laika ritējumu un noskaidro pārmaiņas tajā?  | Pārrunas par profesijām - vēsturnieks, arheologs. Apzinās dzīves mērķa nozīmību un prot pastāstīt par savu dzīves mērķi citiem.   |
|                               | 4.3. Kā saglabāt tradīcijas un līdzdarboties kopienā?   | Pārrunas par profesijām - ekspozīciju un izstāžu kurators, gids, krājuma glabātājs, producers. Izprot saikni starp rīcību un sekām; pauž savu tikumisko izvēli. Novērtē ģimeni, mājas, dzimteni kā nozīmīgas vērtības savā un citu cilvēku dzīvē.   |
|                               | 4.5. Kā plānot un patērēt resursus saprātīgi?   | Pārrunas par profesijām - banka operators, atkritumu šķirotājs. Ekonomiskās izvēles situācijā izvērtē alternatīvas, ar ekonomiskiem apsvērumiem pamato savu izvēli un pieņem lēmumu, kā rīkoties.   |
| Sports un veselība            | 1. Pārvietošanās  | Zina, ka visās profesijās nepieciešama laba fiziskā veselība. Atbilstoši vides situācijai individuāli un pāros kombinē soļošanu, skriešanu, rāpošanu ar citām pamatkustībām. Saruna par profesijām, kas saistītas ar paaugstinātu fizisko sagatavotību - karavīrs, glābējs, policists.  |
|                               | 2. Šķēršļu pārvarēšana  | Saruna par profesijām kas saistītas ar šķēršļu pārvarēšanu – piem. arheologs. Kombinē un savieno lēkšanu ar citām pamatkustībām dažādās vidēs un ar dažādu inventāru.   |
|                               | 3. Rotaļas, sporta spēles   | Saruna par profesijām kas saistītas ar darbu komandā - vadītājs, skolotājs, sportists, treneris, ārsts. Ievēro mācīto rotaļu noteikumus. Izprot un ievēro svarīgākos rotaļu un spēļu noteikumus sporta pasākumos, demonstrē ētisku uzvedību, godīgu spēli, kontrolē un atbilstoši situācijai pauž savas emocijas, pārvalda stresu, izmantojot, piemēram, relaksācijas un elpošanas vingrinājumus. |

| 5.klase                       |  |   |
|-------------------------------|--|---|
| Dabaszinības                  | 5.1. Kāda ir dzīvo organismu savstarpējā saistība?<br>5.2. Kā izmanto materiālus?<br>5.3. Kas ir elektroenerģija?<br>5.4. Kas ir dabas resursi, un kā tos izmanto? | Pārrunas par profesijām – ekoloģis, tehnoloģis, elektriķis. Profesijas, kas saistītas ar mežsaimniecību. Prot iegūst informāciju dabaszinību jomā, atbilstoši situācijai izmantojot dažādus paņēmienus. Atbilstoši veicamajam uzdevumam izvēlas un sameklē informācijas avotus. Ievēro darba drošības noteikumus atbilstoši instrukcijai.   |
| Datorika                      | 5.2. Kā izklājlapās (rēķintablās) veido formulas aprēķinu veikšanai?   | Pārrunas par profesijām, kas izmanto izklājlapas - grāmatvedis, finansists, ekonomists utt. Zina izklājlapu lietošanas jomas un pamatjēdzienus - darbgrāmata, darblapa (izklājlapa), rinda, kolonna, šūna, šūnas adrese, apgabals, diagramma, formula - un prot nosaukt dažas izklājlapu lietotnes.   |
|                               | 5.4. Kā veido un rediģē vektorgrafikas attēlus?  | Datorgrafika un profesijas, kas saistītas ar to - datormākslinieks, animators, datorgrafīķis utt.   |
| Dizains                       | 5.1. Kā šuj ar šujmašīnu izstrādājumu?   | Zināšanas par to, kādas profesijas ir saistītas ar šūšanu – šuvējs, šūšanas tehnoloģis. Raksturo dažādus apģērba veidus; apzinās piemērotu, situācijai atbilstošu apģērba izvēles nepieciešamību un prot to izvēlēties; zina apģērba kopšanas iespējas.   |
|                               | 5.4. Kā ar figūrzāģi izzāģē koka izstrādājumu no saplākšņa?  | Ar kokrūpniecību un mežsaimniecību saistītas profesijas. Prot izvēlēties izstrādājuma ieceres īstenošanai nepieciešamos materiālus, aprēķināt to izmaksas, daudzumu, izmantot un kombinēt dažādus materiālus.   |
| Krievu valoda un literatūra   | 5.2. Kā izvēlēties spilgtus, precīzus un iederīgus vārdus savai runai vai tekstam?   | Profesijas, kas saistītas ar teksta veidošanu un reproducēšanu: žurnālists, diktors, aktieris. Novērtē savu un citu izteikumu atbilstību adresātam, saziņas tematam, mērķim, vietai un laikam<br>Iegūst informāciju grāmatās, laikrakstos, žurnālos, televīzijā, radio un internetā, sniedz to citiem.<br>Izprot runas kultūras nozīmi saziņas procesā un ievēro apgūtās runas etiķetes normas. |
| Latviešu valoda un literatūra | 5.1. Mēs sabiedrībā. Es zinu, gribu, varu – es piedalos.   | Profesijas, kas saistītas ar kultūru. Vērtē savu izteikumu atbilstību adresātam, saziņas tematam, mērķim, vietai un laikam.   |
|                               | 5.2. Mēs skolā. Es – zinātnieks.   | Pārrunas par profesijām zinātņu jomās. Vērtē tekstā ietvertu informāciju (jauna/zināma, svarīga/mazsvarīga) un izmanto to savā darbībā.   |
| Matemātika                    | 5.1. Kā dažādi pieraksta naturālos skaitļos?   | Pārrunas par profesiju programmētājs - jāpārzina programmēšanas valodas un datu struktūras, jāizstrādā programmatūra atbilstoši prasību specifikācijai. Prot nolasīt un pierakstīt gadskaitļus, izmantojot romiešu ciparus. Prot izmantot datoru informācijas iegūšanai. Prot precīzi lietot simbolus un apzīmējumus.   |
|                               | 5.7. Kā lieto decimāldaļas un procentus?   | Pārrunas par profesiju analītiķis - apkopo un analizē finanšu informāciju. Prot aprēķināt procentus no skaitļa un skaitli, ja zināma tā   |

|                             |   |   |
|-----------------------------|---|---|
|                             |   | procentu vērtība, izteikt divu skaitļu attiecību procentos.   |
| Mūzika                      | 5.5. Kora mūzika pasaulē un Latvijā. Kāda ir mana kora dziedāšanas pieredze?  | Profesija - kordziedātājs, kordiriģents. Aktualizē informāciju par nepieciešamajām prasmēm un zināšanām minēto profesiju apguvei, iepazīst Latvijas ievērojamākos kordiriģentus un profesijas apguves iespējas. Ir iepazinis tradicionālos informācijas ieguves avotus un orientējas savas skolas, pilsētas (ciema) bibliotēkā, prot atrast nepieciešamo informāciju. |
|                             | 5.6. Mūzikas instrumenti un to grupas. Simfoniskais orķestris. Pēc kādām pazīmēm iedala mūzikas instrumentus? Kā orķestrī veidojas saspēle? | Profesijas - mūziķis, diriģents. Iepazīst minēto profesiju specifiku, nepieciešamas iemaņas un apmācības iespējas (mācību iestādes). Profesijas - teātra aktieris, sportists, mūziķis. Izprot saspēles un mijiedarbības nepieciešamību, darbojoties komandās, kopējās grupās, veidojot vienu kopīgo darbu.  |
| Sociālās zinības un vēsture | 5.1. Kā pētīt un saglabāt vēstures liecības?  | Pārrunas par profesijām - vēsturnieks, muzeja darbinieks, gids, ekspozīciju un izstāžu kurators, muzejpedagogs. Zina nozīmīgākās kultūras jomas (izglītība, reliģija, māksla, literatūra, folklorā, etnogrāfija) un nodarbošanās veidus, ir izpratne par sadzīves organizēšanu.   |
|                             | 5.2. Kā izzināt sava novada, tuvākās apkārtnes vēsturi?   | Pārrunas par profesijām - vēsturnieks, novadpētnieks, gids. Izprot darba nozīmi cilvēka labklājības veidošanā un prot ar piemēriem ilustrēt gadījumus, kad zināšanas, izglītība, uzņēmība palīdzējušas cilvēkiem kļūt turīgiem un gandarītiem.  |
|                             | 5.3. Kā novērst un risināt konfliktus vietējā kopienā?  | Pārrunas par profesijām - jurists, psihologs, konfliktologs. Zina, kā izmantot skolas pašpārvaldes iespējas, lai uzlabotu skolas vidi. Izprot sadarbības priekšrocības.   |
|                             | 5.4. Kā un kāpēc palīdzēt līdzcilvēkiem?  | Pārrunas par profesijām - psihologs, konfliktologs. Apzinās, ka cilvēks pats ir atbildīgs par savu veselību un drošību; novērtē savus veselību ietekmējošos paradumus.  |
| Vizuālā māksla              | 5.2. Burti un cipari mākslā. Kā izteikt ideju mākslā ar burtu un ciparu palīdzību?  | Pārrunas par profesijām - kaligrāfs, tipogrāfijas darbinieks. Prot atrast nepieciešamo informāciju par vizuālo mākslu dažādos informācijas avotos.  |
|                             | 5.3. Arhitektūras uztvere ar piecām maņām. Kā izjust un iejusties apbūves, tās proporciju, materiālu un izgaismojuma uztverē?               | Saruna par celtniecības nozares profesijām - arhitekts, celtnieks utt. Izmanto plaknes un telpas iespējas, īsteno procesuālas radošas idejas individuāli un grupā.  |
|                             | 5.5. Dabas formas un materiāli mākslas darbā. Kā iedvesmoties radošam darbam no dabas materiāliem?  | Pārrunas par profesiju - dizaineris. Zina daudzveidīgas ar mākslu saistītas profesijas; ir iepazinis mākslas darba tapšanas procesu.  |



| 6.klase      |  |   |
|--------------|--|---|
| Dabaszinības | 6.1. Kādi dabas procesi notiek uz Zemes?                     | Pārrunas par profesijām - ģeologs, jūrnieks, meteorologs. Izmanto dažādus informācijas avotus (piemēram, grāmatas, žurnālus, Sarkano grāmatu), specifiskus informācijas avotus (modeļus, kartes, globusu), plašsaziņas līdzekļus un informācijas tehnoloģijas. Zina un ievēro drošības noteikumus, uzturoties dabā (uz ūdens, uz ledus, mežā, purvā, saulē). Izprot drošības noteikumu ievērošanas nepieciešamību un apzinās to neievērošanas sekas.  |
|              | 6.2. Kas ietekmē objektu kustību?                            | Pārrunas par profesiju – autovadītājs. Veic fizikālo lielumu (piemēram, masa, ātrums, spēks) mērījumus, nosaka attālumus kartē vai plānā, izmantojot mērogu. Pieraksta mērījumu rezultātus, izmantojot atbilstošus fizikālo lielumu apzīmējumus un mērvienības.   |
|              | 6.3. Kā notiek vielu pārvērtības?                            | Pārrunas par profesijām – ķīmiķis. Ir iegūta motivācija tālākai dabaszinātņu mācību priekšmetu apguvei, zinot profesijas, kurās nepieciešamas dabaszinībās iegūtās zināšanas. Piedalās pasākumos, kas saistīti ar apkārtējās vides kvalitātes uzlabošanu, kā arī vietējo vides problēmu risināšanā.   |
|              | 6.4. No kā sastāv dzīvie organismi?                          | Pārrunas par profesijām - ārsts, veterinārārsts, profesijas, kas saistītas ar medicīnu. Prot izsaukt pirmo palīdzību nelaimes gadījumā un, ja nepieciešams, sniegt pirmo palīdzību (piemēram, ugunsgrēka gadījumā, kodīgai vielai nokļūstot uz ādas). Zina iespējamās traumu vai saindēšanās izraisītājus (indīgas vielas, kodīgas vielas, smacējošas vielas, indīgie augi, indīgās sēnes, dzīvnieki, elektrība, troksnis, starojums) un prot izvairīties no riska situācijām. Ir iegūta pieredze rūpēties par dzīvajām būtnēm; apzinās dzīvo būtnu saudzēšanas nepieciešamību. |
| Datorika     | 6.2. Kā veido un rediģē videomateriālus?                     | Pārrunas par profesijām - operators, fotogrāfs. Kritiski vērtē redzēto kinofilmu un izsaka argumentētu viedokli par to. Plāno sižetu, veido tekstu un vizuālo materiālu video blogam par redzēto filmu, demonstrējot digitālās un video kompozīcijas veidošanas prasmes.  |
|              | 6.4. Kā izklājlapā (rēķintabulā) izveido diagrammu?          | Pārrunas par profesijām - menedžeris, projekta vadītājs. Izvērtē apstrādājamo informāciju un datus un izvēlas piemērotāko lietotni, salīdzina un strukturē informāciju tajā, lai vizualizētu datus atbilstoši mērķauditorijas uztveres īpatnībām.   |
|              | 6.5. Kā izstrādā spēli ar vizuālās programmēšanas palīdzību? | Saruna par profesiju - spēlēs programmētājs. Testē radīto spēli un noskaidro citu viedokli par to. Apkopo ieteikumus un veic nepieciešamos uzlabojumus. Attīstīta ieradumu kļūdas uztvert kā iespēju izaugsmei.   |

|                               |  |  |
|-------------------------------|--|--|
| Dizains                       | 6.3. Kā mainās graudaugu un pākšaugu ēdienu konsistence atkarībā no izmantotā šķidruma daudzuma? | Saruna par profesiju pavārs. Prot novērtēt pārtikas produktu un ēdienu kvalitāti pēc to organoleptiski nosakāmām īpašībām, gatavot ēdienu pēc receptes. Prot klāt galdu atbilstoši ēdienkartei, pasniegt un noformēt ēdienus, uzvesties pie galda atbilstoši pieņemtajām uzvedības normām.   |
|                               | 6.4. Kā kombinē koku ar citiem materiāliem, izgatavojot funkcionālu koka modeli?                 | Pārrunas par profesijām - galdnieks. Prot izvēlēties darbarīkus, materiālus un racionāli iekārtot darba vietu atbilstoši tehnoloģijai.   |
|                               | 6.5. Projekts "Kā raksturot uzņēmējdarbību?"   | Saruna par uzņēmējdarbību. Saskata iespējas un apzinās, ka paša darinātais izstrādājums var dot iespēju sevis apliecināšanai un tam var būt praktisks lietojums. Apzinās tradīciju un tautas mākslas nozīmi un izmantošanas iespējas mūsu dienās mājokļa iekārtošanā, apģērbā, galda klājumā, uzturā, saistot to ar savas personiskās dzīvesvides kvalitāti. |
| Krievu valoda un literatūra   | 6.3. Kā apraksta pasauli?  | Pārrunas par profesiju - rakstnieks. Mutiski veido tekstus atbilstoši adresātam, saziņas tematam, mērķim, vietai un laikam. Plāno savu darbību, izmantojot dzirdētu vai lasītu informāciju (uzdevuma formulējums, mācību teksts).  |
|                               | 6.4. Kāda vārdsķira palīdz papildināt tekstus ar faktiem?  | Pārrunas par profesiju - statistiķis. Vērtē tekstā ietvertu informāciju (jauna/zināma, svarīga/mazsvarīga) un izmanto to savā darbībā. Pieraksta un sistematizē informāciju, izmantojot dažādus paņēmienus.  |
| Latviešu valoda un literatūra | 6.2. Mēs sabiedrībā.   | Saprot valodas nozīmi kultūrā un savas personības pilnveidē. Saskata atšķirības starp savā un citu etnosu kultūrā pieņemto runas etiķeti/runas uzvedības tradīcijām.   |
| Matemātika                    | 6.1. Kā kopumu sadala noteiktā attiecībā?  | Pārrunas par profesiju – pavārs. Prot risināt praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, dabaszinātņu, vides un veselības jautājumiem, apzinās to nozīmi ikdienas dzīvē.  |
|                               | 6.4. Kā izpratne par komata lietojumu palīdz, ja reizina un daļa decimāldaļas?                   | Pārrunas par profesiju - banka darbinieks. Prot lietot piemērotus paņēmienus, lai atrisinātu problēmas, izmantojot skaitliskus modeļus.  |
|                               | 6.6. Kā attēlo un skaitliski raksturo telpiskus ķermeņus?  | Pārrunas par profesiju – arhitekts. Prot lietot laukuma, tilpuma, ātruma mērvienības. Prot novērtēt apgūto ģeometrisko figūru lielumu pēc acumēra.   |
|                               | 6.7. Kā sadzīves situācijās izmanto procentus?   | Pārrunas par profesiju - frizieris, grāmatvedis. Prot risināt praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, dabaszinātņu, vides un veselības jautājumiem, apzinās to nozīmi ikdienas dzīvē.  |
| Mūzika                        | 6.1. Laikmeta atspoguļojums mūzikā. Kā mūzikā atspoguļojas dažādi laikmeti un notikumi?          | Profesija - komponists, rakstnieks, dzejnieks. Iepazīst izteiksmes līdzekļus, paņēmienus un likumsakarības, ko izmanto mūziķis, rakstnieks vai dzejnieks, lai atklāt savas daiļrades laikmetu un stilu.  |
|                               | 6.5. Kinomūzika. Kāda nozīme mūzikai, skaņām filmu veidošanā?                                    | Profesijas - režisors, operators, scenārists, skaņu režisors. Izprot minēto profesiju saskarsmi, kas veidojas, realizējot vienu kopējo mākslas darbu.  |

|                             |  |   |
|-----------------------------|--|---|
| Sociālās zinības un vēsture | 6.1. Kā veidojās Latvijas valsts?  | Pārrunas par profesiju – vēsturnieks. Paskaidro, kā ētisko vērtību izpratne ietekmē sabiedrībā valdošos priekšstatus un paradumus; ar piemēriem ilustrē to, kā cilvēku ētiskā pārlicība ietekmē viņu raksturu, rīcību.  |
|                             | 6.2. Kā tiesības ir saistītas ar pienākumiem?  | Pārrunas par profesijām - jurists, advokāts. Izprot, ka augot un attīstoties mainās arī pienākumi, atbildība un savstarpējās attiecības. Prot ar toleranci izturēties pret atšķirīgām vērtībām, uzskatiem, pārlicību.   |
|                             | 6.3. Kā plānot budžetu?  | Pārrunas par profesijām - grāmatvedis, finansists, uzņēmējs. Zina, ka ražošanas resursi ir ierobežoti; prot raksturot komercdarbības veidus tuvākajā apkārtnē (pagastā/pilsētā/mikrorajonā) Izprot darba nozīmi cilvēka labklājības veidošanā un prot ar piemēriem ilustrēt gadījumus, kad zināšanas, izglītība, uzņēmība palīdzējušas cilvēkiem kļūt turīgiem un gandarītiem.  |
|                             | 6.4. Kā raksturot uzņēmējdarbību?  |   |
|                             | 6.5. Kā Latvija sadarbojas ar kaimiņvalstīm?   | Pārrunas par profesijām - diplomāts, robežsardzes darbinieks, muitas darbinieks. Prot kopā ar skolotāju formulēt mācību sasniegumu kritērijus un vērtēt savu un vienaudžu veikumu atbilstoši kritērijiem. Prot mērķtiecīgi uzdot jautājumus par apspriežamo tematu. Zina, kādos informācijas avotos meklējama informācija par sociālpolitiskiem, ekonomiskiem jautājumiem; prot to patstāvīgi atrast dažādos informācijas avotos (uzziņu literatūra, plašsaziņas līdzekļi, datorresursi) un izmantot mācību uzdevumu veikšanai. |
| Vizuālā māksla              | 6.2. Kinomāksla<br>Kā vērtēt kinofilmas un veidot savu video?  | Saruna par profesijām - kino operators un scenārists. Prot uz klausīt citu uzskatus par mākslas darbu.  |
|                             | 6.3. Reālistisks klusās dabas Gleznojums. Kā panākt telpiskumu, gleznojot kluso dabu?  | Saruna par mākslas jomas profesijām - gleznotājs, grafiķis, tēlnieks. Zina daudzveidīgas mākslas nozares, prot tās raksturot.   |
|                             | 6.4. Dažādu tautu ornamentu Kā rada ritmisku kompozīciju, izmantojot dažādu tautu ornamentus un piešķirot simbolisku nozīmi? | Pārrunas par profesiju - amatnieks. Prot atrast nepieciešamo informāciju par vizuālo mākslu dažādos informācijas avotos. Prot plānot idejas īstenošanai paredzēto laiku ilgtermiņa darbos, aprēķināt tiem nepieciešamos resursus.   |
| <b>7.klase</b>              |  |   |
| Bioloģija                   | 7.1. Kas ir organisma pamatvienība, un kā to pēta?   | Profesijas, kuras nepieciešamas bioloģijas zināšanas ( mežsaimniecība, lauksaimniecība selekcija, medicīna, farmakoloģija, pārtikas ražošana). Attīsta ieradumu izvēlēties pētījumam piemērotākos darba piederumus, ievērot darba gaitu un darba drošības noteikumus. Rīkojas atbildīgi pret savu un citu veselību, analizējot pirmās palīdzības sniegšanu segaudu traumu gadījumā. Skaidro dažādu faktoru ietekmi uz dzīvo organismu balsta un kustību orgānu  |
|                             | 7.2. Kas sedz organismus?  |   |
|                             | 7.3. Kas nodrošina augu un dzīvnieku balstu un kustības?   |   |
|                             | 7.4. Kā organismi elpo?  |   |

|            |   |   |
|------------|---|---|
|            |   | sistēmu, veido ieteikumus tās veselības saglabāšanai, izmantojot daudzveidīgu informāciju un izvērtējot tās ticamību. Saskata kompleksa dabaszinātniska teksta jēgu un pārveido izlasīto, lietojot simbolus, apzīmējumus, formulas, grafiskus attēlus un vienādojumus, izvēloties atbilstošāko stratēģiju.  |
| Datorika   | 7.1. Kā darbojas un atšķiras programmvadāmās ierīces un kā tās droši pārvaldīt?                                   | Saruna par IT jomas profesijām - IT administrators. Prot nosaukt datoru izmantošanas piemērus ikdienā (sadzīvē, izglītībā, ražošanā, tirdzniecībā, medicīnā, pārvaldē). Prot nosaukt populārākās operētājsistēmas un lietotnes (attēlu apstrādes, teksta apstrādes, izklājlapu, prezentācijas un multivides lietotnes) un to izmantošanas iespējas.   |
|            | 7.4. Kā izstrādā mājaslapu?   | Saruna par programmētāja un testētāja profesijām. Kādas īpašības ir nepieciešamas un kur var apgūt šīs profesijas. Prot izveidot vienkāršu mājaslapu. Saprot, ka interneta pakalpojumu izmantošana ne tikai dod iespēju iegūt nepieciešamo informāciju un komunicēt ar apkārtējo pasauli, bet var apdraudēt šo pakalpojumu izmantotājus, un zina, kā rīkoties, lai izsargātos no apdraudējumiem   |
| Dizains    | 7.1. Kā auž izstrādājumu?   | Profesijas senatnē un mūsdienās - audējs un Tekstilražošanas darbinieks. Plānveidā testē radīto dizaina risinājumu, dokumentē testēšanas rezultātus un izmanto tos ierosinājumiem, kā pilnveidot izstrādājumu.  |
|            | 7.2. Kā modelē un izgatavo izstrādājumu ar 3D printeri?   | 3D drukas iespējas mūsdienās - ražotnē un dizainā. Prot izmantot tehnoloģijas problēmrisināšanā. Prot plānot izstrādājuma izgatavošanas secību un tam paredzēto laiku.  |
|            | 7.3. Kā termiski apstrādā gaļu un zivis atkarībā no izvēlēta gabala kvalitātes, sagriešanas veida vai samalšanas? | Pārrunas par profesiju - pavārs. Kādas zināšanas un rakstura īpašības ir nepieciešamas un kur var apgūt šo profesiju. Uzlabo un pielāgo ēdienu receptes savām vajadzībām. Racionāli izmanto virtuves ierīces gaļas un zivju ēdienu gatavošanā. Plāno nepieciešamos produktus un darba secību gaļas vai zivju ēdiena pagatavošanai.  |
|            | 7.4. Kā rotā kokmateriāla izstrādājumus?  | Pārrunas par profesiju - galdnieks. Pēta un analizē kultūras mantojumu, tā piemērus un ietekmi uz mūsdienās aktuāliem produktiem un procesiem sabiedrībā.   |
| Ģeogrāfija | 7.1. Kā izmanto Zemes attēlojumus – kartes un globusu?  | Profesijas, kas saistītas ar zemes mērīšanu, būvniecību, transportu, kartogrāfiju. Mūsdienās kartogrāfi izmanto ģeogrāfiskās informācijas sistēmas (ĢIS), sagatavojot kartes digitāli, atjauninot vecāku izdevumu kartes un dešifrējot aerofotogrāfijas un satelītattēlus, kuri iegūti ar Zemes tālīzpētes tehnoloģijām. Attīsta ieradumu būt zinātkāram un patstāvīgi iegūst informāciju populārzinātniskajā literatūrā un tiešsaistē pieejamajos videomateriālos par Zemes veidošanos un attīstību. |
|            | 7.2. Kā uz Zemes veidojušās Zemes sistēmas un attīstījusies dzīvība?  |   |

|                               |   |   |
|-------------------------------|---|---|
|                               | 7.3. Kā Zemes iekšējie un ārējie procesi maina Zemes reljefu?   | Pārrunas par profesijām - vulkanologs, seismologs, ģeologs. Attīstīta ieradumu sekmīgi darboties individuāli un grupā, risināt sarunas un pieņemt kopīgus lēmumus, izstrādā skolas teritorijas iežu dēdēšanas karti. Attīsta ieradumu sev izvīzīt augstas prasības, tiecas paveikt darbu pēc iespējas kvalitatīvāk, kā arī glīti noformē patstāvīgi veidotos kartogrāfiskos materiālus, izmantojot atbilstošus apzīmējumus.<br>Pārrunas par profesijām - klimatologs, meteorologs, ekologs. |
|                               | 7.4. Kā hidrosfēra mijiedarbojas ar citām Zemes sistēmām?   |   |
|                               | 7.5. Kāpēc dažādās Zemes vietās ir novērojams atšķirīgs klimats?  |   |
| Inženierzinības               | 7.1. Kā izveido drošu un stabilu konstrukciju?  | Zina, ka lai radītu kvalitatīvu inženiertehnisku risinājumu, nepieciešama tā sistēmiska plānošana un izstrāde, ievērojot dizaina procesu. Attīsta ieradumu eksperimentēt, improvizēt, tiekties pēc jaunas pieredzes, pilnveidošanās, plānojot, veidojot un pārbaudot inženiertehniskos risinājumus.   |
|                               | 7.3. Kā iegūst, uzkrāj un pārvērš enerģiju  | Attīsta ieradumu izvēlēties tādu inženiertehnisku risinājumu, kuram ir vismazākā ietekme uz vidi vai kura darbība nodrošina vides uzlabošanu. Meklē un savām vajadzībām pielāgo dažādus tehniskos zīmējumus, shēmas, instrukcijas.  |
| Krievu valoda un literatūra   | 7.1. Māksla. Kādā veidā savas jūtas un domas pauž rakstnieks/ dzejnieks/mākslinieks/ komponists, un kuru no veidiem izvēlētos es? | Pārrunas par profesijām - dzejnieks, mākslinieks, komponists (profesijas, kas saistītas ar mākslu). Mērķtiecīgi izmanto verbālos un neverbālos saziņas līdzekļus. Uzstājas ar paša sagatavotu tekstu un vērtē savu uzstāšanos. Ievēro runāšanas kultūru un vērtē savu runāšanas kvalitāti.  |
| Latviešu valoda un literatūra | 7.3. Kā izteikt emocijas rakstiski? Ka plānot un rakstīt radošu darbu (pasaku)?   | Pārrunas par rakstnieka, dzejnieka profesiju, kādas prasmes ir nepieciešamas. Saziņā mērķtiecīgi izmanto verbālos un neverbālos saziņas līdzekļus. Orientējas dažādās saziņas situācijās. Plāno, veido un korigē savu runu un uzvedību atbilstoši saziņas situācijai, izsaka savu viedokli un argumentē to. Ievēro saziņā runas etiķetes normas un uzvedības normas.  |
|                               | 7.5. Kā top pasākums?   | Iejusties dramaturga, scenārista, aktiera un citu ar kino un teātri saistīto profesiju lomās. Ievēro klausītāja kultūru un vērtē savu klausīšanās kvalitāti.  |
| Latvijas un pasaules vēsture  | 7.1. Sabiedrība aizvēsturē  | Pārrunas par profesijām – arheologs, ceļu būvtehniķis. Izmantojot apgūtās zināšanas un prasmes par cilvēku dzīvi aizvēsturē pasaulē un Eiropā, izpētot dažādu veidu informācijas avotus, salīdzinot un saskatot kopīgo un atšķirīgo procesus aizvēsturē pasaulē, veido savu interpretāciju par cilvēku dzīvi aizvēsturē tagadējās Latvijas teritorijā un ar argumentiem pamato tās atbilstību izvēlētajam laika periodam.   |
|                               | 7.3. Antīkās pasaules sasniegumi  | Pārrunas par profesijām - laukstrādnieks, zemnieks. Lai attīstītu ieradumu uzklaut un iedziļināties dažādos viedokļos, pārliecībās,   |

|                    |  |  |
|--------------------|--|--|
|                    |  | kultūrās, iejusties cita pārdzīvojumos un sniegtu atbalstu, iepazīst dzīvesveidu no mūsdienu sabiedrības un mūsu ekoloģiski ģeogrāfiskās vides atšķirīgajās seno Austrumu civilizācijās, veidojot izpratni par solidaritātes lomu jebkurā sabiedrībā.  |
|                    | 7.5. Sabiedrība viduslaikos  | Pārrunas par profesijām - garīdznieks, tirgotājs, lopkopis. Skolēns, sastopoties ar dažādu kultūru pārstāvjiem, kā arī sociālajiem konfliktiem vēstures materiālos vai mūsdienās, iejūtas dažādās sociālajās lomās, aplūko konfliktu no vairāku pušu viedokļa, saprotot katras puses motivāciju. |
| Mūzika             | 7.1. Kā es varu apgūtos ritma elementus izmantot savas radošās idejas realizācijai?  | Profesijas - dejotājs, sportists, ārsts. Izprot, kā un kādās profesijās ritms un tā attīstība ir galvenais un noteicošais faktors darbības realizēšanā.  |
|                    | 7.3. Kādas ir teksta un mūzikas mijietekmes?   | Profesijas - komponists, dzejnieks. Izmantojot iegūtas prasmes un zināšanas, iejūtas komponista vai dzejnieka lomā un veido radošo darbu.  |
| Sociālās zinības   | 7.2. Kā vadīt stresu?  | Pārrunas par profesijām - psihologs, psihoterapeits, ārsts. Spēj piedalīties diskusijā par eksistenciāli nozīmīgiem jautājumiem (piemēram, mīlestība un naids, dzīvība un nāve, laicīgais un svētais, dzīves jēga).  |
|                    | 7.3. Kā ģimene ietekmē identitātes veidošanos?   | Pārrunas par profesijām - psihologs, jurists, advokāts. Spēj izvērtēt savu rīcību, izmantojot ētisku argumentāciju, ja nepieciešams, atzīt savas kļūdas un aizspriedumus un mainīties  |
|                    | 7.4. Kā plānot un sasniegt mērķi ilgtermiņā?   | Pārrunas par profesiju - karjeras konsultants. Apzinās darba vērtību; plāno savu turpmākās profesionālās darbības jomu, izvērtējot savas spējas, intereses un sabiedrības vajadzības.  |
| Sports un veselība | Pārvietošanās - analizē, izvērtē, pārvietojas, kombinējot dažādus soļus/kustības pa dažādām virsmām, reljefiem un atbilstoši laikapstākļiem individuāli vai pāros.                                 | Zina, ka visās profesijās nepieciešama laba fiziskā veselība. Saruna par profesijām kas saistītas ar paaugstinātu fizisko sagatavotību-karavīrs, glābējs, policists. Zina sava organisma funkcijas fiziskajās aktivitātēs un izprot nepieciešamību rūpēties par pareizu stāju.                   |
|                    | Priekšmetu pārvietošana - analizē, izvērtē, patstāvīgi pieņem lēmumus, darbojoties pazīstamās un jaunās situācijās vieglatlētikas, sporta spēļu un vienspēļu vingrinājumos pārvietojot priekšmetus | Saruna par profesijām kas saistītas ar celtniecību, uzņēmumu vadību. Strādnieks dažādās nozarēs. Izprot, ka fiziskās aktivitātes attīsta vispārējo fizisko sagatavotību.   |
|                    | Sporta spēles - plāno, izvērtē un lieto jaunus un radošus risinājumus, uzbrukuma un aizsardzības paņēmienus dažādās spēles situācijās ir līdzatbildīgs par sasniegto rezultātu.                    | Saruna par profesijām kas saistītas ar darbu komandā - vadītājs, skolotājs, sportists, treneris, ārsts. Ievēro godīgas spēles principu attieksmē pret sevi, komandas dalībniekiem, pretiniekiem un tiesnešiem. Izprot un ievēro svarīgākos rotaļu un spēļu noteikumus sporta pasākumos.          |

|                |   |  |
|----------------|---|--|
| Vizuālā māksla | 7.2. Fantastiski tēli dažādās kultūrās. Kā vizuāli attēlot tēla īpašības?   | Pārrunas par profesiju - ilustrators. Prot diskutēt un tolerantī uz klausīt atšķirīgus viedokļus par mākslu. Analizē un apraksta mākslas darbu formu un estētisko aspektu. Interpretē darbus to veselumā (saturs un forma). Sadarbojas un atbildīgi īsteno radošā darba ideju. Uzklasa citu viedokli, diskutē un patstāvīgi pieņem lēmumus par idejas īstenošanai atbilstošu materiālu, tehnikas, paņēmieni un tehnoloģiju izvēli. |
|                | 7.5. Arhitektūra un vide.   | Attīsta ieradumu vērot un pētīt pasauli ar aizrautību, apzināt vispārcilvēciskās vērtības ikdienas dzīvē, izvērtējot situāciju, atsakās no nevajadzīgā un cieņpilni rīkojas. Atbildīgi izvērtē savu un citu paveikto pēc kopīgi veidotiem kritērijiem.   |
| <b>8.klase</b> |   |  |
| Bioloģija      | 8.1. Kā barojas organismi?<br>8.2. Kā organismi uztver apkārtējo vidi?<br>8.3. Kā notiek vielu transports organismos?<br>8.4. Kā organismi izvada vielmaiņas galaproduktus? | Profesijas, kuras nepieciešamas bioloģijas zināšanas ( ekoloģija, mežsaimniecība, lauksaimniecība selekcija, medicīna, farmakoloģija, pārtikas ražošana). Prot salīdzināt dažādos avotos iegūto informāciju un izsaka savu viedokli par to. Apkopo iegūto informāciju. Patstāvīgi vai sadarbībā ar citiem skolēniem plāno eksperimenta norisi.   |
| Datorika       | 8.1. Kā strādā datortīkli?  | IT jomas profesijas - Sistēmu administrators, IT sistēmu arhitekts, Kiberdrošības tehniķis, Datorsistēmu tehniķis. Saprot, ka interneta pakalpojumu izmantošana ne tikai dod iespēju iegūt nepieciešamo informāciju un komunicēt ar apkārtējo pasauli, bet var apdraudēt šo pakalpojumu izmantotājus, un zina, kā rīkoties, lai izsargātos no apdraudējumiem   |
|                | 8.5. Kā izvēlas un lieto piemērotāko rīku attēla un videomateriāla apstrādei?   | Pārrunas par profesijām - datorgrafīķis, animators. Prot nosaukt dažus uzdevumus, kurus efektīvāk var veikt dators un kurus - cilvēks. Lietojot citu veidotu saturu un risinājumus ir jānorāda atsauces uz avotiem, autoriem un izmantotajām lietotnēm. Atbilstoši veicamajam uzdevumam izvēlēta lietotne un piemērots grafikas veids padara izstrādes procesu efektīvāku un rezultātu kvalitatīvāku.                              |
| Dizains        | 8.1. Kā šuj ar šujmašīnu apģērbu vai aksesuāru?   | Pārrunas par profesijām - šuvējs, Šūšanas tehnologs. Nosauc atšķirības starp izstrādājumiem, kas darināti ar rokām un tehnoloģiski izgatavotiem izstrādājumiem, un procesu, kā tie radīti. Zina, ka jaunu lietu radīšanā iespējams izmantot materiālus vai izstrādājumus, kas iepriekš pildījuši citu funkciju.  |
|                | 8.3. Kā virpo ar koka virpu izstrādājumu?   | Pārrunas par profesijām - virpotājs, atslēdznieks. Zina, ka virpai kā tehnoloģiskai ierīcei ir gan priekšrocības, gan trūkumi izstrādājuma izgatavošanai no dažādiem materiāliem.  |
|                | 8.4. Grupas projekts "Kā gatavo piena produktu ēdienus? Kā uzklāj galdu brīvdabas pasākumā?"  | Pārrunas par profesijām - barista, viesmīlis, pavārs. Pēc paša izstrādātas receptes gatavo veselīgus piena produktu ēdienus, ko servē  |

|                              |  |  |
|------------------------------|--|--|
|                              |  | brīvdabas pasākumā, izmantojot ilgtspējīgus ēdiena pasniegšanas piederumus.  |
| Fizika                       | 8.3. Kā svārstības rada skaņu?   | Attīsta ieradumu rūpēties par savu veselību un drošību, izvērtējot nepieciešamību izmantot dzirdes aizsardzības līdzekļus dažādu profesiju pārstāvjiem. Pārveido mērvienības, izmantojot daudzkārtņu un daļvienību nosaukumus.   |
|                              | 8.4. Kāpēc ķermeņi kustas?   | Izvērtē riska faktorus transporta līdzekļu kustībā. Attīsta ieradumu rūpēties par savu veselību un drošību, izvērtējot inerces un ceļa segumu kā riska faktoru transporta līdzekļu kustībā.  |
| Ģeogrāfija                   | 8.1. Kas ir dabas resursi?<br>8.2. Kāpēc uz Zemes izveidojušās teritorijas ar atšķirīgu dzīvo dabu?  | Profesijas, kas saistītas ar dabas resursu iegūvi, ar tūrisma sfēru. Skaidro, kā ģeogrāfiskais stāvoklis un dabas apstākļi ietekmē neatjaunojamo un atjaunojamo dabas resursu izvietojumu pasaulē un Latvijā, izmantojot informācijas avotos patstāvīgi iegūtus piemērus un kartes. Argumentēti atbild uz jautājumiem par klimata pārmaiņām.   |
| Krievu valoda un literatūra  | 8.1. Kā izvēlēties dialoga stratēģiju, lai saziņa būtu efektīva?   | Pārrunas par profesijām - telefonoperators, dispečera profesija. Pārvalda valodas normas. Veido dialogu ar tekstu, lai atklātu autora komunikatīvo nolūku. Plāno, veido un koriģē savu runas uzvedību atbilstoši saziņas situācijai.   |
| Ķīmija                       | 8.1. Kas ir ķīmija?<br>8.2. No kā sastāv vielas?<br>8.3. Kā notiek vielu ķīmiskās pārvērtības?<br>8.4. Kāpēc skābes un bāzes ir pretstati?<br>8.5. Kā izmanto ūdeni? | Pārrunas par profesijām - ķīmiķis, laborants, profesijas, kas ir saistītas ar ķīmijas tehnoloģiju. • Pamato drošības noteikumu ievērošanas nepieciešamību, izmantojot vielas sadzīvē un veicot eksperimentus ar vielām laboratorijā. Attīsta ieradumu rūpēties par savu veselību un drošību, analizējot dzīves situācijas, kad, praktiski strādājot ar vielām, jāievēro drošības noteikumi. Attīstīta ieradumu plānot un vadīt savu izziņas procesu, veidojot spriedumu un matemātisku sakarību, kas saista vielas daudzumu, masu un molmasu, izvēloties piemērotāko stratēģiju. |
| Latvijas un pasaules vēsture | 8.1. Atklājumu un baznīcas reformu laikmets  | Pārrunas par profesiju – garīdznieks. Attīsta ieradumu ar iecietību izturēties pret dažādiem uzskatiem. Attīsta ieradumu saskaņot savas un sabiedrības intereses.  |
|                              | 8.4. Revolūcijas un modernizācija  | Pārrunas par profesijām - dzelzceļa transporta inženieris, dzelzceļa transporta pārvadājumu organizācijas un kustības drošības tehniķis, mašīnists. Skaidro, kā un kāpēc zinātnes un tehnikas atklājumi ietekmēja vēstures gaitu Latvijā, Eiropā un pasaulē.   |
| Mūzika                       | 8.5. Mūzika revolūciju laikā. Kāda nozīme mūzikai ir revolūciju laikā?   | Profesijas - vēsturnieks, politiķis, sabiedriskais darbinieks. Atklāj zināšanas par to, cik svarīgi profesijās darboties ar faktiem, atklāt savu pozīciju un censties ar likumiskiem paņēmieniem sasniegt savus mērķus.  |
|                              | 8.7. Dziesmu un deju svētku tradīcija Latvijā. Kā, veidojot pētniecības projektu, iepazīt Dziesmu un deju svētku?  | Profesijas - pētnieks, izmeklētājs, zinātnieks. Iepazīst prasmes un nepieciešamas kompetences iepriekš minētajām profesijām, atklāj profesijas pārstāvju raksturīgākas pazīmes un iespējamās darbības jomas.   |



|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| Matemātika       | 8.1. Kā matemātiski raksturo un analizē datus?  | Pārrunas par profesiju - analītiķis (apkopo un analizē finanšu informāciju, sagatavo pārskatus). risināt praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, dabaszinātņu, vides un veselības jautājumiem, sastādot vienādojumus, to sistēmas, noteikt atšķirību starp teksta uzdevuma atrisinājumu un atbilstošā vienādojuma vai vienādojumu sistēmas atrisinājumu.  |
|                  | 8.5. Kas kopīgs četrstūriem, kuru pretējās malas ir pa pāriem paralēlas?  | Pārrunas par profesiju - grāmatvedis - nodrošina savlaicīgu finanšu informācijas apkopošanu apstrādi un finanšu rādītāju aprēķināšanu. Prot analizēt dabas, tehnikas un sabiedrības procesus, vispirms sastādot to matemātiskos modeļus minēto funkciju formā.<br>Pārrunas par profesiju - kokapstrādes iekārtu operators, tehnologs - strādā ar rasējumiem, kā arī maina parametrus konkrētos rasējumos.   |
| Sociālās zinības | 8.1. Kā notiek ražošana?<br>8.2. Kā darbojas tirgus?<br>8.3. Kāda ir banku loma naudas apritē?<br>8.4. Kāpēc jāmaksā nodokļi?   | Pārrunas par profesijām – uzņēmējs, banka darbinieki, sociālais darbinieks. Zina cilvēku saimnieciskās darbības veidus un principus, cilvēku ekonomiskās vēlmes un vajadzības, pieprasījuma un piedāvājuma likumsakarības, cenu veidošanās principus, ražošanas faktorus, komercdarbības veidus un finansēšanas avotus, valsts ekonomiskās sistēmas. Zina, kas ir komercdarbība, un prot to raksturot. Zina, kas ir darba tirgus un kādas ir iespējas tajā Iesaistīties. Zina, kas ir bezdarbs, ar piemēriem prot raksturot tā veidus un zina, kādas ir valsts sociālās garantijas. |
| Vizuālā māksla   | 8.1. Popkultūra un reklāma. Kā rada mūsdienīgu reklāmu?   | Mākslas jomas profesijas - vizuālās reklāmas speciālists, dizainers. Ievēro estētiskus un ētiskus principus, demonstrējot projekta rezultātu. Pozitīvi vērtē radošā procesa spontanitāti, uzdrīkstēšanos/izaicinājumu.  |
| <b>9.klase</b>   |   |   |
| Bioloģija        | 9.1. Kā organismi saistīti ar vidi, kurā tie dzīvo?<br>9.2. Kā rodas jauns organisms?<br>9.3. Kā notiek organisma darbības regulācija?<br>9.4. Kāpēc organismi ir tik daudzveidīgi? | Profesijas, kuras nepieciešamas bioloģijas zināšanas ( mežsaimniecība, lauksaimniecība, selekcija, medicīna, farmakoloģija, pārtikas ražošana). Iegūst informāciju uzziņu avotos (grāmatas, rokasgrāmatas, enciklopēdijas, žurnāli, laikraksti, informatīvi bukleti, internets), specifiskos informācijas avotos (Sarkanā grāmata, augu un dzīvnieku noteicēji, reklāmas izdevumi, modeļi, videofilmas, muzeji, botāniskie un zooloģiskie dārzi, zooveikals, dzīvnieku patversme).  |
| Datorika         | 9.2. Kā programmējot radīt sabiedrībai derīgu digitālu risinājumu?  | IT jomas profesijas - programmētājs, testētājs. Darba procesa laikā ir svarīgi izvērtēt gan risinājumu, gan pielietotās stratēģijas, lai vajadzības gadījumā veiktu uzlabojumus. Lai veiktu pamatotus uzlabojumus, risinājums atkārtoti jāizvērtē un jātestē.   |
| Dizains          | 9.1. Kā izgatavo dizaina izstrādājumu, apvienojot vairākas tehnoloģijas, kura   | Pārrunas par profesiju - dizaineris. Vienā izstrādājumā izmantojot vairākas tehnikas, iespējams radīt unikālu un interesantu  |

|                              |  |   |
|------------------------------|--|---|
|                              | ierosmes avots ir arheoloģiskais vai etnogrāfiskais tautastērps?   | izstrādājumu. Pēta, kā uzņēmumi un dizaina risinājumu izstrādātāji plāno un veic inovācijas procesus un produktu attīstību. Patstāvīgi īsteno dizaina procesu.  |
| Ģeogrāfija                   | 9.1. Kāpēc valsts ģeogrāfiskais stāvoklis ir nozīmīgs tās attīstībā?<br>9.2. Kā Latvijā pieejamos resursus izmanto saimniecībā?<br>9.3. Kā demogrāfiskie un migrācijas procesi maina valsts iedzīvotāju skaitu un sastāvu Latvijā? | Pārrunas par profesijām, kas saistītās ar mežsaimniecību. Attīsta ieradumu patstāvīgi veidot izpratni par pasauli un Latvijas nozīmību tajā, raksturojot Latvijas ģeogrāfisko stāvokli un izvērtējot piederību pie dažādiem Eiropas reģioniem.<br>Pārrunas par profesijām, kas ir saistītas ar dabas resursu ieguvī un apstrādi. Profesijas, kas ir saistītas ar pakalpojumu nozari. Attīstīta ieradumu lietpratīgi un atbildīgi izmantot informācijas un komunikāciju tehnoloģiju iespējas, patstāvīgi iegūstot datus par demogrāfiskajiem un migrācijas procesiem no tiešsaistes datubāzēm.                                 |
| Fizika                       | 9.3. Kā mēs ikdienā izmantojam elektrību?  | Attīstīta ieradumu rūpēties par savu veselību un drošību, izvērtējot riskus un ievērojot drošības noteikumus, veicot eksperimentus ar elektrību un lietojot elektroierīces. Izvērtē dažādu elektroenerģijas iegūšanas veidu priekšrocības un trūkumus (piemēram, termo-, hidro-, kodol-, Saules un vēja elektrostacijas).   |
| Krievu valoda un literatūra  | 9.1. Kā ar valodu izteikt sevi?  | Pārrunas par profesijām - aktieris, diplomāts, psihologs. Veido tekstu, ievērojot tā pazīmes (atbilstība adresātam, temats, modalitāte, informatīvums, sakarīgums, veselums, pabeigtība). Ievēro runāšanas kultūru un vērtē savu runāšanas kvalitāti.   |
| Ķīmija                       | 9.1. Kā iegūst un izmanto metālus?<br>9.2. Kā izmanto iežus?<br>9.3. Kas ir organiskās vielas?<br>9.4. Kāpēc vielas un to pārvērtības ir daudzveidīgas?  | Pārrunas par profesijām, kas ir saistītas ar metalurģiju. Attīstīta ieradumu izprast, respektēt un risināt kompleksas problēmas, pamatojot savu viedokli par metalurģijas ietekmi uz vidi un piedāvājot risinājumus tās mazināšanai.<br>Pārrunas par profesijām, kas ir saistītas ar būvmateriālu ražošanu. medikamentu ražošanu. Attīsta ieradumu izmantot ķīmijas (dabaszinātņu) zināšanas dabas un sadzīves procesu izpratnē un skaidrošanā, iegūstot un sistematizējot informāciju (izejvielas, procesi, galaprodukts, ietekme uz vidi) par būvmateriālu (piemēram, cementa, gāzbetona, stikla/stikla šķiedras) ražošanu. |
| Latvijas un pasaules vēsture | 9.1. Pārmaiņas Pirmā pasaules kara iespaidā<br>9.4. Vēsture un mūsdienu pasaules izaicinājumi  | Pārrunas par profesijām - diplomāts, militārists, robežsargs, tiesībsargs. Pēta vēsturiski nozīmīgas personības Latvijas valsts proklamēšanas un neatkarības aizstāvēšanas laikā, lai izdarītu secinājumus par šo personu paveikto un rakstura īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Spriež, ka jebkuram indivīdam ar savu darbību ir un būs iespēja ietekmēt vēstures notikumus.   |
| Mūzika                       | 9.6. Impressionisms. Kā es varu izpaust savu acumirkļa iespaidu/noskaņu mūzikā?  | Profesijas - mūziķis, gleznotājs, dzejnieks, scenogrāfs, rakstnieks, dizaineris. Aprunā kopējā diskusijā iespaida, noskaņas un iedvesmas svarīgumu minētajā profesijā radošajā darbībā.   |

|                  |  |   |
|------------------|--|---|
|                  | 9.8. 20. gs. kompozīcijas tehnikas. Vai skaņdarba izpildījumā var izpausties interpretācijas brīvība?  | Profesijas - mūziķis, aktieris, režisors. Aprunā kopējā diskusijā, kā interpretācija iepriekš minētajās profesijās maina klausītāja vai skatītāja mākslas darba uztveri. Izprot, kā katra mākslinieka interpretācija rada jaunu mākslas darba veidolu.  |
| Sociālās zinības | 9.2. Kā un kādi likumi aizsargā cilvēktiesības?<br>9.4. Kā ilgtspējīgi izmantot globalizācijas priekšrocības un mazināt draudus?                     | Pārrunas par profesijām - jurists, tiesībsargs, diplomāts. Prot izskaidrot un argumentēti pierādīt, ka profesionālās darbības izvēle ir viens no faktoriem, kas nosaka cilvēka vietu sabiedrībā. Atbilstoši mācību mērķim patstāvīgi izvēlas un lieto piemērotus informācijas avotus. Prot dažādos veidos sistematizēt un apkopot informāciju, arī izmantojot grafiskās formas (tabulas, shēmas, domu kartes). Prot prognozēt savas rīcības sekas, balstoties uz cēloņu un seku mījsakarību izpratni. |
| Vizuālā māksla   | 9.1. Skaistuma un estētikas izpratne senajā pasaulē un antīkajā laikmetā. Kā atšķirt un komentēt mākslas darbā attēloto garīgo un fizisko skaistumu? | Pārrunas par profesijām, kas saistītas ar mūzejdarbību - ekspozīciju un izstāžu kurators, krājuma glabātājs, muzejpedagogs. Ir iepazinis mākslas muzejus un izstāžu zāles, kultūrvēsturiskas vietas tuvākajā apkārtnē pilsētā un valstī. Vērtē un komentē mākslas darbus, salīdzinot ar savu izteiksmes līdzekļu un paņēmieni lietošanas pieredzi. Salīdzinot izmanto līdzvērtīgus kritērijus.  |
|                  | 9.5. Identitāte un laikmets mākslā. Kā izvēlēties un attēlot sev raksturīgo pašportretā?   | Pārrunas par profesiju - mākslinieks. Zina nozīmīgākās mākslas darbu krātuves tuvākajā apkārtnē, Latvijā un pasaulē. Vērtē savu kultūras pieredzi, paužot savu attieksmi pret dzīves un kultūras vērtībām, ko rosinājuši oriģināldarbi. Izvērtē un diskutē par savu un citu ieguldījumu, atklājumu un līdzpārdzīvojumu, radīšanas prieka un uzdrīkstēšanās pieredzi radošajā procesā.   |

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

- Mācību priekšmetu nedēļas;
- Mācību izziņošanās ekskursijas uz dažādām iestādēm, ražotnēm, uzņēmumiem ar mērķi iepazīt darba specifiku, profesiju daudzveidību (PIKC Saules skola, Daugavpils tehnoloģiju un tūrisma tehnikums, Latgales industriālais tehnikums, Daugavpils satiksme, Daugavpils ūdens, Daugavpils siltumtīkli un citi);
- Tikšanās un lekcijas ar dažādiem profesiju pārstāvjiem ar mērķi izziņāt profesijas specifiku, nepieciešamo izglītību, prasmes;
- Tikšanās ar absolventiem par izglītības ceļa izvēli, apgūstamas profesijas specifiku, prasmēm un iemaņām;
- Interesu izglītības pulciņi, interešu fakultatīvi.

### 4.3. 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) apguvē; kā arī, izmantojot pašvērtējumu, liekot skolēnu mācību pierādījumus – pašizpētes materiāli (testi, DL), sasniegumi mācībās (diplomi, pateicības...), karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiālus skolēnu darba mapēs (Portfolio).

Tabulā Nr. 6 aprakstītas karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes, atbilstoši vecumposmiem.

### Karjeras izglītības vērtēšana

Tabula Nr. 6

| <b>Klašu grupa</b>   | <b>Pašizpētes prasmes</b>  | <b>Karjeras iespēju izpētes prasmes</b>   | <b>Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes</b>  |
|----------------------|--|---|--|
| <b>1.- 3. klase</b>  | 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 vienkāršus secinājumus par dažādu profesiju saturu. | Skolēni pēc skolotāja dota parauga prot pamatot, kuri nodarbošanās veidi viņus interesē vairāk, lai pēc kritērijiem katrs izvērtētu savu piemērotību konkrētai darbības jomai.   |
| <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 | 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 izvēlēties savām interesēm atbilstošāko profesiju un salīdzināt savas individuālās zināšanas, rakstura īpašības un prasmes ar tām, kas ir nepieciešamas izvēlētajā darbības jomā. Skolēni prot  |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | profesijā nepieciešamajām. Skolēni prot analizēt savas vērtības, pieredzi un vajadzības. | Skolēni prot izmantot pieejamos resursus informācijas iegūšanai par darba pasauli. | sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai, prot paskaidrot, kā realizēs karjeras plānu. |
|--|--|--|--|

### *a. Karjeras attīstības atbalsta metodes*

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni.

Metodes un metožu apraksti atspoguļoti tabulā Nr. 7.

Tabula Nr. 7

| <b>Metode</b>                 | <b>Apraksts</b>   |
|-------------------------------|---|
| 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, uzklusot, 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, uzklusot. |
| Domu karte                    | Domu karte ir attīstošs, efektīvs un reizē aizraujošs mācību paņemiens, 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: uzklusot 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        | Darbs pāros vai grupās tiek organizēts par kādu noteiktu tēmu kopēja uzdevuma veikšanai. Tā mērķis ir vecināt diskusiju pāri vai starp  |

|  |  |
|--|--|
| Kooperatīvā mācīšanās                                  | grupas biedriem, sekmēt dalīšanos pieredzē, sava viedokļa izteikšanu, pamatošanu, argumentēšanu, attīstot sadarbības prasmes.  |
| Individuālais plāns<br>Karjeras plāns                  | Skolēna individuālā vajadzībām paredzēts darba veids, kura veikšanas gaitā atbilstoši noteiktā kārtībā un laikā izveidots galarezultāts, kura 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.  |
| Intervija karjeras konsultēšanā                        | Dialogs, kas savā būtībā ir saruna starp skolēnu un pieaugušo, kurā noteicošā ir skolēna pieredze, kas jāmaks 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<br>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/<br>dimants/<br>hierarhija/<br>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 uzrāsē 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 apgūvē, 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 /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<br>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                        | Pedagoģa 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.  |
| 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 pašpriedzi.  |
| 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<br>Lomu spēle | Imitējot reālās situācijas, iespējams apspriest dažādus, jautājumus, risināt problēmas, izmantojot esošo pieredzi, balstoties uz reālām   |

|  |  |
|--|--|
| Lietišķā spēle<br>Drāmas metode  | dzīves problēmām, kritiski aplūkot dažādas problēmas un meklēt tām risinājumus, plānot darbību un sadarboties grupā.   |
| Situāciju<br>(gadījumu,<br>notikumu)<br>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.  |
| SVID analīze   | Skolēni apgūst prasmes izvērtēt pašreizējo situāciju un paredzēt attīstības iespējas. Vairāk skatīt: Metodes un tehnikas. Pieejams: <a href="https://metodes.lv/metodes/svid-analize-swot-analysis">https://metodes.lv/metodes/svid-analize-swot-analysis</a>  |
| Tests  | Skolēni izzina sevi, prot novērtēt savus dotumus, personisko īpašību atbilstību konkrētai profesijai.  |
| Tikšanās ar<br>speciālistiem,<br>absolventiem,<br>darba devējiem<br>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.   |

## 5. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra

1. Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7.-9. klasei. Skolotāju rokasgrāmata( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.
2. Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība10.-12.. klasei. Skolotāju rokasgrāmata( ESF, prof.izgl.attīstības aģentūra, 2006.g.)
3. Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 7. klasei. (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
4. Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 8. klasei. ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
5. Karjeras izglītība 9. klasei. ( ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
6. Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005. 7. Karjeras attīstības atbalsts / Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi/ (2008) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra
7. Karjeras iespēju izpēte/ metodiskais palīglīdzeklis PIAP aģentūra, 2003
8. Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra KIPNIS /projekta materiāli
9. Karjeras izglītība. Korna E. Rīga: Raka, 2011
10. Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Lemešonoka I., Zvaigzne ABC, 2018



11. Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.  
VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008
12. Mans bērns izvēlas karjeru, VIAA, 2010. 14. Nākotnes iespēju izzināšana.  
Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem. Nensija Perija,  
Zarks van Zants

## 6. Tīmekļa resursi, kas saistīti ar karjeras izglītību

Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei (2008):

[http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)

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

[http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_izglitiba\\_skolaa\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izglitiba_skolaa_2010.pdf)

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

[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)

Nacionālā izglītības iespēju datu bāze:

[www.niid.lv](http://www.niid.lv)

Prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām:

[www.prakse.lv](http://www.prakse.lv)

Profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas:

[www.profesijupasaule.lv](http://www.profesijupasaule.lv)

Izglītojošas filmas par pazīstamu cilvēku karjerām:

<http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitujosa-filma-zalais-pipars>

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

[https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532\\_100\\_KAA\\_Metodikas.pdf](https://viaa.gov.lv/library/files/original/78532_100_KAA_Metodikas.pdf)

EUROPASS:

<http://www.europass.lv/>

Nodarbinātības Valsts aģentūra (NVA):

<http://www.nva.gov.lv/>

Karjeras izvēles rīks (infografika):

[https://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/karjeras\\_nedela/karjeras\\_nedela\\_2020/karjeras\\_izvele/](https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/karjeras_nedela_2020/karjeras_izvele/)

Karjeras nedēļa 2020, video:

[https://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/karjeras\\_nedela/karjeras\\_nedela\\_2020/video/](https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/karjeras_nedela_2020/video/)

Tavai karjerai – video lekcijas:

[https://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/lat\\_karjeras\\_atbalsts/info\\_mater/](https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/)

Junior Achievement Latvia, skolēnu mācību uzņēmumi u.c.:

[www.jal.lv](http://www.jal.lv)

LR Labklājības ministrija (Sadaļā „Darba devējiem” - Latvijas Profesiju klasifikators un Profesiju standarti Latvijā):

[www.lm.gov.lv](http://www.lm.gov.lv)

Filma par nākotnes profesijām un karjeras veidošanu

<https://vimeo.com/32793559>

Profesiju apraksts, video

<http://www.darilatvijai.lv/profesiju-video/>