



Liepājas Līvupes pamatskolas – attīstības centra

KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

Programmā izmantotie termini

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

Karjeras izglītība – izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēlē.

Karjeras attīstības atbalsts – pasākumu kopums, kas ietver informācijas, karjeras izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamajiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu.

Karjeras vadības prasmes – prasmju kopums, kas indivīdiem (un grupām) nodrošina strukturētus veidus kā apkopot, analizēt, sintezēt un organizēt ar sevi, ar izglītību un ar nodarbinātību saistīto informāciju, kā arī attīsta prasmes pieņemt un īstenot lēmumus un karjeras maiņu. Karjeras vadības prasmes ir dzīves, mācību, apmācības un darba prasmes, kas cilvēkiem ir jāattīsta, lai varētu efektīvi veidot savu karjeru.

1. Karjeras izglītības programmas pamatojums, mērķis un uzdevumi

Karjeras veidošanas aspekti

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

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.

Karjeras izglītības mērķi un uzdevumi

Karjeras izglītības mērķis ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību. 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.

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 prezentēt, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē.

Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

- 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,
- 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:

- noteikt savas attīstības vajadzības,
- pilnveidot savas zināšanas un prasmes,
- apzināties informācijas ieguves un konsultēšanas iespējas,
- veidot izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību,
- ievērotas vecumgrupu intereses un vajadzības.

Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi:

- daudzveidīgi pasākumi, kas ietver visas karjeras izglītības tēmas,
- atbildīgais par darba plānošanu, koordinēšanu un organizēšanu,
- programmas realizācijā iesaistīts viss pedagoģiskais kolektīvs,
- personāla izglītošana par karjeras attīstības atbalsta integrēšanu izglītības procesā.
- nodrošināta iespēja saņemt individuālās un grupu karjeras konsultācijas,
- rezultātu fiksēšana un analizēšana,
- sadarbība ar pašvaldībām, darba devējiem, nozaru asociācijām,
- vecāku, absolventu, jauniešu organizāciju iesaistīšana.

Karjeras izglītības saturs

Karjeras izglītības programmas apguves pamatnosacījums — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā:

- pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība,
- mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi,
- vispārējās prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

Katra karjeras izglītības joma ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā. Karjeras izglītība tiek integrēta visā izglītības procesā: mācību priekšmetu apgūvē, audzināšanas darbā, ārpusstundu pasākumos un sadarbībā ar skolēnu vecākiem. Integrācijas process tiek īstenots ciešā sadarbībā – skolas vadība, pedagogi, vecāki un atbalsta personāls – karjeras konsultants, sociālais pedagogs, bibliotekārs, medicīnas darbinieki.

1. – 5. klase

Nr.	Stundu un pasākumu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs, profesija un hobiji.	Zina kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki.	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un pienākumiem, interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms.	Prot izplānot savas dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības – skolēna darbs.	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.	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

6. – 9. klase

Nr.	Stundu un pasākumu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi.	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses un spējas.
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes.	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un prasmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi.	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām

		atbilstošus rezultātus.
5.	Profesiju daudzveidības izpratne.	Izprot profesiju veidus un tājās veicamo darba specifiku. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju.
6.	Lietišķā valoda.	Izkopj savu valodas kultūru. Apgūst prasmes sevi prezentēt.
7.	Sevis izzināšana.	Savas personības iepazīšana – temperaments, domāšana, motivācija, pašvērtējums.

Profesionālā pamatizglītība

Nr.	Stundu un pasākumu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi – potenciāls.	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas inntereses, spējas.
2.	Mana personība.	Pans pašvērtējums, motivācija, mana izaugsme.
3.	Mani darba ieradumi.	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses, iespējas.
4.	Brīvais laiks un tā izmantošana.	Izzina un izmanto daudzpusīgas, ;ietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
5.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi.	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
6.	Profesija – daudzveidība, prestižs un pievilcība. Profesijas ēnas puses.	Izprot profesiju veidus un specifiku. Izprot dažādu profesiju lomu sabiedrībā, veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Ņemot vērā profesiju daudzveidību, domā par savu nākotnes profesiju, nākotnes iecerēm, par savām karjeras iespējām pilsētā, valstī, ārzemēs.
7.	Lietišķā valoda, tās pielietojums.	Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību, apguvis prasmes uzstāties, prezentējot savus darbus.

Karjeras izglītības darbā izmantojamās metodes un darba formas

Metodes:

- Lekcijas, sarunas, spēles, diskusijas, debates, grupu darbs, dialogs, lomu spēles,
- intervijas, karjeras konsultanta individuālas konsultācijas, praktiskais darbs, tikšanās, pētījumi, anketēšana, konkursi, akcijas, novērojumi,
- projekti, projektu dienas, situācijas analīze, aptaujas, demonstrējumi, mācību ekskursijas un praktiskās nodarbības.

Darba formas:

Klases stunda, klases vakari, pārgājieni, mācību ekskursijas, tematiskie sarīkojumi, sporta un izklaides pasākumi, pasākumi sadarbībā ar vecākiem.

Sadarbība ar vecākiem:

- individuālas sarunas,
- klases vecāku sapulces,
- skolas vecāku padome,
- karjeras konsultanta konsultācijas,
- Liepājas Līvupes pamatskolas – attīstības centra e klase,
- kopīgi pasākumi.

Ieteicamā literatūra un informācijas avoti:

1. Akmeņkalna I., Kārkliņš A., Kalniņa I. Mērķtiecīga karjeras veidošana.
2. Mācību metodika.– R.: LUMA, 2007
3. Akmeņkalna I., Kārkliņš A., Skutele D. Mērķu sasniegšana. – R.: LUMA, 2007
4. Alens Dž., Nerne Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – R.: Skolu atbalsta centrs, 2000
5. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – R.: Pētergailis, 2001
6. Beloraga G. Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
7. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. – R. Profesionalās karjeras izvēles centrs, 2000
8. Daiktere I. Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika. – R.: SIA LUMA, 2007
10. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9.klasēs. – R.: PIAA, PIAC, 2004
11. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G. Interesantas idejas klases audzinātājam.– R.: RaKa, 2008
12. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G. Mūsdienīga skolēna portfolio.– R.: RaKa, 2008
13. Ertelts B.J., Šulcs V. Karjeras konsultēšanas kompetences. – R.: VIAA, 2008, Vācija: Rosenberger
14. Fachverlag, 2007Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kompetences_2008.pdf
15. Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem. Caur mācīšanos uz darbu.– R.: VIAA, 2011
16. Eiropas profesionālās izglītības attīstības centrs, 2010
17. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf

18. Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi.– R.: VIAA, 2008
19. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf
20. Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām.
21. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts.
22. Pieejams: <http://www.careercenteronline.org>
23. Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīgīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā.– R.: PIAP aģentūra, 2003
Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
24. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009.– R.: VIAA, 2010
25. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
26. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata.
27. Karjeras izglītība 7.-9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006
Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
28. arjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi.
29. Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi.
30. Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006
Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
31. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā.– R.: PIAA, PIAC, 2004
Pieejams:http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajie/

32. Karjeras konsultēšanas metodes.– R.: VIAA, 2009, Bukareste: Institute of Educational Sciences, Euroguidance, 2007 Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
33. Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi.– Jelgava: PKIC, 2007
34. Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?
35. Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?–
Jelgava: PKIC, 2007
36. Karjeras Ziņas. – R.: VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums.
Pieejams:
http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
37. Korna. E. Karjeras izglītība. Tukuma 2.vidusskolas pieredze. – R.: RaKa, 2011
38. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.– R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008 Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
39. Ķīkule I. Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5. – 8.klasei. – R.: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”, 2006
40. Mans bērns izvēlas karjeru.– R.: VIAA, 2010 Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
41. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem.
42. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma vidusskolas skolēniem. – R.: PKIVA.
43. Pīvijs V. Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011
Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijis_2012_f.pdf
44. Profesiju aprakstu katalogs.– R.: PKIVA, NVA., 2007,2012
Pieejams:http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf;
45. http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf
46. Profesiju definīciju katalogs.– R.: PKIVA, 2007 Pieejams:
<http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>

47. Profesiju klasifikators.– R.: Latvijas Vēstnesis, 2006 Pieejams:
<http://www.lm.gov.lv/text/80>
48. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004
49. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa,2008
50. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. - Vīne: 2012
Pieejams:http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
51. Templers R. Veiksmīgas karjeras likumi.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
52. Veiksmīgas karjeras anatomija.– R.: Lietišķās informācijas dienests, 2009

Interneta resursi:

1. www.europass.lv/ - CV standarts “Europass”
2. <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu
3. www.niid.lv - nacionālā izglītības iespēju datu bāze
4. <http://www.nva.gov.lv/karjera/> - informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai
5. www.prakse.lv - prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām
6. www.profesijupasaule.lv – profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.

Aktualizēta 2021. gadā

Sagatavoja – Liepājas Līvupes pamatskolas – attīstības centra pedagogs karjeras konsultants Evija Ivanova

