



KULDĪGAS NOVADA PAŠVALDĪBA
V.PLŪDONĀ KULDĪGAS VIDUSSKOLA

IZM reģ. nr. 4113903238, adrese Piltenes iela 25, Kuldīga, Kuldīgas nov., LV – 3301, tālr. 63322050, 63350002,
fakss 63354112, e-pasts: vpkvscola@kuldiga.lv, www.vpkv.kuldiga.lv

A P S T I P R I N U:
V. Plūdoņa Kuldīgas vidusskolas
direktore I. Astašeyska

2020. gada 21. decembrī

**V. PLŪDONĀ KULDĪGAS
VIDUSSKOLAS KARJERAS
IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA**

2020. – 2023. gads

**Sagatavoja: V. Plūdoņa Kuldīgas vidusskolas
pedagoģe - karjeras konsultante Guntra Krūkliņa**

Saturs

1.	Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi:	3
2.	Karjeras attīstības atbalsta būtība	4
3.	Karjeras veidošanas aspekti	6
4.	Profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi.....	7
5.	Karjeras vadības prasmes	8
6.	Karjeras izglītībā sasniedzamais karjeras vadības prasmju līmenis katrā klašu grupā	11
7.	Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 3., 6., 9. un 12. klasi. un veidi to izvērtēšanai	19
8.	Karjeras attīstības atbalsta metodes	27
9.	Karjeras izglītības integrēšana vispārizglītojošajos mācību priekšmetos	32
10.	Karjeras izglītības integrēšana ārpusstundu pasākumos	33
11.	Karjeras izglītības integrēšana darbā ar vecākiem	35
12.	Ieteikumi skolas personāla iesaistei karjeras izglītības īstenošanā	36
13.	Individuālās karjeras konsultācijas, to nodrošināšanas iespējas izglītojamajiem	37
14.	Karjeras informācijas apkopošana un veidošana	38
15.	Atgriezeniskās saites veikšana skolēniem par viņu karjeras vadības prasmju līmeni	39
16.	Mācību sasniegumu vērtēšanas metodiskie paņēmieni karjeras izglītībā.....	41
17.	Normatīvie dokumenti un prasības, kas regulē un atbalsta karjeras attīstības atbalsta īstenošanu izglītības iestādēs	42
18.	Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra.....	42
19.	Palīgmateriāli	44
20.	Audio un videomateriāli	46

1. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi:

Karjeras izglītības programmas **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.

Uzdevumi:

1. Stiprināt skolēna izpratni par izglītības un darba vērtībām, veidojot vērtējošu attieksmi un atbildību par sevi un savu rīcību.
2. Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām.
3. Nostiprināt un attīstīt sekmīgai karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas, karjeras iespēju izpētes un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.
4. Apgūt karjeras attīstībā un karjeras vadībā nepieciešamās caurviju prasmes, lai stiprinātu jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, veidotu pozitīvas attiecības un pieņemtu atbildīgus lēmumus.

2. Karjeras attīstības atbalsta būtība

Karjera ir izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā (Izglītības likums, 1998).

Karjeras jēdziens mūsdienīgā izpratnē nozīmē cilvēka dzīvesveida izvēli, pašrealizāciju un sekmīgu izvirzīšanos darbībā vairākās savstarpēji saistītās dzīves jomās: izglītība, darbs, ģimene, brīvais laiks, pilsoniskums u.c. Katrā no tām cilvēks visa mūža garumā pilda atbilstošas lomas, izkopj individuālo vērtību sistēmu un rakstura īpašības, veido attieksmes, uzkrāj zināšanas un pašpieredzi, attīsta spējas, realizē intereses un pilnveido savus dotumus un prasmes. Karjeras jēdziens ietver arī indivīda izpratni par veiksmīgu karjeru un spēju uzturēt līdzsvaru starp profesionālo darbību un personisko dzīvi (Lemešonoka, 2017).

Karjeras jēdziena izpratne cieši saistīta ar sociāli ekonomiskām pārmaiņām sabiedrības dzīvē. Mūsdienās vārds karjera aizvien mazāk tiek sasaistīts ar vārdā karjerists ietverto emocionālo un bieži vien arī negatīvo nozīmi „karjeras taisīšana” un “karjerisms”, kas Svešvārdu vārdnīcā skaidrots kā “savtīga tiekšanās pēc personīgiem sasniegumiem kādā darba nozarē” (Svešvārdu vārdnīca, 1999, 365). Jēdzienu karjera arvien retāk attiecina uz vertikālo (birokrātisko, ierēdniecisko vai organizatorisko) karjeru jeb pakāpenisku statusa, atbildības, ietekmes, formālās izglītības, attīstības, atalgojuma u.c. izaugsmi, “kāpjot” pa noteiktas profesijas amatu „kāpnēm” (Lemešonoka, 2014), aizvien biežāk karjeras jēdziens ietver horizontālo karjeru, kuras centrā ir pašpilnveidošanās un pašizaugsme (Schein, 1978).

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 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 un nodrošinātu sev darbu un lai sekmīgi veidotu personīgo dzīvi.

Karjeras atbalsts ir darbības kopums, kas jebkurā vecumā, jebkurā dzīves posmā ļauj noteikt un

apzināties savas spējas un intereses, pieņemt lēmumus par izglītību, apmācībām un profesiju, kā arī vadīt savu personisko dzīves ceļu mācībās, darbā un citur, kur šīs spējas un prasmes tiek apgūtas un

/vai izmantotas (EMKAPT karjeras atbalsta glosārijs, 2013).

Karjeras atbalsts - izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamajiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu (Izglītības likums, 1998).

Karjeras attīstības atbalsta sistēmu veido trīs galvenie komponenti (1. attēls):

- informācija;
- karjeras izglītība;
- karjeras konsultēšana (Koncepcija..., 2006).



1. attēls. Karjeras attīstības atbalsta sistēma
Adaptēts no Koncepcija..., 2006

Informācija karjeras attīstības atbalstam ietver informācijas resursu nodrošināšanu un tiešu (klātienē) vai pastarpinātu (telefoniski, internetā) informācijas sniegšanu par izglītības ieguves iespējām un nosacījumiem, par profesiju saturu un pieprasījumu darba tirgū, par saimnieciskās darbības attīstības perspektīvām (Koncepcija..., 2006).

3. Karjeras veidošanas aspekti

Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu "karjera" skaidroja un asociēja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzišanās, 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. Cilvēks var sevi īstenot **divos** profesionālās karjeras veidos:

Vertikālā karjera ir saistīta ar cilvēka virzību pa karjeras hierarhijas kāpnēm vertikāli uz augšu, ieņemot arvien augstākus un atbildīgākus amatus ar tam atbilstoši augstāku atalgojumu un attiecīgi augstākām kompetences prasībām. Šajā karjeras veidā indivīds parasti specializējas kādā noteiktā sfērā un var sasniegt reti sastopamu izcilību savā profesionālajā darbībā, piemēram, izcils ķirurgs vai panākumiem bagāts advokāts.

Horizontālā karjera ir process, kurā cilvēks profesionāli paplašina savu kvalifikāciju, kā arī ceļ un nostiprina savu vērtību darba tirgū. Darbinieka ieguvums ir jauna pieredze, apmācība un nebijuši izaicinājumi. Šis karjeras veids ļauj darbiniekiem papildināt un padzīlināt savas profesionālās amata kompetences un radīt pievienotās vērtības savai darba ikdienai. Mūsdienās sekmīga profesionālā karjera ir divpusējas sadarbības rezultāts, kas ir ieguvums gan darbiniekam, kurš ir motivēts un realizē savas ieceres un ambīcijas, gan arī darba devējam, kurš saņemis paaugstinātu produktivitāti no lojāla darbinieka.

4. Profesionālās karjeras izvēles pamatnosacījumi

Svarīgi, lai cilvēks strādātu darbu, kas viņam sniedz gan morālu gandarījumu, gan pietiekamu finansiālu nodrošinājumu. Gandarījuma un apmierinātības sajūtu cilvēkam var sniegt darbs, kurā viņam ir iespēja īstenot savas spējas un potenciālu. Tas nodrošina cilvēka pozitīvu attieksmi pret savu darbu un darba pienākumiem, kā arī garantē augstu darba produktivitāti un kvalitāti. Strādājot darbu, kas pienācīgi tiek atalgots, cilvēks jūtas novērtēts un apmierināts. Pietiekams finansiāls nodrošinājums cilvēkam dod iespēju uzturēt sevi un savu ģimeni, pilnvērtīgi un kvalitatīvi atpūsties, attīstīties garīgi, personiski un profesionāli. Arī studijas un mācības ir darbs. Lai neatpaliktu no pastāvīgi mainīgās darba pasaules un saglabātu savu konkurētspēju darba tirgū, mūsdienās ikvienam ir jāmācās nepārtraukti, visas dzīves garumā.

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 ir plaš 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 individuālām 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, izvēloties izglītības virzienu, ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot vienā vai otrā programmā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties.

5. Karjeras vadības prasmes

21. gadsimtā situācija pasaulē ir krasī 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 līmena 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 jākļūst par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja indivīds (ne tikai jaunietis, bet arī pieaugušais) nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību.

Karjeras vadības prasmju attīstīšana ir **viens no** karjeras attīstības atbalsta mērķiem. Karjeras attīstības atbalsta mērķis ir sekmēt:

- indivīda spējām un interesēm atbilstoša attīstības virziena (profesijas, izglītības nozares) izvēli (Koncepcija..., 2006);
- karjeras vadības prasmju veidošanu un pilnveidi.

Karjeras vadība (angl. – career management) vai **karjeras pašvadība** ir cilvēka pašvadīta darbība sava dzīves plāna veidošanā un īstenošanā; tā ietver nepārtrauktu savas karjeras attīstības uzraudzīšanu, novērtēšanu, koriģēšanu un vadīšanu sev vēlamā virzienā (Lemešonoka, 2017).

Karjeras vadības prasmes (angl. – career management skills) ir savas dzīves plānu patstāvīgas veidošanas, loģisku lēmumu pieņemšanas un realizēšanas, kā arī savas karjeras vadīšanas un savu karjeras mērķu īstenošanas prasmes (Law, 1996; ELGPN, 2015).

Karjeras vadības prasmju pilnveide ir karjeras izglītības rezultāts. Karjeras vadības ES Eiropas Sociālā fondu darbības programma "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts Nr.8.3.5.0/16/I/001 "Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" prasmju veidošanās un pilnveide notiek vispārējo prasmju veidošanās un pilnveides ietvarā – mācību procesā, veicinot skolēna vispārējo prasmju attīstību, sekmēta arī karjeras vadības prasmju veidošanās, mījsakarībā radot karjeras virzītājspēkus (Garleja, 2006). 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 (Lemešonoka, 2017; 2015).

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 (Noteikumi par valsts pamatizglītības..., 2018), jāattīsta visās mācību jomās un mācību priekšmetos (Olija, Namsons, France, 2018), 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 (Noteikumi par valsts pamatizglītības..., 2018).

Karjeras vadības prasmes ir **prasmju kopums** (1. tabula), ar kura palīdzību cilvēks pašvada savas izglītības un darba gaitas, apkopojo, analizējot un organizējot ar sevi, izglītību un nodarbinātību saistīto informāciju.

1.tabula
Karjeras vadības prasmes

Pašizziņas un pašvadības prasmes (PI)	Karjeras iespēju izpētes prasmes(KII)	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes(KLP)
Prasme uzturēt pozitīvu paštēlu	Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Prasme veidot karjeras vīziju
Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	Prasme izvērtēt karjeras iespējas	Prasme izvirzīt karjeras attīstības mērķi
Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi		Prasme izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu
		Prasme sadarboties karjeras mērķa sasniegšanai

Karjeras lēmumu pieņemšanas prasmei ir izšķirošā loma karjeras vadībā, jo pārdomāti lēmumi ļauj sasniegt vislabākos rezultātus visās karjeras jomās (Vuorinen, 2014).

Kompetencēs balstītās izglītības pieeja, kas orientēta uz skolēna personalizētu mācīšanos un praktisku darbošanos, daudzveidīgi izmantojot informācijas komunikāciju tehnoloģijas daudzveidīgā mācību vidē, balstīta uz skolēna pašizziņu un pašpieredzes izmantošanu un partnerībā veidotu skolēna – skolotāja mijiedarbību ir karjeras vadības prasmju veiksmīgas

pilnveides priekšnoteikums (Lemešonoka, 2013).

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 darbavietā — sava paša izaugsmes, sava darba devēja un visas valsts ekonomikas labā”.

6. Karjeras izglītībā sasniedzamais karjeras vadības prasmju līmenis katrā klašu grupā

2.tabula

Prasme	Beidzot 3.klasi	Beidzot 6.klasi	Beidzot 9.klasi	Beidzot 12.klasi
PI. Prasme uzturēt pozitīvu paštēlu	Pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī par neizdošanos un kļūdām.	Nosauc savas darbības stiprās un vēl pilnveidojamās puses, analizē personiskās ipašības un uzvedību, skaidro, kas ietekmē darbibu izvēli un sniegumu (panākumus vai neizdošanos) dažādās karjeras jomās (mācības, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.	Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām ipašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.	Patstāvīgi un regulāri analizē un reflektē par sava snieguma saistību ar emocijām, personiskajām ipašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi), patstāvīgi rod veidus, kā attīstīt spējas pārvaldīt savu domāšanu, emocijas un uzvedību.
PI. Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	Uzdod jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) un ar pieaugušā atbalstu, iedvesmojoties no citu sasniegumiem, meklē idejas tās uzlabošanai.	Izvērtē pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) izmanto radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie idejām tās pilnveidei, iedvesmojas no citu idejām, tās papildina.	Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktē, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes.	Raugoties uz esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktē, pamana jaunas iespējas; mērķtiecīgi un elastīgi izmanto citu pieredzi vai attīsta savas ideju radīšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jauniem un noderīgiem risinājumiem.
PI. Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	-	Ar skolotāja atbalstu izveido un patstāvīgi papildina darbu mapi (portfolio).	Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtais iespējas	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas digitālās darbu mapes veidošanā.

			digitālās darbu mapes veidošanā	
PI. Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	-	-	Nosauc savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs	Analizē savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs
PI. Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam.	Patstāvīgi plāno laiku mācībām un darbam.	Patstāvīgi izvēlas un iekļauj plānā savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes, nosakot šo izvēlu priekšrocības un trūkumus	Pieņem lēmumus, novērtējot savas vajadzības, zināšanas un intereses, patstāvīgi plāno savu ikdienu saistībā ar nākotnes karjeru.
PI. Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu	Ar pedagoga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pieredzi.	Patstāvīgi seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei dažādās karjeras jomās un nosaka, vai un kā sniegumu uzlabot.	Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās, izzina sava padarītā progresu un nosaka, vai un kā uzlabot sniegumu. Izmanto klūdas, lai mērķtiecīgi mainītu savu darbību	Patstāvīgi izmanto kritērijus, kas palīdz īstenot darba uzraudzīšanu un pilnveidošanu dažādās karjeras jomās, izvērtē, apkopo un turpmākā darba procesā mērķtiecīgi izmanto gūto pieredzi.
PI. Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi	Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Pastāsta par savas mācīšanās progresu un prasmēm, veido saprotamu mutvārdu runu un reāģē uz klausītāju jautājumiem.	Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu, iesaistītās dialogā ar klausītājiem.	Mērķtiecīgi plāno un veido strukturētu un saturīgu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju.	Veido un prezentē tekstus karjeras mērķu sasniegšanai (piem., savu dotumu, sasniegumu, interešu, vajadzību un nākotnes nodomu savstarpējās saistības atklāšanai), bagātina tos ar specifiskiem līdzekļiem (balss toni, tēlainu valodu, precīzu un aprakstošu vārdu krājumu, neverbālajiem saziņas līdzekļiem), lai sasniegtu

				komunikatīvo mērķi.
PI. Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi	-	-	-	Izmanto svešvalodu savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai starptautiskā kontekstā klātienē vai virtuālā vidē
PI. Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi	Sniedz par sevi informāciju anketā.	Atbilstoši adresātam un saziņas mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētas aptaujas jautājumiem	Raksta patstāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē.	Patstāvīgi vai pēc noteiktiem paraugiem veido profesionālajai saziņai atbilstošus rakstveida tekstus (iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli), identificē raksturīgākās kļūdas lietišķajā saziņā.
PI. Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi	Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas sniegšanai pēc norādījumiem.	Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei.	Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta saturu (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtais iespējas.	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai radītu, prezentētu un pārraidītu karjeras mērķu sasniegšanai nozīmīgu saturu
KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Meklē pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un pats tos pārbauda.	Pārliecinās, vai iegūta pietiekami vispusīga un precīza informācija par karjeras iespējām, pārbauda tās ticamību.	Tiecas iegūt vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju.	Gūst vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras iespējām, izvērtē tās ticamību un analizē, kādēļ atsevišķas situācijās ticamu informāciju iegūt ir grūtības
KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Izmanto digitālās tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai pēc norādījumiem.	Izmanto digitālās tehnoloģijas, lai iegūtu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.	Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtais iespējas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām

KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Salīdzina uzņēmumus savā novadā un pilsētā, meklē informāciju par veiksmīgiem sava novada uzņēmumiem un stāsta par tiem.	Analizē publiski pieejamo informāciju, lai noskaidrotu, kādi uzņēmumi un kādās nozarēs ir izplatīti vietējā pašvaldībā, un kādu profesiju pārstāvji nodarbināti tajos.	Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās.	Atlasa un analizē informāciju par izglītības un darba iespējām Latvijā un ārzemēs.
KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām.	Salīdzina profesiju veidus, balstoties uz tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml.	Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.	Atlasa un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām un par darba tiesisko regulējumu, t.sk., par darba vides riska faktoriem Latvijā
KIII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īstenot savas intereses un iespējas darba tirgū.	Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.	Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām, profesionālo interešu jomām un nozarēm.	Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām, profesionālo interešu jomām un nozarēm.
KIII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Atpazīst profesijas pēc darba pienākumu aprakstiem vai demonstrējumiem, darbarīku un darba attēliem.	Atlasa un vizualizē un informāciju par darba saturu dažādās nozares profesijās.	Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs.	Raksturo vaļasprieku, mācību priekšmetu satura un profesionālo interešu savstarpējo atbilstību.
KIII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Izmantojot vienkāršu situāciju piemērus, pamato, kāpēc darbs ir vērtība.	Skaidro dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.	Analizē dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.	Raksturo vērtību realizēšanas iespējas profesionālajā darbībā.
KIII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Saskata vienkāršas ar sekmīgu karjeru saistītas kopsakarības sabiedrībā (skolā, ģimenē un vietējā kopienā).	Skaidro sekmīgas karjeras ietekmi uz tās īstenotājiem, viņu ģimenes locekļiem, vietējo kopienu	Analizē, kā sekmīga atsevišķu indivīdu karjera ietekmē pašus, viņu ģimenes locekļus, vietējo kopienu	Skaidro un pamato savu skatījumu par izglītības, nodarbinātības kopsakarībām gan vietējā, gan globālā mērogā; izvērtē

		ekonomiku un sabiedrību nacionālā mērogā un saskata savu nepieciešamību iesaistīties savas kopienas dzīves	ekonomiku un sabiedrību Eiropas mērogā un pamato to, ar dažādos avotos gūtu informāciju un statistikas datiem.	individu, sabiedrības un vides mijiedarbību karjeras attīstības kontekstā.
KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Veido stāstījumu par darba darītājiem, kuru rakstura īpašības, zināšanas un prasmes ir pašam nozīmīgas, pamato savu izvēli. Pauž savus uzskatus par sadzīves situācijām, nemot vērā savas un citu cilvēku vajadzības un vēlmes	Iepazīst un izvērtē veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvju, lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.	Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvju, lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.	Salīdzina darba devēju un klientu prasības dažādos laika posmos un valstīs, lai izdarītu secinājumus par darba tirgus, t.sk., uzņēmējdarbības, attīstības tendencēm.
KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Pēc skolotāja dotajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē vienkāršu informāciju par karjeras iespējām.	Pēc dotajiem un paša radītajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē informāciju par karjeras iespējām.	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju.	Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju.
KII. Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām	Veido savā pieredzē un viedoklī balstītu argumentāciju karjeras iespēju raksturošanai. Formulē savus secinājumus, saskaņā ar dotajiem norādījumiem	Veido dotajā karjeras iespējas kontekstā faktos balstītu argumentāciju, atšķirot atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā. Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus.	Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un patstāvīgi formulē pamatotus secinājumus.	Raksturojot karjeras iespējas, spriež no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto. Argumentē, pierādot izteiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamatotus secinājumus, pamana un novērš loģiskās argumentācijas kļudas
KLP. Prasme veidot karjeras vīziju	Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām. Ir atvērts jaunai karjeras pieredzei.	Ar ieinteresētību uztver dažādas karjeras attīstības iespējas, izmanto iztēli, lai veidotu	Uz dažādām Karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, Iztēlojas nebijušus risinājumus. Ir gatavs pieņemt nenoteiktību un	Interesējas par atklājumiem un inovācijām, proaktīvi meklē jaunas karjeras attīstības iespējas, lai, tās īstenojot,

		neikdienišķas sakarības. Uzdrīkstas mēģināt paveikt kaut ko jaunu.	jaunus izaicinājumus.	efektīvi uzlabotu savu un citu dzīves kvalitāti.
KLP. Prasme veidot karjeras vīziju	Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzklausa citu viedokli.	Piedalās savu karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.	Piedalās diskusijās par savām karjeras iecerēm.	Piedalās diskusijās par savām karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo, pauž piekrišanu vai nepiekrišanu.
KLP. Prasme izvirzīt karjeras attīstības mērķi	Atpazīst un formulē karjeras Attīstības problēmu saistošā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā.	Ar pedagoga atbalstu nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu dotajā kontekstā.	Nosaka reālas Karjeras attīstības vajadzības, raksturo Problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēloņsakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā.	Patstāvīgi nosaka aktuālas karjeras Attīstības vajadzības, precīzi formulē karjeras attīstības problēmu un pamato nepieciešamību to risināt.
KLP. Prasme izvirzīt karjeras attīstības mērķi	Ar pedagoga atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.	Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.	Formulē kontekstā balstītus strukturētus pieņēmumus. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.	Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā vairākus risinājumus, izvērtētos attiecībā pret mērķi, izvēlas un nolemj īstenot labāko risinājumu
KLP. Prasme izvirzīt karjeras attīstības mērķi	Ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu.	Patstāvīgi izvirza vairākus karjeras attīstības (mācīšanās) mērķus un plāno, kā tos īstenot gan vienatnē, gan grupā.	Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi.	Regulāri un atbilstoši savām karjeras attīstības vajadzībām izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības mērķus; formulē kritērijus, pēc kuriem izvērtēt, vai mērķis ir sasniegts; plāno mērķa īstenošanas

				soļus; uzņemas atbildību par savu lomu soļu īstenošanā un mērķu sasniegšanā.
KLP. Prasme izvirzīt karjeras attīstības mērķi	Izvirza īstermiņa mērķus savu Interēšu attīstīšanai, jaunu zināšanu un Prasmju apgūšanai.	Izvirza sev īstermiņa mērķus, izmantojot gan savu, gan nozīmīgu citu Cilvēku pieredzi.	Plāno savu izaugsmi saistībā ar mācībām un vaļaspriekiem, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.	Izvirza dzīves mērķus un darbojas, lai prognozētu, patstāvīgi pieņemtu atbildīgus un izsvērtus lēmumus par savu nākotnes darbības jomu (karjeru), nemot vērā informāciju par izmaiņām darba tirgū un respektējot savas vajadzības un vērtības
KLP. Prasme izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu	Raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai. Ar pedagoga atbalstu veido karjeras attīstības plānu, īsteno to un izvērtē rezultātu	Iztēlojoties karjeras mērķa sasniegšanas gaitu un eksperimentējot domās, veido Karjeras attīstības plānu, īsteno to, izvērtē paveikto pēc paša radītiem kritērijiem un iesaka uzlabojumus.	Spriežot “atpakaļgaitā” un atrodot pretpiemērus, veido karjeras attīstības situācijas modeli un tajā pamatotu Karjeras attīstības plānu. īsteno to un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņemienu. Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam.	Patstāvīgi izstrādā karjeras attīstības plānu; īsteno to, izvēloties, lietojot un pielāgojot piemērotas Problēmu risināšanas stratēģijas; elastīgi reaģē uz neparedzētām izmaiņām; izvērtē paveikto un gūtos Secinājumus izmanto arī citā kontekstā.
KLP. Prasme izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu	-	Izzina pieejamos resursus un atrod jaunus, lai īstenu savu karjeras ieceri.	Elastīgi un izsvērti izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenu savu karjeras ieceri.	Efektīvi organizē resursus, lai īstenu savu karjeras ieceri; patstāvīgi meklē, izvērtē un atbildīgi izmanto citu idejas.

KLP. Prasme izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu	Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz.	Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to.	Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu.	Kļudas un grūtības karjeras attīstības plāna īstenošanā izmanto kā iespēju izaugsmei.
KLP. Prasme sadarboties karjeras mērķu sasniegšanai	Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpausmes karjerā un sadzīvē un piedalās tā nodrošināšanā.	Analizē piemērus par sadarbības izpausmēm karjerā un sabiedrībā.	Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.	Plāno un īsteno nozīmīgu, cieņpilnu verbālu, neverbālu un digitālu komunikāciju karjeras attīstības mērķu sasniegšanai. Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenot viņu karjeras ieceres.
KLP. Prasme izstrādāt un īstenot karjeras attīstības plānu	Īstenojot karjeras attīstības plānu, nepadodas, ja neizdodas to īstenot, bet mēģina vēlreiz.	Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to.	Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu.	Kļudas un grūtības karjeras attīstības plāna īstenošanā izmanto kā iespēju izaugsmei.
KLP. Prasme sadarboties karjeras mērķu sasniegšanai	Skaidro savstarpējā atbalsta nepieciešamību un izpausmes karjerā un sadzīvē un piedalās tā nodrošināšanā.	Analizē piemērus par sadarbības izpausmēm karjerā un sabiedrībā.	Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.	Plāno un īsteno nozīmīgu, cieņpilnu verbālu, neverbālu un digitālu komunikāciju karjeras attīstības mērķu sasniegšanai. Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenot viņu karjeras ieceres.

7. Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 3., 6., 9. un 12. klasi, un veidi to izvērtēšanai

Klase	Pašizziņa un pašvadība	Karjeras iespēju izpēte	Karjeras lēmumu pieņemšana un iestenošana	Izvērtēšanas veidi
	<p>Pastāsta par saviem sasniegumiem un prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī par neizdošanos un klūdām.</p> <p>Uzdot jautājumus par pašreizējo sniegumu karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, interešu izglītība, mājas darbi u.c.) un ar pieaugušā atbalstu, iedvesmojoties no citu sasniegumiem, meklē idejas tās uzlabošanai.</p>	<p>Meklē pārbaudītus faktus par karjeras iespējām un pats tos pārbauda.</p> <p>Izmanto digitālās tehnoloģijas karjeras informācijas meklēšanai pēc norādījumiem.</p> <p>Salīdzina uzņēmumus savā novadā un pilnētā, meklē informāciju par veiksmīgiem sava novada uzņēmumiem un stāsta par tiem.</p> <p>Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un darbam</p> <p>Ar pedagooga atbalstu seko iepriekš izvirzītu snieguma kritēriju izpildei un novērtē savu mācību darbu un mācīšanās pierdzi.</p> <p>Nosauc savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības.</p>	<p>Ar prieku fantazē par dažādām karjeras attīstības iespējām. Ir atvērts jaunai karjeras pieredzei.</p> <p>Pauž savu viedokli par karjeras iecerēm un uzskausa citu viedokli.</p> <p>Atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu saistosā, ar personisko pieredzi saistītā kontekstā.</p> <p>Nosauc un no sava redzespunkta stāsta par vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām.</p> <p>Skaidro, kā jaunas prasmes, zināšanas un uzņēmība palīdz sasniegt mērķus un īsteno intereses un iespējas darba tirgū.</p>	<p>Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija)</p> <p>Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana</p> <p>Ar pieaugušā atbalstu izvirza karjeras attīstības mērķi mācību uzdevumā un plāno savas darbības soļus, lai to izpildītu</p> <p>Izvirza īstermiņa mērķus savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgūšanai.</p> <p>Raksturojot savu pieredzi līdzīgās situācijās, izsaka idejas karjeras attīstības mērķa sasniegšanai. Ar pedagooga atbalstu veido karjeras attīstības plānu, īsteno to un izvērtē rezultātu.</p>
3.				Izmantojot vienkāršu situāciju

			Multimediju prezentāciju Mutiska uzstāšanās Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana
		Piedalās savu karjeras ieceru apspriešanā un izvērtēšanā.	
	Izvērtē pašreizējo sniegumu Karjeras jomā (mācības, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Ar skolotāja atbalstu izveido un patstāvīgi papildina darbu mapi (portfolio).	Analizē publiski pieejamo informāciju, lai noskaidrotu, kādi uzņēmumi un kādās nozarēs ir izplatīti vietējā pašvaldībā, un kādu profesiju pārstāvji tajos strādā. Salīdzina profesijas, balstoties uz tājas veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml.	Ar pedagoģa atbalstu nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu dotajā kontekstā. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piešķirā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.
6.		Pēc skolotāja dotā parauga analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprikojumu, darbarikiem, darba vidi un darba apstākliem dažādās profesijās. Atlasa un vizualizē un informāciju par darba saturu dažādās nozares profesijās.	Patstāvīgi izvirza vairākus karjeras attīstības (mācīšanās) mērķus un plāno, kā tos īstenot gan vienatnē, gan grupā. Izvirzot sev īsterījā mērķus, izmanto gan savu, gan nozīmīgu cietu cilvēku pieredzi.
		Prot pastāstīt par saviem dotumiem, sasniegumiem, interesēm un vajadzībām, raksturot sava padarītā progresu, izmantojot vienotu kritēriju sistēmu, iesaistās dialogā ar klausītājiem.	Iztēlojoties karjeras mērķa sasniegšanas gaitu un eksperimentējot domās, veido karjeras attīstības plānu, īsteno to, izvērtē paveikto pēc pāša radītiem kritērijiem un iesaka uzlabojumus.
		Atbilstoši adresātam un sazinās ekonomiku un sabiedrību	Izzina pieejamos resursus un

	mērķim raksta un pēc parauga noformē atbildes uz strukturētās aptaujas jautājumiem.	nacionālā mērogā un saskata savu nepieciešamību iesaistīties savas kopienas dzīves uzlabošanā.	atrod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri.
6.	Izmanto digitālās tehnoloģijas informācijas par karjeras pieredzi prezentēšanai un pārraidei	<p>Iepazīst un izvērtē veiksmīgus paša izvēlētās nozares pārstāvju lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.</p> <p>Pēc dotajiem un paša radītajiem kritērijiem salīdzina, interpretē, novērtē, savieno un grupē informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Veido faktos par karjeras iespējas kontekstu balstītu argumentāciju, atšķir atbilstošo no neatbilstošā un svarīgo no mazāk svarīgā.</p>	<p>Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, meklē atbalstu un izmanto to.</p> <p>Analizē sadarbību karjerā un sabiedrībā.</p>
9.		<p>Patstāvīgi formulē tiešus, vienkāršus secinājumus par karjeras iespējil.</p> <p>Tiecas iegūt vispusīgu un precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju.</p> <p>Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.</p>	<p>Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinākāri, iztēlojas nebjušus risinājumus. Ir gatavs pieņemt nenoleiktību un jaunus izaicinājumus.</p> <p>Piedalās un aizstāv viedokli diskusijās par savām karjeras iecerēm.</p>

	savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.	Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās.	Nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, raksturo problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēlonšakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā.	Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rakstiska atskaitē Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana
9.	Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes.	Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.	Formulē kontekstā balstītus strukturētus pieņēmumus. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.	Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas solus, uzņemas atbildību par to izpildi.
	Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā.	Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās. Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs.	Plāno savu izaugsmi mācībās un brīvā laika aktivitātēs, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.	Spriežot “atpakalgaītā” un atrodot prepiemērus veido kajeras attīstības situācijas modeļi un tājā pamatotu kajeras attīstības plānu. Īsteno to, un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu

		darbību.	
9.	Mērķiecīgi plāno un veido strukturetu un satūfigu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju.	Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjujus lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.	mainīgajai situācijai, meklē citu pieju, panēmienu. Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam. Elastīgi un izsvērti izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras iecerī.
12.	Raksta patstāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzivesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē. Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta satura (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas.	Mērķiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažādu veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu. Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pienēmuma, faktus no viedokļa, un pastāvīgi formulē pamatotus secinājumus.	Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaicīgi meklē un rod risinājumu. Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.
			Āra nodarbības (mācību ekskursijas), ziņojums Darbu mapē Informācijas vizualizēšana Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās) Multimediju prezentācija Mutiskā uztāšanās Pašvērtējums Piedalīšanās diskusijās (diskusija) Rakstiska atskaite

	situāciju no dažādiem skatu punktiem, pamana jaunas iespējas; mērķtiecīgi un elastīgi izmanto citu pieredzi vai attīsta savas ideju rādišanas stratēģijas, lai nonāktu pie jauniem un noderīgiem risinājumiem.	Atlasa un analizē informāciju par izglītības un darba iespējām Latvijā un ārzemēs.	Patstāvīgi nosaka aktuālas karjeras attīstības vajadzības, precīzi formulē karjeras attīstības problēmu un pamato nepieciešamību to risināt.	Rezumēšana (secināšana) Sadarbības prasmju novērtēšana
12.	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas digitālās darbu mapes veidošanā.	Atlasa un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām un par darba tiesisko regulējumu, t.sk., par darba vides riska faktoriem Latvijā.	Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā vairākus risinājumus, izvērtē tos attiecībā pret mērķi, izvēlas un nolemj īsteno labāko risinājumu.	Regulāri un atbilstoši savām karjeras attīstības vajadzībām izvirza īsternīja un ilgturīga karjeras attīstības mērķus; formulē kritērijus, pēc kuriem izvērtēt, vai mērķis ir sasniegts; plāno mērķa īstenošanas soļus; uzņemas atbildību par savu lomu soļu īstenošanā un mērķu sasniegšanā.
	Analizē savas priekšrocības darbam vai uznēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs.	Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām, profesionālo interesu jomām un nozarēm.	Raksturo valasprieku, mācību priekšmetu satura un profesionālo interesu savstarpējo atbilstību.	Izvirza dzīves mērķus un darbojas, lai prognozētu, patstāvīgi piemērtu atbildīgus un izsvērtus lēmumus par savu nākošes darbibas jomu (karjeru), nemot vērā informāciju par izmaiņām darba tirgū un respektējot savas vajadzības un

12.	<p>dotumu, sasniegumu, interesu, vajadzību un nākotnes nodomu savstarpējās saistības atklāšanai), bagātina tos ar specifiskiem līdzekļiem (balss toni, tēlainu valodu, precīzu un aprakstošu vārdvu krājumu, neverbālajiem saziņas līdzekļiem), lai sasniegtu komunikatīvo mērķi.</p> <p>Izmanto svešvalodu savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai starptautiskā kontekstā klātienē vai virtuālā vidē.</p>	<p>prasības dažādos laika posmos un valstīs, un izdara secinājumus par darba tirgus, t.sk., uzņēmējdarbības, attīstības tendencēm.</p> <p>Mērķiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju par karjeras iespējām.</p> <p>Raksturojot karjeras iespējas, spriež no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto.</p> <p>Argumentē, pierādot izleiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamatolus secinājumus, pamana un novērš logiskās argumentācijas klūdas.</p> <p>Patstāvīgi vai pēc noteiktiem paraugiem veido profesionālajai saziņai atbilstošus rakstveida tekstus (iesniegumi, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli), identificē raksturīgākās klūdas lietiskajā sazinā.</p>	<p>Patstāvīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai radītu, prezentētu un pārraidītu karjeras mērķu sasniegšanai nozīmīgu saturu.</p> <p>Patstāvīgi izstrādā karjeras attīstības plānu; īsteno to, izvēloties, lietojot un pielāgojot piemērotas problēmrisināšanas stratēģijas; elastīgi reagē uz neparedzētām izmaiņām; izvērtē paveikto un gūtos secinājumus izmanto arī citā kontekstā.</p> <p>Efektīvi organizē resursus, lai īstenoju savu karjeras ieceri; patstāvīgi meklē, izvērtē un atbildīgi izmanto citu idejas.</p> <p>Klūdas un grūtības karjeras attīstības plāna īstenošanā izmanto kā iespēju izaugsmei.</p> <p>Plāno un īsteno nozīmīgu, ciecpilnu verbālu, neverbālu un digitālu komunikāciju karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.</p> <p>Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenu vietu karjeras ieceres.</p>

8. Karjeras attīstības atbalsta metodes

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamās daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmiens.

Aptauja

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

Asociāciju kartes

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

Apskats (pārskats)

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

Āra nodarbības

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

Darbu mape (portfolio)

Skolēna veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš ieplānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu kopīgi izvērtē skolēna sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna pašizpēti, pašanalīzi un pašregulāciju (Klases stundu..., 2016). Darbu mape ir pašizziņas, pašatklāsmes, paraksturošanas un pašanalīzes instruments, kas cilvēkam palīdz apzināties dabas dotos talantus, savas stiprās puses un priekšrocības, novērtēt sevi un palīdz saskatīt karjeras iespējas. (Work on it, 2018). Darbu mapi skolēni var veidot papīra formātā vai digitāli.

Darbs ar tekstu

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

Demonstrēšana

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

Didaktiskā spēle

Pieredzes izglītības metode, *spēle*, kurai ir skolotāja definēts izglītojošs mērķis un noteikta struktūra. Didaktiskās spēles var iedalīt trīs kategorijās: konstruēšanas spēles (spēles ar materiāliem, detaļām, dažādu telpisku objektu un mehānismu konstruēšana), lomu (simulācijas) spēles (reālās dzīves notikumu, darbību un situāciju atveidošana) un spēles ar noteikumiem (spēles, kurās jāievēro noteikti nosacījumi – galda spēles, kāršu spēles, bingo, sporta spēles, muzikālās spēles u.c.) (Jančič, Hus, 2017).

Diskusija

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

Domu karte

Grafiskais organizators – tīkla veida zīmējums (“zirneklis”), kuru veido lapas vidū apla centrā ierakstot tēmu (nozīmīgāko jēdzienu) un to ar atzariem savienojot ar apakštemām. Atzariem piezīmē zariņus, pie kuriem pieraksta atslēgas vārdus (vai pievieno attēlus), kuri saistās ar apakštemu. Ja nepieciešams, šīs saites, veidojot logisku sistēmu, var sazarot tālāk. Domu karte palīdz strukturēt domas gaitu: sākt ar vispārīgo (tēmu), pāriet uz konkrēto (apakštemu) un tikai tad iedziļināties detaļās (Mīkelsone, 2002; Sociālās zinības., 2014).

Ēnošana (job or work shadowing)

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

Grafiskais organizators (grafiskais informācijas organizators)

Noteiktā sistēmā sakārtotas informācijas vizuāls attēlojums, izmantojot specifiskus simboliskus apzīmējumus. Grafiskie informācijas organizatori (tabulas, shēmas, diagrammas, domu kartes u.c.) palīdz abstraktas idejas attēlot konkrētākā veidā, parādīt informācijas vienību (faktu, jēdzienu, koncepciju u.c.) savstarpējās attiecības, sakārtot un organizēt idejas, vieglāk iegaumēt un atcerēties informāciju (Rubana, 2004).

Heiristikas (dalēju meklējumu) pārrunas

Skolotāja vadītas pārrunas, kuru laikā skolēni nonāk pie subjektīvi jauniem atklājumiem (Mīkelsone, 2002).

Intervija

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

Jautājumi – atbildes

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

Katehētiskas pārrunas

Pārrunas, kuru laikā skolēni precizē un nostiprina esošās zināšanas (Mīkelsone, 2002).

Klausīšanās metode

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

Kolāža

Skolēnu individuāli, pāros vai grupās veidots kompozicionāli vienots attēls.klasē, vērtējot savstarpējās attiecības (Klases stundu..., 2016). Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus (Literatūra, 2008), metode ļauj skolēniem izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras (Kulturoloģija, 2008), kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.

Kooperatīvā mācīšanās (grupu darbs)

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs izveido skolēnu grupas tādu uzdevumu vai projekta darbu veikšanai, kuros nepieciešama produktīva grupas dalībnieku sadarbība, t.i., uzdevuma rezultāti atkarīgi no katra grupas dalībnieka ieguldījuma kopējā darbā. Risinot uzdevumu, grupas dalībnieki pilnveido saskarsmes prasmes, mācās sadarboties un viens no otra. Skolotājs organizē mācības un konsultē skolēnus. Metodi var izmantot gan plaša informācijas klāsta apkopošanai, gan arī radošu uzdevumu izpildei, piem., komiksa veidošanai par noteiktu tēmu (Psiholoģija, 2014).

Krustvārdū mīklas

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

Lomu spēles

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

Mācību ekskursija

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

Pārrunas

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

Piramidālā diskusija

Mācību metode, kurā notiek pakāpeniska pāreja no individuālā darba uz diskusiju klasē (grupā). Pēc mācību uzdevuma saņemšanas, skolēni strādā individuāli, izdarot uzdevumā paredzētās izvēles un pieņemot lēmumus. Pēc tam skolēni apvienojas pāros un apspriež individuāli pieņemtos lēmumus, izveidojot kopīgu pāra viedokli par veicamo uzdevumu. Nākamajā posmā, diviem pāriem apvienojoties, diskusija un lēmuma pieņemšana, no visām izvēlēm izveidojot vienu kopēju izvēli, notiek četratā. Diskusija turpinās aizvien lielākās grupās, kamēr viens kopējs lēmums tiek pieņemts klases kopējā diskusijā. Nobeigumā skolēni skolotāja izvēlētā veidā izvērtē kopējo lēmumu un tā pieņemšanas gaitu (Sociālās zinības..., 2014).

Praktiskais darbs

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

Prāta vētra

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

Projektu metode

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

Radošais darbs

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

Sarunas mazās grupās

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

Simulācija

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

Situāciju analīze

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

Situāciju izspēle

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

Spēle

Noteiktu darbību kopums vēlamā rezultāta sasniegšanai, kam piemīt sacensības pazīmes un kas ietver ne tikai prasmju un iemaņu mērķtiecīgu, noteikumiem atbilstošu izmantošanu, bet arī nejaušības elementus un brīvas interpretācijas, darbības un rīcības iespējas. Spēle veicina izziņas spēju, sadarbības prasmju un radošuma attīstību un veicina spriedzes samazināšanos (Latvijas Universitātes., 2013)

Stāstījums (izklāsts, lekcija)

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

SVID analīze

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

Venna diagramma

Grafiskais organizators, kuru izmanto kopīgā un atšķirīgā noteikšanai un jēdzienu definēšanai. Venna diagrammu zīmē kā vairākus, parasti divus vai trīs pārklājošos aplūs. Diagramma ļauj uzskatāmi parādīt dažāda rakstura attiecības starp jēdzieniem, grupām, kategoriju kopām u.c. Atspoguļojot informāciju diagrammā, aplū daļās, kurās nepārklājas, raksta atšķirīgo, daļās, kurās apli pārklājas – kopīgo (Sociālās zinības., 2014). Apkopojot individuāli vai mazajās grupās izveidoto Venna diagrammu saturu, skolotājs, uzklausot argumentētus skolēnu viedokļus, var veidot lielu diagrammu uz tāfeles un organizēt diskusiju par jēdzienu attiecībām (Ēтика, 2008).

Viktorīna

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

Vizualizēšana

Mācību metode, kurā skolotājs vai skolēni informācijas uztveres atvieglošanai un papildināšanai izmanto vai patstāvīgi izveido simboliskus uzskates līdzekļus, piem., domu kartes, shēmas, diagrammas, tabulas, plānus, kartes, zīmējumus u. c. (Psiholoģija, 2014). Lietojot vizualizācijas metodes, skolēni pilnīgo vizuālo uztveri, apgūst skaidrāku redzējumu

uz lietām un pilnveido spēju paskatīties uz problēmām no cita skatupunkta un ieraudzīt problēmu risinājumu skaidrākā perspektīvā (Riņķis, 2007).

Zinātniskās pētniecības darbs

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

9. Karjeras izglītības integrēšana vispārizglītojošajos mācību priekšmetos

Valsts izglītības attīstības aģentūra publicējusi izdevumu “Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartos”. Izdevuma ievadā secināts, ka “pašlaik Latvijā spēkā esošajos Valsts izglītības standartos karjeras vadības prasmes ir iekļautas, taču tās nav izceltas atsevišķi no mācību priekšmetu prasībām. Skolotājiem ir grūti tās atpazīt, lai varētu mērķtiecīgi un saskaņoti veicināt prasmju attīstību. Euroguidance programma Latvijā sadarbībā ar Valsts izglītības attīstības aģentūras Karjeras atbalsta nodaļu ir apzinājusi Valsts pamatizglītības un vispārējās izglītības standartos, kā arī Klases stundu programmas paraugā iekļautās karjeras vadības prasmes” un uzskatāmi apkopojusi tās 1.-3., 4.-6., 7.-9., 10.-12.klašu grupās pa mācību priekšmetiem, minot tajos apgūstamās kompetences un pamatprasības, beidzot 3. 6., 9., 12. klasi, kā arī klassesstundu tēmas, tematiku un sasniedzamo rezultātu (Karjeras vadības..., 2016). Karjeras izglītības programmas integrēšana visā mācību procesā tiek jau īstenota V. Plūdoņa Kuldīgas vidusskolas 1.,4.,7. un 10.klasēs.(no 2020./2021.m.g.)

10. Karjeras izglītības integrēšana ārpusstundu pasākumos

Karjeras izglītības īstenošanā skolā ļoti nozīmīgu vietu ieņem dažādi ārpusstundu pasākumi. Skolēni tajos tiek iesaistīti gan kā dalībnieki (klausītāji, skatītāji u.tml.), gan arī līdzdarbojas šo pasākumu plānošanā, organizēšanā un vadīšanā.

Biežāk organizētie karjeras izglītības ārpusstundu pasākumi ir:

- projektu nedēļas;
- mācību priekšmetu nedēļas;
- tikšanās;
- lekcijas;
- diskusijas;
- konkursi;
- pēcpusdienas;
- individuālās konsultācijas;
- individuālo projektu izstrāde un prezentācija;
- mācību ekskursijas;
- pasākumi vecākiem;
- dažādi pasākumi skolā un ārpus tās sadarbībā ar ārpusskolas institūcijām (“Ēnu dienas”, uzņēmumu atvērto durvju dienas, izglītības iestāžu informācijas dienas, izstādes u.c.).

Šajos pasākumos skolēni piedalās gan kā dalībnieki, gan kā organizatori un vadītāji, gūstot jaunas zināšanas, prasmes un iemaņas.

Tikšanās, lekcijas, semināri, diskusijas ir ļoti populārs ārpusstundu pasākumu veids, ko praktizē ikvienā skolā. Parasti šie pasākumi tiek organizēti:

- kā tikšanās un diskusijas ar bijušiem absolventiem (kādas mācību iestādes studentiem vai kādas profesijas pārstāvjiem), pārrunājot jautājumus par aktualitātēm šajā izglītības pakāpē vai konkrētajā profesijā, amatā, darba vietā u.tml.;
- kā dažādu izglītības iestāžu pārstāvju (mācībspēku, studentu) informēšana par izglītības ieguves iespējām konkrētajā skolā;
- kā tematiska lekcija vai seminārs par dažādiem karjeras izglītības jautājumiem.

Skolēni labprāt tos apmeklē, aktīvi iesaistās pārrunās, uzdod sev interesējošos jautājumus, reizēm arī sarunā tikšanos darba vai mācību vietā, lai iepazītu klātienē ikdienas darba vai mācību norisi. Visbiežāk šie pasākumi tiek organizēti sadarbībā ar ārpusskolas institūcijām, pēc viņu piedāvājumiem, bet daudzi arī notiek pēc klašu audzinātāju vai skolas administrācijas iniciatīvas.

Visas **mācību ekskursijas** ir tematiski saistītas ar karjeras izglītību. Ekskursijas var būt tieši saistītas ar kādas konkrētas profesijas, uzņēmuma vai izglītības iestādes iepazīšanu, bet var

arī būt netieši saistītas, piemēram, apmeklējot muzeju, skolēni iepazīst gida profesiju, apmeklējot lidostu- pilota, stjuartes profesijas, apmeklējot maizes ceptuvi- konditora profesiju u.c. Svarīgi pēc katras ekskursijas veidot atgriezenisko saiti ar skolēniem, t.i., pārrunāt redzēto, iepazīto, uzzināto saistībā ar karjeras izglītību. To var pēc tam veikt klases stundā, iepriekš sagatavojot jautājumus, lai veidotos saruna un izpratne par konkrētu profesiju, organizāciju vai izglītības iestādi. Pirms ekskursijas ieteicams skaidri formulēt skolēniem mācību uzdevumu, dot izzināmos jautājumus, kurus pēc pasākuma pārrunā, apkopo.

11. Karjeras izglītības integrēšana darbā ar vecākiem

Sadarbība "skolotājs – skolēni – vecāki" ir nozīmīga gan pieaugušajiem – pedagojiem un vecākiem – gan arī skolēniem. Ir svarīgi, lai šī sadarbība būtu trīspusēja, lai skolēni justu, ka viņa vecākus ļoti nozīmīgi vērtē skolotāji, lai viņi varētu lepoties ar savu ģimeni arī vienaudžu vidū.

Iespējamās aktivitātes sadarbībā ar vecākiem karjeras izglītības īstenošanā:

- vecāku stāstījums klases stundās vai projektu nedēļas ietvaros par savu profesiju (par darba pienākumiem, profesijas apguves iespējām u.c.);
- vecāku vadītas mācību stundas vai vecāku profesijai un mācību stundas tēmai atbilstošs stāstījums.
 - mācību ekskursijas vecāku darba vietās, lai izzinātu dažādu profesiju darba pienākumus un darba vidi; ar ES Eiropas Sociālā fonda programmas "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekta Nr.8.3.5.0/16/I/001 "Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" atbalstu,
 - vecāku aptauja (anketēšana vai intervija) par viņu profesiju, darba specifiku, apguves iespējām u.tml.;
 - vecāku aptaujāšana, lai noskaidrotu viņu viedokli par karjeras izglītību skolā, tās piedāvātajām iespējām un trūkumiem, kā arī par skolēnu nākotnes nodomiem un par to, kāda palīdzība nepieciešama viņu bērniem vai viņiem pašiem karjeras izglītības jomā;
 - vecāku informēšana un izglītošana par dažādiem karjeras izglītības jautājumiem;
 - aktīva sazināšanās ar vecākiem e-vidē, sociālajos tīklos, kā arī ar informatīvo materiālu, ziņojumu apmaiņas, sanāksmu starpniecību;
 - tieša un pastarpināta (caur deleģētiem pārstāvjiem) vecāku iesaistīšana izglītības iestādei nozīmīgu lēmumu pieņemšanā;
 - vecāku aicināšana iesaistīties neformālos ārpusstundu pasākumos neitrālā vidē ārpus skolas.

Organizējot karjeras izglītības aktivitātes, uzlabojas ne tikai skolotāju, skolēnu un vecāku sadarbība, bet tiek gūta arī nozīmīga skolēnu pieredze profesiju daudzveidības un reālās darba vides iepazīšanā. Lai atbalstītu vecākus skolēnu karjeras izvēles procesā, skolā organizē informatīvus un izglītojošus pasākumus, iespēju robežas aicināt vecākus iesaistīties tematiskās diskusijās (piemēram, 9. un 12. klašu vecākiem) vai piedāvāt iespēju vecākiem vieniem vai kopā ar skolēniem (saviem bērniem) grupās vai individuāli apmeklēt dažādu speciālistu konsultācijas. Palielinoties vecāku informētībai par karjeras atbalsta iespējām skolā un ārpus tās, pieaug arī vecāku vēlme iesaistīties šajā procesā arī pašiem, piedāvājot savus resursus un iespējas.

12. Ieteikumi skolas personāla iesaistei karjeras izglītības īstenošanā

Karjeras attīstības atbalsta komandas uzdevums ir veicināt skolēnu karjeras attīstību, t.i., palīdzēt skolēniem attīstīt karjeras vadības prasmes, izvēlēties karjeru atbilstoši personīgajām īpašībām, dotumiem, interesēm un spējām, kā arī izprast vides faktoru ietekmi izglītības un profesionālo iespēju izmantošanā. Ieteicamais skolas personāla atbildības sadalījums

- Direktors - “virsatbildība”: izglītības standartu izpilde, skolas attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana; izpildes pārraudzība/kontrole.
- Direktora vietnieks mācību darbā - koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā.
- Direktora vietnieks audzināšanas darbā - koordinē un pārrauga audzināšanas darbu skolā, t.sk. karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā.
- Pedagogs karjeras konsultants - koordinē pedagogu un atbalsta personāla sadarbību karjeras attīstības atbalsta sniegšanai, konsultē un informē skolēnus, viņu ģimenes un pedagogus par aktualitātēm karjeras izglītībā.
- Klašu audzinātāji - īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas darba un karjeras izglītības plānu.
- Mācību priekšmetu skolotāji - informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izglītības jautājumiem sava mācību priekšmeta ietvaros.
- Bibliotekārs - informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, veido tematiskās izstādes, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.
- Psihologs - novēro skolēnus mācību stundās un veic psiholoģisku izpēti un individuālo psihodiagnostiku, skolēnu grupu psiholoģisko izpēti, un konsultē par karjeras izglītības jautājumiem, palīdzot skolēniem apzināties viņu spējas, intereses un dotumus.
- Sociālais pedagogs - konsultē skolēnus, viņu ģimenes, pedagogus par sociālo jautājumu risināšanas kārtību un iespējām pašvaldībā attiecībā uz karjeras attīstības atbalsta pieejamību.
- Logopēds - konsultē skolēnu un viņa vecākus par logopēdiska rakstura jautājumiem, ja tas skar skolēna karjeras izvēli.
- Skolas medikis - konsultē skolēnus un viņu vecākus par karjeras izvēļu atbilstību veselības stāvoklim.
- Interesu izglītības pedagoji - informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izvēles iespējām interešu izglītības programmas ietvaros. Karjeras attīstības atbalsta īstenotāju funkcijas un atbildības sadalījums ietverts katra speciālista amata aprakstā.

13. Individuālās karjeras konsultācijas, to nodrošināšanas iespējas izglītojamajiem

Karjeras konsultēšana skolā ir viens no karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem un sasaucas ar skolas audzināšanas un karjeras izglītības programmu. Tās organizācijas pamat formas ir grupu un individuālās konsultācijas.

Individuālā konsultēšana ir aktīva konsultanta un klienta mijiedarbība nolūkā palīdzēt klientam risināt karjeras attīstības problēmas. Konsultanta uzdevums – palīdzēt cilvēkam orientēties karjeras iespējās un rast izeju no problemātiskas situācijas un palīdzēt rast veiksmīgu risinājumu karjeras izvēles situācijā.

Grupu konsultēšana ir klasiska karjeras konsultēšanas metode sadarbībā ar vairākiem dalībniekiem, kur aktīvā līdzdalībā tiek iesaistīti grupas locekļi ar līdzīgu pieredzi un statusu, kā, piemēram, viena vecuma skolēni, skolu beidzēji, vecāki vai skolotāji, ar nolūku risināt teorētiskus un praktiskus jautājumus, kas saistīti ar skolēna karjeras vadības prasmju veidošanos (Lemešonoka, 2017). Grupas konsultēšanā notiek konsultanta un skolēnu grupas aktīva mijiedarbība. Grupas var komplektēt pēc dažādiem principiem: pēc interesēm, pēc vecuma, pēc izglītības līmeņa u. tml. Grupu konsultēšana ļauj taupīt laiku. Problēmas: jāprot noturēt grupas uzmanība un interese, jājūt auditorija, jābūt oratora spējām. Grupu konsultēšanu var veikt konsultants pats vai uzaicināt pārstāvjus no darba tirgus. Konsultācijas vēlamais ilgums ir līdz 45 minūtēm. Grupu konsultēšana var būt informējoša, diagnosticējoša, problēmsituāciju risināšana. Vismaz 5 minūtes konsultācijas beigās jāparedz atbildēm uz jautājumiem.

Padomdošana var būt individuālās un grupu konsultēšanas sastāvdaļa. Parasti padomus dod klientam par to, kur meklēt informāciju, kā palīdzēt klientam personisko problēmu risināšanā un personības izaugsmē, pie kā griezties jautājumu risināšanai ārpus konsultanta kompetences.

14. Karjeras informācijas apkopošana un veidošana

Karjeras informācijas saturs, parasti saistīta gan ar skolā īstenotajām izglītības programmām, gan ar skolas veidu un mērķauditorijas vajadzībām. Skolēnus informēti par to, kur, kad un kā skolā pieejami karjeras atbalsta pasākumi un karjeras atbalsta iespējas ārpus skolas – pašvaldībā un valstī. Skolas mājas lapās publicēta arī informācija par izglītības iestādes piedāvājumu (izglītības programmas, interešu izglītība u.c.) reflektantiem.

Skolā ir izstrādāta sistēma, kā skolēniem atgādināt par to, kur šī karjeras informācija ir pieejama, veikti pasākumi, lai skolēni zinātu, kur šī informācija ir pieejama, pie tam tas jāatgādina regulāri, lai skolēni par to neaizmirstu.

Karjeras informācija ir pieejama skolēniem skolas karjeras izglītības stendā (2.stāvā), karjeras speciālista darba kabinetā, bet par karjeras konsultanta pieejamību 1.stāvā pie bibliotēkas, skolas mājas lapā un regulāri informatīvo vēstuļu daļā e-klasē.

Skola iesaistījusies karjeras ES Eiropas Sociālā fondu darbības programmā "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projektā Nr.8.3.5.0/16/I/001 "Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" informācijas izplatīšanu e-vidē: skolēnu personīgajos e-pastos, mācību sociālajā vidē www.facebook.com, vai e-klase.lv u.tml. Informāciju skolēniem var nodot mutiski vai izdales materiālu veidā. Skolēnus var aicināt izmantot darbu mapes vai veidot digitālas vai papīra formāta mapes informācijas uzkrāšanai, to izmantojot pēc savām vajadzībām.

Skolas informāciju par karjeras atbalsta pieejamību bieži publicē sociālajos tīklos, izmantojot skolas vai pašvaldības mājas lapas vai skolas karjeras konsultanta www.facebook.com Personisko kontu.

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

15. Atgriezeniskās saites veikšana skolēniem par viņu karjeras vadības prasmju līmeni

Atgriezeniskā saite ļauj uzskatāmi parādīt atšķirības starp to, kā cilvēks uztver pats sevi, un to, kā viņu uztver apkārtējie. Tā “*palīdz cilvēkam labāk sevi iepazīt*” (Starptautiskā karjeras.,, 2012), t.i., tālāk pilnveidot pašizziņu. Objektīva atgriezeniskā saite ļauj labāk izprast savas karjeras vadības prasmes, to izmantošanas rezultātus un pieņemt un īstenot lēmumus par to pilnveides nepieciešamību.

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

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

Atgriezenisko saiti par skolēna karjeras vadības prasmēm **savas kompetences ietvaros** var sniegt

visi karjeras attīstības atbalstā iesaistītie izglītības iestādes darbinieki. Vēlama arī skolēnu vecāku (citu likumisko pārstāvju un aprūpētāju) **izglītošana konstruktīvas, karjeras vadības prasmes pilnveidojošas atgriezeniskās saites sniegšanā** izglītojamajiem mājas vidē, lai nostiprinātu un pilnveidotu izglītības iestādē īstenotās karjeras izglītības rezultātus un atbalstītu skolēnu karjeras vadības prasmju tālāku pilnveidi.

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

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

Iepriekš raksturota skolotāja sniegtā atgriezeniskā saite, taču ne mazāk svarīga ir savas darbības un tās rezultātu **pašnovērtēšanā** gūtā atgriezeniskā saite, kurā skolēns pats konstatē savu karjeras vadības prasmju līmeni (Skolēnu mācību sasniegumu..., 2009). Karjeras vadības prasmju pašnovērtēšana veicina pašizziņas prasmju pilnveidi, tādēļ katrā karjeras izglītības pasākumā vēlams paredzēt gan karjeras izglītības īstenotāja sniegtu atgriezenisko saiti, gan pašnovērtēšanu. Šāda vērtēšana dod iespēju skolotājam un skolēnam **kopīgi** pārdomāt un izvērtēt karjeras izglītības pasākumā notiekošo un veidot **kopīgus, pašvērtēšanā un savstarpējā vērtēšanā** gūtus **secinājumus**, pilnveidot karjeras vadības prasmju mācīšanu un mācīšanos.

Organizējot karjeras vadības prasmju apguves vērtēšanu izglītības iestādē, ieteicams izvērtēt karjeras attīstības atbalsta norisi un novērst pamanītos trūkumus.

16. Mācību sasniegumu vērtēšanas metodiskie paņēmiens karjeras izglītībā

Adaptēts no Sociālās zinības, 2014

Metodiskais paņēmiens	Komentārs
Āra nodarbības (mācību ekskursijas) ziņojums	Skolēns mācību ekskursijas vai citas āra nodarbības laikā veic iepriekš saņemtu mācību uzdevumu, par kuru sagatavo iepriekš zināmiem kritērijiem atbilstošu ziņojumu. Skolotājs un klases biedri sniedz atgriezenisko saisti par ziņojumu.
Darbu mape	Noteiktos laika posmos skolēns pārrunā darbu mapes saturu ar klases audzinātāju, saņemot formatīvu atgriezenisko saiti.
Informācijas vizualizēšana	Skolēni apgūto informāciju pārveido diagrammā, shēmā, attēla u.c., demonstrējot prasmi strukturēt, analizēt, kombinēt, sintezēt u.c. informāciju par karjeras iespējām.
Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās)	Jautājumi, kurus uzdod pirms mācību satura apguves, nodarbības laikā un pēc tam, rosina skolēnus domāt un reflektēt, paaugstinot mācību motivāciju un padziļinot izpratni.
Multimediju prezentācija	Skolēns individuāli vai grupā, atbilstoši mācību uzdevumam, sagatavo uzstāšanos par paveikto (piem., par izzināto nozari, profesiju vai tālākizglītības iespēju), izmantojot vienu vai vairākus medijus (video, PowerPoint, stenda referāts, infografika u. c.). Skolotājs un klases biedri atbilstoši iepriekš zināmajiem kritērijiem novērtē prezentāciju
Mutiska uzstāšanās	Skolēns individuāli vai iesaistot prezentācijā arī citus skolēnus, atbilstoši mācību uzdevumam, klases biedriem un skolotājam sniedz verbālu ziņojumu par izstrādāto projektu, pamatojoties uz iepriekš noteiktiem kritērijiem.
Pašvērtējums	Skolēns pats novērtē savu sniegumu, prasmes un zināšanas, pamatojoties uz noteiktiem rezultatīvajiem rādītājiem. Rezultatīvie rādītāji var būt apkopoti aptaujas lapā, atstājot vietu plašākam vārdiskam skaidrojumam.
Piedalīšanās diskusijās (diskusija)	Skolotājs un klases biedri atbilstoši iepriekš zināmiem kritērijiem novērtē skolēna līdzdalību diskusijā klasē – kā skolēns pauž savus uzskatus, piedāvā savas idejas, jautā, sniedz novērtējumu un apspriež temata pamatjēdzienus, attieksmes. Nozīmīgākie kritēriji ir skolēna līdzdalības līmenis (aktivitāte) un sniegto komentāru kvalitāte.
Rakstiska atskaite	Skolēns sagatavo atskaiti (piem., par projekta darbu) rakstiskā formā, pamatojoties uz iepriekš zināmiem kritērijiem
Rezumēšana (secināšana)	Skolēni stundas vai temata apguves noslēgumā formulē ūsus secinājumus par svarīgāko, kas apgūts.
Sadarbības prasmju novērtēšana	Skolēni strādā nelielās grupās, lai veiktu mācību uzdevumu. Pēc darba pabeigšanas grupas dalībnieki kopā (viens grupas dalībnieks par vienu grupas biedru u. c.) izvērtē sadarbību un sniedz ieteikumus sadarbības pilnveidošanai nākotnē.

17. Normatīvie dokumenti un prasības, kas regulē un atbalsta karjeras attīstības atbalsta īstenošanu izglītības iestādēs

Karjeras attīstības atbalstu izglītības iestādēs īsteno atbilstoši spēkā esošajai likumdošanai.

18. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamā literatūra

- Akmeņkalna, I., Kārkliņš, A., Kalniņa, I., (2007). *Mērķiecīga karjeras veidošana*. Rīga: LUMA.
- Akmeņkalna, I., Kārkliņš, A., Skutele, D. (2007). *Mērķu sasniegšana*. Rīga: LUMA.
- Akmeņkalna, I., Skutele, D., (2007). *Saskarsme*. Rīga: LUMA.
- Alens, Dž., Nerne, Dž., (2000). Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – Rīga: Skolu atbalsta centrs.
- Amundsons, N., (2016). *Aktīvā iesaistīšanās*. Esība un darbība karjeras konsultēšanā. 4.izd. Rīga: VIAA.

Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/Amundsen_book_FINAL.pdf

- *Atbilstošas vides izveide jauniešu ar speciālām vajadzībām integrācijai izglītības sistēmā*. 5 burtnīcas. (2007). Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeirons”.
 - Baldiņš, A., Raževa, A., (2001). *Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē*. – Rīga: Pētergailis.
 - Barsineviča, S., Graumane, Z., Jirjena, K., Kinčiusa, B., Pēterhofa, M., Treija, R.,(2000). *Daudzpusīgā intelekta teorija skolā. Pieredzes materiāls*. Rīga: Skolu atbalsta centrs.
 - Beloraga, G., (2007). *Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām*. Rīga: Zvaigzne ABC.
 - Boitmane, I., (2006). *Personāla atlase un novērtēšana*. Rīga: SIA Lietišķas informācijas dienests.
 - *Celā uz mūžizglītību. Mūžizglītības politika Latvijā*. (2007). Rīga: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība.
 - Daija, Z., Panasina, I., (2000). *Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei*. Rīga: Profesionālās karjeras izvēles centrs. Pieejams: http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/_51f9ff8ca00116.19265717.pdf
 - Daiktere, I. (2007). *Mērķu izvirzīšana un sasniegšana*. Mācību metodika. Rīga: SIA LUMA.
 - Darba likums un Darba aizsardzības likums. / Sērija: Likumi. (b.g.) – Rīga: Zvaigzne ABC
 - *Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektunedējās vadīšanai 7.–9. klasēs*. (2004). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/Darba_pasaules_un_karjeras_iespeju_izpete.p df
 - *Darbaspēka profesionālā mobilitāte*. (2007). Rīga: LU., Pieejams: http://www.lm.gov.lv/upload/darba_tirdzniecība/tirdzniecība/petijumi/darbaspeku_profesi onala_mobilitate.pdf
 - *Darba tirgus īstermiņa prognozēšana*. (2019).
- Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6&mid=465>
- Dektereva, N., Dorofjeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G., (2008). *Interesantas idejas klases audzinātājam*. Rīga: RaKa.
 - Dektereva, N., Dorofjeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G.,(2008). *Mūsdienīga skolēna portfolio*. Rīga: RaKa.
 - Dokumenti un statistika. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6>
 - Drošas un atbilstošas darba vides izveide cilvēkiem ar invaliditāti rokasgrāmata. (2006) Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeirons”.
 - Dubkēvičs, L. (2006). *Saskarsme audzēkņiem*. Rīga: Jumava.
 - Es. Sabiedrība. Valsts. Rokasgrāmata pasniedzējiem pilsoniskajā izglītībā. (1999). Rīga: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība, „Impresio”.

- Eiropas Savienības nodarbinātības politika, darba tirgus un dzimumu līdztiesības jautājumi. 1., 2.daļa. (2005). Rīga: Labklājības ministrija, ULMA.
 - *EMKAMPT karjeras atbalsta glosārijs*. (2013). Rīga.
- Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/glossary_web_emkapt.pdf
- *Iepazīsti sevi! Psiholoģiskie testi*. (1997). Sast. F.Kvīna-Šica. Rīga: Zvaigzne ABC.
 - *Izglītība pēc 9. klases*. (2005). Rīga: V/A PIAA, Profesionālās orientācijas informācijas centrs.
 - *Izglītība pēc 12. klases*. (2005). Rīga: V/A PIAA, Profesionālās orientācijas informācijas centrs.
 - Jaunieši pārmaiņu sabiedrībās. Diskusiju ceļvedis. (2002). Rīga: UNICEF.
 - Kalme, A., *Kāds es esmu? Pašizziņas testi*. (B.g.). Rīga: Zvaigzne ABC.
 - Karjeras atbalsta sistēma Latvijā. (2012). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/guidance_system_lv.pdf
 - Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem – caur mācīšanos uz darbu. (2010). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf
 - Karjeras attīstības atbalsts. Rokasgrāmata politikas veidotājiem. (2007). Rīga: VIAA
 - *Virtuālā karjeras konsultantu platforma*. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts. Pieejams: <http://www.careercenteronline.org/>
 - *Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem* Rīga: PIAP aģentūra. Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
 - *Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs*. Darba burtnīca. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/prof_karjeras_izgl_burtniica.pdf
 - *Karjeras izglītība profesionālās vidējās iestādēs*. Skolotāja rokasgrāmata. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_9_klasee_2006.pdf
 - *Karjeras izglītība skolā*. Pieredze 2009 (2010). Rīga: VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
 - *Karjeras izglītība 7. klasē. Metodiski ieteikumi*. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgliitiiba_7_klase_metodika_2006.pdf
 - *Karjeras izglītība 7.-9. klasei. Skolotāja rokasgrāmata*. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_7_9_klaseee.pdf
 - *Karjeras izglītība 8. klasē. Metodiski ieteikumi*. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_8_klasee.pdf
 - *Karjeras izglītība 9. klasē. Metodiski ieteikumi*. (2006). Rīga: PIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_9_klasee_2006.pdf
 - Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemānu veidošanai starp priekšmetu tēmā. (2004). Rīga: PIAA, PIAC. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras_izglitibas_merkli_psk.pdf
 - *Karjeras konsultēšanas metodes*. (2009). Rīga: VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
 - *Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi*. (2007). Jelgava: PKIC.
 - *Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?* (2007). Jelgava: PKIC.
 - *Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?* (2007). Jelgava: PKIC.
 - *Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartu saturā*. (2016). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/38233_Karjeras_vadibas_buklets.pdf
 - *Karjeras Ziņas*. Rīga: VIAA Karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums. Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
 - *Ko darīt pēc 9. klases?* (2003). Rīga: LR IZM.
 - Ķīkule, I., (2006). *Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5.-8. klasei*. Rīga: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”.
 - Lapiņa, L., Rudiņa, V., (1997). *Apgūsim demokrātiju. Skolotāja rokasgrāmata: interaktīvās*

mācīšanas metodes. Rīga: Zvaigzne ABC.

- Liepiņa L., Atkārtošanai. *Grupu darbs latviešu valodas stundās 9.–12. klasei.* (2007). Lielvārde: Lielvārds.
- Lemešonoka, I., (2017). *Skolēna karjeras vadības prasmju veidošanās vispārizglītojošās skolas pedagoģiskajā procesā.* Promocijas darbs. Rīga: Latvijas Universitāte.
- *Mans bērns izvēlas karjeru.* (2010). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
- Mūža ilgumā pieejamu karjeras attīstības atbalsta pakalpojumu uzlabošana. Improving lifelong guidance policies and systems. Neoficiāls Eiropas vienoto uzziņas materiālu tulkojums. (2006). Rīga: PIAA.
- *Nodarbinātība.* (B.g.). Rīga: Invalīdu un viņu draugu apvienība „Apeirons”.
- Nodarbinātības valsts aģentūras pētījumi. (2019). Pieejams: <http://www.nva.gov.lv/index.php?cid=6&mid=95>
- Nucho, A.O., Vidnere, M., (2002). *Garīgās veselības veicināšana.* Rīga: RaKa.
- *Par darba aizsardzības jautājumiem, uzsākot darba gaitas.* (2011). Rīga: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts. Pieejams: http://www.lm.gov.lv/upload/jauniesiem2/atg_uzsak_darb.pdf
- Pīvijs, V., (2011). Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijs_2012_f.pdf
- *Profesiju aprakstu katalogs.* (2007). 1.sēj. Rīga: PKIVA. Pieejams: http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf
- *Profesiju definīciju katalogs.* (2007). Rīga: PKIVA. Pieejams: <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>
- *Profesiju klasifikators.* (2006). Rīga: Latvijas Vēstnesis. Pieejams: http://www.lm.gov.lv/lv/index.php?option=com_content&view=article&id=80154
- *Profesionālās izglītības iespējas Rīgas reģionā.* Rīga: Nodibinājums „Rīgas reģiona attīstības aģentūra.
- Profesionālās orientācijas pakalpojumu saņēmēju mērķa grupu vajadzību izpētes sistēmas izstrāde un realizācija. Pētījuma ziņojums. (2007). Rīga: PKIVA.
- Rubana, I.M., *Mācīties darot.* 2.izd., (2004). Rīga: RaKa.
- Saltana, R. Dž., (2011). Karjeras vadības prasmes – vērtēšana kā mācību procesa daļa.
- Skutele, D., Akmeņkalna, I., (2007). *Saskarsme. Mācību metodika.* Rīga: SIA LUMA.
- Stabiņš, J., Pupiņš, M., (2008). Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs. Rīga: RaKa.
- Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. (2012). 2.izd., VIAA.
- Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
- Templers, R., (2007). *Veiksmīgas karjeras likumi.* Rīga: Zvaigzne ABC.
- *Topošā darbinieka rokasgrāmata.* (2011),, Latvijas Brīvo arodbiedrību savienība. Pieejams: http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts_jaunajiem_uznemejiem.pdf
- *Veiksmes kods. Latviešu uzņēmēju veiksmes stāsti un atziņas.* Rīga: LIAA, ZINIS. Pieejams: http://www.liaa.gov.lv/files/liaa/attachments/28_veiksmes_kods.pdf
- *Veiksmīgas karjeras anatomija.* (2009). Rīga: Lietišķas informācijas dienests.
- Žagare, T., Grūbe, G., (2002). *Celvedis jauniešiem lielajā pasaulē.* Rīga: Latvijas Cilvēktiesību un etnisko studiju centrs, SIA „Parks Reklāmai”.

19. Palīgmateriāli

- *Atbalsta informācija jauniešiem - uzņēmējiem.* Infografika. LM. Pieejams: http://www.lm.gov.lv/upload/aktualitates/null/atbalsts_jaunajiem_uznemejiem.pdf
- Atver durvis mācībām, atpūtai un darbam Eiropas Savienībā. (2007). Rīga: VIAA.
- Darbs mājās, - mājas Eiropā! Rīga: LM NVA.

- *Grāmatzīme – Braukt vai nebraukt?*(2011).VIAA. http://viaa.gov.lv/files/news/732/gramatzim70x220_6.pdf Pieejams:
- *Iepazīsti savu profesiju!* Lidmašīnas trafarets. VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/44368_VIAA_lidmasina_repro_labots_interne_tam.pdf
- *Infografika - Izvēlies izglītību Latvijā!* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/73183_Izglitiba_LV_VIAA_infografika_v4_3.pdf
- *Infografika - Jaunieša ceļvedis izglītībai un karjerai Eiropā.* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/ES_t_kli_infografika.png
- *Infografika – Kā plānot karjeru?* (2014). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas_celji_fdp.pdf
- *Infografika – Kā iepazīt profesijas?* (2014). VIAA. Pieejams: http://www.viaa.gov.lv/files/news/732/infografika01_ka_iepazit_profesiju_150x297mm_screen.pdf
- *Infografika - Karjeras atbalsta sistēmas dalībnieki un to lomas.* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/Karjeras_atbasta_sistemas_dalibnieki_un_to_lomas.pdf
- *Infografika - Kas Tev jāuzzina par sevi, lai veiksmīgi plānotu karjeru?* (2014).VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/732/infografika04_kas_tev_jaauzina_150x297mm_screen.pdf
- *Infografika - Kā izvēlēties piemērotāko izglītības iestādi?* (2014). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/732/infografika03_ka_izveleties_skolu_150x297mm_screen.pdf
- *Infografika - Ko es zinu par mobilitāti?* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/ko_es_zinu_par_mobilitati_final.pdf
- *Infografika - Latvijas izglītības sistēma.* IZM. Pieejams: <http://www.izm.gov.lv/images/infografikas/IZMIzglitibasSistemaSmall.jpg>
- *Infografika - Mākslas priekšmeti.* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/maksla_infogr.pdf
- *Infografika - Priekšmetu cikls "Cilvēks un sabiedrība".* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/sabiedriba_infogr.pdf
- *Infografika - Tālākās izglītības ceļi pēc 9. klases un 12. klases.* (2015). VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/Izglitibas_celji_fdp.pdf
- *Infografika - Tavas attīstības iespējas skolas laikā.* (2015). VIAA. Pieejams: <http://viaa.gov.lv/library/files/original/Prasmes.pdf>
- *Infografika – Tehnoloģiju un zinātnu pamati.* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/eksaktie_prieksmeti_infogr.pdf
- *Infografika - Valoda.* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/valodas_infogr.pdf
- *Izglītības iespējas Eiropā.* CD (2009). VIAA.
- *Jauniešu garantijas informācijas grafika.* LM. Pieejams: http://www.lm.gov.lv/upload/infografikas/jauniesu_garantija_a4_infografika_200120_15.pdf
- *Jauniešu nodarbinātība.* Pieejams: http://www.lm.gov.lv/upload/infografikas/vizualis_jauniesu_garantija.png
- *Karjeras jomas.* Rīga: PKIVA.
- *Karjeras nedēļa – ikgadēja tradīcija, kas turpinās pašvaldībās.* VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/karjeras_nedela/par_karjeras_nedelu/
- *Kas jāzina par studiju programmu? Akreditācija. Licence.* Rīga: AIKNC.
- *Kur meklēt informāciju un palīdzību profesijas un izglītības izvēles gaitā?* Rīga: PKIVA.
- *Latvijas izglītības sistēma.* Rīga: PIAA, POIC.

- Mācību metodiskais līdzeklis "Karjeras kompass". VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/karjeras_specialistiem/
- Mācību un darba iespējas elektronikas un elektrotehnikas nozarē domājot par nākotnes profesiju un karjeru... Rīga: Biedrība „Latvijas Elektrotehnikas un elektronikas rūpniecības asociācija”.
- Motivācija, prasmes, modulārā apmācība – konkurētspējai. Rīga: LM NVA.
- Nacionālā izglītības iespēju datu bāze. VIAA. Pieejams: <http://www.niid.lv/>
- Profesiju pasaule. VIAA. Pieejams: <http://www.profesijupasaule.lv/>
- Veidosavu karjeru pats! Origami kubs. VIAA. Pieejams: http://viaa.gov.lv/library/files/original/48455_VIAA_origami_labots_internetam.pdf

20. Audio un videomateriāli

- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas būvniecības nozarē (2008). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē (2007). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē (2008). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē (2008). DVD: VIAA.
- Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas meža nozarē (2007). DVD: VIAA.
- Iepazīsti izglītības un darba pasauli (2001). CD-ROM: PIAP.
- Iepazīsti un izvēlies! Virtuālais ceļvedis: Daugavpils Universitāte, Latvijas Lauksaimniecības universitāte, Liepājas Pedagoģijas akadēmija, Rēzeknes Augstskola, Ventspils Augstskola, Vidzemes Augstskola. CD.
- Kurp doties? Ķīmiķis. Farmaceits. Mikrobiologs. (TV raidījumi) Nākotnes aprēķins. (filma) (2006). DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”.
- Kurp doties? Farmaceits. Vides speciālists. Mārketinga speciālists. (2007) DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”.
- Mana karjera manās rokās. Autoceļu būvniecība. CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
- Mana karjeras – manās rokās(2008). Enerģētika. CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
- Napo – safety with a smile. Pieejams: <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/napo-safety-smile>
- Profesionālās darbības jomas Latvijā. DVD (1., 2.disks), VHS: PKIVA.
- Progresīvās profesijas. CD: PKIVA, Labklājības ministrija, projekts „Profesiju segregācijas cēloņu mazināšana”.
- Studijas datorikas nodoļā. Fragments no LTV7 raidījuma „Aktualitātes”. (13.04.2008.) CD (.mpg): SIA „AGD GRUPA”.
 - Zalais pipars. RTU Karjeras centrs. Pieejams: <http://karjera.rtu.lv/portfolio-item/izglitojosa-filma-zalais-pipars/>