



Ādažu vidusskola Karjeras izglītības programma 2024./ 2025.– 2026./ 2027. mācību gads

I. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi

Karjeras izglītības programmas mērķis ir piedāvāt pedagoģiskajam personālam realizēt programmas saturu, kas orientēts uz skolēna personības izzināšanu, viņa interešu, dotumu, prasmju un vērtību atklāšanu tā, lai pazīstot sevi, skolēns spētu patstāvīgi veidot, vadīt un attīstīt savu karjeru, pieņemot lēmumus karjeras plānošanā un tos realizēt.

1. Karjeras izglītības mērķi realizēt:

1.1. Organizējot izglītības saturu un izglītības procesu atbilstoši Latvijas Republikas Izglītības likumam un Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumu – Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem, Ministru kabineta 2019.gada 3.septembra noteikumu – Noteikumi valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās izglītības programmu paraugiem, Ministru kabineta 2014.gada 12.augusta noteikumu Nr. 468 – Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem, prasībām, integrējot specifiskus mērķus:

1.1.1. nodrošināt izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti, karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi,

1.1.2. radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

2. Karjeras izglītības uzdevumus realizēt:

2.1. nodrošinot katram izglītojamajam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;

2.2. palīdzēt izglītojamajiem izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumu, izvirzītu konkrētu mērķi;

2.3. veidot katrā izglītojamajā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba tirgus pasauli un ar to saistīto izglītības daudzveidību;

2.4. nodrošināt katram izglītojamajam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;

2.5. palīdzēt katram izglītojamajam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;

2.6. izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, toleranci, cieņu pret citādo un daudzveidību;

- 2.7. veidot izglītojamajiem izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību;
- 2.8. izprast mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus.

II. Karjeras izglītības saturs

- 3. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums – īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība), kā arī formā (mācību stunda, priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi).
- 4. Katra karjeras izglītības joma – pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība – ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.
- 5. Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti:
 - 5.1. . pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
 - 5.2. . analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze – patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana: prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
 - 5.3. . morālais un ētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
 - 5.4. . sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uzklaust un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību par to īstenošanu, atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās, rūpēties par savu un līdzcilvēku drošību un meklēt palīdzību atbilstošās institūcijās un dienestos;
 - 5.5. . saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā, prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
 - 5.6. . mācīšanās un praktiskās darbības aspekts: prasme patstāvīgi plānot, organizēt un īstenot mācīšanos, dažādu zināšanu un prasmju lietošana praktiskajā darbībā, prasme mācību procesā izmantot dažādu veidu informāciju, konsultēties, atrast palīdzību, prasme izmantot modernās tehnoloģijas;
 - 5.7. . matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).
- 6. Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.
- 7. Pamatjoma **“Pašizpēte”** ietver šādas saturiskās tēmas:
 - 7.1. mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
 - 7.2. manas intereses, vaļasprieks, spējas, brīvais laiks, dienas režīms;
 - 7.3. mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
 - 7.4. sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
 - 7.5. attieksmes un vērtības;
 - 7.6. prasme sadarboties, risināt konfliktus;
 - 7.7. mana veselība un nākotnes nodomi;

7.8. mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
7.9. pašaudzināšana.

8. Pamatjoma **“Karjeras izpēte”** ietver šādas saturiskas tēmas:

- 8.1. darba nozīme cilvēka dzīvē;
- 8.2. populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- 8.3. manu vecāku darba dzīve;
- 8.4. informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- 8.5. profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- 8.6. darba tirgus un nodarbinātība;
- 8.7. sociālā vide un nodarbinātība;
- 8.8. izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- 8.9. darba likumdošana, darba drošība;
- 8.10. pašnodarbinātība.

9. Pamatjoma **“Karjeras plānošana un vadība”** ietver šādas saturiskas tēmas:

- 9.1. lēmuma pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- 9.2. lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- 9.3. dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- 9.4. kad viss nenorīt tā, kā plānots;
- 9.5. mani nākotnes mērķi, to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- 9.6. pārmaiņas manā dzīvē;
- 9.7. komandas darba pieredze, sadarbības nozīme un loma;
- 9.8. praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 9.9. sevis prezentēšana.

Ādažu vidusskolā karjeras izglītības īstenošanā ir iesaistīti: Skolas administrācija, pedagogs – karjeras konsultants, klašu audzinātāji, mācību priekšmetu skolotāji un interešu izglītības programmu vadītāji

III Ādažu vidusskolas karjeras izglītības programmas īstenošanas tematiskais plāns

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas – mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, ārpusstundu pasākumus u.c.

1.-2. klase

Iespējamais laiks	Tēma	Paredzamais rezultāts
-------------------	------	-----------------------

Septembris	Profesijas man apkārt. Profesiju daudzveidība.	Zina, par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Nosauc profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā.
Oktobris	Mācību priekšmetu sasaiste ar profesiju pasauli.	Skolēni veido izpratni par mācību priekšmetu sasaisti ar konkrētām profesijām (plakātu, mācību priekšmetu reklāmu veidošana).
Novembris	Skolēnu karjeras portfolio veidošana / papildināšana.	Personīgo mērķu, sasniegumu izveide. Sevis vērtēšana.
Decembris	Dienas režīms. Brīvā laika plānošana.	Mācās sekot savam dienas režīmam, paredzēt laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem, atpūtai.
Janvāris	Mana sapņu profesija.	Mācās domāt par savu nākotni. Zina, ka katram cilvēkam ir jāstrādā.
Februāris	Mācības – skolēna darbs.	Mācās apzināties savu galveno pienākumu – mācīties. Mācās uzņemties atbildību.
Marts	Mācās risināt strīdus.	Mācās iepazīt un pieņemt atšķirīgo cilvēkus. Mācās izmantot situācijai atbilstošu komunikācijas veidu.
Aprīlis	Vēlmes un vajadzības.	Sevis vērtēšana. Zina, kas ir pamatvajadzības. Mācās atšķirt vēlmes no vajadzībām.
Maijs	Es un mans personīgais budžets.	Mācās izprast kā veidojas ģimenes budžets. Mācās izprast naudas funkcijas un īpašības.

3.- 4. klase

Iespējamais laiks	Tēma	Paredzamais rezultāts
Septembris	Vecāku profesijas.	Zina, prot pastāstīt par savu vecāku un citu ģimenes locekļu profesijām..., veido dzimtas profesiju koku
Oktobris	Es vēlos kļūt par...	Veido kolāžu – par ko vēlos kļūt. Prot pastāstīt par to, ko cilvēks var piedāvāt darba tirgū (zināšanas, prasmes, iemaņas, dotumus, pieredzi, fizisko spēku).
Novembris	Mācīšanās prasmes un sasniegumi.	Mācās apzināties zināšanu nozīmi nākotnē. Mācās motivēt sevi darbam, cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
Decembris	Man brīvais laiks. Hobiji.	Izprot dienas režīma nozīmi. Zina, kāpēc nepieciešams balanss starp darbu un atpūtu. Stāsta par savu aizraušanos – hobiju.

Janvāris	Ražošana un tās veidi tuvākajā apkārtnē.	Zina nosaukt lielākos uzņēmumus savā tuvākajā apkārtnē. Veido uzņēmumu vizītkarti, reklāmu. Tikšanās ar uzņēmumu pārstāvjiem.
Februāris	Rūpes par veselību. Dzīves stils.	Zina drošības, iekšējās kārtības noteikumus skolā. Mācās izprast veselības ietekmi uz cilvēku gan ikdienas dzīvē, gan profesionālajā jomā. Diskusija - kas ir droša un veselībai nekaitīga darba vide?
Marts	Lietišķā etiķete (sevis pasniegšanas prasme, paštēla veidošana).	Mācās izprast, ka lietišķās etiķetes ievērošana ir viena no panākumu atslēgām, lai nodrošinātu sasniegumus profesionālajā jomā.
Aprīlis	Gribu. Varu. Vajag.	Apzinās savas vēlmes, intereses, zināšanas, stiprās/ vājās puses. Meklē, informāciju par profesijām, kas pieprasītas sabiedrībā – profesiju TOP...
Maijs	Mans karjeras portfolio.	Sevis vērtēšana – pašvērtējums. Mērķi, sasniegumi – personīgais vērtējums. Strādā ar savu portfolio (kas mainījies, ko es vēlos mainīt, sasniegt turpmāk).

.-6. klasē akcentētā joma “Karjeras vadība” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundas	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas	Manas intereses	1
	Rakstura īpašības	1
	Mans brīvais laiks	1
	Saziņa. Emocijas.	1
Informātika	5.kl. Teksta apstrāde – lietišķie teksti datorā	1
	5.kl. Informācijas ieguves un komunikācijas	1
Vēsture	6.kl. Es ienāku sabiedrībā	1
Literatūra	5.kl. Domraksts. Mans varonis tiek galā ar grūtībām	1
	6.kl. Mūsdienu jaunieša problēmas.	1
Mājturība/Sports	Drošības noteikumi un to nepieciešamība. Veselība un darbs	2
Sociālās zinības	5.-6.kl. Konflikts, to rašanās un risināšana	1

	5.kl. Mana mācīšanās taktika	1
	6.kl. Mani pienākumi un tiesības	1
Dabas zinības	5.kl. Cilvēka maņas un darbs	1
	5.kl. Organisma augšana	1
Klases stundās	5.kl. Mani mērķi un kā es tos varu sasniegt	1
	5.kl. Uzvedības etiķete	1
	5.kl. Manu spēju un talantu prezentācija	1
	6.kl. Kā cilvēki tiek galā ar grūtībām	1
	6.kl. Laika plānošana	1
	6.kl. Mans nākotnes redzējums	1
Ārpusstundu pasākumi	Mācību ekskursija	1
	Drošības nedēļa	1
	Karjeras nedēļas pasākums	1

7. klasē akcentētā joma “Pašizpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas	Mans vaļasprieks	1
	Es un mani draugi	1
	Mani mājdzīvnieki	1
	Mana istaba	1
	Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija	1
	Mans apģērbs	
Mājturība	Rokdarbi	1
	Kulinārija	1
Ģeogrāfija	Klimata izmaiņas un veselība	1

Vēsture	Seno baltu ciltis	1
Literatūra	Boņuka, Billes un mana bērnība	1
Sports	Fizisko īpašību tests	1
	Komandu darbs	1
Sociālās zinības	Atkarības	1
	Lietišķās saskarsmes etiķete	1
Klases stundās	Es starp citiem	1
	Mans raksturs un paradumi	1
	Uztveres tipi	1
	Temperamenti	1
	Mācies mācīties	1
Ārpusstundu pasākumi	Mācību ekskursija	1
	Interese izglītības, pulciņu, fakultatīvās nodarbības, individuālās konsultācijas	1
	Karjeras nedēļas pasākums	1

8. klasē akcentētā joma “Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Svešvalodas (angļu, vācu, krievu)	Lietišķie raksti. CV	1
	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem	1
Latviešu valoda	Lietišķie raksti. Darba CV, darba sludinājumu izpēte	1
	Tekstveidne. Pārspriedums	1
Sociālās zinības	Droša sociālā vide	1
	Darbs un karjera	1
Fizika	Izcilākie fiziķi	1
Ģeogrāfija	Darbspēka migrācija Eiropas Savienībā	1

	Darba vietas dažādās valstīs	1
Matemātika	Izcilākie matemātiķi	1
Vēsture	Strādnieku kustība 19.gs. pēdējā trešdaļā	1
	Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19.gs. beigās	1
Ķīmija	Ķīmiskie atkritumi, to pārstrāde	1
Bioloģija	Veterinārārsta profesija	1
	Ekoloģija, profesijas “Cilvēks – daba”	1
Klases stundās	Darbs un vaļasprieks	1
	Kas man patīk?	1
	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	1
Ārpusstundu pasākumi	Karjeras nedēļas pasākums	1
	Karjeras puzzle. Kurš to saliks? Pasākums vecākiem – kā līdzdarboties savu bērnu karjeras veidošanā	1
	Ēnu diena kā iespēja	1
	Interesu izglītības, pulciņu, fakultatīvās nodarbības	1
	Individuālās konsultācijas (pēc pieprasījuma)	1

9. klasē akcentētā joma “Karjeras vadība” šādā apjomā:

Valodas	Dienas režīms	1
	Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas ārzemēs	1
	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	1
	Publiskā uzstāšanās – sevis prezentēšana	1
	Lietišķie raksti	1
	CV, motivācijas pārrunas	1
Vēsture	Pasaules ekonomiskā krīze 20.,30. gados	1

	Izcilākie zinātnieki 20., 30.gados 20.gs. progress zinātnē un tehnikā	1
Sociālās zinības	Darba likumdošana	1
	Ģimenes budžets, skolas budžets	1
	Civillikums	1
	Nodokļi	1
	Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība	1
Ģeogrāfija	Saimnieciskās nozares un ar tām saistītās nozares Latvijā	1
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē	1
Klases stundās	Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi	1
	Individuālā karjeras plāna izveide	1
	Sekmju plānošana un izvērtēšana	1
	Lēmumu pieņemšana, atbildība	1
	Profesionālā virzība, piemērotība	1
Ārpusstundu pasākumi	Mācību ekskursijas	1
	Karjeras nedēļas pasākums	1
	Karjeras puzzle. Kurš to saliks? Pasākums vecākiem – kā līdzdarboties savu bērnu karjeras veidošanā	1
	Izstādes “Skola” apmeklējums	1
	Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem	
	Individuālās konsultācijas (pēc pieprasījuma)	

10. klasē akcentētā joma “Karjeras vadība” šādā apjomā:

Klases stundās	Mani nākotnes nodomi.	1
	Pareizi nenovērtēdams savas spējas, panākumus negūsi	1

	Manas intereses un prasmes	1
	Mans mērķtiecīgums	1
	Kāds es esmu saskarsmē ar citiem	1
	Manu vecāku veiksmes stāsti	1
	Riskēt vai vispār atteikties no riska?	1
	Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru?	1
	Darbs un vaļasprieks	1
Ārpusstundu pasākumi	Tikšanās ar izglītības iestāžu darbiniekiem	1
	Skolotāju diena	1
	Karjeras nedēļas pasākums	1
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām	1
	Ekskursijas uz uzņēmumiem	1
	Ēnu diena	1
	Izstāde "Skola"	1
	Individuālās konsultācijas (pēc pieprasījuma)	1

11.klasē akcentētā joma "Karjeras izpēte" šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas un humanitārā cikla mācību priekšmeti	Tavas intereses un profesiju tipi	1
	Nākotnes iespēju izzināšana	1
	Manu vecāku darbs, profesijas	1
	Mūsu skolas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme	1
	Radošā domāšana palīgs karjeras plānošanā	1
Dabaszinību cikla mācību priekšmeti	Statistika – darba tirgus un pieprasījums	1
	Biznesa idejas, to īstenošana	1

	Profesiju standarti. Profesiju klasifikators	1
	Biznesa plāns	1
Klases stundās	Tolerance	1
	Manas izvēles	1
	Labdarība, mecenātisms	1
	Mērķu izvirzīšana un sasniegšana	1
Ārpusstundu pasākumi	Tikšanās ar izglītības iestāžu darbiniekiem	
	Skolotāju diena	1
	Karjeras nedēļas pasākums	
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām	
	Interesu izglītības, pulciņu, fakultatīvās nodarbības	
	Izstādes “Skola” apmeklējums	1
	Ēnu diena	
	Individuālās konsultācijas (pēc pieprasījuma)	

12.klasē akcentētā joma “Karjeras vadība” šādā apjomā:

Mācību priekšmetu stundās	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits
Valodas un humanitārā cikla priekšmeti	Mana izvēle un atbildība	1
	Izglītības iespējas Latvijā un Eiropā	1
	CV un motivācijas vēstule	1
	Kā radīt pozitīvu iespaidu darba devējam	1
	Lēmumu pieņemšana, īstenošana	1
Dabaszinību cikla mācību priekšmeti	Veselīga konkurence un sāncensība	1
	Mans karjeras plāns Mans biznesa plāns	1
	Lēmumu pieņemšana un īstenošana	1

Klases stundās	Cieņa pret sevi un citiem	1
	Brīvības – iekšējās un ārējās	1
	Kritiskā un pozitīvā domāšana	1
	Emociju kontrolēšana	1
Ārpusstundu pasākumi	Nākotnes karjeras izvēles iespējas	
	Aptauja par karjera izvēli, iespējām, profesijām	1
	Interesu izglītības, pulciņu, fakultatīvās nodarbības	
	Izstādes “Skola” apmeklējums	1
	Individuālās konsultācijas (pēc pieprasījuma)	
	Ēnu diena	

IV Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes

Sasniedzamās prasmes 1. - 6. klase

Beidzot 6.klasi skolēns

- iepazīties ar dažādām profesijām;
- izprot dažādu profesiju lomu sabiedrības dzīvē;
- izprot saikni starp zināšanām, izglītību, profesijām un nodarbinātību;
- mēģina izzināt savas personīgās intereses un spējas;
- izprot komunikācijas un komandas darba nepieciešamību.

Sevis iepazīšanā skolēnam ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:

- spēj analizēt un izvērtēt savus sasniegumus, īpašības, spējas un iemaņas;
- prot izmantot pašanalīzes rezultātus savu attīstības vajadzību noteikšanai, pozitīva paštēla veidošanai;
- spēj noteikt savas attīstības mērķus;
- spēj atšķirt stereotipus un sagrozītus, realitātei neatbilstošus cilvēku un profesiju aprakstus;
- ir izveidojušās noteiktas attieksmes pret dzīves pamatvērtībām, prasmes mācīties un izpratne par darbu, tai skaitā par komandas darbu, nozīmi.

Darba pasaules izzināšanā skolēnam ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:

- izprot, ka darba dzīvei bez iešanas uz darbu un naudas pelnīšanas ir daudz citu aspektu;
- spēj raksturot izmaiņas darba pasaulē;

- zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu;
- spēj izveidot profesiju grupas pēc to pazīmēm;
- apzinās savas iespējas;
- spēj izmantot vienkāršus lēmumu pieņemšanas paņēmienus,
- prot sameklēt un izmantot palīdzību personīgu lēmumu pieņemšanā;
- spēj izprast ilgtermiņa plānošanas nozīmi un ietekmi savas karjeras iespēju un ar to saistīto lēmumu pieņemšanas kontekstā;
- spēj apsvērt dažādas iespējas un nepieciešamības gadījumā mainīt savus plānus;
- izprot, ko nozīmē tikt galā mainīgajā pasaulē un kā tas attiecināms uz ilgtermiņa karjeras plānošanu;
- spēj daļēji uzņemties atbildību par savas personības attīstību;
- spēj analizēt pārmaiņas, kas notikušas viņa dzīvē pēdējā laikā.

Sasniedzamās prasmes 7. - 9. klase

Beidzot 9.klasi skolēns

- sāk apzināties savas iespējas un samērot savas intereses, spējas, personīgās īpašības un vērtības;
- spēj novērtēt un samērot savas spējas, vēlmes un iespējas pieņemt ar karjeras izvēli saistītos lēmumus;
- ir ieinteresēts turpināt savu izglītību, izzināt tālākizglītības iespējas, savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju;
- ir ieguvis zināšanas par vietējo darba tirgu;
- izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību;
- izprot mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus;
- spēj saskatīt izvēles iespējas karjeras iespēju izvēlē.

Sevis iepazīšanās skolēnam ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:

- ar vienkāršu pašnovērtēšanas testu palīdzību ir noteicis savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus;
- spēj noteikt un novērtēt ārpusklases darbā apgūto pieredzi un zināšanas par darba pasauli;
- spēj pielietot analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā;
- spējīgs paskaidrot, kāpēc nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā;
- spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, spēj sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par darba tirgu, izglītību;
- skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis vai problēmas varētu būt šķērslī dažu profesiju izvēlē;
- skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
- skolēns spēj formulēt savas attīstības iespējas pēc pamatzglītības iegūšanas;

Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:

- skolēns spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
- skolēns spēj salīdzināt dažādas iespējas, izmantojot personīgo pieredzi un informāciju no dažādiem informācijas avotiem;
- skolēns, plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktorus;
- skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem;
- skolēns zina, kādas ir prasības (nepieciešamās zināšanas, prasmes un attieksmes) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
- skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
- skolēns māc sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
- skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju;
- skolēns prot atlasīt nepieciešamo informāciju, kas nepieciešama, lai tiktu uzņemts.

Sasniedzamās prasmes 10.-12. klase**Beidzot 12. klasi skolēns**

- saprot koncepciju par darba tirgu mainīgumu;
- saskata vietējā un starptautiskā darba tirgus tendences;
- izprot sakarības starp izmaiņām darba tirgū un sociālajiem, politiskajiem un ekonomiskajiem procesiem;
- ir ieinteresēts attīstīt tās personiskās īpašības un iemaņas, kas būtiskas dažādām profesijām;
- spēj atrast interesantu informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām;
- prot izstrādāt pagaidu termiņa plānus, analizējot savas personiskās īpašības un prasmes, vērtības un panākumu kritērijus;
- prot veidot savu paštēlu un prezentēt to;
- spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū ir ieinteresēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/ autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevi darba intervijā u.c.);
- prot izmantot pieejamos e-resursus informācijas iegūšanai par “darba pasauli” un karjeras iespējām
- ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas.

Izmantotā literatūra

1. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Kalniņa I. Mērķtiecīga karjeras veidošana. Mācību metodika.– R.: LUMA, 2007
2. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Skutele D. Mērķu sasniegšana. – R.: LUMA, 2007
3. Alens Dž., Nerne Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – R.: Skolu atbalsta centrs, 2000
4. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – R.: Pētergailis, 2001
5. Beloraga G. Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.– R.: Zvaigzne ABC, 2007

6. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvei. – R.: Profesionālās karjeras izvēles centrs, 2000
7. Daiktere I. Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika. – R.: SIA LUMA, 2007
8. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9.klasēs. – R.: PIAA, PIAC, 2004
9. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Interesantas idejas klases audzinātājam.– R.: RaKa, 2008
10. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Mūsdienīga skolēna portfolio.– R.: RaKa, 2008
11. Ertelts B.J., Šulcs V. Karjeras konsultēšanas kompetences. – R.: VIAA, 2008, Vācija: Rosenberger Fachverlag, 2007
12. Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi.
13. Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006
14. Lemešonoka I., Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. Metodiskie materiāli, (2018). Rīga: Zvaigzne ABC.
15. Lemešonoka I., Vecāku atbalsts bērnam veiksmīgas karjeras veidošanā. Rokasgrāmata skolotājiem un vecākiem. Metodiskie materiāli, (2020). Rīga: Zvaigzne ABC.
16. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa, 2008

Interneta resursi

1. www.europass.lv/ - CV standarts “Europass”
2. <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu
3. www.niid.lv - nacionālā izglītības iespēju datu bāze
4. <http://www.nva.gov.lv/karjera/> - informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai
5. www.prakse.lv - prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām
6. www.profesijupasaule.lv – profesiju apraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas
7. <https://www.viaa.gov.lv/lv/visparizglitojoso-skolu-skoleniem>
8. <https://parprof.lv/> - interaktīva spēle
9. <https://testi.niid.lv/> - testi
10. https://www.nva.gov.lv/lv/karjeras-konsultacijas?utm_source=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F - bezmaksas karjeras konsultācijas jauniešiem un pieaugušajiem
11. <https://www.viaa.gov.lv/lv/jaunumi?category%5B221%5D=221> – aktualitātes karjeras atbalstā
12. 12. Profesiju klasifikators.– R.: Latvijas Vēstnesis, 2006 Pieejams: <http://www.lm.gov.lv/text/80>
13. Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem. Rīga: PIAP aģentūra.
Pieejams: https://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kipnis_metodiskie_materiali/
14. Nacionālā izglītības iespēju datu bāze. Pieejams: <http://www.niid.lv/>

15. Pedagoga karjeras konsultanta profesijas standarts. Pieejams: <https://registri.visc.gov.lv/profizglitiba/dokumenti/standarti/ps0367.pdf>
16. Profesiju pasaule. Pieejams: <http://www.profesijupasaule.lv/>
17. 100 metodikas karjeras attīstības atbalstam, (2019). Rīga: VĪAA. Pieejams: <https://euroguidance.viaa.gov.lv/mod/book/view.php?id=64&chapterid=981>
18. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004
19. Spēle – Iepazīsti profesijas! Sākumskolas skolēniem. VĪAA. Pieejams: https://site-410183.mozfiles.com/files/410183/92892_Spele_iepazisiti_profesijas.pdf

Ādažu vidusskolas direktore:

S. Vasiļevska

Sagatavoja
Gundega Kaugure
pedagogs karjeras konsultants