

**Interneta resursi karjeras izglītības atbalstam**

|  |  |
| --- | --- |
| *Saite, avots* | *Paskaidrojums* |
| [file:///C:/Users/User/Desktop/metodiskie/vadlinijas\_kaa\_istenosanai.pdf](file:///C%3A/Users/User/Desktop/metodiskie/vadlinijas_kaa_istenosanai.pdf) | Vadlīnījas karjeras attīstības atbalsta īstenošanā. |
| <https://drive.google.com/file/d/1iRYQzhNO9ZgtlARRRRw5mE-vD9HNNYN_/view> | Pētījums “Digitālās prasmes nākotnes karjerai” |
| [https://youtu.be/Uj9W\_SzCZA](https://youtu.be/Uj9W_SzCZAk) | Pētījuma “Digitālās prasmes nākotnes karjerai” rezultātu prezentāciju un diskusiju var noskatīties Latvijas Nacionālās bibliotēkas Youtube kontā |
| <https://jaunatne.gov.lv/jaunumi/jspa-jaunumi/pieejami-video-ieraksti-no-cetru-vebinaru-cikla-jauniesi-nemiera-laikos/> | Video ieraksti no četru vebināru cikla “Jaunieši nemiera laikos” |
| <https://www.kalba.lv/lv/home/><https://www.kalba.lv/lv/augstaka-izglitiba-arzemes/studiju-izvele-misija-iespejama/?fbclid=IwAR29vz_AQF04D-ug1jZQGfoxuGbJHSuQao4yCqHq6iilpnsceVlj1y9Ovlw> | Izglītības ieguves iespējas ārzemēs. |
| <https://europa.eu/youth/home_lv> | Iespējas jauniešiem Eiropā un ārpus tās. |
| <https://www.sutori.com/en/story/aktivitates-un-noderigi-materiali-karjeras-attistibas-atbalstam--QkHjTBySwmhqYDrCiChRa9mm> | eTwinning izstrādāts metodiskais materiāls par projektu plānošanu un īstenošanu PII, sākumskolā, pamatskolā un vidusskolā. |
| <https://www.profesijupasaule.lv/> | Profesiju apraksti, intervijas ar profesionāļiem, informācija, kur mācīties, lai apgūtu kādu no profesijām. |
| <https://www.niid.lv/> | **Nacionālā izglītības iespēju datubāze (NIID.LV) apkopo informāciju par augstākās izglītības, profesionālās vidējās izglītības, vispārējās izglītības un mūzikas un mākslas skolu programmām.**Atvērto durvju dienas.Infografikas karjeras plānošanai.E-konsultācijas iespējas.Spēle 1.-6. klašu skolēniem “Kļūšu par profesionāli”. Iepazīsti profesiju pārstāvju darba ikdienu, noskaidro vajadzīgās prasmes, zināšanas. Centralizēto eksāmenu kārtošanas iespējas augstskolās pēc vidējās izglītības ieguves.Augstākā izglītības studiju virzienu un programmu akreditācijas rezultāti.Sagatavošanas kursi valsts pārbaudījumiem un studijām. |
| <https://karjerasmateriali.lv/> | Materiāli darbam stundās un tematiskajās nodarbībās.Idejas karjeras atbalsta pasākumiem.Materiāli profesiju un darba tirgus iepazīšanai.Testi par karjeras izvēli, personības iezīmēm, interesēm.Metodiskie materiāli karjeras attīstībai.Likumi, noteikumi un stratēģijas karjeras attīstībai.Ekskursiju un praktisko radošo darbnīcu iespējas.Sadarbība ar uzņēmumiem un darba devējiem. |
| <https://www.viaa.gov.lv/lv/ilustrativie-materiali> | Ilustratīvie un informatīvie materiāli karjeras izglītībā. |
| <https://enudiena.lv/ekskursijas> | Mācību ekskursijas, attālināto ekskursiju piedāvājums. |
| <https://www.karjera.lu.lv/> | Latvijas Universitātes piedāvātie materiāli karjeras izvēles atbalstam. |
| <http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/> | Metodiskie materiāli klašu audzinātājiem |
| <http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/konferencu_materiali/> | Informatīvie materiāli |
| <http://viaa.gov.lv/lat/macibspeki/merkgrupas_skolotaji/><http://www.viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf><http://www.viaa.gov.lv/files/news/722/karjeras_izgl_7_9_klaseee.pdf><https://www.gt97.lv/_files/ugd/2a130e_4acbe81865824be38d304770181e4ee7.pdf><https://www.viaa.gov.lv/lv/media/2656/download> | Materiāli skolotājiem |
| <http://viaa.gov.lv/lat/skoleni/skoleni/>https://www.gt97.lv/\_files/ugd/2a130e\_4acbe81865824be38d304770181e4ee7.pdf | Materiāli skolēniem |
| <https://europass.cedefop.europa.eu/lv/documents> | Europass dokumenti (CV, motivācijas vēstule) |
| <http://www.uzdevumi.lv/school> | Informācija par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām. |
| http://www.nva.gov.lv/karjera/index.php?cid=10&mid=118 | Profesiju klasifikators, profesiju aprakstu katalogs, profesiju standarti. |
| <http://www.nva.gov.lv/karjera/>http://www.nva.gov.lv/ | Valsts nodarbinātības aģentūras materiāli |
| <http://www.profesijupasaule.lv/lv/news> | Virtuālā profesiju pasaule |
| <https://www.youtube.com/watch?v=RyxQPre5pQI><https://www.youtube.com/watch?v=OpvCOOzVQnU><https://www.youtube.com/watch?v=LVqC0FvyvU4>https://www.youtube.com/watch?v=h6yh82XxKDw | Filmas par karjeras veidošanu “Zaļais pipars” |
| <https://www.youtube.com/user/JUMPstudioLATVIA/videos> | Īsfilmas par profesijām “Zili brīnumi” |
| [file:///C:/Users/User/Desktop/78532\_100\_kaa\_metodikas.pdf](file:///C%3A/Users/User/Desktop/78532_100_kaa_metodikas.pdf) | 100 metodikas karjeras izglītībā |
| <https://karjerastests.rsu.lv/> | RSU karjeras testi |
| <https://aic.lv/izglitiba-latvija> | Akadēmiskās informācijas centrsveic ārzemju diplomu ekspertīzi Latvijā,sniedz informāciju par Latvijas izglītības sistēmu. |
| <https://www.assessment.com/><https://careerdirect.org/pid/start/><https://www.whatcareerisrightforme.com/career-aptitude-test.php> | Karjeras izvēles testi angļu valodā |
| <https://www.youtube.com/watch?v=ZgqX0Tgy9kw> | Populārākās profesijas medicīnas nozarē |
| <https://www.youtube.com/watch?v=ILbuvBXVlO0><https://www.youtube.com/watch?v=djMTd0fkh34> | Kā kļūt par pilotu un stjuartu "Kas es būtu, ja būtu?" @airBalticKā kļūt par stjuartu? TV Projekts "Ko darīt, ja...?" |
| <https://www.youtube.com/watch?v=MNEoGbzlFdE> | Kā kļūt par jūrnieku? |
| [www.prakse.lv](http://www.prakse.lv) | Prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem.Informācija par profesijām.Skolu un studiju TOPS.Spēle «Virtuālā prakse» |
| <https://tuesi.lv/> | 100 iedvesmas stāsti par jauniem un iedvesmojošiem cilvēkiem dažādās Latvijas vietās, kuri ar savu darbu un piemēru veido labāku Latviju. |
| <http://europass.lv/wp-content/uploads/2020/04/52bcaaf265d237.51951269.pdf> | Darba meklētāja rokasgrāmata. |
| <https://jaunatne.gov.lv/> | Brīvprātīgo darbs un mobilitātes projekti. |
| <https://www.youtube.com/playlist?list=PLgIwD9P6S_q6pd3t9ZWimIIrQHsNGRvk1> | Karjeras skola.Karjeras izveides instrumenti. Dažādas metodes, tehnikas un vingrinājumi, kas palīdzēs izveidot veiksmīgu karjeru darot savu sirdslietu. Stāsta karjeras un biznesa treneris Andris Arhomkins. |
| <https://www.youtube.com/playlist?list=PLgIwD9P6S_q4XBN4lOJog0K0vmWOnWwwH> | Profesionāļu padoms jaunajiem.Dažādu nozaru profesionāļu ieteikumi par to, kā viņi dara savu sirdslietu, kā veido veiksmīgu karjeru un seko saviem sapņiem. |
| <https://cvvp.nva.gov.lv/#/pub/pakalpojumi/karjeras-testi> | Pašnoteikšanās metodikas karjeras izvēlē un plānošanāAnketa „Orientācija”*(Ar šo anketu var sākt sevis izpēti, lai iegūtu pārskatu par iespējamo profesionālo darbības jomu, kā arī noskaidrot, vai vairāk esat izpildītājs vai organizators.)*Interešu tests jauniešiem*(Aizpildot šo metodiku, iegūsiet interešu grafiku, kurā parādīsies Jūsu interešu prioritātes.)*Interešu tests pieaugušajiem*(Aizpildot šo metodiku, iegūsiet interešu grafiku, kurā parādīsies Jūsu interešu prioritātes.)*Anketa „Interešu izpēte” cilvēkiem ar augstāko izglītību*(Anketa var būt aktuāla, ja jārisina jautājumi par jau izvēlētās studiju programmas maiņu vai pārkvalifikāciju, lai noteiktu jomas, kurās tā būtu efektīvāka.)*Pašnoteicējs jauniešiem*(Metodika dod iespēju iepazīties ar Jums atbilstošajiem profesionālās darbības aprakstiem.)*Pašnoteicējs pieaugušajiem*(Metodika dod iespēju iepazīties ar Jums atbilstošajiem profesionālās darbības aprakstiem.)*Motivācijas izpēte – darba veidu motivācija*(Aizpildot anketu, uzzināsiet vairāk par sev tuvāku nodarbinātības veidu – strādāt kā darba ņēmējam vai kā uzņēmējam.)*Anketa „Darba izvēles faktori”*(Anketa palīdzēs noskaidrot, kādas vērtības ir svarīgas darbā.)*Profesionālās karjeras plānošana*(Anketa palīdzēs veikt savu resursu analīzi un izveidot rīcības plānu profesionālo mērķu sasniegšanai.)*Tests „Saskarsmes stratēģija”*(Ar metodikas palīdzību varat uzzināt, kuras profesionālās darbības jomas vairāk atbilst Jūsu dominējošajai saskarsmes stratēģijai.)*Darba meklēšanas stratēģija*(Metodika palīdzēs noteikt Jūsu stratēģiju darba meklēšanā, kā arī noskaidrot, kā rīkoties, lai iegūtu jaunas iespējas darba tirgū.)* |
| [www.cv.lv](http://www.cv.lv)[www.cvmarket.lv](http://www.cvmarket.lv)[www.cvor.lv](http://www.cvor.lv)[www.mansdarbs.lv](http://www.mansdarbs.lv)[www.teirdarbs.lv](http://www.teirdarbs.lv)[www.jobs.lv](http://www.jobs.lv)[www.workingday.lv](http://www.workingday.lv)[www.eurojobs.com](http://www.eurojobs.com)[www.eurobrussels.com](http://www.eurobrussels.com)[www.praxisnetwork.eu](http://www.praxisnetwork.eu) | Portāli darba meklētājiem Latvijā un Eiropā. |
| <https://blog.swedbank.lv/karjera> | Informācija karjeras attīstības atbalstam |
| [file:///C:/Users/User/Desktop/metodiskie/kurs\_maaciibu\_priekshmets\_man\_patiik\_vislabaak\_2008.pdf](file:///C%3A/Users/User/Desktop/metodiskie/kurs_maaciibu_priekshmets_man_patiik_vislabaak_2008.pdf) | Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veikmīgai karjerai. |
| <https://www.godagimene.lv/Jaunumi/pavisam-praktiski-ka-vecaki-var-palidzet-bernam-izveleties-nakotnes-profesiju-2967/><https://www.la.lv/pusaudzis-izveles-prieksa-ka-atbalstit-bernus-nakotnes-profesijas-izvele> | Lasāmviela vecākiem.Praktiski padomi vecākiem, kā palīdzēt bērnam karjeras izvēlē. |
| [file:///C:/Users/User/Desktop/metodiskie/mans\_berns\_izvelas\_karjeru\_web.pdf](file:///C%3A/Users/User/Desktop/metodiskie/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf) | Mans bērns izvēlas karjeru |
| <https://dziveigatavs.lv/nodarbibas?fbclid=IwAR06qjNpyYtql7kjtmiiLvRBwDue4Ej1zif4FVDM9MSkrtLD-kwNEgwtVrM> | Vieslekcijas “Dzīvei gatavs” programmā. |

Informāciju apkopoja Balvu novada Izglītības pārvaldes pedagoģe karjeras konsultante Lidija Ločmele

**Infografika motivācijas vēstulei**