



Balvu Valsts ģimnāzijas

Karjeras izglītības programma

2021.-2023.

**BALVI
2020**

I. NORMATĪVO AKTU REGULĒJUMS KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IZGLĪTĪBAS IESTĀDĒS

- Izglītības likuma (1.pants, 12.¹, 12.²,12.³. punkti; 17.panta trešās daļas 15.punkts; 30.panta 3¹ punkts; 55.panta 3.punkts);
- Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumos Nr.747 „Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem”;
- Ministru kabineta 2019. gada 3.septembrī noteikumos Nr.416 “Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem”;
- Ministru kabineta 2016.gada 20.decembra noteikumos Nr. 831 “Izglītības iestāžu, eksaminācijas centru, citu Izglītības likumā noteiktu institūciju, vispārējās un profesionālās izglītības programmu akreditācijas un izglītības iestāžu vadītāju profesionālās darbības novērtēšanas kārtība” ;
- Balvu novada Izglītības nozares attīstības stratēģijā 2019.-2024.gadam (3.9. Karjeras izglītības atbalsts izglītojamajiem.).

II. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

1. Terminu skaidrojums

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izaugsmei visa mūža garumā. Tas ir nepārtraukts mācīšanās un attīstības process; tā ir cilvēka virzība visa mūža garumā gan sociālajā, gan profesionālajā jomā. Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurā summējas visas indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbs.

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.

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 padziļināt 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 saņēmis paaugstinātu produktivitāti no lojāla darbinieka.

2. Profesionālās karjeras veidošanas 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 jāmacās 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 plašs interešu loks, un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus un apstākļus.

VARU — tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, kā arī veselības stāvoklis,— visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad ir noskaidrotas profesionālās intereses, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā — mācībās vai jau praktiskajā darbā.

VAJAG — tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad — kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc, 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.

3. Karjera nozīmīgās cilvēka dzīves jomās

Ģimene. Ģimenes dzīve ir viena no svarīgākajām cilvēka dzīves jomām. Ģimene un attiecību veidošana nereti prasa ļoti daudz laika, pūļu un enerģijas, taču tikpat bieži tā ir arī neizvietojamais atbalsts grūtos brīžos. Šī ir ne tikai personīgi, bet arī sabiedriski nozīmīga izvēle, jo bērnu audzināšana ir “kapitālieguldījums” kā savas ģimenes, tā arī visas sabiedrības nākotnē.

Garīgums. Tas ir laiks un nodarbes, kuras mēs veltām savai dvēselei un garīgai izaugsmei. Šī ir joma, kas sniedz iespēju pilnveidot pašiem savu garīgo pasauli un pasauli ap mums.

Pilsoniskums. Tas ir laiks un enerģija, kuru veltām sabiedrībai un labajiem darbiem. Katram cilvēkam vajadzība just sevi kā sabiedrības daļu ir atšķirīga, taču tā ir ikviena cilvēka dzīves sastāvdaļa.

Brīvais laiks. Veidi, kā mēs atpūšamies un aizpildām brīvo laiku, var būt ļoti dažādi. Svarīgākais, lai cilvēkam būtu šis brīvais laiks un lai viņš to varētu aizpildīt atbilstoši savām vēlmēm un vajadzībām. Tāpat svarīgs ir fakts, ka brīvais laiks un dažādi vaļasprieki cilvēkiem sniedz iespējas īstenot tās viņu intereses, kuras nevar īstenot darbā.

4. Nodarbinātībai noderīgas prasmes

Nodarbinātībai noderīgās prasmes tiek definētas kā “īpašību, prasmju un zināšanu kopums, kāds ir nepieciešams ikvienam darba tirgus dalībniekam, lai nodrošinātu savu efektivitāti darba vietā — sava paša izaugsmes, sava darba devēja un visas valsts ekonomikas labā”.

Pašvadība — gatavība uzņemties atbildību, elastīgums, pašiniciatīva, neatlaidība, laika vadība, gatavība uzlabot savus rezultātus, pamatojoties uz atgriezenisko saiti, reflektīvo mācīšanos.

Komandas darbs — cieņa pret citiem, sadarbošanās, pārliecināšana, diskusiju veicināšana, visu savstarpējās atkarības apzināšanās.

Izpratne par biznesu un klientu — pamatzināšanas par biznesa panākumu galvenajiem virzītājiem, tajā skaitā par inovāciju nozīmi un pārdomātu risku uzņemšanos, un vajadzība gandarīt klientu un veidot klienta lojalitāti.

Problēmu risināšana — faktu un situāciju analīze un radošās domāšanas lietošana atbilstošu risinājumu veidošanā.

Komunikācija un rakstīt un lasīt prasme — rakstīt-lasīt prasmes lietošana, spēja radīt skaidru, strukturētu rakstu darbu un mutvārdu prasme, tajā skaitā klausīšanās un jautājumu uzdošana.

Skaitīt prasmes lietošana — manipulācijas ar cipariem, vispārējas matemātiskas zināšanas un to izmantošana praktiskā kontekstā (mērīšana, svēršana, aprēķināšana un formulu lietošana).

Informācijas tehnoloģiju izmantošana — IT pamatprasmes, tajā skaitā iemaņas teksta apstrādē, failu vadībā un interneta meklētājprogrammas izmantošanā.

Iniciatīva un uzņēmējdarbība — spēja demonstrēt inovatīvu pieeju, radošumu, sadarbošanos un riska uzņemšanos.

Nodarbinātībai noderīgās prasmes ietver arī šādas personības īpašības, kas veicina vispārējo nodarbinātību: **lojalitāte, atbildība un saistību ievērošana, godīgums un integritāte, entuziasms, uzticamība, prasme sevi prezentēt, veselais saprāts, pašcieņa, humora izjūta, līdzsvarota attieksme pret darbu un ģimenes dzīvi, spēja pārvarēt grūtības, motivācija, spēja pielāgoties.**

Visu šo īpašību pamatā ir jābūt pozitīvai attieksmei: “es varu” pieeja, gatavība ņemt dalību un ieguldīt, atvērtība jaunām idejām un vēlme ļaut tām īstenoties.

Mūsdienās darba devēji vēlas sev darbiniekus, kuriem piemīt īpašības, kas tiek uzskatītas par darba veiksmes pamatelementiem: **patstāvība un uzticamība, precizitāte, kvalitatīvs darbs, strādīgums, augsts novērtējums kolēģu vidū, prasme veidot un uzturēt labas darba attiecības.**

5. Karjeras vajadzības dažādos vecumos

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
Pamatskolas 7. – 9. klase	
<p>Daudz patstāvīgāki Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga Var uzņemties vairāk atbildības</p> <p>Pārsteidzošs interešu vērēns Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami</p>	<p>Identificē personīgās intereses, spējas, savas stipras un vājas puses</p> <p>Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem</p> <p>Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu</p>
Vidusskolas 10. – 12. klase	
<p>Veido savu identitāti</p> <p>Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/karjeras meklējumus Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem</p> <p>Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli Kļūst aizvien patstāvīgāki</p>	<p>Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem</p> <p>Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū</p> <p>Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām</p> <p>Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus</p> <p>Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu</p>

III. KARJERAS IZGLĪTĪBA

6. Karjeras izglītības mērķis un uzdevumi

6.1. Karjeras izglītības mērķis:

Organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu

un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

6.2. Karjeras izglītības uzdevumi:

6.2.1. Palīdzēt skolēniem pašattīstīties:

- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses,
- izveidot elastīgu skatījumu uz dzīvi un reālistiskas gaidas attiecībā uz savu karjeru,
- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, piemēram, pašapziņa, pašpaļāvība, spēja “sevi pasniegt”, mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

6.2.2. Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

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

6.2.3. Palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:

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

Karjeras izglītība ir harmoniski jāintegrē visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties līdzekļus savas karjeras plānošanai nevis epizodiski, bet caurviju un veselumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

7. Mācību programmās iekļautās caurviju prasmes

7.1. Karjeras izglītībā jāievēro visas Ministru kabineta 2018.gada 27.novembra noteikumos Nr.747 “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu un pamatizglītības programmu paraugiem” un Ministru kabineta 2019.gada 3.septembra noteikumos Nr.416 “Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem” noteiktās prasības un mācību priekšmetu programmās iekļautās caurviju prasmes:

7.1.1. **kritiskā domāšana un problēmrisināšana** – skolēns izzina, analizē un izvērtē

dažāda veida informāciju un situācijas, izprot to kontekstu, pieņem izsvērtus un atbildīgus lēmumus, definē problēmas būtību un risina vienkāršus un kompleksus izaicinājumus;

- 7.1.2. **jaunrade un uzņēmējspēja** – skolēns ir atvērts jaunai pieredzei un izaicinājumiem, meklē un saskata daudzveidīgas iespējas uzlabot esošo situāciju, uzņemas iniciatīvu un ir neatlaidīgs, lai ideju pārvērstu noderīgā risinājumā vai produktā;
- 7.1.3. **pašvadīta mācīšanās** – skolēns apzinās sevi kā individu, savas vēlmes, vajadzības un intereses, pārvalda savas emocijas, domas un uzvedību, veido pozitīvas attiecības, ir motivēts sevi pilnveidot, izvērza mērķus, plāno savu darbību, īsteno plānu un izvērtē paveikto, mērķtiecīgi izmanto situācijai atbilstošas domāšanas stratēģijas un seko līdzī savam mācīšanās progresam;
- 7.1.4. **sadarbība** – skolēns ar cieņu pauž savu un uzklausa citu viedokļus, pielāgo savu uzvedību un komunikācijas veidu atbilstoši situācijai, sadarbojas ar dažādiem cilvēkiem, lai īstenotu konkrētus mērķus, un sasniedz iesaistītajām pusēm pieņemamus risinājumus;
- 7.1.5. **pilsoniskā līdzdalība** – skolēns saskata kopsakarības sabiedrībā un vidē, analizē savu iesaisti lokālos un globālos procesos un iesaistās to uzlabošanā, uzņemas atbildību par savu rīcību;
- 7.1.6. **digitālā pratība** – skolēns atbildīgi un efektīvi izmanto digitālās tehnoloģijas zināšanu ieguvei, jauna satura radīšanai, satura koplietošanai un komunikācijai, kritiski un konstruktīvi izvērtē tehnoloģiju un mediju lomu sabiedrībā.

Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti ir kompleksi, tie atklāj gala rezultātu darbībā, ietver zināšanas, izpratni un pamatprasmes mācību jomās, tai skaitā karjeras izglītībā, caurviju prasmes, vērtības un tikumus un ir izteikti kā pratības **šādās mācību jomās**:

- **valodu mācību joma** – skolēns ir ieinteresēts valodu apgūvē, izprot latviešu valodas un mazākumtautību valodu lomu nacionālās identitātes veidošanā un kultūrvēsturiskā mantojuma saglabāšanā, izprot latviešu valodas kā valsts valodas lomu integrācijā Latvijas sabiedrībā un izglītības ieguvē, svešvalodu lomu starpkultūru saziņas nodrošināšanā, skolēns lieto valodas kā domāšanas, izziņas, saziņas un radošās izpausmes līdzekli, skaidri, saprotami, literāri pareizi un atbilstoši saziņas situācijai pauž savas domas, jūtas un uzskatus mutvārdos un rakstu formā, uztver, saprot, analizē un interpretē informāciju, jēdzienus, faktus un idejas dažādu formātu un žanru tekstos, izmanto lasītprasmi sevis emocionālai un intelektuālai bagātināšanai;
- **sociālā un pilsoniskā mācību joma** – skolēns domā un rīkojas atbildīgi, apzinoties savas rīcības sekas un cienot dzīvību kā vērtību, viņam ir izveidojušies noturīgi, labvēlīgi sociālie ieradumi saziņā un saskarsmē ar līdzcilvēkiem, ir izkopta nacionālā, vēsturiskā un pilsoniskā apziņa un izpratne par sabiedriskajiem un ekonomiskajiem procesiem; skolēna mācīšanās ir saistīta ar viņa pieredzi un ikdienu, skolēns ir iesaistīts viņam aktuālu lēmumu pieņemšanā, mācības rosina interesēties un iesaistīties izglītības iestādes kultūras veidošanā un sabiedrībā notiekošajos procesos, raudzīties nākotnē, izziņot un izvērtējot personiskajai un sabiedrības attīstībai un labklājībai nozīmīgus tematus;
- **kultūras izpratnes un pašizpausmes mākslā mācību joma** – skolēns praktiski darbojas, iztēlojas un gūst prieku radošajā procesā, atklāj un pilnveido savus radošos talantus, zināšanas, prasmes un tehnikas dažādos mākslas veidos, vērtē un interpretē daudzveidīgus radošās izpausmes veidus, mācoties izprast kultūras atšķirības un veidojot savu kultūras identitāti, piedzīvo klātienē kultūras notikumus, gūstot emocionālo un estētisko pieredzi un attīstot personiskās kultūras vajadzības, līdzdarbojas kultūras mantojuma saglabāšanā un tradīciju pārmantošanā;
- **dabaszinātņu mācību joma** – skolēns atpazīst, piedāvā un izvērtē skaidrojumus noteiktām dabas parādībām un procesiem, izmanto pētnieciskās prasmes problēmu

risināšanā, pētījumu veikšanā, izvērtējot riskus un ievērojot drošības nosacījumus, analizē un izvērtē datus, izsaka viedokli un argumentus dažādos veidos un secina no datiem, rīkojas personiski atbildīgi savas un citu veselības veicināšanā, vides kvalitātes saglabāšanā un dabas resursu ilgtspējīgā izmantošanā;

- **matemātikas mācību joma** – skolēns situācijās ar matemātisku, citu mācību jomu un reālu kontekstu, jēgpilni lietojot matemātikas instrumentus, veic aprēķinus, apstrādā datus, lieto figūru īpašības, saskata sakarības starp lielumiem, spriež vispārīgi un matemātiski modelē, problēmsituācijās izvēlas atbilstošu pieeju vai paņēmienu, apzinās pierādījuma nepieciešamību un veido pamatotus spriedumus;
- **tehnoloģiju mācību joma** – skolēns praktiski rada sev un sabiedrībai noderīgus produktus, pakalpojumus, informācijas un vides risinājumus, dizaina procesā plānojot, projektējot un konstruējot, mērķtiecīgi, droši un atbildīgi izmantojot dažādus paņēmienus, darbarīkus un ierīces, tajā skaitā digitālās, izvēloties piemērotus materiālus un apgūstot atbilstošās prasmes, un veidojot drošu un veselībai labvēlīgu darba vidi, atbilstoši rīkojas bīstamās sadzīves situācijās, izprot dizaina procesu un iegūst vienkārša tehnoloģiska procesa veikšanas un inženiertehnisku problēmu risināšanas pieredzi, spēj droši, efektīvi un atbildīgi izmantot digitālās tehnoloģijas dizaina procesā;
- **veselības un fiziskās aktivitātes mācību joma** – skolēns izprot un praktizē veselīga dzīvesveida paradumus, atpazīst riskus dažādās, tai skaitā ekstremālās, situācijās un pieņem lēmumus drošai un aktīvai rīcībai, prasmīgi, atbildīgi un ieinteresēti iesaistās daudzveidīgās fiziskās aktivitātēs, kas veicina garīgās un fiziskās spējas, piedalās komandas veidošanā, plāno, sadala darba uzdevumus, palīdz un atbalsta citus.

8. Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi

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

IV. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNOŠANA

Lai skolēnus sagatavotu efektīvai pārejai no skolas uz pieaugušo darba dzīvi, skolai ir jānodrošina saviem skolēniem aizvien daudzveidīgāks un lielāks mācīšanās pieredžu skaits.

9. Karjeras izglītības programmas sastāvdaļas

- 9.1. **Sevis izzināšanas aktivitātes**, kurās skolēni:
 - identificē savas personīgās īpašības (fiziskās, intelektuālās, emocionālās iezīmes, prasmes, intereses un vērtības),
 - izpēta personīgo īpašību un nepieciešamo prasmju samērotību, lai gūtu panākumus dažādās dzīves un darba situācijās,
 - izvērtē stratēģijas un apstākļus, kas ietekmē viņu mācīšanos dažādās dzīves un darba

situācijās. Iespēju apzināšanās aktivitātes iesaista skolēnus darba pasaules izpētē un iepazīšanā. Aktivitātes var ietvert:

- dažādas darba vides iepazīšana un pētīšana,
- dažādu profesiju un izglītības un apmācības iespēju izpēte,
- darba pasaules vēsturisko un plānoto izmaiņu analīze.

9.2. **Lēmumu pieņemšana** ir saistīta ar mācīšanos, kā pieņemt lēmumus, lai plānotu un vadītu savu karjeru. Skolēni iesaistās aktivitātēs, kas palīdz:

- izpētīt, kā citi cilvēki pieņem lēmumus, un saprast, kas var ietekmēt lēmuma pieņemšanu,
- identificēt atbilstošus lēmuma pieņemšanas stilus un stratēģijas,
- ģenerēt dažādas ar karjeru saistītas izvēles.

Pieņemt lēmumu par karjeras izvēli nenozīmē tikai piemērot indivīdu noteiktai profesijai.

Lēmuma pieņemšanu ietekmē dažādi faktori, kuri ir jāņem vērā:

- individuālās iezīmes (veselība, vērtības, intereses, prasmes, vecums, zināšanas u.c.),
- sociālais konteksts (ģimene, vienaudži, sabiedrības grupas, sociāli-ekonomiskais statuss u.c.),
- vides konteksts (politiskie uzskati, izglītības iestādes, ģeogrāfiskais izvietojums, darba tirgus u.c.),
- citi faktori (laika perspektīvas, izdevība, izmaiņas laika gaitā u.c.).

Sagatavošanās pārmaiņām un pārejai attiecas uz tādas izpratnes un prasmju veidošanu, kādas skolēnam ir nepieciešamas, lai tiktu galā ar jaunām situācijām, gan vēlamām, gan nevēlamām. Šādas aktivitātes palīdz: noteikt dažādas plānotas un neplānotas dzīves/darba pārmaiņas un pārejas periodus, ar kādiem ir jāstopas dzīves laikā; izpētīt, kā cilvēki reaģē uz izmaiņām, attīstīt prasmes, lai efektīvi pārvarētu dažādas plānotas un neplānotas pārmaiņas, piemēram, problēmu risināšanu, atbalsta tīklu identificēšanu un izmantošanu.

V. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMA

10. Karjeras izglītības programmas mērķis un uzdevumi

10.1 Mērķis:

organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2018. gada 27.novembra noteikumu Nr. 747 “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu” un Ministru kabineta 2019. gada 3.septembra noteikumu Nr. 416 “Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu” prasībām, nodrošinot izglītojamajiem pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgai, apzinātai un ar iespējām sabalansētai personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

10.2 Uzdevumi:

- nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;
- palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;
- veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;

- nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņas;
- palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
- nodrošināt iespēju gūt darbības pieredzi;
- izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, cieņu pret daudzveidību;
- veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

11. Karjeras izglītības saturs

Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās. Katra karjeras izglītības joma — **pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība** — ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.

Pamatjoma “Pašizpēte”	Pamatjoma “Karjeras izpēte”	Pamatjoma “Karjeras plānošana un vadība”
mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības; manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks; mana ģimene, tās loma, tradīcijas; sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana; attieksmes un vērtības; prasme sadarboties, risināt konfliktus; mana veselība un nākotnes nodomi; mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu; pašaudzināšana.	darba nozīme cilvēka dzīvē; populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi; manu vecāku darba dzīve; informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana; profesionālā kvalifikācija un tās ieguve; darba tirgus un nodarbinātība; sociālā vide un nodarbinātība; izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes; darba likumdošana, darba drošība; pašnodarbinātība.	lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai; lēmuma pieņemšana par karjeru. dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.); dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti; kad viss nenorit tā, kā plānots; mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana); pārmaiņas manā dzīvē; komandas darba pieredze; praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās; sevis prezentēšana.

- 11.1. **Pamatjoma “Pašizpēte”** ietver šādas saturiskās tēmas:
- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
 - manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;
 - mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
 - sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
 - attieksmes un vērtības;
 - prasme sadarboties, risināt konfliktus;
 - mana veselība un nākotnes nodomi;
 - mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
 - pašaudzināšana.
- 11.2 **Pamatjoma “Karjeras izpēte”** ietver šādas saturiskas tēmas:
- darba nozīme cilvēka dzīvē;
 - populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
 - manu vecāku darba dzīve;
 - informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
 - profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
 - darba tirgus un nodarbinātība;
 - sociālā vide un nodarbinātība;
 - izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
 - darba likumdošana, darba drošība;
 - pašnodarbinātība.
- 11.2. **Pamatjoma “Karjeras plānošana un vadība”** ietver šādas saturiskas tēmas:
- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
 - lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
 - dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti; kad viss nenorit tā, kā plānots;
 - mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
 - pārmaiņas manā dzīvē;
 - komandas darba pieredze;
 - praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
 - sevis prezentēšana.

12. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas — mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, padziļinātus un specializētus kursus, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c. pēc šāda plāna:

12.1. 7. klasē tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Darba organizācijas forma	Tēmas
	Mana dzīve. Mūsu intereses. Intereses un karjeras iespējas.
	Profesijas. To veidi.

Svešvaloda (krievu valoda, angļu valoda, vācu valoda)	Nodarbošanās iespējas.
	Karjeras izvēle.
	Cenas. Iepirkšanās. Lomu spēle – veikalā. Pārdevēja darbs.
	Profesiju nosaukumi, pienākumi.
	Es gribu kļūt... Mana sapņu profesija. Apzināties nākotnes profesiju.
	Prast valodas ir forši! Tulka profesija.
	Tehnoloģijas šodien un pirms/pēc 5 gadiem. Prievārdi “v” un “na”. Fotogrāfa profesija.
Ģeogrāfija	Vides aizsardzība. (katrā kontinentā)- Starptautisko organizāciju darbība, brīvprātīgo darba iespējas.
	Kas ir ģeogrāfija?- Profesijas ģeogrāfs izziņāšana
	Ģeogrāfiskās kartes- Profesiju iepazīšana, kam ikdienā jāstrādā ar ĢIS un GPS.
	Klimatu veidojošie faktori- Sinoptiķa darbs
	Vides aizsardzība. (katrā kontinentā)- Starptautisko organizāciju darbība, brīvprātīgo darba iespējas.
Vēsture un sociālās zinātnes	Sabiedrība aizvēsturē. Kā iegūt informāciju?
	Vēstures avoti. Arheoloģiskās kultūras. Arheologa profesija.
Vizuālā māksla	Siluets. Keramiķis, arheologs
	Telpa. Interjerists.
	Gaisma mākslā. Izcilie impresionisti- gleznotāji.
Bioloģija	Bioloģijas nozares. Profesiju analīze, kurās nepieciešamas bioloģijas zināšanas.
	Kas ir organisma pamatvienība, un kā to pēta?
Literatūra	Kā literāros darbos tiek parādīta mājas un tur sastapto cilvēku nozīme personības veidošanā? Boņuka, Billes un mana bērnība. „Zelta zirgs” – Antiņš, brāļi un es.
Latviešu valoda	Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija
	Uz priekšu, apmaldoties un jaunus ceļus meklējot. Sociālie tīkli un tīklošanās. Attieksme. Diskusija.
Dizains un tehnoloģijas	Kā modelē un izgatavo izstrādājumu ar 3D printeri? Kulināri-personības.
Sociālās zinības	Personības iezīmes (mērķtiecīgums, entuziasms, drosme...). Mērķu sasniegšanas stratēģija.
	Kā vadīt stresu?
	Atkarības
	Lietišķas saskarsmes etiķete
Sports un veselība	Individuālo fizisko īpašību tests
	Komandu darbs.
	Profesionālais sports (plusi un mīnusi).
Inženierzinības	Kā izveido drošu un stabilu konstrukciju?
Mūzika	Kā es varu apgūtos ritma elementus izmantot savas radošās idejas realizācijai?
Datorika	Kā darbojas un atšķiras programmādamās ierīces un kā tās droši pārvaldīt?
	Kā veido teksta dokumentus un prezentācijas, sadarbojoties tiešsaistē?

Teātra māksla	Improvizācija
Matemātika	Kā definē ģeometriskas figūras?
Klases stunda	Es starp citiem
	Mans raksturs un paradumi
	Uztveres tipi
	Temperamenti
	Mācies mācīties
	Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru?
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Dalība pašpārvaldes pasākumos
	Nodarbības par karjeru „Sevis izzināšana. Kas es esmu.? Ko es protu un varu?”
	Ēnu dienas
	Projektu nedēļa (Izglītības izstāde, Iestāžu un uzņēmumu apmeklēšana
	Individuālās karjeras konsultācijas

12.2. 8. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Darba organizācijas forma	Tēmas
Latviešu valoda	Lietišķie raksti – darba sludinājumu pētīšana
	Tekstveidne – pārspriedums
Literatūra	Literārie darbi un pasaules kultūras zīmes. Kas ir nepieciešams patstāvīgā radošā darbā, izmēģinot rakstnieka vai tulkotāja lomu? Skola dažādos laikos(izmantojot iepazīto literāro darbu iespaidus, citātus) Diskusijā par nākotnes skolu. Radioteātra specifika iepazīšana. Savas dramaturģiskas epizodes radīšana un prezentēšana
Sociālās zinības	Droša sociālā vide
	Darbs un karjera. Kāpēc jāmaksā nodokļi?
	Kā notiek ražošana?Kā darbojas tirgus?
	Banku loma naudas apritē.
Matemātika	Statistika
	Kādās profesijās tiek izmantota matemātikas nozare – statistika.
Svešvalodas (angļu valoda, krievu valoda, vācu valoda)	Dzīve un darba iespējas lielpilsētā un laukos (salīdzinājums).
	Transports. Profesijas.
	Lietišķi raksti - Eiropas CV
	Klejoņtāji. Dzīvesveids vai profesija?
	Esmu slims! Pie ārsta. Ārsta profesija.
	Darbs vasarā. Profesiju veidi.
	Dators un es. Programmētāja darbs.
	Nākotnes profesijas (pēc 10 gadiem).
	Profesiju veidi. Kur meklēt informāciju par profesijām?
Skolotāji-roboti (par un pret)	
Ķīmija	Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde
	Referāts „Mendeļejevs un citi izcilākie ķīmiķi”
Ģeogrāfija	Latvijas dabas resursi un to iedalījums- Rūpnīcu darbinieku profesijas
	Dzīvības attīstība uz Zemes- Arheologa darba specifika.

	Vides aizsardzība. (katrā kontinentā)- Starptautisko organizāciju darbība, brīvprātīgo darba iespējas. Eiropas reģionu raksturojums- Tūrisma sfēras darbinieku pienākumi.
Bioloģija	Organismi un apkārtējā vide.
Datorika	Kā izvēlas un lieto tiešsaistes rīkus konkrēta uzdevuma veikšanai? Kā izvēlas un lieto piemērotāko rīku attēla un videomateriāla apstrādei?
Sports	Profesionālais sports. Izcilākie sportisti, viņu sasniegumi.
Vizuālā māksla	Vizuālie dzejoļi Dzejnieks, valodnieks, literāts
Fizika	Fizika izglītībā nākotnes profesijai.
	Eksakto zinātņu pārstāvju pieprasījums Latvijas darba tirgū
	Izcilākie fiziķi.
Vēsture	Atklājumu un baznīcas reformu laikmets
	Revolūcija un modernizācija
	Latviešu nācijas veidošanās.
Mājturība un tehnoloģijas	Kā modelē un izgatavo ar programmvadāmiem darbgaldiem izstrādājumus? Uzņēmējdarbības iespējas.
Klases stundās	Darbs un vaļasprieks
	Kas man patīk?
	Darba sludinājumu pētīšana
	Profesiju prestižs un perspektīvas
	Sapnis vai realitāte
	Manu vecāku profesijas un karjeras izaugsmes iespējas.
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Dalība pašpārvaldes pasākumos
	Droša vide (darba drošība)
	Ēnu diena
	Policijas dienas
	Tikšanās ar ugunsdzēsēju dienesta speciālistiem
	Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem un darba vides iepazīšana dažādās iestādēs karjeras izglītības projekta pasākumos.
	Individuālās konsultācijas, grupu nodarbības par karjeras tēmām.
	Projektu nedēļa (iestāžu un uzņēmumu apmeklēšana, Izglītības izstāde skolā,..)

12.3. 9. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:

Darba organizācijas forma	Tēmas
Vizuālā māksla	Muzeji. Muzeja darbinieks, arheologs.
	Identitāte un laikmets mākslā
Latviešu valoda	Publiskā runa – sevis prezentēšana
	Lietišķie raksti
	Sociālo mediju lietošana profesionālos nolūkos.
	Iespēju valoda. Manas valodas stiprās puses.
Ģeogrāfija	Latvijas saimniecība- Katra saimniecības sektora būtiskākās profesijas, iepazīšanās ar tām.
	Latvijas dabas resursi un to iedalījums- Rūpnīcu darbinieka profesija
	Latvijai raksturīgās ekosistēmas- Vides dienestu darbinieku ikdiena un

	rūpes
	Kāpēc valsts ģeogrāfiskais stāvoklis ir nozīmīgs tās attīstībā?
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē. Kā izmantot iežus.
Matemātika	Sistematizēt, paplašināt izpratni; pilnveidot spriešanas un pierādīšanas prasmes
Mūzika	Kā sacerēt savu kanonu? Kā latviešu mūzikas klasiķu kompozīcijās paustais patriotisms, mīlestība pret dzimteni veido nacionālo vērtību pamatu manā skolēna pieredzē?
Sports un veselība	Individuālo fizisko īpašību tests. Profesionālais sports, sportisti.
Vēsture	Pārmaiņas Pirmā pasaules kara iespaidā. Sašķeltā pasaule. Vēsture un mūsdienu pasaules izaicinājumi.
Datorika	Kā patstāvīgi plānot un īstenot programmēšanas projektu? Kā programmējot radīt sabiedrībai derīgu digitālu risinājumu?
Bioloģija	Ievads cilvēka anatomijā, fizioloģijā un higiēnā. Profesiju analīze, kurās izmanto anatomijas, fizioloģijas un higiēnas zināšanas. Kā organismi saistīti ar vidi, kurā tie dzīvo?
Fizika	Kā magnētisms darbojas cilvēku labā?
Dizains un tehnoloģijas	Kā izgatavo dizaina izstrādājumu, apvienojot vairākas tehnikas, kura ierosmes avots ir arheoloģiskais vai etnogrāfiskais tautastērps?
Literatūra	Kā eposs veido nacionālo vērtību pamatu gan tapšanas laikā, gan XXI gs. jaunieša pieredzē?
Krievu valoda	Aizraušanās. Hobiju pasaule. Avižu raksti. Žurnālista profesija. Godīga tirdzniecība. Fair Trade. Atalgojums Āfrikā. Bērns un darbs. Mana diena sākas agri! Skolotāja profesija. Ielas mākslinieki. Profesija vai aizraušanās? Plastiskā operācija. Profesijas skaistumkopšanā un medicīnā. Vecrīgā. Podnieka darbs. Neparasts meistars. Galdniecība. Autodidakts. Maizes muzejā. Latvijas meistari.
Vācu valoda	Profesiju pasaule. Profesiju izvēle.
Sociālās zinības	Darba likumdošana Ģimenes budžets, skolas budžets Civillikums Nodokļi Cilvēks, sabiedrība, karjera, rīcība Kā pilsoniskā līdzdalība palīdz risināt pretrunas sabiedrībā informācijas laikmetā?
Klases stundās	Izglītības sistēma Latvijā. Profesionālās mācību iestādes Karjeras kāpnes, karjeras plāns Sekmju plānošana un izvērtēšana Lēmumu pieņemšana, atbildība Iekļaušanās darba tirgū Profesionālā virzība. Profesionālā piemērotība
Ārpusstundu	Tikšanās ar skolas administrāciju par izglītības programmām vidusskolā

pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Projektu nedēļa
	Atvērto durvju dienu apmeklējumi izglītības iestādēs
	Izstādes „Skola” apmeklējums
	Ēnu diena
	Tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem un darba vides iepazīšana dažādās iestādēs karjeras izglītības projekta pasākumos.
	Aptauja par karjeras izvēles jautājumiem
	Vecāku sapulce par skolēnu tālākās izglītības plāniem.
	Individuālās konsultācijas, grupu nodarbības par karjeras tēmām.

12.4. 10. klasē tiek akcentēta joma „Pašizpēte” šādā apjomā:

Darba organizācijas forma	Tēmas
Kultūra un māksla I (vizuālā māksla, mūzika)	Logo zīme, infografika. Dizaineris, datorgrafīķis
	Profesionālās nodarbinātības iespējas kultūras jomā un radošajās industrijās.
	Kultūras mantojums personiskajā un ikdienas pieredzē.
	Kultūras nozīme savas un vienaudžu identitātes veidošanā.
Vēsture un sociālās zinātnes	Sabiedrības politiskā kultūra un pilsoniskā līdzdalība.
	Darbs valsts pārvaldē. Es kā darbinieks.
	Kritiskā domāšana, atlasot informāciju par notikumiem vēsturē.
	Diskusija par nodokļiem.
	20.gs.vēstures notikumi, to ietekme.
	Inovācijas; inovatīva ekonomika.
Ģeogrāfija I	Sabiedrības informēšana. Masu mediju darba ietekme.
	Pasaules iedzīvotāju skaits un tā izmaiņas- Demogrāfa darba pienākumi
	Starptautiskās sadarbības veidošanas un organizēšanas ģeogrāfiskie apstākļi- Starptautisko organizāciju līdzdarbība Latvijā, kā iesaistīties organizāciju darbā.
Bioloģija I	Pilsētu aglomerācijas- Iedzīvotāju karjeras iespējas lielpilsētā
	Atmosfēras, hidrosfēras un litosfēras aizsardzība.
	Ekologu darba specifika vides aizsardzības jomā.
	Veselību ietekmējoši faktori.
	Epidēmija. Kā pasargāt sevi no inficēšanās?
	Mikrobiologa darbs. Drošības noteikumu ievērošana.
Latviešu valoda I	Bioloģijas izgudrojumi, sasniegumi. Dažādu nozaru zinātnieku izgudrojumi, kas nodrošina cilvēces attīstību.
	Valsts valodas likuma nepieciešamība. Mana valoda.
	Latviešu valodas apguves iespējas digitālajā vidē.
Literatūra I	Masu komunikācijas veidi (masu mediji, sabiedriskās attiecības, reklāma, politiskās runas).
	Sociālās vides nozīme, personības vērtību atveide literatūrā
	Populārzinātnisku rakstu lasīšana par literatūras tematiem (literatūrkritiķis)

Svešvalodas I (krievu val., vācu val., angļu val.)	Mācību iestādes Krievijā un Latvijā.
	Cilvēks un sabiedrība (migrācija, sociālā sistēma).
	Indivīds (domu, jūtu pasaule) un ģimene, dzimta, paaudzes.
	Svešvalodu nozīme manā nākotnes profesijā.
Programmēšana	Digitālā komunikācija, ieguvumi.
Sports un veselība	Komandu spēles (viedokļu atšķirība, spējas)
	Drošība un riska faktori.
Fizika I	Zinātnes atklājumi fizikas jomā.
Matemātika I	Kombinatorika un varbūtība
	Statistika.
	Pētījums “Migrācijas procesi manā dzīvesvietā”
Dizains un tehnoloģijas	Kultūras konteksts un tā ietekme uz lietotājiem, viņu vajadzībām un vēlmēm.
	Digitālā identitāte. Medijos atainotās informācijas dizains. Vizualizācija (iegūtās informācijas apstrāde, noformēšana, reklamēšana). Modes izstrādājums, zīmols un reklāma.
Klases stundās	Mani sapņi un nākotnes nodomi.
	Pareizi nenovērtēdams savas spējas, panākumus negūsi.
	Manas intereses un prasmes.
	Mans mērķtiecīgums.
	Kāds es esmu saskarsmē ar citiem.
	Manu vecāku „Veiksmes stāsti”.
	Ģimene un tās ietekme.
	Riskēt vai vispār atteikties no riska.
	Kas es esmu? Ko es protu, varu un daru?
	Darbs un vaļasprieks.
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Projektu nedēļa
	Konkursi
	Karjeras dienas – tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem.
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām.
	Ēnu dienas skolā un uzņēmumos.
	Veiksmes stāsti, tikšanās ar skolas absolventiem.

12.5. 11. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Darba organizācijas forma	Tēma
Krievu valoda	Slaveno cilvēku hobiji. Mani hobiji.
Matemātika	Statistika Mana nākotnes profesija - statistiķis
Ģeogrāfija	Cilvēka dzīvesveida, tradīciju daudzveidība un dažādo kultūru mijiedarbība- Daudzveidīgās pasaules profesijas
	Transports – starptautisko sakaru nodrošinātājs- Satiksmes darbinieku pienākumi
Kulturoloģija	Kultūra un reklāma. Svētki kā kultūras indikators.

Vizuālā māksla	Telpa. Interjera dizaineris. Radošais CV.
Psiholoģija	Sociāli nosacītās personības īpašības: pašvērtējums, pretenziju līmenis, subjektīvā kontrole, pašefektivitāte, vērtības. Medijos sniegtās informācijas potenciālās ietekmes uz auditoriju analizēšana.
Latvijas un pasaules vēsture	Valsts veidota ārpolitika. Uzņēmēja loma ekonomikā.
Sports	Individuālais fiziskās sagatavotības tests. Profesionāla sportista karjera.
Informātika	Informācija medijos. IT specialitātes. Prezentāciju, video apstrāde.
Mūzika	Laikmetīgās mākslas –mūzikāla pasākuma apmeklējums, analīze. Radošās profesijas. Kur tās apgūt?
Bioloģija	Ar dzimumu saistīto pazīmju iedzimšana. Ģenētiķu, mikrobiologu un ārstu sadarbība cilvēku iedzimto slimību izpētē. Meristēmu kultūra. Mikrobiologa, botāniķa, augkopja kopīgs darbs augu atveseļošanai un ātrākai pavairošanai.
Klases stundās	Nākotnes iespēju izziņāšana. Manu vecāku darbs, profesijas. Mūsu skolas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme. Darba tirgus un pieprasījums. Radošā domāšana palīgs karjeras plānošanā. Tavas intereses un profesiju tipi. Biznesa idejas un to īstenošana. Profesiju standarti. Profesiju klasifikators.
Ārpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	Policijas dienas. Tikšanās ar dažādu uzņēmumu un izglītības iestāžu darbiniekiem. Projektu nedēļa Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām, palīdzības iespējām. Individuālās karjeras konsultācijas. Izstādes apmeklējums „Skola” ”Ēnu dienas” skolā un uzņēmumos

12.6. 12. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras vadība” šādā apjomā:

Darba organizācijas forma	Tēma
Bioloģija	Biotehnoloģija, tās nozīme. Dažādu nozaru speciālistu (fiziķu, biologu, ķīmiķu, u.c.) sadarbība, lai ražotu cilvēkam nepieciešamās vielas un produktus.

	Selekcija. Selekcionāru darbs jaunu šķirņu radīšanā.
Tehniskā grafika	Grafika kā saziņas līdzeklis. Informatīvo materiālu analīze. Grafika būvniecībā.
Programmēšanas pamati	Programmēšanas valodas. Profesija programmētājs Lietotājam atbilstošs programmēšanas risinājums. Tiešsaistes valodas.
Datorika	Programvadāmo ierīču un datortīklu darbības. Kiberdrošības apdraudējumi un drošības paņēmieni. Datoratkarība.
Psiholoģija	Vajadzības un motivācija. Sociālās attiecības dažādās kultūrvidēs, jauniešu subkultūra. Dažādu saskarsmes paņēmieni lietošana. Konfliktu risināšana modelētās situācijās.
Sports	Āra fiziskās aktivitātes dažādās vidēs. Drošība un riski.
Svešvalodas (krievu v., angļu v., vācu.v.)	Izglītības sistēma Krievijā un Latvijā. Atšķirības. Izglītības iespējas ārzemēs un valodu prasmes nozīme.
Politika un tiesības	Starptautiskā politika. Valsts varas institūcijas.
Ģeogrāfija	Globālās vides izmaiņas- Starptautiskās profesijas, dažādu fondu koordinatori.
Vizuālā māksla	Vizuālie izteiksmes līdzekļi un sabiedrības vērtības. Informācijas apstrāde un vizualizēšana.
Latvijas un pasaules vēsture	Objekts un subjekts politikā- Kas ir politiķis? Kas ir politologs? Mana pilsēta Balvi- tūrisma darbinieks. Gids.
Astronomija	Darbs Kosmosa observatorijā. Astronauts. Kosmosa industrija.
Klases stundās	Mana izvēle un atbildība.
	Izglītības iespējas Latvijā un Eiropā.
	CV un motivācijas vēstule.
	Mūsu skolas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme.
	Veselīga konkurence un sāncensība.
	Kā radīt pozitīvu iespaidu darba devējam.
	Mans karjeras plāns.
	Lēmumu pieņemšana un īstenošana.
inĀrpusstundu pasākumi (projekti, tikšanās, lomu spēles, skolas un klašu vecāku sapulces, skola, individuālās konsultācijas u.c.)	. . Projektu nedēļas dienas „
	Lekcija „Izglītības sistēma – kā pareizi izvēlēties mācību iestādi”.
	Nākotnes karjeras izvēles iespējas Latvijā un Eiropā”.
	Aptauja par karjeras izvēli, iespējām, profesijām
	Izstādes apmeklējums „Skola”
	Individuālās karjeras konsultācijas
	Ēnu dienas skolā un uzņēmumos.

12.7. Karjeras izglītības jomas- pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība tiek iekļautas 11.un 12. klasē veicot projektu darbu kādā no

specializētajiem kursiem (uzņēmējdarbības pamati, radošā rakstīšana, publiskā uzstāšanās, vizuāli plastiskā māksla, robotika, digitālais dizains) un kādā no skolas piedāvātajām mācību jomu (Vides zinātnes un medicīna; Jurispudence, kultūra un izklaide; Inženierzinātnes un uzņēmējdarbība) padziļinātajiem kursiem.

13. Karjeras izglītības vērtēšana

Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti bezatzīmju vērtēšanas sistēmā, īsi rakstiski vai mutiski raksturojot skolēnu mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku šādu zināšanu, prasmju, iemaņu (kompetenču) apguvē un izmantojot pašvērtējumu:

13.1. pašizpētē:

13.1.1. skolēns apgūst un izmanto zināšanas par sevi, savu ģimeni, lai izprastu savas spējas, dotumus, stiprās puses, intereses, prasmes, kā tos redz pats un citi;

13.1.2. skolēns demonstrē pozitīvas starppersonu prasmes un cieņu pret daudzveidīgo, lai veicinātu savas karjeras attīstību;

13.1.3. skolēns atzīst, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa;

13.1.4. skolēns spēj noteikt svarīgākos faktorus, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;

13.1.5. skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus;

13.2. karjeras izpētē:

13.2.1. skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē;

13.2.2. skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;

13.2.3. skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām;

13.2.4. skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis varētu būt šķērslis dažu profesiju izvēlē;

13.2.5. skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklases pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;

13.2.6. skolēns spēj formulēt savas izglītības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas;

13.3. karjeras plānošanā un vadīšanā:

13.3.1. skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;

13.3.2. skolēns prot salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personisko pieredzi, gan informāciju no dažādiem avotiem;

13.3.3. skolēns spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;

13.3.4. skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;

13.3.5. skolēns zina, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;

13.3.6. skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;

13.3.7. skolēns prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;

13.3.8. skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.

14. Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.-9.klase

14.1. Beidzot 9. klasi, skolēns:

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

14.2. Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes :

- Skolēns ir veicis vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus.
- Skolēns spēj noteikt un novērtēt, kāda ir viņa ārpusklases darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli.
- Skolēns spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā.
- Skolēns ir spējīgs paskaidrot, kāpēc ir nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā. Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes
- Skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē.
- Skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs.
- Skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām (darba tirgu, izglītību).
- Skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par 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 pamatizglītības 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, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta 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 (kādas zināšanas, prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) 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.

15. Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 10.-12. klasē

15.1. Beidzot 12. klasi, skolēns:

- saprot koncepciju par darba tirgu mainīgumu;
- saskata vietēja 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 ir būtiskas dažādām profesijām;
- spēj atrast interesantu informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām;
- prot izstrādāt pagaidu termiņa karjeras plānus, analizējot savas personiskās īpašības un prasmes, vērtības un panākumu kritērijus;
- spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū; ir interesēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevī darba intervijā u.c.);
- ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas;
- izprot savu lomu un atbildību, pieņemot lēmumus karjeras izvēlē.

Skolēnu mācību sasniegumu pierādījumi — pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli — tiek uzkrāti skolēnu darba mapēs (*portfolio*).

Skolēnu karjeras izglītības sasniegumi tiek vērtēti regulāri (ne retāk kā vienu reizi semestrī), informējot vecākus (aizbildņus) par izglītojamā zināšanām, prasmēm, iemaņām un sasniegumu attīstības dinamiku.

VI. KARJERAS IZGLĪTĪBĀ IZMANTOJAMĀS METODES

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja	Apgūt prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi Ieinteresēt audzēkni izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba pasaules iespējas Attīstīt prasmi kritiski domāt
2.	Analīze	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu
3.	Brīvais raksts	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas
4.	Darbs ar informācijas avotiem	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju
5.	Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
6.	Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uz klausīt otru, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu

7.	Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaustīt citu domas Meklēt problēmu risinājumu
8.	Dubultā dienasgrāmata	Veidot prasmi atrast tekstā nepieciešamo informāciju, to analizēt, paust savu viedokli, balstoties uz pieredzi
9.	Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
10.	Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētās profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus
11.	Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
12.	Individuālais darbs	Mācīties strādāt patstāvīgi
13.	INSERT metode	Apgūt prasmi izvērtēt informāciju
14.	Intervija	Apgūt prasmi sarunāties: uzklaustīt sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu
15.	IT tehnoloģiju izmantošana	Attīsta prasmi lietot mūsdienas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
16.	Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
17.	Pašvērtējums/pašanalīze	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
18.	Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
19.	Portfolio/darba mape	Vākt materiālus, iegūt informāciju, to apstrādāt, krāt un veidot savu darba mapi - portfolio
20.	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē
21.	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
22.	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
23.	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
24.	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
25.	Spēles (lomu situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem Iejusties lomās, kas attālinātas no skolēna būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
26.	SVID analīze	Apgūt iemaņas izvērtēt pašreizējo situāciju un attīstības iespējas
27.	Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese

		radīšanai
28.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
29.	Venna diagramma	Mācīties noteikt kopīgo un atšķirīgo un definēt slēdzienu
30.	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus
31.	Izstāde	Iepazīties ar augstākās izglītības iestāžu studiju piedāvājumiem

VII. KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMĀ LITERATŪRA UN INTERNETA RESURSI

Metodiskie ieteikumi „**Karjeras izglītība 7.-9. klasei**” Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Skolotāju rokasgrāmata(ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Metodiskie ieteikumi „**Karjeras izglītība 7.klasei**” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.) Metodiskie ieteikumi „ Karjeras izglītība 8. klasei” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Metodiskie ieteikumi „**Karjeras izglītība 9.klasei**” (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)

Karjeras izglītības mērķi pamatskolā (ieteikumi skolotājiem un klases audzinātājiem) (ESF, prof.izgl. attīstības aģentūra, 2004.g.)

Karjeras iespēju izpēte (metod. palīglīdzeklis skolotājiem un klašu audzinātājiem) 2003. g.(ir darba lapas)

Izglītības ceļvedis. Informatīvs izdevums, 2009.g.

Mācīties ārzemēs. Durbe Tūre, 2004.g.

Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005. g.

Karjeras attīstības atbalsts/Izglītība, konsultēšana, pakalpojumi. Valsts Izglītības satura centrs

Karjeras iespēju izpēte. Metodiskais palīglīdzeklis PIAP aģentūra, 2003 .g.

Karjeras izglītība 7., 8., 9. klasei. Metodiskie ieteikumi. PIAA, 2006.g.

Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009 (2010). Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra Korna E. **Karjeras izglītība.** Rīga: Raka,2011.g.

Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008.g.

Mans bērns izvēlas karjeru. VIAA, 2010.g.

Kompetenču pieeja karjeras izglītībā skolā. Rokasgrāmata skolotājiem. I.

Lemešonoka, Rīga: apgāds Zvaigzne ABC, 2018.

Karjeras veidošana. Autors: Autoru kolektīvs (Lessons Learned, Sarunas ar pasaules biznesa līderiem); Izdevniecība Lietiskās informācijas dienests, 2009.

Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008.

Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra

Vecāku atbalsts bērnam veiksmīgas karjeras veidošanā. Rokasgrāmata skolotājiem un vecākiem. I. Lemešonoka, Rīga: apgāds Zvaigzne ABC, 2020.

Karjeras izglītība skolā/ Pieredze 2009 (2010) Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra – http://www.viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izglitiba_skolaa_2010.pdf

Metodiskie materiāli audzinātājiem –

http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/

Karjeras izglītības informatīvie materiāli –

http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/konferencu_materiali/

Vecākiem – Mans bērns izvēlas karjeru (elektr. Grāmata VIAA, 2010) -

<http://ejuz.lv/mansbrnsizvlaskarjeru>

www.izaugsme.lv – par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem Latvijā, par mācību iespējām ārzemēs, kā arī apraksti par profesijām.

www.izm.gov.lv – par profesionālās un augstākās izglītības iestādē.

<http://www.viaa.gov.lv/lat/> - par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, mācību kursiem un izglītības un darba iespējām ārzemēs.

www.sf.gov.lv - par studiju un studējošo kreditēšanas jautājumiem.

www.nva.lv – par bezdarbnieku profesionālo apmācību.

www.lak.lv – par amatu apguves iespējām (tostarp cilvēkiem ar nepabeigtu pamatizglītību un cilvēkiem ar garīgiem un fiziskiem veselības traucējumiem) pie amatu meistariem.

www.niid.lv – par profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, karjeras izglītības testi, informācija par Valsts ieskaitēm un eksāmeniem, par Latvijas izglītības iestādēm, profesionālās vidējās izglītības programmas, augstākās izglītības studiju programmas, kā arī augstskolu un koledžu izglītības piedāvājums, arī 7 karjeras izvēles testi.

www.prakse.lv - Sadaļā Studijas alfabēta kārtībā nosauktas studiju programmas, augstskola, studiju veids, ilgums un iegūstamais grāds. Ir pieejams arī meklētājs pēc studiju virziena, izglītības iestādes un tās atrašanās vietas.

<http://www.uzdevumi.lv/school> - iespēja izvēlēties informāciju par visu līmeņu studijām un atbilstošām programmām.

<http://euroguidance.eu/> - EK Karjeras konsultēšanas un informācijas tīkls.

www.vakance.lv – darba sludinājumu portāls.

www.cvmarket.lv – darba piedāvājumi, CV veidošana un karjeras padomi.

www.occupationsguide.cz/en - interešu un prasmju noteikšanas testi, darba tirgus un karjeras izvēles gids.

www.aiknc.lv – augstākās izglītības kvalitātes noteikšanas centrs. Informācija par augstskolu un koledžu statusu; par augstskolu un koledžu licencēšanu, akreditāciju

<http://www.izm.gov.lv/lv/studentiem> - informācija par stipendijām, studiju un studējošā kredītiem.

<https://europass.cedefop.europa.eu/lv/documents> Europass dokumenti (CV, motivācijas vēstule)

<http://www.nva.gov.lv/karjera/index.php?cid=10&mid=118> Profesiju aprakstu katalogs/ profesiju standarti un profesiju klasifikators

Karjeras izglītības programmu izstrādāja pedagogs- karjeras konsultante L. Ločmele sadarbībā ar Balvu Valsts ģimnāzijas direktores vietnieci audzināšanas jomā D. Medinieci un klašu audzinātājiem.