

APSTIPRINU:

Allažu pamatskolas direktore

\_\_\_\_\_ /A.Keplere/

**Allažu pamatskola**

**Karjeras izglītības programma**

**2023.-2026.**

## **I. Karjeras izglītības mērķi :**

Organizējot izglītības saturu un izglītības ieguves procesu atbilstoši spēkā esošajiem Ministru kabineta noteikumiem par pamatizglītības standartu un prasībām, iekļaujot mērķus nodrošināt izglītojamam pašizpēti, karjeras izpēti un plānošanai un vadīšanai nepieciešamās pamatzināšanas un pamatprasmes.

Radīt izglītojamiem pamatu savlaicīgu, apzinātu un iespējām atbilstošu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

## **Karjeras izglītības uzdevumi:**

1. Izglītojamam, sevis izzināšanas procesā, izprast savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un to izmantot lēmumu pieņemšanā un savu mērķu izvirzīšanā.
2. Nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas iespējas.
3. Veicināt sadarbības, saskarsmes un prezentācijas prasmes.
4. Veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru iepazīstinot ar darba pasaules daudzveidību un ar to saistīto izglītību.
5. Veidot izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.
6. Nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas.
7. Izglītojamiem dot zināšanas, kādas prasības izvirza darba devēji, kādas prasmes un personīgās īpašības palīdz noturēties darba tirgū.
8. Izglītojamiem jāprot apzināt un novērtēt savas un sabiedrības vērtības.
9. Jāmāca izprast izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeras attīstību.

## **Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi:**

1. Karjeras izglītība ir izglītības sastāvdaļa.
2. Karjeras izglītība ir visas izglītības iestādes atbildība.
3. Ievērotas vecumgrupu intereses un vajadzības.
4. Pasākumi ir orientēti uz zināšanu un prasmju apguvi.

## II. Karjeras izglītības saturs

1. 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).
2. 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.
3. Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti:
  - 3.1. pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
  - 3.2. analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
  - 3.3. morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
  - 3.4. sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uz klausīt 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;
  - 3.5. saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
  - 3.6. 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;
  - 3.7. matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).
4. Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.
5. **Pamatjoma “Pašizpēte”** ietver šādas saturiskās tēmas:
  - 5.1. mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;

- 5.2. manas intereses, vaļasprieks, spējas, brīvais laiks, dienas režīms;
- 5.3. mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
- 5.4. sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
- 5.5. attieksmes un vērtības;
- 5.6. prasme sadarboties, risināt konfliktus;
- 5.7. mana veselība un nākotnes nodomi;
- 5.8. mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- 5.9. pašaudzināšana.

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

- 6.1. darba nozīme cilvēka dzīvē;
- 6.2. populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- 6.3. manu vecāku darba dzīve;
- 6.4. informācijas avoti un izglītības pasaules pētīšana;
- 6.6. darba tirgus un nodarbinātība;
- 6.7. sociālā vide un nodarbinātība;
- 6.8. izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- 6.9. darba likumdošana, darba drošība;
- 6.10. pašnodarbinātība.

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

- 7.1. lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- 7.2. lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- 7.3. dažādu karjeru pozitīvās un negatīvās puses;
- 7.4. kad viss nenorit tā, kā plānots;
- 7.5. mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);
- 7.6. pārmaiņas manā dzīvē;
- 7.7. komandas darba pieredze, sadarbības nozīme un loma;
- 7.8. praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- 7.9. sevis prezentēšana.

### **III .Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns:**

<b>Aktivitātes/</b>	<b>Sasniedzamais rezultāts</b>	<b>2023-</b>	<b>2024-</b>	<b>2025.-</b>	<b>Atbildīgie</b>	<b>Pieaicinātie/</b>

<b>pasākumi</b>		<b>2024. m.g.</b>	<b>2025. m.g.</b>	<b>2026. m.g.</b>		<b>resursi</b>
Klases stundas	Prasmes sevis izpētē. Profesiju izzināšana. ( Skat. Klases stundu tēmas)	x	x	x	Klašu audzinātāji	IT resursi VIAA materiāli <a href="http://www.niid.lv">www.niid.lv</a> profesijupasaule.lv skola2030 metodiskie materiāli
Mācību stundas	Skolēni sasaista konkrētā mācību priekšmetā apgūstamo saturu ar konkrētu profesiju, attīsta karjeras vadības prasmes. Uzzina, kādās nozarēs un jomās var būt noderīgas iegūtās zināšanas un prasmes.	x	x	x	Pedagogi	
Bibliotēka	Regulāri tiek papildināts informatīvais stūrītis, skolēni var atrast informāciju.	x	x	x	Bibliotekāre	Grāmatas, izdales materiāli, bukleti, filmas
Karjeras nedēļa	Iespēja iepazīt un plānot nākotnes nodarbošanos, tikties ar profesiju pārstāvjiem, apmeklēt uzņēmumus. Skolēni var piedalīties diskusijās, radošajās darbnīcās u.c.pasākumos	x	x	x	Pedagogs- karjeras konsultants pedagogi	VIAA mājaslapa Plakāti, materiāli
Sadarbība ar vietējiem uzņēmējiem	Iespēja apmeklēt vietējos uzņēmumus, iepazīties ar darba procesu, iespēja strādāt vasaras brīvlaikos	x	x	x	Skolas vadība padagogi	Uzņēmumi, mājražotāji

Interesu izglītība skolā	Skolēni attīstījuši spēju sasaistīt brīvā laika nodarbes ar profesijas izvēles iespējām. Skolēni pilnveidojuši radošās prasmes	x	x	x	Interesu pulciņu vadītāji	Telpas, materiāli
Vizuālās mākslas un dizaina stundas	Attīsta radošumu, piedalās izstādēs un konkursos.	x	x	x	Priekšmetu pedagogi	Mākslinieciskās noformēšanas līdzekļi, materiāli
Radošās darbnīcas	Skolēni attīstījuši noteiktās darba nozarēs nepieciešamās darba prasmes	x	x	x	Pedagogi	Pieaicina vadītājus, atrod iespējas apmeklēt
Vecāku līdzdalība karjeras izglītībā	Skolēni iepazīstas ar vecāku profesijām	x	x	x	Pedagogi	Vecāki
Tikšanas ar dažādu profesiju pārstāvjiem	Iepazīst profesijas, uzzina, kā cilvēki ir virzījušies savā karjerā, ir iespēja uzdot jautājumus par konkrēto profesiju, var izmēģināt savas prasmes.	x	x	x	Pedagogs- karjeras izglītības konsultants	Profesiju pārstāvji. Bijušie absolventi
Mācību ekskursijas	Skolēni paplašinājuši savus priekšstatus par dažādām profesijām un darbiem.	x	x	x	Pedagogi	Ekskursiju nodrošinājums. Programma “ Latvijas skolas soma”
“Ēnošana”	Skolēni guvuši priekšstatu par dažādu uzņēmumu un iestāžu darba vidi, darbinieku pienākumiem un profesijām atbilstošo	x	x	x	Pedagogi	Valstī organizētās aktivitātes. Virtuālā ēnošana <a href="http://www.profesijupasaule.lv">www.profesijupasaule.lv</a> Vietējās iespējas

	izglītību.					
Izstāde “Skola 20...”	Apmeklētāji papildinājuši zināšanas par tālākizglītības iespējām, piedalījušies radošajās darbnīcās.	x	x	x	Pedagogi	Vecāku atbalsts izstādes apmeklēšanai
Darbs vasaras brīvlaikā	Skolēni apgūst konkrētas darba prasmes, macās sadarboties un komunicēt ar dažādiem cilvēkiem	x	x	x	Pedagogi	Vecāki Pašvaldības programma darbam vasaras brīvlaika

### Klases stundu tēmas karjeras izglītībā:

Klašu grupa	Stunda tēmas	Sasniedzamais rezultāts
1.-3.	<p>1. Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs</p> <p>2. Mani pienākumi ģimenē Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija</p> <p>3. Dienas režīms</p> <p>4. Mācības - izglītojamā darbs</p> <p>5. Karjeras vīzija</p>	<p>Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki izglītojamā dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.</p> <p>Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.</p> <p>Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.</p> <p>Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.</p> <p>Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes</p>
4.-6.	1. Es un mani dotumi	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.

	<p>2. Mani darba ieradumi Sadarbības prasmes</p> <p>3. Brīvais laiks un tā izmantošana</p> <p>4. Mācīšanās prasmes un sasniegumi</p> <p>5. Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība</p> <p>6. Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē</p>	<p>Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.</p> <p>Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.</p> <p>Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.</p> <p>Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.</p> <p>Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.</p>
7.-9.	<p>1. Vajadzības, vēlmes un spējas Pašvērtējums</p> <p>2. Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana</p> <p>3. Izglītības vērtība</p>	<p>Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus.</p> <p>Saprot, kā izglītības iestādē, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.</p> <p>Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Zina dažādus avotus,</p>



	<p>4. Profesiju daudzveidīgā pasaule</p>	<p>kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.</p> <p>Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas.</p> <p>Ir apzinājis sev saistošās profesijas.</p> <p>Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape.</p>
	<p>5. Individuālā karjeras plāna izveide</p>	

## **IV. Karjeras izglītības vērtēšana:**

### **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 1. – 6. klasē**

#### **Beidzot 6. klasi, izglītojamais:**

- ir iepazinies ar dažādām profesijām;
  - izprot dažādo 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 ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes**

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

## **Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes**

- Izglītojamais izprot, ka darba dzīve nav tikai iešana uz darbu un naudas pelnīšana; saprot, ka darba dzīvei ir daudzi svarīgi aspekti.
- Izglītojamais spēj aprakstīt, kādas izmaiņas ir notikušas darba pasaulē (raksturot izmaiņas darba pasaulē).
- Izglītojamais zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu; zina, kur meklēt karjeras konsultantu palīdzību; ir spējīgs izmantot informācijas avotus.
- Izglītojamais spēj izveidot profesiju grupas pēc to pazīmēm.
- Izglītojamais apzinās savas iespējas. Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes.
- Izglītojamais spēj izmantot vienkāršus lēmumu pieņemšanas paņēmienus.
- Izglītojamais prot sameklēt un izmantot palīdzību personīgu lēmumu pieņemšanā.
- Izglītojamais spēj izprast ilgtermiņa plānošanas nozīmi un ietekmi savas karjeras iespēju un ar to saistīto lēmumu pieņemšanas kontekstā.
- Izglītojamais spēj apsvērt dažādas iespējas un, ja nepieciešams, spēj koriģēt vai mainīt savus plānus.
- Izglītojamais saprot, ka ir atbildīgs par savas personības attīstību.
- Izglītojamais spēj analizēt pārmaiņas, kas notikušas viņa dzīvē pēdējā laikā.

# Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.–9. klasē

## Beidzot 9. klasi, izglītojamais:

- sāk apzināties savas iespējas un sāk reālistiski 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; 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, profesiju un dzīves stilu;
- izprot mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus;
- spēj saskatīt izvēles iespējas karjeras veidošanā.

## Sevis iepazīšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- Izglītojamais ir veicis vienkāršus pašnovērtēšanas testus, lai noteiktu savus īstermiņa un ilgtermiņa izglītības un karjeras plānošanas mērķus.
- Izglītojamais spēj noteikt un novērtēt, kāda ir viņa ārpusklases darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli.
- Izglītojamais spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā.
- Izglītojamais spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē.
- izglītojamais spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs.
- Izglītojamais spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām (darba tirgu, izglītību).
- Izglītojamais zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par šķērslī dažu profesiju izvēlē.
- Skolēns spēj formulēt savas attīstības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas.

## **Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes**

- Izglītojamais spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes.
- Izglītojamais spēj salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta no dažādiem informācijas avotiem.
- Izglītojamais, plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktoros.
- Izglītojamais prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem.
- Izglītojamais prot noskaidrot, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē.
- Izglītojamais izprot savas kā potenciālā darba ņēmēja tiesības.
- Izglītojamais prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās.
- Izglītojamais prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju.

## **V. Karjeras izglītībā lietotie termini**

**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.

**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.