

**Apstiprināts ar**

Rīgas 85. vidusskolas  
direktores A.Makšānes  
2020. gada 1.septembra  
Rīkojumu

**Rīgas 85.vidusskolas  
KARJERAS IZGLĪTĪBAS PLĀNS  
2020./2021. mācību gadam**

Autori:  
PKK Anda Zariņa

Rīga, 2020. gads

## Ievads

Karjeras izglītības plāns 2021./2021.māc. gadam izstrādāts vadoties pēc Skolas attīstības plānā noteiktajām karjeras atbalsta prioritātēm laika posmam no 2017.gada septembra līdz 2020.gada decembrim un ESF projekta “Karjeras atbalsta vispārējās un profesionālajās mācību iestādēs” (turpmāk – Projekts) plānošanas dokumentiem.

Ņemot Valsts Izglītības attīstības aģentūras (turpmāk – VIAA) Projekta izvirzītās prioritātes un skolēnu aptauju rezultātā fiksētās skolēnu karjeras atbalsta vajadzības 2020./2021.gadā **par prioritāti skolēnu karjeras atbalsta kvalitātes uzlabošanai izvirzīti pasākumi karjeras izglītības integrēšanai pilnveidotā mācību satura un pieejas īstenošanai skolā, īpaši 1., 4. un 7.klasē.**

VIAA ieteiktie Karjeras attīstības atbalsta prioritārie virzieni 2020./2021.māc. g. ir

- karjeras izglītības integrēšana pilnveidotā mācību saturā un pieejā
- tautsaimniecības pieprasītāko nozaru iepazīšana,
- profesionālās izglītības pievilcības veicināšana,
- izglītības iespēju iepazīšana,
- pasākumi vecākiem bērnu karjeras attīstības atbalstam

Skolā šie virzieni tiek skatīti akcentējot teksta veidošanas, izpratnes un lasītprasmes veicināšanas kontekstā, iepazīstot lasītprasmes nozīmi dažādās profesijās un tautsaimniecības nozarēs, kritisko domāšanu un medijpratību gan iesaistoties darba tirgū, gan strādājot dažādās profesijās.

2020./2021 mācību gadā plānotā sadarbības veicināšana ar profesionālās un augstākās izglītības iestādēm, darba devējiem, to profesionālajām organizācijām un sociālajiem partneriem karjeras atbalsta pieejamības uzlabošanai izglītojamajiem ir fiksēta Projekta karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāns 2020./2021. mācību gadam.

2020./2021.māc.gadā atbildīgi par skolas karjeras izglītības programmas koordināciju, skolēnu līdzdalību ārpusskolas karjeras pasākumos un informācijas apriti atbildīga ir pedagogs karjeras konsultants Anda Zariņa, kuras kompetencē ir Projekta aktivitāšu īstenošana un karjeras attīstības kompetenču integrācija mācību vielas saturā, saskaņojot šīs aktivitātes ar direktora vietnieci izglītības jomā Aigi Ozolnieci, un karjeras attīstības atbalsta integrācija audzināšanas darbā, saskaņojot ar direktora vietnieci audzināšanas jomā Ivetu Skrastiņu. Karjeras atbalsta pasākumu īstenošanā iesaistās visi priekšmetu skolotāji, klašu audzinātāji un skolas atbalsta personāls, atzīmes par pasākumu īstenošanu tiek veiktas skolotāju individuālajā mācību darba plānā un klases audzināšanas darba plānā, kā arī skolas kopējā darba plānā un atskaišu dokumentos.

Karjeras atbalsta programmas īstenošanas plānu 2020./2021.mācību gadam viedo 3 daļas: (1.) Karjeras atbalsta pasākumu integrēšana mācību priekšmetu saturā, sadarbojoties vairāku jomu pedagogiem, (2.) Karjeras atbalsta pasākumu integrēšana ārpusklases darbā, (3.) Atsevišķi tiek plānotas Projekta aktivitātes (skat. Pielik.nr.1). Nedēļu pirms pasākumu norises plānam tiek pievienots Karjeras nedēļas (26.10.-30.10.2020.), Ēnu dienas (1.02.2020) un Projektu nedēļas karjeras atbalsta pasākumu plāns.

2020.gadā tiek uzsākts darbs pie “Karjeras izglītības programmas 2021.-2023. gadam” izstrādes, ņemot vērā kompetenču pieeju mācību satura īstenošanā un aktualizējot karjeras atbalsta jautājumus mācību priekšmetu saturā. Jaunās programmas aprobācija norit 1., 4., un 7. klasē.

## 1. Karjeras attīstības atbalsta pasākumu **integrēšana mācību stundās.**

### 1.-2. klasē tiek akcentēta joma “pašizpēte” šādos mācību priekšmetos:

Mācību priekšmets	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks.
Valodas	Mana ģimene. Es un citi Mani hobiji-ko es varu un nevaru. Mani mājdzīvnieki Mana istaba u māja Mans apģērbs	1st.- novembris. 1st.- septembris 1st.-februāris  1st.-februāris 1st.- maijs 1st.- aprīlis
Latviešu valoda	Palīdzēsim cits citam un sadarbosimies! Profesijas. Pieklājība. Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	1 st.-novembris  2st.- marts 1st.-aprīlis Visu mācību gadu.
Mājturība un tehnoloģijas	Apģērba kultūra. Galda kultūra Tīra vide man apkārt( savas darba vietas uzturēšana, pamati mājas uzkopšanā) Savu spēju apzināšanās.	1st. -septembris 1st.- septembris. 1st.-aprīlis.  Visu mācību gadu.
Sociālās zinības	Dažādas profesijas, nodarbošanās- Darbs. Vajadzības. Naudas pasaulē. Darbs ģimenē. Lomu spēles.	1st.- novembris.  1st.- novembris 1.st.- decembris. 1.st.- maijs, novembris.
Ētika	Mani pienākumi Manas īpašības. Manas stiprās puses.	1st.- janvāris. 1st.- marts. 1st.- marts
Matemātika	Veikalā. Nauda. Tirgū Darbs dārzā. Darbi fermā. Teksta uzdevumu risināšana	2 st.- maijs. 1 st.- maijs. 1 st. - maijs. Visu mācību gadu.
Dabaszinības	Dažādi eksperimenti.	Visu mācību gadu.
Mūzika	Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	Visu mācību gadu.
Vizuālā māksla	Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	Visu mācību gadu.
Sports	Komandu spēles.	Visu mācību gadu.

### 3.-4. klasē tiek akcentēta joma ‘‘Karjeras izpēte’’

Mācību priekšmets	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks.
Valodas	Mans brīvais laiks. Es un mani draugi. Profesijas. Kā uzrakstīt pastkarti? Darbs laukos. Grupu darbs	1st. septembris 1st. oktobris 1st. oktobris 1st.- novembris. 1st. aprīlis Visu mācību gadu.
Mājturība	Drošība darbā. Galda kultūra. Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	1st.-septembris. 1.st.- oktobris. Visu mācību gadu.
Sociālās zinības	Par naudu. Mani vaļasprieki. Budžets. Vēlmes un vajadzības. Sava laika plānošana	1 st.-decembris. 2 st. –novembris. 2 st.-novembris. 2 st.-februāris, marts.
Matemātika	Uzdevumu risināšana komandā. Teksta uzdevumu risināšana.	Visu mācību gadu. Visu mācību gadu.
Dabaszinības	Cilvēki, kas rūpējās par dabu. Iepazīšanās ar dabu saistītām profesijām. Dažādi eksperimenti.	1st.- oktobris Visu mācību gadu.
Mūzika	Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	Visu mācību gadu.
Sports	Komandu spēles. Savu spēju apzināšanās	Visu mācību gadu.
Vizuālā māksla	Cilvēks darbā (kustībā) Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	2 st. Savu spēju apzināšanās

### 5.-6. klasē tiek akcentēta joma ‘‘Karjeras vadība’’

Mācību priekšmets	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks.
Valodas	Manas intereses., hobijs, aktivitātes. Kas man patīk un nepatīk. Vēstule Mans brīvais laiks. Saziņa. Emocijas. Draugi. Lomu spēles. Dialogu veidošana	2 st. oktobris 1 st. - novembris. 1 st. - janvāris 1 st. - marts 2 st. - aprīlis Visu mācību gadu. Visu mācību gadu.
Mājturība /Sports	Drošības noteikumi un to nepieciešamība. Veselība un darbs. Savu spēju apzināšanās	1st.-septembris. Visu mācību gadu.
Sociālās zinības	Profesijas ģimenē. Karjeras izglītība.	1st.-septembris. 1st.-septembris.

	Uzstāšanās prasme. Izglītība, profesijas. Uzņēmējdarbība. Budžets, nodokļi. CV, motivācijas vēstule Informācijas iegūšana. Ēnu diena.	1st.- oktobris. 1st.-oktobris. 1st.-novembris. 1st.-janvāris. 1st.-janvāris. 1st.- februāris. 1st.- marts.
Latviešu valoda	Pārliecināšanas runa. Saziņas veidi. Vēstule. Sludinājums. Reklāma. Ielūgums. Apsveikums. Iesniegums, tā noformēšana. Prezentācijas.	3st.-septembris. 1st.-oktobris. 2st.- oktobris. 1st.-oktobris. 1st.-oktobris. 1st.-oktobris. 1st.-novembris. 1st.-novembris. 1st.- marts.
Literatūra	kā sevi iepazīt lasot? Atstāstījums. Latviešu un cittautu rakstnieku un dzejnieku karjera.	1st.-septembris. 1st.-oktobris Visu mācību gadu.
Vēsture	Nodarbošanās un darbs senatnē.	Visu mācību gadu ejot cauri tautām un laikmetiem.
Matemātika	Ar matemātiku saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās	Visu mācību gadu.
Dabaszinības	Ko pēta dabaszinātnes? Dabaszinātņu nozares. Profesijas.	1st.-septembris. 1st.-septembris. 1st.-decembris.
Mūzika	Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	Visu mācību gadu.
Vizuālā māksla	Savu spēju apzināšanās/ pilnveidošana - pašvērtējums	Visu mācību gadu.
Informātika	E-pasta pārvaldība Teksta apstrāde. Prezentācijas plānošana un veidošana. E-pasts. Informācijas meklēšana. Dokumenta noformēšana.	1st.-septembris. 3st.-oktobris, novembris. 1st.-decembris.  2 st.-maijs.

### 7. klasē tiek akcentēta joma ‘Pašizpēte’

<b>Mācību priekšmets</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks, atbildīgais</b>
Valodas	Raksturs un personība. Kā rakstīt CV? Saziņa: personīgais viedoklis, attieksme, pamatojums, diskusija Prezentācija	1st. septembris 1st. oktobris Visu mācību gadu.  Visu mācību gadu.
Mājturība	Ar mājturību saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās,	Visu mācību gadu.
Ģeogrāfija	Klimata izmaiņas un veselība. Ģeogrāfijas zināšanas dažādās profesijās.	1st.-septembris. 3st.-oktobris, novembris.
Sociālās zinības	Personība. Lietišķā etiķete. Profesionālā identitāte.	1st. 1st. 1.st
Matemātika	Ar matemātiku saistītu iemaņu izmantošana dažādās STEM profesijās. Savu spēju apzināšanās un attīstības plānošana, pašvērtējums.	Visu mācību gadu.
Mūzika	Ar mūziku saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās. Savu spēju apzināšanās.	Visu mācību gadu.
Teātra māksla	Improvizācija un karjeras situācijas. Karjeras identitāte un tā prezentēšanas prasmes.	1.st, 1.st.
Bioloģija	Bioloģijas zināšanas un STEM profesijas. Profesionālās izglītības iespējas Latvijā.	1.st 1.st.
Sports	Komandas darbs. Ar sportu saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās.	Visu mācību gadu.

### 8. klasē tiek akcentēta joma ‘Karjeras izpēte’

<b>Mācību priekšmets</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks, atbildīgais</b>
Valodas	Darba pasaulē.	1 st- novembris

	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem. Pieteikuma vēstule. Lomu spēles, prezentācijas, diskusijas, dialogi.	1 st. decembris 1 st. decembris. 1 st. decembris Visu mācību gadu.
Ķīmija	Pētnieciskā darbība ķīmijā. Ko mācās ķīmijā? Ķīmiskie atkritumi un to apstrāde.	1st.-septembris. 1 st.-oktobris. 1 st.-marts.
Matemātika	Izcilākie matemātiķi. Ar matemātiku saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās.	1st.- maijs
Latviešu valoda	Lietišķie raksti- CV Motivācijas vēstule Darba intervija. Pašvērtējums	1st.-maijs 1st.- maijs 1st.-maijs 1st.-maijs
Sociālās zinības	Tests Kāds es esmu. Profesijas. Darbs un karjera.	1st.-septembris. 1st.- oktobris 1st.- janvāris.
Fizika	Ko pēta fizika Izcilākie fiziķi. Ar fiziku saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās	1st.-septembris. 1st.-septembris
Mūzika	Savu spēju apzināšana. Ar mūziku saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās	Visu mācību gadu.
Sports	Komandu darbs.	

### 9. klasē tiek akcentēta joma "Karjeras vadība"

Mācību priekšmets	Tēmas	Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks, atbildīgais
Valodas	Pašnovērtējums. Sapņu darbs. Publiskā runa- sevis prezentēšana. Lomu spēles, prezentācijas, diskusijas, dialogi.	1st.- novembris. 1st.- janvāris. 1st.- marts Visu mācību gadu.
Mājturība	Drošība darbā. Ar mājturību saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās	1st.-septembris. Visu mācību gadu.

Sociālās zinības	Civvērtības. Civillikums. Karjera. Valsts ekonomiskā politika un budžets.	1st. decembris. 1st. --janvāris 1st.- februāris. 1st.-marts.
Matemātika.	Ar matemātiku saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās.	1st.-marts, aprīlis, maijs.
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē. Ražotnes Latvijā Modernie materiāli, materiālu izmantošana. Ar ķīmiju saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās.	1st.- oktobris. 1st.- novembris. 1st.- februāris. 1st.- marts, aprīlis, maijs.  1 st.- maijs.
Ģeogrāfija	Saimniecība Latvijā. Latvija pasaulē.	2.st.-aprīlis 1st.-maijs
Vēsture	Izcilākie zinātnieki 20.gs. 20.gs. progress zinātnē un tehnikā. Ar vēsturi saistītu iemaņu izmantošana dažādās profesijās	Visu mācību gadu.

## 10. – 11. klasē tiek akcentēta joma “Karjeras vadība”

Visu mācību gadu ikvienā priekšmetā priekšmeta skolotājs

- akcentē apgūstamās vielas saistību ar konkrētām profesijām, kā arī mācību procesā iegūto kompetenču nepieciešamību saskarozarē.
- Aicina skolēnu “pielaikot” profesiju- iepazīt sevi, vākt un kritiski analizēt informāciju par izvēlēto tautsaimniecības jomu profesijas un nepieciešamās izglītības kontekstā.
- Profesijas tiek skatītas vienas tautsaimniecības jomas un saskarozaru ietvaros.
- Aktualizētas tiek jebkurā profesijā noderīgās prasmes (soft skills) un darba tirgus straujā transformācija tehnoloģiju ietekmē.
- Tiek veidota prasme izstrādāt ilgtermiņa un īstermiņa karjeras plānu, analizējot savas īpašības, prasmes, vērtības un panākumus, veikt izmaiņas tajā, veicot kārtējos mācību uzdevumus, skolēni tiek mudināti apzināties, ka uzņemas atbildību un pilnveido karjerā noderīgas prasmes – lēmumu pieņemšanu, mērķu plānošanu un atbildības uzņemšanos.
- Skolēni tiek rosināti apmeklēt individuālās karjeras konsultācijas, pieņemt pareizo lēmumu profesijas un izglītības iestādes izvēlē.

## 2. Karjeras attīstības atbalsta pasākumu integrēšana klases stundās.



<b>Klases stunda</b>	<b>Tēmas</b>	<b>Stundu vai pasākumu skaits, norises laiks, atbildīgais</b>
1.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dienas režīms, tā nozīme.</li> <li>• Mani pienākumi skolā un mājās.</li> <li>• Dienas režīms.</li> <li>• Mācības – skolēna darbs.</li> <li>• Kika – Mika izvēlas profesiju.</li> </ul>	1 st. -oktobris, kl.audz. –, Z.Vilciņa, 1 st.- novembris kl.audz. 1 st.- janvāris, kl. audz.- 1 st.- februāris, kl. audz. 1st.- marts – pkk A.Zariņa
1.b klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesija</li> <li>• Manas rakstura īpašības</li> <li>• Pienākumi un tiesības</li> <li>• Kika – Mika izvēlas profesiju</li> </ul>	1 st.- oktobris, kl. audz.- D.Murevica 1 st.- janvāris, kl. 1 st.- marts, kl. audz 1 st. februāris – pkk A.Zariņa
1.c klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mani pienākumi skolā un mājās.</li> <li>• Dienas režīms.</li> <li>• Mācības – skolēna darbs.</li> <li>• Kika – Mika izvēlas profesiju.</li> </ul>	1 st.- oktobris, kl. audz.- L.Ozoliņa 1 st.- janvāris, kl. 1 st.- marts, kl. audz 1 st. februāris – pkk A.Zariņa
2 a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dienas režīms un tā nozīme.</li> <li>• Profesiju daudzveidība.</li> </ul>	1st - oktobris, kl. audz. I.Panga 1st - oktobris, kl. audz.
2.b klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.</li> <li>• Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija.</li> <li>• Mērķtiecība. Zinātkāre.</li> <li>• Mani pienākumi .</li> </ul>	1.st. oktobris – pkk A.Zariņa 1st - oktobris, kl. audz. M.Vaška 1st - oktobris, kl. audz. 1st - janvāris, kl. audz. audz. 1st - marts, kl. audz. audz.
3.a.klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mans brīvais laiks</li> <li>• Es vēlos kļūt par...</li> <li>• Mans viedoklis. Sava viedokļa izteikšana, pamatošana</li> <li>• Nākotnes profesijas</li> </ul>	1 st.-septembris- kl.audz. I.Jēruma 1.st. oktobris – kl.audz. 1 st. februāris – kl.audz. 1.st. marts – pkk A.Zariņa
3.b klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es vēlos kļūt par...</li> <li>• Mans viedoklis. Sava viedokļa izteikšana, pamatošana..</li> <li>• Mans brīvais laiks.</li> <li>• Mana sapņu profesija.</li> <li>• „Es un citi,, mācās raksturot sevi un iegūt informāciju par citiem</li> <li>• Mans viedoklis. Sava viedokļa izteikšana, pamatošana</li> </ul>	1 st. –februāris- kl.audz. I.Kūla-Zīle 1 st.-septembris-kl.audz. 1.st.- oktobris-kl.audz 1 st.-decembris-kl.audz. 1 st.-februāris-A.Zariņa
4.a. klase 4.b.klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Darbs un bezdarbs.</li> <li>• Lietderīgi pavadīts brīvais laiks.</li> <li>• Profesiju pasaulē.</li> <li>• Es un mani dotumi</li> <li>• Darba dienas plānošana.</li> <li>• Manas intereses, spējas, hobiji.</li> <li>• Populārākās profesijas šodien un nākotnē.</li> <li>• Mana nākotnes profesija un nepieciešamā izglītība.</li> <li>• Profesijas pagātnē ,tagadnē, nākotnē.</li> <li>• Iespējamās darbavietas apkārtnē.</li> </ul>	1 st. oktobris- kl. audz.B.Burmistre 1 st.-septembris.-pkk A.Zariņa 1.st.-oktobris.-kl.audz. I.Skrastiņa 3 st.- februāris- pkk A.Zariņa 1 st.-septembris 1 st.-oktobris-kl.audz. 1 st.-oktobris-kl.audz. 1 st.-oktobris-kl.audz. 1 st.-oktobris-kl.audz. 1 st. maijs – kl.audz. 1 st. februāris –kl. audz. 1.st.aprīlis A.Zariņa

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Darbs un bezdarbs.</li> </ul>	
5.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesijas</li> <li>• Sieviešu neierastas profesijas (audz. Stunda ar viešņu no Francijas)</li> <li>• Es - ģimenē, klasē un skolā</li> <li>• Es – drošs un gatavs rīcībai;</li> </ul>	1st.-oktobris-kl.audz. I.Vanovska 1st.- oktobris-kl.audz. 1st.- februāris-kl.audz. 1st.- februāris-kl.audz. 3st. oktobris, februāris, maijs – pkk A.Zariņa
5.b.klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es ģimenē, klasē un skolā : kolektīva nozīme cilvēka personības pilnveidē</li> <li>• Karjeras izvēle: mana sapņu profesija</li> <li>• Mācīšanās prasmes un sasniegumi.</li> <li>• Ēnu diena, tās sniegtās iespējas</li> </ul>	1st.-oktobris-kl.audz. S.Daneberga-Eriksone 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-janvāris-kl.audz. 1st.-februāris-kl.audz. 3 st. – pkk A.Zariņa
5.c.klase	Kolektīva nozīme cilvēka personības pilnveidē <ul style="list-style-type: none"> <li>• Karjeras izvēle: darbs, kas man patīk</li> <li>• Mācīšanās prasmes un sasniegumi.</li> <li>• Ēnu diena, tās sniegtās iespējas</li> </ul>	1st.-oktobris-kl.audz. L.Jansone 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-janvāris-kl.audz. 1st.-februāris-kl.audz. 3 st. – pkk A.Zariņa
6.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personība, tās īpašības un rakstura veidošana</li> <li>• Mūsdienu tehnoloģijas un nākotnes profesijas</li> <li>• Kā izvēlēties nākotnes profesiju šodien?</li> <li>• Mācību priekšmeti un profesijas</li> </ul>	1st.-oktobris-kl.audz. I.I.Dindune 1st.-oktobris-kl.audz. 3.st. oktobris, februāris, aprīlis – pkk A.Zariņa
6.b klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personība, tās īpašības un rakstura veidošana</li> <li>• Mūsdienu tehnoloģijas un nākotnes profesijas</li> <li>• Kā izvēlēties nākotnes profesiju šodien?</li> <li>• Mācību priekšmeti un profesijas</li> </ul>	1st.-oktobris-kl.audz. Sv.Nerlo 1st.-oktobris-kl.audz. 3.st. septembris, februāris, aprīlis – pkk A.Zariņa
7.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptaujas anketa karjeras interešu noteikšanai.</li> <li>• Sevis apzināšanās vidusskolā. Mācību process kā karjeras sastāvdaļa.</li> <li>• Mērķu plānošana un sasniegšana</li> <li>• Profesionālā un akadēmiskā izglītība Latvijā un Ārzemēs</li> <li>• Sabiedriskā līdzdalība un karjera.</li> <li>• Labdarība. Ko mēs varam dāvināt citiem?</li> <li>• Simulācijas spēle “Darba intervija”</li> <li>• Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte.</li> <li>• Brīvprātīgais darbs.</li> <li>• Tehnoloģijas nākotnes profesiju pasaulē.</li> <li>• Profesiju daudzveidība, prestižs, pievilcība.</li> </ul>	1st.-septembris- kl. audz. K.Ozolniece 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-marts-kl.audz. 3.st. septembris, oktobris – pkk A.Zariņa

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mans karjeras portfolio – CV un motivācijas vēstule.</li> <li>• Pienākumi un to izpratne.</li> </ul>	
7.b klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptaujas anketa karjeras interešu noteikšanai.</li> <li>• Sevis apzināšanās vidusskolā. Mācību process kā karjeras sastāvdaļa.</li> <li>• Mērķu plānošana un sasniegšana</li> <li>• Profesionālā un akadēmiskā izglītība Latvijā un Ārzemēs</li> <li>• Sabiedriskā līdzdalība un karjera.</li> <li>• Labdarība. Ko mēs varam dāvināt citiem?</li> <li>• Simulācijas spēle “Darba intervija”</li> <li>• Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte.</li> <li>• Brīvprātīgais darbs.</li> <li>• Tehnoloģijas nākotnes profesiju pasaulē.</li> <li>• Profesiju daudzveidība, prestižs, pievilcība.</li> <li>• Mans karjeras portfolio – CV un motivācijas vēstule.</li> <li>• Pienākumi un to izpratne.</li> </ul>	1st.-septembris- kl. audz. M.Bērzkalns 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-oktobris-kl.audz. 1st.-marts-kl.audz. 3.st. septembris, oktobris – pkk A.Zariņa
8.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptauja “Interese un karjeras atbalsta vajadzības”</li> <li>• Lietderīgi pavadīts brīvais laiks.</li> <li>• “4 veiksmīga cilvēka atslēgas”</li> <li>• Brīvprātīgais darbs.</li> <li>• Profesiju pasaulē.</li> <li>• Profesiju daudzveidība, prestižs, pievilcība.</li> <li>• Kam domātas individuālās karjeras konsultācijas?</li> <li>• Individuālā karjeras plāna izveide.</li> </ul>	2 st. septembris – A.Zariņa 1st.-septembris.-kl.audz. J.Melngailis 1st.-oktobris.-kl.audz. 1st.-oktobris.-kl.audz. 1.st.-oktobris.-kl.audz. 1.st.-decembris-kl.audz.  3 .st. – pkk A.Zariņa
8.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptauja “Interese un karjeras atbalsta vajadzības”</li> <li>• Lietderīgi pavadīts brīvais laiks.</li> <li>• “4 veiksmīga cilvēka atslēgas”</li> <li>• Brīvprātīgais darbs.</li> <li>• Profesiju pasaulē.</li> <li>• Profesiju daudzveidība, prestižs, pievilcība.</li> <li>• Kam domātas individuālās karjeras konsultācijas?</li> <li>• Individuālā karjeras plāna izveide.</li> </ul>	2 st. septembris – A.Zariņa 1st.-septembris.-kl.audz. D.Blūma 1st.-oktobris.-kl.audz. 1st.-oktobris.-kl.audz. 1st.-oktobris.-kl.audz. 1.st.-decembris-kl.audz.  3 st. – pkk A.Zariņa
9.a klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptaujas anketa karjeras interešu noteikšanai.</li> </ul>	2 st. oktobris – pkk A.Zariņa 2 st.-oktobris- kl.audz. D.Ruskule

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Izglītības sistēma Latvijā – profesionālās izglītības plusi un mīnusi</li> <li>• Karjeras mērķi, plāni un mana atbildība</li> <li>• Darba tirgus un nākotnes izaicinājumi.</li> <li>• Profesijas un mācību priekšmeti</li> <li>• Filma un darba lapas “4 veiksmīgas cilvēka atslēgas”</li> <li>• Individuālās un grupu karjeras konsultācijas</li> </ul>	<p>3 st.-marts- kl. audz.  2 st. februāris – kl.audz.  3 st. novembris – pkk A.Zariņa</p>
9.b klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptaujas anketa karjeras interešu noteikšanai.</li> <li>• Sevis apzināšanās vidusskolā. Mācību process kā karjeras sastāvdaļa.</li> <li>• Mērķu plānošana un sasniegšana</li> <li>• Profesionālā un akadēmiskā izglītība Latvijā un Ārzemēs</li> <li>• Sabiedriskā līdzdalība un karjera.</li> <li>• Labdarība. Ko mēs varam dāvināt citiem?</li> <li>• Simulācijas spēle “Darba intervija”</li> <li>• Izglītības sistēma Latvijā – profesionālās izglītības plusi un mīnusi</li> <li>• Karjeras mērķi, plāni un mana atbildība</li> <li>• Darba tirgus un nākotnes izaicinājumi.</li> <li>• Profesijas un mācību priekšmeti</li> <li>• Filma un darba lapas “4 veiksmīgas cilvēka atslēgas”</li> <li>• Individuālās un grupu karjeras konsultācijas</li> </ul>	<p>2 st. oktobris – pkk A.Zariņa  2 st.-oktobris- kl.audz. I.Valaine  3 st.-marts- kl. audz.  2 st. februāris – kl.audz.  3 st. novembris – pkk A.Zariņa</p>
11.klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptaujas anketa karjeras interešu noteikšanai.</li> <li>• Sevis apzināšanās vidusskolā. Mācību process kā karjeras sastāvdaļa.</li> <li>• Mērķu plānošana un sasniegšana</li> <li>• Profesionālā un akadēmiskā izglītība Latvijā un Ārzemēs</li> <li>• Sabiedriskā līdzdalība un karjera.</li> <li>• Simulācijas spēle “Darba intervija”</li> </ul>	<p>2 st. septembris – oktobris – pkk A.Zariņa  1.st.-septembris-kl.audz. K.Andža  1st.-oktobris-kl.audz.  1st.-novembris-kl.audz.  1st.-decembris-kl.audz.  1st.-janvāris-kl.audz. .    1st.-marts-kl.audz.  1st.-marts-kl.audz.</p>

12. klase	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aptaujas anketa karjeras interešu noteikšanai.</li> <li>• Individuālās karjeras konsultācijas, kad un kā tās izmantot?</li> <li>• Karjeras mērķu plānošana un sasniegšana.</li> <li>• Mācību process kā karjeras sastāvdaļa.</li> <li>• Es nākotnes darba tirgū</li> <li>• Profesionālā un akadēmiskā izglītība Latvijā un Ārzemēs</li> <li>• Darba pieredze jau vidusskolā: brīvprātīgo darbs, darbs vasarā un citas iespējas</li> <li>• Mans karjeras “Portfolio”. Ko varu darīt jau šodien</li> </ul>	<p>5.st. oktobris – pkk A.Zariņa  5 st. novembris – decembris - kl.audz. L.Straube  5 st. janvāris – maijs – kl.audz.  3 st februāris – pkk A.Zariņa</p>
-----------	---	--

### 3. Karjeras attīstības atbalsta pasākumi skolā.

Klase	Pasākums	Pasākuma veids	Vieta, laiks	Atbildīgais
7.-10.klase	Skolēnu karjeras intereses un vajadzības	Aptauja	Mācību klase Septembris	Kl.Audz. A.Zariņa
7.-11.kl.	Karjeras iespējas. Skolēnu individuālo konsultāciju iespējas.	Informācijas sniegšana	Mācību klase Septembris	A.Zariņa un klašu audzinātāji
1.-11.klases	Ekskursiju diena.	Došanās uz dažādiem uzņēmumiem	Septembris	Kl.audz. un pkk A.Zariņa
1.-9.klases	Ielogyies nākotnē”	Nodarbība, 3D zīmēšanas demonstrējumi	Mācību klases	Pkk A.Zariņa
4.a	“Darbs radio”	Tikšanās ar “Kultūrdeva” vadītāju	Mācību klase oktobris	Z.Vilciņa
4.b	Profesijas Rīgas satiksmē	Mācību ekskursija oktobris	Rīgas Satiksmes Klientu apkalpošanas centrs	D.Murevica
1.-4.kl	Reālā un virtuālā banka	Vecāki stāsta par profesijām	Mācību klases, oktobris	Pkk. A.Zariņa (skat.Karjeras nedēļas plānu)
1.-5.kl.	Profesijas mūsdienīgā bibliotēkā	Ievadstunda LNB izstādes “Grāmata Latvijā” un	LNB, pārrunas skolā	pkk A.Zariņa

		Virtakas klases apmeklējums Pārrunas "Profesijas un izglītība"		
4.-9.kl.	Karjeras nedēļa Rīgas Tūrisma un radošo industriju tehnikumā	Mācību ekskursijas, oktobris	RTRIT	Kl.audz., pkk A.Zariņa
6.-7.kl.	Lietišķo rakstu portfolio	CV un motivācijas vēstules rakstīšanas meistarklases	Mācību klase, oktobris	D.Blūma, I.Valaine, pkk.A.Zariņa
7.-11.kl.	Eiropas Zinātnieku nakts	Mācību ekskursija	LU Dabaszinību māja, septembris	I.Vanovska
8.-9.kl.	Teātra metodes sociālo prasmju attīstībai	Publiskā runa, radošā rakstīšana, žestu valoda	Svētku zāle un izbraukums, Oktobris – decembris, 7 nod.	Pkk A.Zariņa, psih. A.Ozoliņa
9.-10.kl.	Lietišķais stils un etiķete	Prezentācija un diskusija	Mācību klase	A.Zariņa
9.-11.kl.	Starptautiskās izglītības izstādes apmeklējums	Mācību ekskursija	Radisson Blu Hotel Latvija, septembris	Pkk A.Zariņa
9.-11.kl.	Lietišķais stils un etiķete	Interaktīva nodarbība	Svētku zāle, novembris	A.Zariņa Dainis Bērziņš Tālr.29439082 Modes Nams Gints Bude
8.-10.kl	Mērķu izvirzīšana ceļā uz karjeru	Grupās konsultācija	Skolas, mācību klase novembris	Pkk A.Zariņa
9.kl.	Izstādes "Skola 2021"	Mācību ekskursija	Izstāžu zāle Ķīpsala, marts	Pkk A.Zariņa
8.-11.kl.	Skills Latvia 2020	Mācību ekskursija	Izstāžu zāle Ķīpsala, marts	Pkk A.Zariņa
8.-9.kl.	RTU dienas Ķīpsalā	Mācību ekskursija, februāris	Izstāžu zāle Ķīpsala, marts	Pkk A.Zariņa
7.-8.klase	Personīgā gudrība karjerā	Radoša diskusija, grupu konsultācija, izmantojot pasaku naratīva metaforas personības	Mācību klases, marts -aprīlis	A.Zariņa

		attīstībai un karjeras likumsakarību izpratnei.		
9.-11.klases	NVA Rīgas filiāles apmeklējums	Mācību ekskursija, paplašinātā konsultācija	NVA Rīgas filiāle Jēzusbaznīcas ielā, februāris	Pkk. A.Zariņa
1.-2. kl.	Profesiju iepazīšana ar K-komandu	Interaktīva nodarbība	Skolas svētku zāle, maijs	Pkk A.Zariņa
3.-4.kl.	Profesijas animācijā	Interaktīva nodarbība	Skolas svētku zāle, novembris	Pkk. A.Zariņa
4.-11.kl.	Ēnu diena	Individuāla profesiju izpēte uzņēmumos	Dažādi uzņēmumi	Kl.audz, pkk A.Zariņa
5.-6.kl.	Mans karjeras plāns	Individuālas nodarbības	Mācību klase, projektu nedēļa	Pkk A.Zariņa
7.-9.kl.	Darba tirgus: nākotnes prognozes	Zinātniski pētnieciskais darbs	Mācību klase, II semestris	Pkk A.Zariņa

#### **IV. Karjeras izglītības vērtēšana Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 1. – 6. klasē Beidzot 6. klasi, skolēns:**

- 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**

- Skolēns spēj analizēt un izvērtēt savus sasniegumus, personiskās īpašības, spējas un iemaņas.
- Skolēns prot izmantot pašanalīzes rezultātus savu attīstības vajadzību noteikšanai un sava pozitīva paštēla veidošanai.
- Skolēns spēj noteikt savas attīstības mērķus.
- Skolēns spēj atšķirt stereotipus un sagrozītus, realitātei neatbilstošus cilvēku un profesiju aprakstus.
- Skolēnam 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**

- Skolēns izprot, ka darba dzīve nav tikai iešana uz darbu un naudas pelnīšana; saprot, ka darba dzīvei ir daudzi svarīgi aspekti.
- Skolēns spēj aprakstīt, kādas izmaiņas ir notikušas darba pasaulē (raksturot izmaiņas darba pasaulē).
- Skolēns zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām un darba tirgu; zina, kur meklēt karjeras konsultantu palīdzību; ir spējīgs izmantot informācijas avotus.
- Skolēns spēj izveidot profesiju grupas pēc to pazīmēm.

- Skolēns apzinās savas iespējas. Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes
- Skolēns spēj izmantot vienkāršus lēmumu pieņemšanas paņēmienus.
- Skolēns prot sameklēt un izmantot palīdzību personīgu lēmumu pieņemšanā.
- Skolēns spēj izprast ilgtermiņa plānošanas nozīmi un ietekmi savas karjeras iespēju un ar to saistīto lēmumu pieņemšanas kontekstā.
- Skolēns spēj apsvērt dažādas iespējas un, ja nepieciešams, spēj korigēt vai mainīt savus plānus.
  - Skolēns izprot, ko nozīmē “tikt galā” mainīgajā pasaulē un kā tas ir attiecināms uz ilgtermiņa karjeras plānošanu.
- Skolēns spēj (daļēji) uzņemties atbildību par savas personības attīstību.
- Skolēns spēj analizēt pārmaiņas, kas notikušas viņa dzīvē pēdējā laikā.

### **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 7.-9. klasē 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.

### **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. 22
- 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 māk 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.

### **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes 10.-12. klasē.**

#### **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.