



**RUNDĀLES NOVADA DOME
PILSRUNDĀLES VIDUSSKOLA**

Reg. Nr.4513901324

Pilsrundālē, Rundāles pagastā, Rundāles novadā, LV-3921, tālr. 63962223,
e-pasts:pilsrundale.skola@rundale.lv

**Pilsrundāles vidusskolas
Karjeras izglītības programma
1. -12. klasei**

03.01.2021.

1.-25./2021/2

IEVADS

Karjeras veidošanas process sākas bērnībā reizē ar bērna interešu veidošanos. Sākumā cilvēks iepazīst pasauli, tās likumsakarības, veido savu attieksmi pret to. Balstoties uz savu attieksmi, viņš nodarbojas ar pašizziņu un meklē sev piemērotākās lomas sabiedrībā, izvēlas savas dzīves mērķus un to sasniegšanas ceļus.

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izpaušmei visa mūža garumā.

Karjeras izglītība skolā palīdz skolēniem sagatavoties efektīvai pārejai uz pieaugušo darba dzīvi un ir vērsta uz personības izaugsmi, uz tādas personības, kas spējīga pati sevi pilnveidot, attīstīt, vadīt, kas spēj izmantot visus sev pieejamos resursus un informāciju savas dzīves un karjeras attīstībā. Savukārt mūsdienu skolas mērķis ir izveidot zinošu sabiedrību, tāpēc karjeras izglītības mērķis un skolas mērķis ir savstarpēji saistīti un karjeras izglītības īstenošana skolās kļūst aizvien aktuālāka.

Integrējot karjeras izglītību klases audzināšanas stundās, mācību priekšmetos un dažādos ārpusstundu pasākumos, Pilsrundāles vidusskolai tiek izstrādāta karjeras izglītības programma, kura palīdz virzīt skolēna sevis izpratni, veicina informācijas meklēšanas prasmes, profesionālo pašnoteikšanos karjeras attīstībai. Pilsrundāles vidusskolā mācās dažāda vecumposma skolēni, tāpēc ir svarīgi izvēlēties un integrēt atbilstošus karjeras izglītības pasākumus katrai vecumposma grupai, atrast un pielietot piemērotākās un daudzveidīgākās karjeras attīstības atbalsta metodes.

1. Karjeras veidošanas aspekti

Karjera ir process, kurā indivīds efektīvi (mērķtiecīgi, sistēmiski, plānveidīgi) izmanto un vada visus viņam pieejamos resursus (iekšējos un ārējos) savu mērķu sasniegšanai kādā no dzīves jomām un/vai lomām visa mūža garumā, tādā veidā indivīdam pilnveidojot savu personību, pašrealizējoties.

Karjeras izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt prasmes 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 izglītība ir sistemātiski, mācību procesā integrēti daudzveidīgi pasākumi, nodrošina visiem iespējas apgūt karjeras vadības prasmes un saņemt karjeras informāciju un to īsteno viss pedagoģiskais personāls un koordinē pedagogs karjeras konsultants.

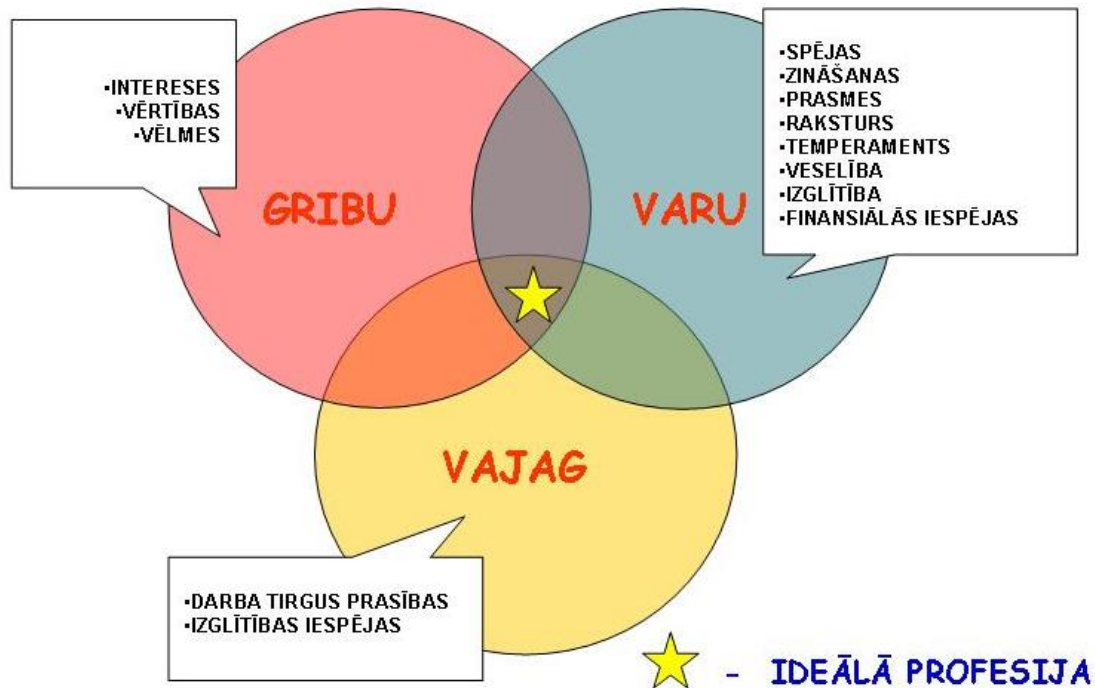
Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu “karjera” skaidroja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, tad tagad “karjera” ir jāsaprot gan kā izaugsme profesionālajā jomā, gan kā likumsakarīga personības izaugsme, nodarbošanās secīga maiņa visas dzīves garumā. Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurš ietver indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbu.

Izvēloties savas profesionālās karjeras virzienu, 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. (skat.1. attēlu)

Ko cilvēks grib, var un ko vajag



GRIBU — tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Daudziem izglītojamajiem 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, veselības stāvoklis — visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad tās noskaidrotas, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās mācībās vai jau praktiskajā darbā.

VAJAG — tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad kādi speciālisti un kompetences ir nepieciešamas tagad un nākotnē; tāpēc, izglītojamajam izvēloties izglītības virzienu, ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot noteiktajā programmā arodskolā, tehnikumā, koledžā, augstskolā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka profesijas mainās, arī to saturs un kompetences darba uzdevumu veikšanai, tāpēc jābūt gatavam mācības turpināt visu dzīvi. Ikvienam cilvēkam ārpus darba un ģimenes nepieciešams laiks, kuru veltīt savai attīstībai.

2. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi

Karjeras izglītības mērķi:

- organizēt izglītības saturu un apguves procesu atbilstoši Ministru kabineta 2013. gada 22. augusta noteikumu Nr. 530 “Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem” prasībām, integrējot specifiskus mērķus;
- nodrošināt izglītojamam pašizpētei, karjeras izpētei un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi;
- radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām sabalansētu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

Karjeras izglītības uzdevumi:

- nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;
- palīdzēt izglītojamajiem izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumu, izvirzītu konkrētu mērķi;
- veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba tirgus pasauli un ar to saistīto izglītības 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;
- izkopt sadarbības, saskarsmes, prezentācijas prasmes, toleranci, cieņu pret citādo un daudzveidību;
- veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.
- izprast mainīgās darba pasaules un mūžizglītības jēdzienus.

3. 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).

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. Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti:

- pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
- analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze — patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
- morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
- 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;
- saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās (rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
- 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;
- matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās.

Pamatjoma “Pašizpēte” ietver šādas saturiskās tēmas:

- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
- manas intereses, vaļasprieks, spējas, brīvais laiks, dienas režīms;
- 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.

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.

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

- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- lēmuma pieņemšana par karjeru. Kā ietekmē ģimene, skola, draugi, sabiedrība, cits;
- 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, sadarbības nozīme un loma;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās un sevis prezentēšana.

Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos atšķiras. (1. tabula)

Skolēnu karjeras vajadzības dažādos vecumos

1.-4. Klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> • Nepieciešama uzmanība un uzslavas. • Piemīt neierobežota enerģija. • Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes. • Nepieciešama pašapziņas veidošana. 	<ul style="list-style-type: none"> • Atšķir darbu no spēles. • Identificē dažādus darba veidus. • Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos. • Zina, kā pieņemt lēmumus. • Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu. • Identificē personīgās sajūtas.

5.-6. klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> • Daudz patstāvīgāki. • Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga. • Var uzņemties vairāk atbildības. • Pārsteidzošs interešu vērēns. • Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificē savas intereses, spējas, stiprās un vājās puses. • Raksturo savus pienākumus mājās, skolā, saista tos ar apkārtnē sastopamajiem darbiem. • Apraksta darba nozīmību, pieejamību. • Apraksta, kā personīgie uzskati, vērtības ietekmē lēmumus.

7.-9.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> • Piedzīvo fiziskas izmaiņas. • Nepieciešamība pēc uzslavām un ir jūtīgi. • Mēģina izveidot unikālu identitāti neatkarīgi no vecāku ietekmes. • Vēlas vairāk neatkarības. • Zinātkāri, tomēr nav gatavi plānot. Pauž jūtas daudz atklātāk. 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstrē labas spējas darbā ar citiem. • Novērtē līdzības un atšķirības starp cilvēkiem. • Identificē stratēģijas personīgo finanšu vadībā. • Apraksta spējas, kuras ir nepieciešamas dažādu darbu veikšanā. • Demonstrē prasmes, kādas nepieciešamas darba iegūšanai un noturēšanai.

10.-12.klase

Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none">• Veido savu identitāti.• Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba/karjeras meklējumus.• Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem.• Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli. Kļūst aizvien patstāvīgāki	<ul style="list-style-type: none">• Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem.• Saprot, kā izglītība ir saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/vai iekļaušanos darba tirgū.• Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām.• Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus.• Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu

4. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns

Pilsrundāles vidusskolā

Programma paredzēta 1. – 12. klašu audzinātājiem un mācību priekšmetu skolotājiem. Tajā noteikti karjeras izvēles vadīšanas mērķi un uzdevumi, programmas realizācija, ieteicamās audzināšanas stundu tēmas, to pamatojums un tēmu sīkāks izklāsts, skolēnu karjeras izaugsmes posmi un kompetences, paredzamais rezultāts, stundās izmantojamās metodes un paņēmieni, kā arī ieteicamā literatūra.

4.1. Pilsrundāles vidusskolas karjeras izglītības programmas mērķis, uzdevumi un saturs

Programmas mērķis: skolēnu karjeras izvēles mērķtiecīga un pēctecīga vadīšana, sniedzot skolēniem zināšanas par karjeras izglītību, izkopjot prasmes mērķtiecīgi darboties visos karjeras izaugsmes posmos, veidojot attieksmi pret sevi, ģimeni, sabiedrību un valsti profesionālās pašnoteikšanās ceļā.

Programmas uzdevumi:

1. Noteikt karjeras izvēles vadīšanas darbības pamatojumu, mērķi un uzdevumus audzināšanas darbā katrā klašu grupā, ņemot vērā skolēnu vecumposmu.
2. Noteikt karjeras izvēles vadīšanas rezultātā skolēniem veidojamās kompetences.

3. Ieteikt tematiku karjeras izvēles vadīšanā klases audzinātāja stundām un citām audzināšanas darbības formām.
4. Ieteikt metodes un paņēmienus karjeras izvēles vadīšanā klases audzinātāja stundām un citām audzināšanas darbības formām.
5. Ieteikt karjeras izvēles vadīšanas stundu sagatavošanai piemērotāko literatūru un metodiskos materiālus.
6. Ieteikt tematiku karjeras izvēles vadīšanā mācību priekšmetu skolotājiem mācību stundās un dažādos ārpusstundu pasākumos.
7. Veidot karjeras izglītības pasākumu plānu darbam ar sākumskolas, pamatskolas un vidusskolas skolēnu grupām, tai skaitā grupu un individuālām konsultācijām.

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

4.2. Karjeras attīstības atbalsta īstenošana izglītojamā karjeras vadības prasmju attīstīšanā Pilsrundāles vidusskolā

Karjeras izglītība – sistēmiska, izglītības iestāžu, vecāku un sabiedrības sadarbība, lai palīdzētu bērniem, pusaudžiem, jauniešiem un pieaugušajiem apgūt pieredzi, attīstīt un pašvērtēt savu karjeru (Korna, 2011).

Karjeras izglītībā var panākt labus rezultātus, strādājot komandā ar skolas vadību, klases audzinātājiem, priekšmetu pedagogiem, interešu pulciņu vadītājiem, skolēnu vecākiem, kā arī veidojot sadarbību ar dažādām valsts un nevalstiskām iestādēm, organizācijām un institūcijām (pašvaldība, NVA, citas izglītības iestādes, skolas absolventi, uzņēmēji, profesiju pārstāvji u.c.).

Pilsrundāles vidusskolā tiek īstenoti dažādi karjeras izglītības pasākumi:

- *Skolas karjeras izglītības pasākumi* (integrēti mācību un klašu audzināšanas stundās, ārpusstundu pasākumos);
- *Ārpuskolas karjeras izglītības pasākumi* (Mācību iestāžu atvērto durvju dienas, Ēnu diena, izstāde “Skola 20..” u.c.).

2.tabulā ir aprakstīta sadarbība starp karjeras attīstības atbalsta īstenošanai un skolēniem.

**Sadarbība ar karjeras attīstības atbalsta īstenotājiem
skolēnu karjeras vadības prasmju attīstīšanai
Pilsrundāles vidusskolā**

Nr.	Darbība	Paredzamais rezultāts	Mērķauditorija
1.	<i>Klases audzināšanas stundas</i>	Skat. klases audzinātāja stundu tematiskajā plānojumā.	Skolēni
2.	<i>Darbs ar vecākiem-</i> klases vecāku sanāksmes, izglītojošie semināri vecākiem, vecāku stāstījums par savām profesijām.	Vecāki uzzina par bērna spējām, prot tās izvērtēt, lai palīdzētu izvēlēties profesiju, uzzina par iespējām apgūt izvēlēto profesiju. Skolēni iepazīstas ar profesijām, kurās strādā viņu un skolas biedru vecāki.	Skolēnu vecāki
3.	<p><i>Sadarbība ar skolas</i></p> <p><u>Direktoru</u> – skolas attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana, izpildes pārraudzība un kontrole.</p> <p><u>Direktora vietnieku mācību darbā</u> – koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā.</p> <p><u>Direktora vietnieku audzināšanas darbā</u> – koordinē un pārrauga audzināšanas darbu skolā, arī karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā.</p> <p><u>Psihologu</u> – skolēnu izpēte, pārrunas ar skolēniem un vecākiem.</p> <p><u>Mediķi</u> – pārrunas ar skolēniem un vecākiem.</p> <p><u>Sociālo pedagogu</u> - pārrunas ar skolēniem un vecākiem.</p> <p><u>Bibliotekāru</u> – informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.</p> <p><u>Klašu audzinātājiem</u> – īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas darba un karjeras izglītības plānu.</p>	Skolēni un viņu vecāki uzzina, kā skolas atbalsta personāls var palīdzēt skolēnam karjeras izvēles jautājumos – sevis izzināšanā, atbilstība profesijai, lēmuma pieņemšanā, profesiju iepazīšanā. Skolas atbalsta personāla uzdevums ir palīdzēt skolēniem attīstīt karjeras vadības prasmes, lai karjeras izvēle atbilstu viņu personīgajām īpašībām, kā arī saprast, ka vides faktori var ierobežot izglītības un profesionālās iespējas.	Skolēni, vecāki

	Logopēdu – konsultē skolēnus un viņu vecākus par logopēdiska rakstura jautājumiem, ja tas skar skolēna karjeras izvēli.		
4.	Sadarbība ar darba devējiem - tikšanās, ekskursijas uz iestādēm un uzņēmumiem.	Skolēni iepazīstas ar darba devēju prasībām darba ņēmējiem, darbavietu vidi, nepieciešamām profesijām uzņēmumos un iestādēs.	Skolēni
5.	Sadarbība ar citām izglītības iestādēm -tikšanās ar pārstāvjiem, iestāžu apmeklējums.	Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju citās izglītības iestādēs.	Skolēni
6.	Tikšanās ar skolas absolventiem	Skolēni uzzina par izglītības iespējām un mācību procesu citās izglītības iestādēs.	Skolēni
7.	Tikšanās ar profesiju pārstāvjiem	Skolēni iepazīstas ar dažādu profesiju pārstāvju darba specifiku, pienākumiem, prasmēm.	Skolēni
8.	Tikšanās ar pašvaldības pārstāvjiem	Skolēni iepazīstas ar pašvaldībā aktuāliem nodarbinātības jautājumiem, pieprasītākajām profesijām un iespējamām darba vietām.	Skolēni
10.	Izstāde “Skola 20...”	Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju citās izglītības iestādēs.	Skolēni
12.	Ēnu diena	Skolēni iepazīstas ar kādas profesijas, specialitātes pārstāvju darba dienas režīmu, pienākumiem, atbildību, specifiskiem jautājumiem.	Skolēni
13.	Meistarības konkurss “SkillsLatvia- 20...”	Skolēni iepazīstas ar izglītības iespējām un mācību procesa organizāciju profesionālajās izglītības iestādēs. Pasākumu organizē (VIAA).	Skolēni
14.	Karjeras nedēļa skolā un valsī (pēc atsevišķa plāna)	Palīdzība skolēniem izzināt savas karjeras iespējas un izvēlēties, atbilstoši savām interesēm un iespējām, nākamo profesiju, kā arī veicināt uzņēmējdarbību.	Skolēni

14.	Skolotāju diena	Skolēni iepazīstas ar skolotāja profesiju – pienākumi, darba organizācija, atbildība, ikdienas darbs ar klasi.	Skolēni
-----	------------------------	--	---------

Karjeras izglītības programmas ārpusstundu un ārpusskolas pasākumi Pilsrundāles vidusskolā tiek īstenoti visu mācību gadu.

3.tabulā attēlota Pilsrundāles vidusskolas karjeras izglītības īstenošana klases stundās, pamatojoties uz Valsts izglītības satura centra metodisko līdzekli *Klases stundu programmas paraugs un Ieteikumiem Klases stundu programmas īstenošanai* (2016).

3.tabula

Klases stundu tematiskais plānojums

1.-3. klase

N. p.k.	Stundas tēma	Stundas temats	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.	1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā. 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	Zīna, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zīna nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	1. Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki mājās. 3. Manas intereses pulciņos. 4. Es vēlos strādāt par ...	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms	1.Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2.Mani dienas darbi skolā un mājās. 3.Mani vaļasprieki un atpūta. 4.Mans dienas režīms.	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības - skolēna darbs	1. Kāpēc jāmacās? 2. Kā labāk mācīties? 3. Mācības –pienākums un atbildība. 4. Mācību rezultāti un sasniegumi.	Āpzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.

5.	Karjeras vīzija	1. Pēc 20 gadiem es būšu... 2. Profesijas pēc 50 gadiem. 3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā? 4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.
----	-----------------	--	--

4.-6. klase

N. p.k.	Stundas tēma	Stundas temats	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	1. Vislabāk es protu ... 2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? 3. Manas intereses. 4. Manu spēju un talantu prezentācija.	Āpzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	1. Mana diena ģimenes plānā. 2. Mana dienas režīma proporcijas (mācības, vaļasprieki, atpūta). 3. Vai es protu palīdzēt? 4. Sadarbojoties var ietaupīt laiku. Kā?	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana	1. Mūsu klases hobiji (vaļasprieki). 2. Pulciņi skolā. 3. Interesu izglītība pilsētā / pagastā. 4. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1. Mana sasniegumu mape. 2. Mana izaugsme. 3. Vai es mācos tik, cik spēju? 4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Āpzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	1. Fizisks un garīgs darbs. 2. Profesiju veidi. 3. Profesiju prestižs un nepieciešamība. 4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā/novadā/ pagastā.	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. Pētīt profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.

6.	Lietiškā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	<ol style="list-style-type: none"> 1. Valodas kultūra ikdienā. 2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība. 3. Elektroniskās saziņas kultūra. 4. Telefonsaziņas kultūra. 	<p>Īzkopj savu valodas kultūru.</p> <p>Īzprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.</p>
----	--	---	--

7.-9. klase

N. p.k.	Stundas tēma	Stundas temats	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības). 2. Mani plāni šim gadam. 3. Ko es esmu labu izdarījis šogad? 4. Mani nozīmīgākie sasniegumi. 	<p>Īobjektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības.</p> <p>Īnovērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā.</p> <p>Īnovērtē savu sasniegumu rezultātus.</p>
2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās. 2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā. 3. Interese izglītība un pašattīstība. 4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā. 	<p>Īsprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.</p> <p>Īpzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.</p>
3.	Izglītības vērtība	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. 2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. 3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9. klases beigšanas. 4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā. 	<p>Īzprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību.</p> <p>Īpzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību.</p> <p>Īzprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.</p> <p>Īzina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.</p>

4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule	<ol style="list-style-type: none"> 1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi. 2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas). 3. Ēnu diena kā iespēja. 4. Manā pilsētā/ novadā/ pagastā pieprasītākās profesijas. 	<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. Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos. Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.</p>
5.	Individuālā karjeras plāna izveide	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mērķis un starpmērķi. 2. Izvēle un alternatīvas. 3. Lēmumu pieņemšanas ceļi. 4. Manas sasniegumu mapes prezentācija. 	<p>Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus</p>

10.-12. klase

N. p.k.	Stundas tēma	Stundas temats	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	<ol style="list-style-type: none"> 1. Latvijas izglītības sistēma un tālākās izglītības iespējas. 2. Nosacījumi studijām ārzemēs (apmaiņas programmas). 3. Informācijas avoti par iespējām turpināt izglītību. 4. Informācijas avoti par studiju fondiem, stipendijām, kredītiem. 	<p>Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.</p>
2.	Mūzizglītība	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kāpēc saka: “Mūžu dzīvo, mūžu mācies”? 2. Darba loma un izglītība kā vērtība manā dzīvē. 3. Formālās un neformālās izglītības iespējas. 4. Pašizglītošanās iespējas vietējā pilsētā/ novadā/ pagastā. Informācijas avoti. 	<p>Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. Apzinās izglītību kā vērtību. Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas</p>
3.	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laiks un profesijas. 2. Darba tirgus perspektīvas un lēmuma pieņemšana. 3. Nodarbinātības tendences Latvijā un pasaulē. 4. Alternatīvu lēmumu pieņemšana karjeras izvēlē. 	<p>Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.</p>

4.	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	1. Ko sagaida darba devējs? 2. Darba meklēšanas process un iespējas. 3. Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju mainību. 4. Profesionālā ētika un darba likumdošana.	Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. Pārzina darba meklēšanas procesu. Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.
5.	Darbs ārzemēs	1. Darbs ārpus Latvijas. Iespējas un riski. 2. Informācijas avoti par dažādu valstu darba likumdošanu. 3. Veiksmes stāsti par darbu ārzemēs. Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. 4. Kāpēc es atgriezos? Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. Negatīvā pieredze un patriotisms.	Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.
6.	Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide	1. Man, piemērotāko profesiju saraksts. 2. Izvēlētās profesijas apguves iespējas. 3. Individuālā plāna īstenošanas termiņi. 4. Dažādas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas. Izvēle un alternatīvas.	Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu.

Karjeras vadības prasmes tiek iekļautas ne tikai klases, bet arī mācību priekšmetu stundās. Arī skolēniem jāapzinās, ka skolā mācību priekšmetos gūtās zināšanas ir noderīgas nākotnei un apgūstamās tēmas lielākā vai mazākā mērā saistās ar karjeras iespējām. Karjeras vadības prasmju apgūšana mācību procesā veicina:

- iesaisti mācībās;
- sekmju uzlabošanu un tālākvirzību izglītībā;
- nodarbinātību;
- profesionālās karjeras attīstību;
- turpmāku izglītošanu. (Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2017)

Praktiski katrā mācību priekšmetā ir tēmas, kurās iekļauta karjeras izglītība (skat. 4.tabulu).

4.tabula

Karjeras izglītības/karjeras vadības prasmju integrēšana mācību priekšmetos

Klase	Mācību priekšmets	Sasniedzamais rezultāts
1.klase	Sociālās zinības	Atšķir savai veselībai drošu vai nedrošu vidi. Novērtē situācijas, kas apdraud veselību un drošību.
	Ētika	Zina tikumiskās izvēles kritērijus (pienākums, atbildība, sekas, cieņa). Apzinās savus pienākumus skolā un mājās, ir guvis priekšstatu par dažādu profesiju pārstāvju pienākumiem.
	Angļu valoda	Veicina vārdu krājuma apguvi par skolas vidi, klases lietām un skolotāja profesiju. Izmanto atsevišķus vārdus, pamatfrāzes un vienkāršus teikumus par pārtiku, ēdienu, oficianta profesiju.
2.klase	Dabaszinības	Iegūst informāciju par dabaszinību jautājumiem lasot, klausoties, skatoties. Gūst priekšstatu par pārtikas tehnologa profesiju. Apzinās, ka dabaszinībās iegūtās zināšanas un prasmes ir izmantojamas ikdienas dzīvē.
	Angļu valoda	Vienkāršos teikumos stāsta par Jelgavas pilsētas objektiem.
3.klase	Latviešu valoda	Apgūst prasmi uzrakstīt apsveikumu, ielūgumu, ziņojumu. Glīti un pareizi raksta vārdus un teikumus.
	Matemātika	Prot nosaukt reālās dzīves situācijas, kurās ir svarīgs skaitļu sakārtojums virknē. Prot nolasīt un iegūt informāciju no tabulām, diagrammām, tekstiem.
	Sociālās zinības	Apzinās patstāvīgas dzīves prasmes, izkopj patstāvību, apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā un to īstenošanā ģimenē, klasē, skolā.
	Angļu valoda	Pilnveido zināšanas svešvalodā par dažādām profesijām un iepazīt tās.
4.klase	Latviešu valoda	Spēj sakarīgi pastāstīt un iepazīstināt citus ar savām interesēm, vaļaspriekiem. Prot pastāstīt par to, ko prot un var iemācīt citiem. Salīdzina, kas kopīgs un kas atšķirīgs dažādiem cilvēkiem (piemēram, intereses, vērtības, izskats, hobiji).
	Sociālās zinības	Izprot, ka katram cilvēkam ir vēlmes un pamatvajadzības. Zina, kas ir nauda, un prot ar piemēriem pastāstīt par naudas īpašībām.

	Matemātika	Risina praktiskus uzdevumus, kas saistīti ar sadzīves, vides un veselības jautājumiem. Raksturo lielumus ar skaitļiem, pareizi lieto mērvienības. Gūst priekšstatu par mērnieka profesiju.
	Angļu valoda	Gūst priekšstatu par detektīva profesiju, dzīvnieku meklēšanas profesionāli. Veido vienkāršus teikumus, frāzes par šo tēmu. Izmanto vārdus, teikumus, lai atbildētu un uzdotu jautājumus par dinozauriem, dinozauru vēstures pētnieka profesiju. Skolēni gūst priekšstatu par glābēja profesiju glābšanas pasākumu daudzveidību.
5.klase	Svešvalodas	Ir priekšstats par inženierijas, celtniecības dizaina, zinātnieku darbu un tā sasniegumiem. Veido jautājumus, atbild uz jautājumiem par šo tēmu. Iepazīstinās ar iespējamām profesijām tūrisma industrijā. Vienkāršos teikumos stāsta par skolotāja, sporta instruktora, profesionāla sportista profesiju. Iemācās savu vecāku, vecvecāku un citu radnieku profesijas.
	Matemātika	Attēlo informāciju tabulās, stabiņveida un sektora diagrammās. Attīsta plānošanas un pašorganizācijas prasmes.
	Sports	Ir priekšstats par daudzveidīgām profesijām sportā. Izprot, ka fiziskās aktivitātes attīsta vispārējo fizisko sagatavotību un ka ir nepieciešamas, apgūstot kādu no sporta profesijām.
	Mājturība un tehnoloģijas	Veido izpratni par rotkaļa darbu, darbojoties praktiski Veido izpratni par amatniecības daudzveidību, par amatnieka darba specifiku.
6.klase	Svešvalodas	Iepazīstas un izprot filmēšanas komandas dalībnieku (darba pienākumus, spēj formulēt teikumus par citu profesiju pārstāvju pienākumiem pēc parauga. Spēj uzrakstīt formālo vēstuli, izmantojot lietišķo valodu, lai noskaidrotu nepieciešamo informāciju pēc parauguzdevumu veikšanas.
	Matemātika	Attēlo informāciju tabulās, stabiņveida un sektora diagrammās. Prot nolasīt informāciju no dažāda veida diagrammām. Attīsta plānošanas un pašorganizācijas prasmes.
	Sports	Informācijas avotos atrod un interesējas par svarīgākiem sporta pasākumiem savā pilsētā, Latvijā un pasaulē.
	Mājturība un tehnoloģijas	Veidot skolēnos izpratni par šuvēja un kokapstrādes profesijām. Prot izvēlēties darbarīkus, materiālus praktiskam darbam.
	Latviešu valoda un literatūra	Ir priekšstats par amatniecību, darba tikumu. Vērtē tekstā ietvertu informāciju un izmanto to savā darbībā.

7.klase	Ģeogrāfija	Apzinās ģeogrāfijas zināšanu nepieciešamību un noderīgumu dažādās profesijās.
	Bioloģija	Ir ieguvis izpratni par profesijām, kurās nepieciešamas bioloģijas zināšanas.
	Matemātika	Mācās izmantot informācijas avotus, veido prasmi veidot vizuālu materiālu, lieto matemātisko valodu. Prot saskatīt sakarības, plāno darbu grupā.
	Latviešu valoda un literatūra	Iepazīstas ar grāmatu izdošanu saistītās profesijas. Darbojoties grupā, izveido savu grāmatu.
	Mājturība un tehnoloģijas	Iepazīstas ar skārdnieka, pavāra, konditora, oficianta profesiju. Gatavo ēdienus, servē galdu.
	Svešvalodas	Ir ieguvis priekšstatu par brīvprātīgā darba iespējām. Piedalās sarunā par zināmiem vai interesējošiem, kā arī ar ikdienas dzīvi saistītiem tematiem, iepazīstas ar profesijām, kuras nepieciešamas robotu izgatavošanā. Iepazīt ārpusskolas darba organizatora pienākumus un pastāstīt par brīvā laika pavadīšanas iespējām Jēkabpilī. Ir priekšstats par bankas darbinieku ikdienu un pienākumiem. Izmanto vārdus, teikumus, pamatfrāzes par šo tēmu. Ir ieguvis izpratni par profesiju atšķirībām dažādās paaudzēs.
Sports	Apzinās, kāpēc ir svarīgas fiziskās aktivitātes un kāda tām nozīme ir organisma funkcijās.	
8.klase	Fizika	Ir ieguvis izpratni par optometrista profesiju.
	Svešvalodas	Piedalās sarunā par zināmiem vai interesējošiem, kā arī ar ikdienas dzīvi saistītiem tematiem. Iepazīstas ar profesijām medicīnā. Paskaidro savus uzskatus un nodomus par brīvā laika pavadīšanas iespējām. Iepazīstas ar profesionālo mūziķu, mediķu, lidostas darbinieku darba specifiku. Iesaistās diskusijā par ceļojumu būtību, par profesijām tūrismā.
	Sports	Meklējot informāciju un darbojoties grupā, veido plakātu, kolāžu par kādu no Latvijā un pasaulē ievērojamākajiem sportistiem. Apzinās fizisko aktivitāšu nepieciešamību, lai kļūtu par slaveno sportistu.
	Matemātika	Veic patstāvīgo pētījumu, izdomājot kādu pētāmo problēmu. Mācās aptaujāt cilvēkus, apkopot rezultātus, analizēt statistikas lielumus, zīmēt diagrammas.
	Literatūra	Veido priekšstatu par policista profesiju, kā arī par profesijas apgūšanas iespējām. Mācās analizēt daiļdarbu.
	Mājturība un tehnoloģijas	Iepazīstas ar virpotāja amatu, veido paša darināta izstrādājumu un saskata to praktisko pielietojumu. Iepazīstas ar arhitekta un interj dizainera profesijām.
	Matemātika	Veido prezentāciju par līdzību dabā, prezentē savu darbu (var būt individuāls, pāru vai grupu darbs).

9.klase	Latviešu valoda	Pilnveido prasmi lietot dažādu valodas līdzekļus mērķa sasniegšanai, ietekmēšanai. Prot rakstīt lietišķos rakstus, rakstiski izteikt argumentētu viedokli.
	Svešvalodas	Iepazīstas un piedalās sarunā par nelaiemes gadījumiem, par ārsta, arhitekta, programmētāja darba pienākumiem. Iepazīstas ar ceļošanai piemērotu transportu vadītāja darba specifiku. Iepazīstas un piedalās sarunā ar profesijām, kas nepieciešamas laukos. Sameklē informāciju dažādos tekstos, piedalās sarunā par gida profesijas nepieciešamību. Piedalās sarunā par saviem nākotnes nodomiem. Iesaistās diskusijā, vai tas ir labi, ka hobijs ir arī profesija.
	Mājturība un tehnoloģijas	Veido izpratni par inženiera profesiju. Izvēlas darbarīkus, materiālus un izgatavo pats savu izstrādājumu. Iepazīstas ar tērpu dizainera darba specifiku, mācās modelēt.
10.klase	Fizika	Ir priekšstats par inženiertehniskajām profesijām.
	Latviešu valoda	Gūst priekšstatu par tulka, valodnieka profesiju.
	Svešvalodas	Iepazīstas ar šovu veidošanas profesijām. Sameklē konkrētu informāciju dažādos tekstos, piedalās sarunā par auklītes darbu. Iesaistās diskusijā par darba piedāvājumiem. Pauž un argumentē savu viedokli un attieksmi runā un rakstos par ēšanu ārpus mājas. Prot pastāstīt par viesmīļa profesijas darba pienākumiem. Spēj uzrakstīt motivācijas vēstuli lietišķajā valodā pēc parauga. Spēj pastāstīt, izteikt savu viedokli par mācību iestādēm, atbild uz jautājumiem: Kur? Par ko mācīties?
11.klase	Ķīmija	Formulē un argumentē viedokli. Analizē, izvērtē un izmanto ķīmijas satura vizuālo un vārdisko informāciju. Ir iepazinis ķīmijas apakšnozares.
	Matemātika	Lieto zināšanas par statistikas elementiem. Veido izpratni par matemātikas zināšanu nozīmi darba tirgū finanšu pakalpojumu nozarē.
	Svešvalodas	Iepazīstas un piedalās sarunā par modernām profesijām: tetovētājs, pīrsingu licējs, kosmetologs, fitnesa treneris. Iepazīstas un piedalās sarunā par profesijām, kas saistītas ar masu medijiem. Iepazīstas ar psihologa profesijas darba iezīmēm. Spēj formulēt savu nākotnes karjeras vīziju. Veido dialogu “Pārtikas veikalā”, ir priekšstats par profesiju - pārtikas pārdevējs.
12.klase	Bioloģija	Gūst priekšstatu par iespējam bioloģijas zināšanu izmantošanu biznesā. Iepazīstina ar saviem vai grupas darba rezultātiem, izmantojot dažādus uzskates līdzekļus un informācijas tehnoloģijas.
	Svešvalodas	Prot uzrakstīt savu CV, motivācijas vēstuli. Prot atbildēt uz darba intervijas dažādiem jautājumiem. Mācās veidot sarunu ar svešinieku un uzdot jautājumus par pilota

		profesiju. Iepazīstas ar darbu bankā. Ir ieguvis izpratni par duālo profesionālo izglītību. Lietišķo rakstu sagatavošana. Veido dialogu, argumentē savu viedokli par tūrisma pakalpojumiem, ceļojuma maršrutiem, gida profesiju.
--	--	--

Pilsrundāles vidusskolā paredzētie ārpusstundu pasākumi:

- Mācību ekskursijas uz iestādēm, ražotnēm, uzņēmumiem ar mērķi iepazīt darba specifiku, profesiju daudzveidību;
- Tikšanās un lekcijas skolā ar dažādiem profesiju pārstāvjiem ar mērķi izzināt profesijas specifiku, nepieciešamo izglītību, prasmes;
- Tikšanās ar populārām personām novadā, valstī ar mērķi izzināt karjeras ceļa izvēles motīvus, nepieciešamo izglītību;
- Tikšanās ar absolventiem par izglītības ceļa izvēli, apgūstamas profesijas specifiku, prasmēm un iemaņām;
- Interesu izglītības un sporta pulciņi, interešu fakultatīvi.

4.3. 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 zināšanu, prasmju un iemaņu (kompetenču) apgūvē; kā arī, izmantojot pašvērtējumu, sistematizējot skolēnu pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiālus klases audzinātāja darba mapē.

5.tabulā aprakstītas karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes atbilstoši vecumposmiem.

5.tabula

Karjeras izglītības vērtēšana

Klašu grupa	Pašizpētes prasmes	Karjeras iespēju izpētes prasmes	Karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes
-------------	--------------------	----------------------------------	--

1.-3. klase	Skolēni prot stāstījumā nosaukt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus.	Skolēni atpazīst profesijas, ir ieguvuši zināšanas un priekšstatu par dažādām profesijām. Skolēni atceras informāciju, uzdodot jautājumus par darba pasauli un prot prezentēt iegūtās atbildes. Skolēni prot veidot vienkāršus secinājumus par dažādu profesiju saturu.	Skolēni pēc skolotāja dota parauga prot pamatot, kuri nodarbošanās veidi viņus interesē vairāk, lai pēc kritērijiem katrs izvērtētu savu piemērotību konkrētai darbības jomai.
4.-6. klase	Skolēni prot stāstījumā atklāt savus dotumus, sasniegumus, intereses un vajadzības. Skolēni pilnveidojuši abstraktās domāšanas prasmi. Skolēni izprot pašorganizācijas nozīmi. Skolēni spēj pašvērtēt savu darbību un sasniegumus.	Skolēni prot vizualizēt un strukturēt informāciju par profesiju saturu, prot apspriest un apkopot informāciju par profesijām, prot veikt pētījumu aptaujas, intervijas, sarunas, analizēt dažādus datu avotus par profesijām.	Skolēni prot argumentēti prognozēt savas nākotnes karjeru, salīdzinot savas prognozes ar publiski pieejamajiem nākotnes profesiju sarakstiem, pamatot, kuras no izzūdošajām profesijām vajadzētu saglabāt. Skolēni izprot sabalansēta laika plānošanas nozīmi.
7.-9. klase	Skolēni prot saskatīt un atklāt savas stiprās un vājās puses, prot atklāt savas intereses, vajadzības un vērtības, prot veidot savu paštēlu un prezentēt to. Skolēni prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām. Skolēni prot analizēt savas vērtības, pieredzi un vajadzības.	Skolēni izprot dienas režīma un laika plānošanas prasmes saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēni zina profesiju daudzveidību. Skolēni prot saskatīt profesiju pozitīvos un negatīvos aspektus. Skolēni prot izmantot pieejamos resursus informācijas iegūšanai par darba pasauli.	Skolēni prot izvēlēties savām interesēm atbilstošāko profesiju un salīdzināt savas individuālās zināšanas, rakstura īpašības un prasmes ar tām, kas ir nepieciešamas izvēlētajā darbības jomā. Skolēni prot sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai, prot paskaidrot, kā realizēs karjeras plānu.

<p>10.- 12.klase</p>	<p>Skolēni prot saskatīt un atklāt savas stiprās un vājās puses, veidot savu paštēlu un prezentēt to. Skolēni prot salīdzināt savas individuālās rakstura iezīmes ar izvēlētajā profesijā nepieciešamajām, spēj analizēt savas vērtības, intereses, pieredzi. Skolēni prot pilnveidot savas zināšanas, prasmes, rakstura īpašības un vērtības, kas nepieciešamas izvēlētas profesijas izpildei. Skolēni spēj izprast sabiedriskās dzīves un darba tirgus pārmaiņas un novērtēt nepieciešamību pielāgoties jaunajiem apstākļiem. Skolēni prot pašvērtēt savu darbību, pamatojoties uz savu fizisko un garīgo dotumu un vajadzību izpēti.</p>	<p>Skolēni izprot savu esošo un iespējamo perspektīvo vietu izglītības sistēmā Latvijā un ārvalstīs, prot analizēt izglītības sistēmas shēmas. Skolēni izprot dienas režīma un laika plānošanas prasmes saistību ar veiksmīgu karjeru. Skolēni prot izvērtēt savu piemērotību izvēlētajai profesijai.</p>	<p>Skolēni prot kritiski izvērtēt informāciju par karjeras iespējām, izprot pašnodarbinātības un nodarbinātības priekšrocības un trūkumus. Skolēni spēj argumentēti diskutēt par izvēlētas profesijas pozitīvajiem un negatīvajiem aspektiem, balstoties uz iegūto un analizēto informāciju. Skolēni prot sastādīt rīcības plānu karjeras iespēju realizēšanai.</p>
---------------------------------	---	---	---

4.5. Karjeras attīstības atbalsta metodes

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni (skat. 6. tabulu)

6.tabula

Karjeras attīstības atbalsta metodes un metodiskie paņēmieni

Metode, metodiskais paņēmieni	Apraksts
Anketēšana, aptauja	Izmanto, lai iegūtu nepieciešamo informāciju tālākai darbībai diskusijā. Anketas veidā var tikt veidoti dažādi pašnovērtējumi, sevis izpratnei, sevis novērtēšanai pēc dažādiem kritērijiem, apgalvojumiem. Apgūst prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, izteikt savu domu korekti, īsi.
Darbs ar informāciju	Veids, kā dažādos informācijas avotos gūt nepieciešamo informāciju par noteiktu tēmu vai risināmu problēmu. Skolēns prot atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju.
Diskusija	Diskusijā starp vairākiem dalībniekiem tiek apspriesta kāda problēma/jautājums, uzklusot, izprotot un pieņemot citu dalībnieku viedokļu, izsakt savu viedokli un veidojot savu attieksmi pret diskusijas tematu. Skolēns prot pamatoti izteikt viedokli, argumentēt, uzklusīt.

Domu karte	Domu karte ir attīstošs, efektīvs un reizē aizraujošs mācību paņēmieni, kurā vizuāli un grafiski ap centrālo jēdzienu, tēmu, problēmu viegli uztveramā veidā pierakstītas asociācijas vai idejas, lai veidotu lietu, procesu, parādību, norišu savstarpējo izpratni, attīstot gan loģisko, gan simbolisko domāšanu.
Grupu darbs	Skolēns iegūst jaunas un izmanto apgūtās prasmes un iemaņas saskarsmē strādāt komandā.
Intervija	Skolēni iemācās sarunāties: uzklaut sarunas biedru, prast noformulēt konkrētus jautājumus, prast atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietišķu dialogu.
Lietišķās spēles	Skolēni iemācās modelēt dažādas problēmsituācijas.
Eseja Argumentētā eseja	Metode, ar kuru skolēni var apgūt prasmi argumentēt savus spriedumus un viedokli, tos aizstāvojot ar konkrētiem faktiem.
Ēnošana	Veids, kā var gūt priekšstatu par kādu profesionālo, studiju, interešu u.c. jomu, sekojot kāda profesionāļa, speciālista, noteiktas jomas pārstāvja ikdienas gaitām, esot reālā vidē un piedaloties ikdienas darbībās un aktivitātēs.
Grupu darbs Pāru darbs Kooperatīvā mācīšanās	Darbs pāros vai grupās tiek organizēts par kādu noteiktu tēmu kopēja uzdevuma veikšanai. Tā mērķis ir vecināt diskusiju pāri vai starp grupas biedriem, sekmēt dalīšanos pieredzē, sava viedokļa izteikšanu, pamatošanu, argumentēšanu, attīstot sadarbības prasmes.
Individuālais plāns Karjeras plāns	Skolēna individuālā vajadzībām paredzēts darba veids, kura veikšanas gaitā atbilstoši noteiktā kārtībā un laikā izveidots galarezultāts, kura izstrādē tiek ievēroti noteikti darbības posmi loģiskā secībā. Karjeras plāna izveidē tiek izvirzīts mērķis jeb sasniedzamais rezultāts, paredzēti soļi tā sasniegšanai, noteikts laika periods tā izpildei un pēc paveiktā pārrunāta izstrādes gaita un paredzēti turpmākie soļi karjeras mērķa sasniegšanā.
Intervija karjeras konsultēšanā	Dialogs, kas savā būtībā ir saruna starp skolēnu un pieaugušo, kurā noteicošā ir skolēna pieredze, kas jāmaks saskaņot ar skolēna paštēlu un darba identitātes izveidošanu.
Kolāža	Kolāžā tiek izmantoti dažādi simboliski uzskates līdzekļi jeb vizuālie balsti (attēls, zīmējums, aplikācija, datorgrafika, simboli, fotogrāfija u. tml.) izmantošana, lai atklātu jēdzienu, parādību, vides, notikumu u. tml. kopsakaru, ilustrējot kāda vārda, lietas, jēdziena nozīmi un saturu, tā padarot uzskatāmāku attēlojamo objektu (<i>Lemešonoka, 2017</i>).
Lekcija Minilekcija	Lekcija ir formāla informācijas nodošana lielākās grupās, kuras laikā klausītājs klausās, cenšas izprast saturu un vēro lekcijas gaitā notiekošo, bet lektors izskaidro, rada interesi par tematu un stāsta, sniedzot pietiekami plašu informāciju par tēmu. Lekcijas norisē var iesaistīt skolēnus, variēt uzdevumus un padarīt tās norisi aktīvāku.
Mērķu/vērtību dimants/hierarhija/ piramīda	Metode ir piemērota mērķu izvirzīšanai, vērtību klasificēšanai, svarīgākā un mazāk svarīgā noteikšanai, lai vizuālā un uzskatāmā veidā spētu strukturēt savas domas, viedokļus, vērtības u.c. kategorijas. Īpašs paveids ir vērtību dimants, kurā zem klasiskās piramīdas veidojas tās apgrieztā forma, veidojot rombu vai slīpēta dimanta formu: gan augšējā, gan apakšējā romba daļa ir trīsdaļīga, veidojot sadalījumu - visvairāk svarīgs, vairāk svarīgs, svarīgs, mazāk svarīgs, vismazāk svarīgs. Vairāk: Metodes un tehnikas. Pieejams: http://www.saliedet.lv/metozuapraksti/merku-piramida

Mācību ekskursija	Mācību organizācijas forma. kas dod iespēju pilnīgāk apjēgt mācību priekšmetos, karjeras izglītības nodarbībās apgūtās zināšanas, prasmes un iemaņas. Tās tiek plānotas ar mērķi novērot vai izpētīt teoriju praksē, saredzot un pārbaudot to, ko nevar īstenot skolā.
Nākotnes plānošanas metodes	Nākotnes plānošana ir veids, kā skolēns var izvērtēt, izlemt, kas nepieciešams, lai izvirzītu mērķus un pieņemtu lēmumus to īstenošanai. Skolēniem tiek parādītas iespējas, kā soli pa solim noteiktā, īsākā vai ilgākā laika periodā, izvirzot starpmērķus, ejot no vieglākā uz grūtāko, sasniegt plānoto galarezultātu.
Nepabeigtie teikumi	Lai izzinātu skolēnu viedokļus vai lai apzinātu dažādas idejas par kādu tēmu, tiek izmantoti nepabeigtie teikumi. Tie noder situācijas / problēmu / vērtību u.tml. kritēriju diagnosticēšanai. Skolēniem tiek dota nepabeigta frāze, viņam jāuzraksta tās nobeigums teikumā. Vairāk skatīt: Metodes un tehnikas. Pieejams: http://www.saliedet.lv/metozuapraksti/nepabeigtieteikumi .
Pašnovērtējums Pašanalīze	Process, kurā izmantojot dažādas metodes, detalizēti izvērtē sevi, savas īpašības, darbības, rīcības nozīmīgumu, izdarot atzinumus par sevi, sava darba, sevis padarītā vērtību, nozīmīgumu, trūkumus un tālāko perspektīvu. Tas nepieciešams, lai plānotu tālāk savu individuālo darbību, rīcību.
Pārrunas	Pedagoga rosināts, skolēns izsaka savas domas par kādu tematu, sākotnēji atbildot uz jautājumiem, uzklusot citu viedokļus atbildēs, pakāpeniski virzoties uz izpratni par konkrēto tematu.
Pētījums	Skolēni apgūst prasmes strādāt ar problēmsituāciju, prot formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskās iemaņas pētnieciskajam darbam, izpētīt un analizēt dažādas situācijas.
Prāta vētra	Skolēni izprot, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos sistematizē un analizē.
Prezentēšana	Prezentācija ir ilustrēta noteiktas tēmas atspoguļojums (teorētiska materiāla vizualizēšana, pētījuma, praktiskās darbības demonstrēšana). Prezentācija par cilvēka dzīves dažādām jomām ir auditorijas iepazīstināšana ar sevi, savas personības iezīmēm, savām interesēm, vērtībām, darbu un pieredzi.
Prognozēšana	Uz faktiem, novērojumiem vai pieņēmumiem balstīta paredzēšana, nākotnes tēla veidošana ar noteiktu varbūtības pakāpi, piemēram, sava vērtējuma prognozēšana, nākotnes nodomu paredzēšana, nākotnes / karjeras vīzijas izveide u.tml.
Projekts	Skolēni iemācās formulēt idejas, iegūt informāciju un to apstrādāt, iegūtos rezultātus parādīt citiem, plānot darbu, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus.
Profesiju ABC	Skolēni, strādājot grupās izlozē alfabēta burtu un saņem lapu ar informāciju no Profesiju kataloga par profesijas aprakstu ar to burtu sākumā, kuru skolēni iepriekš izlozēja. Studējot tekstu, jāizvēlas profesionālās prasmes un tās jāpaskaidro. Metode sekmē skolēnu iepazīšanos ar profesijas daudzveidību un arī ar profesiju pienākumiem.

Seminārs	Metode, kad, risinot problēmas, grupai (klasei) jāpieņem atbildīgs lēmums, kurā svarīgs ir ikviena viedoklis un kolektīvā doma. Skolēni mutiski aizstāv savu viedokli, uzstājas, diskutē, sadarbojoties rod kompromisus un pieņem lēmumu.
Simulācijas spēle Lomu spēle Lietišķā spēle Drāmas metode	Imitējot reālās situācijas, iespējams apspriest dažādus, jautājumus, risināt problēmas, izmantojot esošo pieredzi, balstoties uz reālām dzīves problēmām, kritiski aplūkot dažādas problēmas un meklēt tām risinājumus, plānot darbību un sadarboties grupā.
Situāciju (gadījumu, notikumu) analīze	Situāciju analīze ir veids, kā analizēt kādu notikumu vai notikumu virkni, radot mācību situāciju, kurā apspriežamā problēma atspoguļo reālo dzīvi, uzlabojot skolēnu spēju identificēt problēmas, to cēloņus un sekas un attīstot lēmumu pieņemšanas prasmes.
Spēles	Apgūst prasmi iekļauties kolektīvā, parādīt sevi, prast novērtēt sevi un citus.
SVID analīze	Skolēni apgūst prasmes izvērtēt pašreizējo situāciju un paredzēt attīstības iespējas.
Tests	Skolēni izzina sevi, prot novērtēt savus dotumus, personisko īpašību atbilstību konkrētai profesijai.
Tikšanās ar speciālistiem, absolventiem, darba devējiem u.c.	Skolēni iegūt informāciju nepastarpināti, var noskaidrot viņus interesējošus jautājumus par konkrēto profesiju.
Vizuālizācija	Skolēni apgūst prasmi veidot dažādus simboliskus uzskates līdzekļus: domu kartes, shēmas utt.

5. Ieteicamā literatūra

Sevis izzināšana

1. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. Pētergailis, 2001.
2. Personības pašizjūta un identitāte. /sast. Dz. Meikšāne, I. Plotnieks/- R.: SIA „Jumis”, 1998.-201 lpp.
3. Psiholoģijas vārdnīca. -G.Breslavared.-R.:Mācību grāmata, 1999.-157 lpp.
4. Psiholoģija vidusskolai /autoru kolekt. / - R.:Zvaigzne ABC, 1999.-250 lpp.
5. Saskarsme audzēkņiem /autoru kolekt. / - R.:Jumava, 1999.- 294 lpp.
6. Godvins M. Kas jūs esat? – Zvaigzne ABC, 1999.
7. Junga K.G. Psiholoģiskie tipi. - R.: Zvaigzne, 1993.

8. Korna E. Karjeras izglītība. - R.: RAKA, 2011.
9. Lapiņa K. Vīrieša identitātes meklējumi. Psiholoģijas Pasaule. – (2005/11).
10. Lieģeniece D. Kopveseluma pieeja 5-7 gadu vecu bērnu audzināšanā. – R.:RaKa,1996.
11. Milts A. Saskarsmes ētika. – Zvaigzne ABC, 2004.
12. Pagraba E. Klases audzinātājam darbā ar vecākiem, bērniem un sevi pašu. – Pētergailis, 2006.
13. Pokratniece G. Identitātes attīstība posmu aspektā. Personības pašizjūta un identitāte. – R.: Mācību apgāds NT,1998.
14. Reņģe V., Lūsis K. Personības psiholoģijas struktūra. – R.: Zinātne, 1988.
15. Svence G. Attīstības psiholoģija. -R.: Zvaigzne, 1999.-216 lpp.
16. Tunne I. Jauniešu pašapziņas dinamika un identitātes meklējumi. Personības pašizjūta un identitāte. – R.: Mācību apgāds NT, 1998.
17. Vorobjovs A. Vispārīgā psiholoģija. - R.: Izglītības soļi, 2000.
18. Rubana. I. M. Veselības izglītības pamati. – R: RAKA 1997
19. Rubana. I. M.Mācīties darot. – R: RAKA 2000
20. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā. Metodisks materiāls. PIAA, 2004.

Izglītības un nodarbinātības iespēju izpēte

1. <http://www.cvmarket.lv>
2. <http://www.cv.lv>,
3. <http://www.e-darbs.lv>,
4. <http://www.workingday.lv>,
5. <http://www.niid.lv>
6. <http://www.nva.gov.lv/karjera/>
7. www.profesijupasaule.lv
8. www.prakse.lv
9. Ievads ekonomikā. Sociālās zinības 8. klasei. R.: RaKa, 1998.
10. Bērta Š. Kā pieteikties darbā? Apgāds Zvaigzne ABC, 1998. 27. – 30.lpp.
11. L.Lapiņa, V.Rudiņa „Interaktīvās mācīšanas metodes”. – Zvaigzne ABC, 1997, 136 lpp.
11. V. Krieviņš Mājsaimniecības ekonomika / RaKa, 1997.

12. G. Catlaks, V. Sarma Civilzinības 9. klasei / Zvaigzne ABC, 2001.
13. www.lu.lv/laikraksts/izglitiba/62/-34k
14. www.Im.gov.lv/doc_upl/Zinojums_dz_Isituacija_izglitiba.pdf
15. http://www.piaa.gov.lv/Euroguidance/inf_mat/iep_izgl_d_p.htm
16. http://www.piaa.gov.lv/index2.php?lang=lv&menu_id=6
17. <http://www.izmpic.gov.lv>
18. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte. Metodisks materiāls. PIAA, 2004.
19. Izglītība pēc 9. klases. PIAA, 2005.
20. Izglītība pēc 12. klases. PIAA, 2005.
21. Latvijas Nacionālais attīstības plāns. 1. redakcija, 2005.

Karjeras plānošana

1. Mērķis Nr. 9/2005. Plāniņš veiksmīgai attīstībai. 26. –28.lpp.
2. Skats nākotnē. Skolotāja ceļvedis. Nensijaperija un ZarksVanZandts. Materiāli pārstrādāti un adaptēti Profesionālās karjeras izvēles centrā.
3. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. SIA “N.I.M.S.” PKIC, 2000.
4. Hovards S. Veiksmīga karjera Curriculum Vitae. Apgāds Zvaigzne ABC, 1999.
5. Mērķis Nr. 1/2003. Prasmju CV – kad gribi īpaši izcelt savas spējas. 32. – 34.lpp.
6. Mērķis Nr. 2/2003. Mērķa un alternatīvais CV. 30. – 31.lpp. 7. Mērķis Nr. 6/2003. CV tikko no skolas sola nākušiem. 32. –33.lpp.

Citi avoti

1. Karjeras izglītība skolā: pieredze 2009 / Valsts izglītības attīstības aģentūra. - [Rīga]: Valsts izglītības attīstības aģentūra, [2010]. - 211 lpp. + CD.
2. Karjeras un izglītības iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē [videoieraksts]. - Rīga: Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2007. - 1 DVD (24 min.):
3. Karjeras un izglītības iespējas meža nozarē [videoieraksts]. - Rīga: Valsts izglītības attīstības aģentūra, 2007. - 1 DVD (21 min., 19 sek.)

4. Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk?: padomi veiksmīgai karjeras izvēlei / [Rīga] : Valsts izglītības attīstības aģentūra, Karjeras atbalsta departaments, 2008. - 111, [1] lpp.
5. Mana karjera manās rokās! [Elektroniskais resurss] = Enerģētika. - [Rīga] : AGD grupa, 2008. - 1 CD. –
6. Progresīvās profesijas [Elektroniskais resurss]: profesiju segregācijas cēloņu mazināšana / Sabiedrības integrācijas fonds. - Rīga: Sabiedrības Integrācijas fonds, 2006. - 1 CD. - Saturā: Mašīnbūve un metālapstrāde; Elektronika un elektronikas rūpniecība; Informācija un komunikācijas tehnoloģija; Ķīmija un farmācija.

Programmu izstrādāja Pilsrundāles vidusskolas PKK Inta Poča

Direktore

Antra Žukovska