

Privātā Rīgas Tehnolingvistiskā ģimnāzija

LR IZM reģ. Nr. 3413801138

Ģertrūdes iela 27, Rīga, LV-1011, tel. +371 25135313, e-pasts: direktors@rtl.lv

Karjeras izglītības programma 2023./2024.-2025./2026.m.g.

I. Ievads

"Kas zina, ko grib, spēj, ko grib". (Rainis)

21. gadsimta sabiedriskajā dzīvē notiek ievērojamas pārmaiņas. Šīs pārmaiņas ne tikai ietekmē dzīves procesus, bet arī maina darba tirgus tendences: iepriekšējā gadsimtā sastopamo profesiju izzušana un pilnīgi jaunu profesiju rašanās. Izglītojamo karjeras vadības prasmju attīstība ir izglītības procesā būtiska sastāvdaļa, kas sniedz izglītojamiem informāciju, prasmes un pieredzi, lai sagatavotos nākotnes karjeras izaicinājumiem. Karjeras izglītība attīsta gan akadēmiskās, gan praktiskās prasmes, veicinot veiksmīgu pāreju no izglītības uz darba tirgu. Karjeras izglītība nodrošina sistematizētu zināšanu, prasmju un attieksmju kompleksu, kas palīdz saprast, kādas profesionālās darbības jomas un konkrētas profesijas ir piemērotas konkrētam indivīdam. Lai efektīvi sagatavotu izglītojamos pārejai no skolas uz pieaugušo darba dzīvi, izglītības iestādei ir jānodrošina daudzveidīga mācīšanās pieredze. Šo uzdevumu izpildei izglītības iestāde orientējas uz savu darba mērķu un uzdevumu, ņemot vērā jaunākās izglītības politikas nostādnes. Tā rezultātā tiek izveidota un īstenota karjeras izglītības programma, kas nodrošina izglītojamiem nepieciešamās zināšanas, prasmes un attieksmi, lai veiksmīgi iekļautos nemitīgi mainīgajā darba tirgū.

II. Karjeras izglītības programmas normatīvais pamats

Privātās Rīgas Tehnolingvistiskās ģimnāzijas karjeras izglītības programma veidota, pamatojoties uz nosacījumiem un noteikumiem, kas ietverti Latvijas Republikas izglītības politikas dokumentos. Ir izstrādāti dažādi normatīvie dokumenti un prasības, kas nosaka karjeras attīstības atbalsta īstenošanu izglītības iestādēs. Tie ir gan likumi, gan Ministru kabineta noteikumi un rīkojumi, gan citu valsts institūciju noteikumi.

1. Izglītības likums <https://likumi.lv/doc.php?id=50759>

2. 2019. gada 3. septembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 416 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem"

<https://likumi.lv/ta/id/309597-noteikumi-par-valstsvisparejas-videjas-izglitibas-standartu-un-visparejas-videjas-izglitibasprogrammu-paraugiem>

3. 2018. gada 27. novembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 747 "Noteikumi par valsts pamatzglītības standartu un pamatzglītības programmu paraugiem" <https://likumi.lv/ta/id/303768-noteikumi-par-valsts-pamatzglitibas-standartu-un-pamatzglitibas-programmu-paraugiem>

4. 2020. gada 6. oktobra MK noteikumi Nr.831 "Izglītības iestāžu, eksaminācijas centru, citu Izglītības likumā noteiktu institūciju un izglītības programmu akreditācijas un izglītības iestāžu vadītāju profesionālās darbības novērtēšanas kārtība" <https://m.likumi.lv/ta/id/317820-izglitibas->

[iestazu-eksaminācijas-centru-citu-izglītībaslikuma-noteiktu-institūciju-un-izglītības-programmu-akreditācijas-un-izglītības-iestazu vadītāju-profesionālās-darbības-novertēšanas-kārta](#)

5. 2017. gada 23. maija MK noteikumi "Noteikumi par Profesiju klasifikatoru, profesijai atbilstošiem pamatuzdevumiem un kvalifikācijas pamatprasībām" <https://m.likumi.lv/doc.php?id=291004>

6. Klases stundu programmas paraugs (VISC, 2016);

7. Karjeras izglītības paraugprogramma (RIIMC, 2011);

8. Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm (VIAA, 2019);

9. Pedagoģa karjeras konsultanta profesijas standarts (2014);

10. Karjeras konsultanta profesijas standarts (2011).

11. 2015. gada 30. decembra MK rīkojums "Par Karjeras izglītības īstenošanas plānu valsts un pašvaldību vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs 2015.-2020. gadam"

<https://likumi.lv/ta/id/278999-par-karjeras-izglitibas-istenosanas-planu-valsts-un-pasvaldibu-visparejas-un-profesionalas-izglitibas-iestades-2015-2020>

III. Karjeras izglītības programmas mērķi un uzdevumi

Karjeras izglītības programmas **mērķis** ir sniegt izglītojamiem informāciju par dažādām profesijām un palīdzēt viņiem izstrādāt konkrētus karjeras mērķus. Tas nodrošina iespēju apzināties savas vēlmes, spējas un vērtības, lai veiksmīgāk izvēlētos turpmāko izglītības ceļu un karjeru.

Mērķis norāda uz vairākiem svarīgiem aspektiem karjeras izglītībā, kuros tiek ietvertas dažādas jomas un prasmes, lai veicinātu izglītojamo pilnveidošanos un sagatavošanos nākotnes izaicinājumiem:

Pašizpēte un karjeras izpēte: Nodrošinot pamatzināšanu apguvi, tiek veicināta izglītojamo pašizpēte un karjeras izpēte. Tas ļauj viņiem labāk izprast savas intereses, spējas un vērtības, veidojot fundamentālu pamatu karjeras plānošanai un vadībai.

Personīgo karjeras attīstības lēmumu pieņemšana: Mērķis ir radīt apstākļus, lai izglītojamie varētu pieņemt mērķtiecīgus lēmumus par savu turpmāko izglītību vai iekļaušanos darba tirgū. Tas ietver patstāvīgu un apdomātu lēmumu pieņemšanu par svarīgiem karjeras jautājumiem. **Attieksme un atbildība:** Stiprinot izpratni par izglītības un darba vērtībām, tiek veidota vērtējoša attieksme un atbildība par savu rīcību. Tas ir svarīgs elements personīgās attīstības un profesionālās uzvedības veicināšanā.

Likumsakarību izpratne: Izpratne par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības likumsakarībām palīdz izglītojamie labāk orientēties savā apkārtnē vidē. Tas ietver izglītības un darba tirgus dinamiku, kā arī to mijiedarbību ar sabiedrības notikumiem.

Caurviju prasmes un attiecību veidošana: Apgūstot caurviju prasmes, piemēram, komunikāciju, sadarbību un problēmu risināšanu, izglītojamie tiek sagatavoti veiksmīgai karjeras attīstībai. Tas ietver arī pozitīvu attiecību veidošanu un atbildīgu lēmumu pieņemšanu personiskajā un profesionālajā dzīvē.

Karjeras programmas īstenošanas pamatprincipi:

Tehniskās prasmes: Akcentēt tehnisko zināšanu un prasmju attīstību, kas nepieciešamas informāciju tehnoloģiju jomā.

Prakse un pieredze: Nodrošināt iespēju izglītojamajiem iegūt praktisku pieredzi, sadarbojoties ar uzņēmumiem vai veicot projektus, kas atspoguļo reālās nozares vajadzības.

Karjeras izglītība: Sniegt informāciju par dažādām profesijām, iesaistot speciālistus un organizējot karjeras dienas.

Personiskā attīstība: Veicināt personiskās attīstības prasmes, tostarp komunikāciju, problēmu risināšanu un radošumu.

Karjeras izglītības uzdevumi:

1. nodrošināt katram izglītojamam pašnovērtēšanas metožu apguves iespējas;
2. palīdzēt izmantot zināšanas par sevi, lai izprastu savas spējas, stiprās puses, intereses, prasmes un talantus, pieņemtu lēmumus, noteiktu mērķus;
3. veidot katrā izglītojamā interesi par karjeru, iepazīstinot ar darba pasaules un ar to saistīto izglītību daudzveidību;
4. nodrošināt katram izglītojamam iespēju apgūt mācīšanās prasmes, informācijas tehnoloģiju un citu informācijas avotu izmantošanas pamatiemaņās;
5. palīdzēt katram izglītojamam pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
6. veidot izglītojamajos izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

IV. Karjeras izglītības programmas īstenošanas plans

1. Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas:

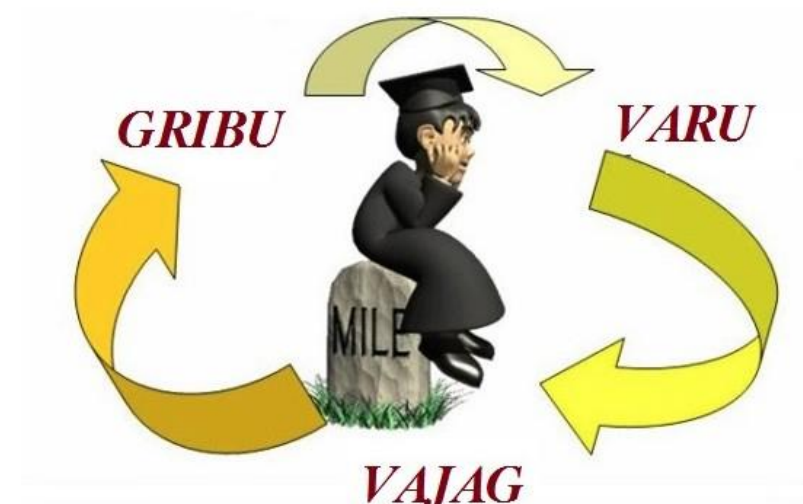
- mācību priekšmetu stundas,
- klases stundas,
- individuālās nodarbības,
- dažādi ārpusstundu pasākumi u.c.

2. Klases stundu ieteicamās tēmas

<i>Klase</i>	<i>Temats</i>	<i>Ieteic. stundu skaits</i>	<i>Sasniedzamais rezultāts</i>
5.- 6.kl.	Manas veiksmes un neveiksmes mācībās. Mans vaļasprieks un hobiji. Mana vizītkarte. Skolēnu iepazīšanās ar novadā esošām profesijām	1 1 1 1	Izzinot profesijas, tiek rosināts domāt par saviem iespējamajiem nākotnes nodomiem. Prasme plānot savu darbu, laiku, ievērojot savas intereses un iespējas, veidojot sadarbības prasmes.
7.-8.kl.	Spējas un interese, attīstīšanas iespējas Jēdzieni profesija, specialitāte Informācijas iegūšana par karjeras izvēles iespējām	1 1 2	Izglītojamie izzina savas spējas, iegūst informāciju par dažādām profesijām un to apguves iespējām. Tiek veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu
9.klase	Izglītojamo profesionālā	1	Izglītojamie izzina savas spējas, iegūst

	atbilstība Papildus informācijas ieguve par dažādām profesijām un to apguves iespējām Profesiju daudzveidība, darba pienākumi Lietišķie raksti, to nozīme, meklējot darbu un stājotie	1	informāciju par dažādām profesijām un to apguves iespējām, apgūst prasmi veidot CV, iesniegumu, sludinājumu, motivācijas vēstuli u.c
10.klase	Intervijas un tikšanās ar dažādu mācību iestāžu studentiem un dažādu profesiju pārstāvjiem Izglītojamā izglītības plāns	2 1	Iegūst informāciju par sev interesējošu profesiju, tās apguves iespējām
11.klase	Augstskolu, koledžu, profesionālo izglītības iestāžu raksturojums, intervijas un tikšanās ar dažādu mācību iestāžu studentiem un absolventiem Profesiju dažādība, pienākumi, darba vietas prasības.	3 3	Iegūst informāciju par sev interesējošu augstskolu, studiju programmām, to akreditāciju, profesiju, tās ieguves iespējām. Atvērtu durvju dienu apmeklēšana, izstādes „Skola” apmeklēšana Ķīpsalā. Iepazīstas ar vecāku profesijām, dažādām darba vietām, darba pienākumiem.
12.klase	Izglītojamā izglītības plāns Informācijas apkopošana un analīze par sev interesējošo profesiju, tās apguves iespējām pēc vidusskolas beigšanas Darba tirgus. Vietējo ekonomiku ietekmējošie faktori Tikšanās ar dažādu izglītības iestāžu izglītojamajiem, studentiem, mācībspēkiem,	2 1 4	Plānot savus nākotnes nodomus. Iegūt informāciju par sev interesējošo profesiju, tās apguves iespējām. Izzināt studiju iespējas dažādās izglītības iestādēs pēc vidusskolas beigšanas, izvēlēties sev vēlamu.

	vadītājiem		
--	------------	--	--



3. Mācību priekšmetos akcentētās jomas pa klašu grupām:

5.-6. klasē tiek akcentēta joma „Karjeras izpēte” šādā apjomā:

Mācību priekšmets	Tēmas
Valodas (latviešu, angļu)	Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem Tekstveide - pārspriedums
Sociālās zinības	Droša sociālā vide. Profesiju dažādība.
Matemātika	Izcilākie matemātiķi
Vēsture	Sēno civilizāciju profesijas.

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

Mācību priekšmets	Tēmas
Valodas (latviešu, angļu)	Lietišķi raksti –darba sludinājumu pētīšana. Intervija ar dažādu profesiju pārstāvjiem Tekstveide - pārspriedums
Sociālās zinības	Droša sociālā vide. Darbs un karjera
Matemātika	Izcilākie matemātiķi
Ķīmija	Ķīmiskie atkritumi un to pārstrāde
Bioloģija	Ekoloģija, profesijas Cilvēks – dabai
Ģeogrāfija	Darbaspēka migrācija Eiropas Savienībā Darba vietas dažādās valstīs
Fizika	Fizika mūsu ikdienā
Vēsture	Strādnieku kustība 19. gs. pēdējā trešdaļā Ekonomiskā attīstība Eiropā un ASV 19. gadsimta beigās

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

Mācību priekšmets	Tēmas
Valodas (latviešu, angļu)	Dienas režīms; darba plānošana. Izglītības sistēmas dažādās valstīs. Izglītības iespējas

	ārzemēs. Publiskā uzstāšanās – sevis prezentēšana. Lietišķie raksti (CV, iesniegums, sludinājums, motivācijas vēstule, u.c.)
Ķīmija	Ķīmija sadzīvē
Ģeogrāfija	Saimniecības nozares un ar tām saistītās profesijas Latvijā
Sociālās zinības	Darba likumdošana. Ģimenes budžets, skolas budžets
Vēsture	Pasaules ekonomiskā krīze 20. gs. 30. gados Izcilākie 20.gs.zinātnieki. 20. gs. progress zinātnē un tehnikā

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

Mācību priekšmets	Tēmas
Valodas (latviešu, angļu, vācu)	Mani sapņi un nākotnes nodomi. Manas intereses un prasmes. Kāds es esmu saskarsmē ar citiem. Manu vecāku „Veiksmes stāstīl. Darbs un vaļasprieks.
Dabaszinību cikla mācību priekšmeti	Riskēt vai vispār atteikties no riska. Mans mērķtiecīgums. Pareizi nenovērtēdams savas spējas, panākumus negūsi.

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

Mācību priekšmets	Tēmas
Valodas (latviešu, angļu, vācu)	Tavas intereses un profesiju tipi. Nākotnes iespēju izzināšana. Manu vecāku darbs, profesijas. Mūsu skolas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme. Radošā domāšana palīgs karjeras plānošanā.
Dabaszinību cikla mācību priekšmeti	Statiska - darba tirgus un pieprasījums. Biznesa idejas un to īstenošana. Profesiju standarti. Profesiju klasifikators. Biznesa plāns

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

Mācību priekšmets	Tēmas
Valodas (latviešu, angļu, vācu)	Mana izvēle un atbildība. Izglītības iespējas Latvijā un Eiropā. CV un motivācijas vēstule. Kā radīt pozitīvu iespaidu darba devējam. Lēmumu pieņemšana un īstenošana.
Dabaszinību cikla mācību priekšmeti	Statistika un veiksmes stāsti- mūsu skolas absolventu sasniegumi un profesionālā izaugsme. Veselīga konkurence un sāncensība. Mans karjeras/ biznesa plāns. Lēmumu pieņemšana un īstenošana.

4. Individuālās nodarbības

- Individuālās karjeras konsultācijas – pie skolas pedagoga karjeras konsultanta;

- Interesu izglītības pulciņu nodarbībās.
- Individuālā talantu diagnostika. Sadarbība ar VERBATORIIA.

5. Ārpusstundu pasākumi

- Skolā – mācību priekšmetu nedēļas, konkursi, tematiski pasākumi, izstādes u.c.
- Absolventu tikšanās ar vidusskolēniem;
- Tematiskās lekcijas, semināri, tikšanās par karjeras izglītības jautājumiem (pēc skolas pasākumu plāna)

6. Ārpusskolas pasākumi

- Mācību ekskursijas;
- „Ēnu dienas”;
- Projektu nedēļa/dienas;

7. 9.-12.klašu skolēnu nākotnes nodomu izpēte un informēšana par izglītības iespējām, atvērto durvju dienām, konkursiem, projektiem.

8. Nodarbības pedagogiem un vecākiem par karjeras izglītības jautājumiem. Sadarbība ar VERBATORIIA, AM DA (expert in education abroad).

V. Karjeras izglītības vērtēšana

Karjeras izglītības kvalitātes vērtēšanā izmanto aptaujas anketas skolēniem, vecākiem mācību gada beigās, informējot vecākus (aizbildņus) ar aptauju rezultātiem. Skolēnu mācību sasniegumu pierādījumi — pašizpētes, karjeras izpētes un karjeras vadības darba materiāli. Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti bezatzīmju vērtēšanas sistēmā un izmantoti pašizpētē;

*** pašizpētē:**

1. skolēns apgūst un izmanto zināšanas par sevi, savu ģimeni, lai izprastu savas spējas, dotumus, stiprās puses, intereses, prasmes, kā tos redz pats un citi;
2. skolēns demonstrē pozitīvas starppersonu prasmes un cieņu pret daudzveidīgo, lai veicinātu savas karjeras attīstību;
3. skolēns atzīst, ka izaugsme un pārmaiņas ir karjeras attīstības neatņemama sastāvdaļa;
4. skolēns spēj noteikt svarīgākos faktorus, kas ietekmē viņa attieksmi pret mācībām, darbu, vērtībām, rīcību un izturēšanos;
5. skolēns izmanto zināšanas par sevi, lai pieņemtu lēmumus un noteiktu mērķus;

***karjeras izpētē:**

1. skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē;
2. skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs;
3. skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām;
4. skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis varētu būt šķērslis dažu profesiju izvēlē;
5. skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklasses pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas;
6. skolēns spēj formulēt savas izglītības iespējas pēc pamatzglītības vai vidējās izglītības iegūšanas;

*** karjeras plānošanā un vadīšanā:**

1. skolēns prot izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes;
2. skolēns prot salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personisko pieredzi, gan informāciju no dažādiem avotiem;

3. skolēns spēj izvērtēt ar finansēm saistītos faktorus;
4. skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no sava mērķa;
5. skolēns zina, kādas ir prasības un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē;
6. skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības;
7. skolēns prot sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās;
8. skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo un citu nepieciešamo informāciju, stājoties citā izglītības iestādē vai darbā, kā arī to mutiski un rakstiski prezentēt.

VI. Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes

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 darba, t.sk. arī komandas darba 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.
- 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 koriģēt 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.

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 ārpusklasses darbā apgūtā pieredze un zināšanas par darba pasauli.
- Skolēns spēj pielietot iegūtās analizēšanas un plānošanas prasmes savas karjeras plānošanā.
- Skolēns ir spējīgs paskaidrot, kāpēc ir nepieciešams cīnīties pret stereotipu veidošanu un diskrimināciju skolā un darbā.

Darba pasaules izzināšanā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes

- Skolēns spēj izskaidrot terminu “karjera” tā plašākajā nozīmē.
- Skolēns spēj vispārīgi aprakstīt, kas ir darba tirgus un kādas ir izglītības un profesionālās apmācības iespējas dažādās izglītības iestādēs.
- Skolēns spēj atrast atbilstošus informācijas avotus par karjeras iespējām, sameklēt, analizēt un izmantot informāciju par dažādām karjeras iespējām (darba tirgu, izglītību).
- Skolēns zina, ka personīgās veselības stāvoklis/problēmas varētu būt par šķērslī dažu profesiju izvēlē.
- Skolēns spēj izmantot zināšanas par darba pasauli un ārpusklasses pasākumos gūto pieredzi, lai paplašinātu savas karjeras iespējas.
- Skolēns spēj formulēt savas attīstības iespējas pēc pamatizglītības iegūšanas.

Lēmumu pieņemšanā, plānošanā un tālākā rīcībā ieteicamās zināšanas, prasmes un attieksmes:

- Skolēns spēj izvēlēties un izmantot atbilstošas lēmumu pieņemšanas metodes.
- Skolēns spēj salīdzināt dažādas iespējas, kā kritērijus izmantojot gan personīgo pieredzi, gan izmantojot informāciju, kas iegūta no dažādiem informācijas avotiem.
- Skolēns, plānojot savu nākotni, spēj apsvērt arī ar finansēm saistītos faktorus.
- Skolēns prot reāli plānot savu darbību un nenovirzīties no noteiktajiem mērķiem.
- Skolēns zina, kādas ir prasības (kādas zināšanas, prasmes un personīgās īpašības ir nepieciešamas) un kas jādara, iestājoties izvēlētajā izglītības iestādē.

- Skolēns izprot savas un potenciālā darba ņēmēja tiesības.
- Skolēns māc sazināties un sadarboties ar citiem cilvēkiem dažādās dzīves situācijās.
- Skolēns prot apkopot, uzturēt un izmantot savu personīgo informāciju.
- Skolēns prot atlasīt nepieciešamo informāciju, kas nepieciešama, lai tiktu uzņemts izvēlētajā mācību iestādē.

Beidzot 12. klasi, skolēns:

Pašizpēte un pašizpratne

- Atpazīt savas intereses, talantus, stiprās un vājās puses.
- Identificēt personiskās vērtības un mērķus, kas ietekmē karjeras izvēli.
- Veidot pozitīvu pašnovērtējumu un pašpārliecinātību.

Karjeras plānošana un mērķu izvirzīšana

- Izstrādāt individuālu karjeras attīstības plānu, nosakot īstermiņa un ilgtermiņa mērķus.
- Plānot nepieciešamos soļus, lai sasniegtu izvirzītos mērķus (izglītība, prakse, pieredze).
- Elastīgi pielāgot karjeras plānu atbilstoši mainīgajām interesēm vai ārējiem apstākļiem.

Profesionālās informācijas izpēte un analīze

- Izprast izglītības un profesiju savstarpējo saikni.
- Izmantot informācijas avotus (internetu, karjeras konsultantus, uzņēmumus), lai izpētītu profesiju iespējas un darba tirgus prasības.
- Novērtēt darba tirgus tendences un profesiju pieprasījumu.

Izglītības iespēju izpēte un izvēle

- Izvērtēt un izvēlēties sev piemērotāko izglītības ceļu pēc vidusskolas (augstskolas, profesionālā izglītība, apmācības kursi).
- Izprast dažādu izglītības sistēmu, kursu un prakses iespēju nozīmi karjeras attīstībā.

Efektīvas komunikācijas un prezentācijas prasmes

- Izveidot profesionālu CV un motivācijas vēstuli.
- Gatavoties un veiksmīgi piedalīties darba intervijās vai uzņemšanas pārrunās augstskolā.
- Prezentēt savas idejas un prasmes pārliecinoši un atbilstoši dažādām auditorijām.

Lēmumu pieņemšanas prasmes

- Pieņemt apzinātus, pārdomātus lēmumus, balstoties uz pašizpēti, darba tirgus un izglītības iespēju analīzi.
- Izvērtēt riskus un alternatīvas, ja karjeras ceļš nesaskan ar sākotnējo plānu.

Darba tirgus prasību izpratne

- Izprast profesionālās ētikas un uzvedības pamatprincipus darbavietā.
- Apgūt pamatprasmes darbam komandā un problēmu risināšanai.
- Zināt darba tiesības un pienākumus, kā arī darba līgumu nosacījumus.

Digitālās prasmes un pašattīstība

- Lietot digitālos rīkus karjeras izpētei, sava tēla veidošanai un tīkla izveidei (piemēram, LinkedIn).
- Plānot savu nepārtraukto mācīšanos un profesionālo attīstību, apzinoties mūžizglītības nozīmi

VII. Karjeras izglītībā izmantojamās metodes un prasmes

Nr.	Metode	Prasmes
1.	Anketēšana/aptauja.	Apgūt prasmi konkrēti atbildēt uz jautājumiem, prast izteikt savu domu konkrēti un īsi Prast izzināt sevi, savas izglītības iespējas, darba iespējas Attīstīt prasmi kritiski domāt.
2.	Analīze.	Prast objektīvi novērtēt un atšķirt savas vērtības no vispārpieņemtajām dzīves vērtībām Apgūt prasmes, lai „gribu, varu, vajag” veidotu vienotu kopumu.
3.	Brīvais raksts.	Veidot prasmi brīvi izteikt rakstiski savas domas un izjūtas.
4.	Darbs ar informācija avotiem.	Prast atrast, atlasīt un izvērtēt informāciju.
5.	Darbs grupās	Apgūt iemaņas darboties komandā, plānot darbu, sadalot pienākumus
6.	Darbs pāros	Veidot prasmes sadarboties, uzklaut otr, pārrunāt neskaidrības, ja nepieciešams, ievērot kompromisu
7.	Diskusija	Mācīties izteikt mutiski savu viedokli, to pamatot, argumentēt, uzklaut citu domas. Meklēt problēmu risinājumu.
8.	Ekskursijas	Iepazīstināt ar reālu darba vidi, karjeras iespēju daudzveidību, jaunām tehnoloģijām
9.	Ēnu diena	Iepazīt tuvāk darba vidi. Iepazīt izvēlētais profesijas plusus un mīnus. Veidot iemaņas rakstīt CV, motivācijas vēstules, iesniegumus
10.	Eseja	Apgūt prasmi izteikties, pamatot savu viedokli, apgūt argumentācijas prasmes rakstiskā veidā
11.	Intervija	Apgūt prasmi sarunāties: uzklaut sarunas biedrus, formulēt konkrētus jautājumus, atbildēt uz sarežģītiem jautājumiem, veidot lietīšku dialogu
12.	IT tehnoloģiju izmantošana	Attīstīt prasmi lietot mūsdienīgas tehnoloģijas informācijas iegūšanā, saglabāšanā un apkopošanā
13.	Pārrunas/sarunas	Apgūt prasmes veidot mērķtiecīgu dialogu, noskaidrot viedokli, iegūt informāciju pārrunu ceļā, nenovirzoties no tēmas, uzdot jautājumus un atbildēt uz tiem
14.	Pašvērtējums	Veidot kompleksu savas darbības, uzskatu, spēju, interešu, pašanalīze rakstura novērtēšanas un analīzes prasmi
15.	Pētījums	Apgūt prasmi strādāt ar problēmsituāciju: formulēt problēmu, veidot risinājuma plānu, izvērtēt gaidāmo rezultātu, meklēt alternatīvu risinājumu, pieņemt lēmumu, iegūt praktiskas iemaņas pētnieciskajam darbam
16.	Prāta vētra	Izprast, ka jebkuru neskaidru jēdzienu var izskaidrot, ja izsaka dažādus viedokļus, tos

		sistematizē un analizē
17.	Prezentācija	Apgūt prasmes un iemaņas parādīt sevi un savu padarīto darbu
18.	Prognozēšana	Mācīties paredzēt iespējamo rezultātu
19.	Projekts	Apgūt prasmi plānot darbu, strādāt patstāvīgi, sadarboties ar citiem, iegūt un izvērtēt informāciju, saistīt teoriju ar praksi, izdarīt secinājumus, prezentēt rezultātus
20.	Seminārs	Mācīties atrast kļūdas un nepilnības, izdomāt vīziju to uzlabošanai, plānot tās sasniegšanu, pieņemt lēmumu, izdarīt kopsavilkumu - rezumēt
21.	Spēles (lomu, situāciju, lietišķās)	Apgūt prasmi iekļauties kolektīvā, veidot saskarsmi, prast novērtēt sevi salīdzinājumā ar citiem Iejusties lomās, kas attālinātas no izglītojamā būtības, bet kurās viņi ikdienā var nokļūt Iemācīties modelēt dažādas problēmsituācijas
22.	Tests	Rosināt iegūt informāciju par kādu jomu interese radīšanai
23.	Tikšanās	Iegūt informāciju par kādu jomu intereses radīšanai
24.	Vērošana	Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus. Apgūt iemaņas izvirzīt mērķi patstāvīgi vērot, pierakstīt, salīdzināt, izdarīt secinājumus

VIII. Karjeras izglītības īstenošanai ieteicamie resursi

1. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 7.-9. klasei” Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
2. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 10.-12. klasei” Skolotāju rokasgrāmata (ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
3. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 7. klasei” (ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
4. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 8. klasei” (ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
5. Metodiskie ieteikumi „Karjeras izglītība 9. klasei” (ESF, prof. izgl. attīstības aģentūra, 2006.g.)
6. Karjeras iespēju izpēte (metod. palīg līdzeklis skolotājiem un klašu audzinātājiem) 2003. g. (ir darba lapas)
7. Izglītības ceļvedis. Informatīvs izdevums, 2009.g.
8. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009 (2010). Rīga: Valsts Izglītības attīstības aģentūra
9. Korna E. Karjeras izglītība. Rīga: Raka, 2011.g.
10. Kurš mācību priekšmets man patīk vislabāk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei. VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008.g.
11. Mans bērns izvēlas karjeru. VIAA, 2010.g.
12. Ieteikumi klases stundu programmas īstenošanai. Metodiskie ieteikumi. R.2016., VISC, 37. lpp.
13. Karjeras attīstības atbalsta pasākumu plāna paraugs vispārējās vidējās izglītības iestādēm. Metodisks materiāls. R.2019., VIAA, 116.lpp.
14. Klases stundu programmas paraugs. Metodisks līdzeklis. R.2016., VISC, 46.lpp.

15. 100 metodikas karjeras attīstības atbalstam. R.: VIAA, 2019, 428.lpp.
16. Rīgas pilsētas vispārīgizglītojošo izglītības iestāžu “Karjeras izglītības programma 1.- 12. kl.,” R. 2013/2015, 38. lpp
17. http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts- klašu audzinātājiem, karjeras speciālistiem, skolēniem u.c.
18. <http://www.niid.lv>
19. <http://www.nva.gov.lv/karjera>
20. www.profesijupasaule.lv
21. www.prakse.lv

Privātās Rīgas Tehnolingvistiskās ģimnazijas direktore-
(karjeras konsultants) Inga Makarenko, Rīga, 2023.gads