

Ludzas Mūzikas pamatskola

Karjeras izglītības programma

(2024./2025.m.g.- 2026./2027.m.g.)

Sagatavoja dir.vietn. audz.d. S.Stapule

Ludza
2024.

Saturs

- I KARJERAS IZGLĪTĪBAS VEIDOŠANAS ASPEKTI**
 - Karjeras vadības prasmes**

- II KARJERAS IZGLĪTĪBA**
 - Attīstības iezīmes un karjeras vajadzības 1.-4. klasēs.**
 - Karjeras izglītības uzdevumi 1.-4. klasēm.**
 - Karjeras izglītības saturs 1.-4. klasēm.**

- III KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS ĪSTENOŠANAS PLĀNS**
 - 1. klase**
 - 2. klase**
 - 3. klase**
 - 4. klase**

- IV KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMOS**

- V KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMIE INFORMATĪVIE RESURSI**

I KARJERAS IZGLĪTĪBAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

Karjera ir cilvēka resursu efektīva izmantošana dzīves mērķu sasniegšanai, cilvēka mērķtiecīga darbība savu kompetenču pilnveidei un izaugsmei visa mūža garumā. Tas ir nepārtraukts mācīšanās un attīstības process; tā ir cilvēka virzība visa mūža garumā gan sociālajā, gan profesionālajā jomā.

Karjeras attīstība ir indivīda personīgās dzīves, mācību un darba vadības process mūža garumā. Tas ir nepārtraukts process, kura gaitā cilvēks izmanto informāciju par sevi, un apkārtējo pasauli, analizē un pielieto to, lai izvēlētos savu nodarbošanās jomu un pēc tam jau konkrētu profesiju.

Karjeras izglītība ir plānots pasākumu, kursu un programmu nodrošinājums izglītības iestādēs, lai palīdzētu izglītojamajiem attīstīt 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.

Mūsdienās karjeras jēdziena saturs ir ievērojami paplašinājies. Ja sākotnēji jēdzienu “karjera” skaidroja un asociēja ar sekmīgu darbošanos kādā profesionālajā jomā, kurā ir iespējama izvirzīšanās, slavas un popularitātes sasniegšana, tad tagad termins “karjera” ir jāsaprot ne vien kā izaugsme profesionālajā jomā, bet arī kā likumsakarīga personības

izaugsme un nodarbošanās secīga maiņa visas dzīves garumā. Karjera ir personības mērķtiecīgs, jēgpilns visas dzīves gājums, kurā summējas visas indivīda dzīves lomas, brīvā laika aktivitātes, mācības un darbs.

Izvēloties savas profesionālās karjeras virzienu un profesiju, jāņem vērā trīs būtiski nosacījumi:

- lai profesija būtu interesanta un saistoša,
- lai profesija atbilstu spējām,
- lai varētu atrast darbu šajā profesijā.

Plānojot savu personīgo dzīvi, veidojot profesionālo karjeru un izvēloties profesiju, ir svarīgi saprast — ko pats cilvēks GRIB, VAR un ko VAJAG sabiedrībai.

GRIBU — tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem ir plašs interešu loks, un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus un apstākļus.

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

VAJAG — tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad — kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc, izvēloties izglītības virzienu ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/ studējot vienā vai otrā programmā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties.

Karjeras vadības prasmes

Lai veidotu veiksmīgu karjeru, indivīdam ir pašam jāklūst par savu karjeras resursu un darba vides procesu vadītāju. Ja cilvēks nav apguvis karjeras vadības prasmes, viņš arī nespēj īstenot savas personīgās dzīves un savas karjeras veiksmīgu virzību. Karjeras vadības prasmes apgūst attiecīgi vecuma posmam un skolēnu interesēm.

II KARJERAS IZGLĪTĪBA

Karjeras izglītības mērķis ir organizēt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, radīt pamatu savlaicīgu, apzinātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par turpmāko izglītību.

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

Attīstības iezīmes un karjeras vajadzības 1.-4. klasēs:

- Nepieciešama uzmanība un uzslavas.
- Piemīt neierobežota enerģija.
- Nespēja nošķirt iedomu pasauli no realitātes.
- Nepieciešama pašapziņas veidošana.
- Atšķir darbu no spēles.
- Identificē dažādus darba veidus.
- Piedalās dažādos darba aktivitāšu veidos.
- Zina, kā pieņemt lēmumus.
- Apgūst pozitīvu attieksmi pret darbu.
- Identificē personīgas sajūtas.

Karjeras izglītības uzdevumi 1.-4. klasēs:

1. Palīdzēt skolēniem pašattīstīties:

- izprast sevi un novērtēt savas stiprās un vājās puses,
- attīstīt prasmes un attieksmes, kas palīdzēs veidot karjeru, piemēram, pašapziņa, pašpaļāvība, spēja "sevi pasniegt", mērķu izvirzīšana un darbības plānošana mācību un personīgajā dzīvē,
- analizēt savu personīgo pieredzi, intereses, dotumus, iemaņas un spējas, vērtības, mērķus, personīgās īpašības, sasniegumus.

2. Motivēt un palīdzēt izpētīt dažādas karjeras iespējas:

- iepazīt profesiju pasaules dažādību,
- izprast izmaiņas sabiedrībā un kā tās ietekmē karjeru attīstību,
- izpētīt dažādas karjeras un iespējas to veidošanai,
- izpētīt un izvērtēt darba tirgu, nodarbinātības un profesiju, izglītības un apmācības iespējas,
- salīdzināt un samērot personīgos sasniegumus un īpašības ar tiem sasniegumiem un īpašībām, kas ir nepieciešamas konkrētai tālākai karjerai/mācībām/studijām,
- izpētīt un pārdomāt savas personīgās un sabiedrības vērtības.

3. Palīdzēt plānot un vadīt savu karjeru:

- apgūt karjeras vadības pamatprasmes,
- pilnveidot savas zināšanas un prasmes,

- apzināties informācijas ieguves un konsultēšanas iespējas,
- attīstīt pieņemto personīgo lēmumu plānu īstenošanas prasmes,
- veidot izpratni par karjeras saistību ar sasniegumiem izglītībā un mūžizglītību.

Karjeras izglītības saturs

1. Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir — īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamaais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjeras izpēte, karjeras plānošana un vadība) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

2. Katra karjeras izglītības joma — *pašizpēte*, *karjeras izpēte* un *karjeras plānošana un vadība* — ietver vairāku mācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.

2.1. Joma “Pašizpēte” ietver šādas saturiskās tēmas:

- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
- manas intereses, hobijs, spējas, brīvais laiks;
- mana ģimene, tās loma, tradīcijas;
- sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
- attieksmes un vērtības;
- prasme sadarboties, risināt konfliktus;
- mana veselība un nākotnes nodomi;
- mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- pašaudzināšana.

2.2. Joma “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.

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

- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- kad viss nenorīt tā, kā plānots;
- mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa un ilgtermiņa plānošana);

- pārmaiņas manā dzīvē;
- komandas darba pieredze;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšana.

III Karjeras izglītības programmas īstenošanas plāns 1.-4. klasēm

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

1. klase

Mērķi:

- Radīt priekšstatu par jēdzieniem „darbs” un „profesija”,
- apzināt profesiju daudzveidību, iepazīt daļu no tām,
- apgūt pozitīvu attieksmi pret darbu,
- gūt prasmes strādāt komandā, izteikt un pamatot savu viedokli,
- iepazīt konkrētu profesiju, saprast tās uzdevumus un nozīmību.

Mācību priekšmetu stundās izmantojamās tēmas:

- Darbs un profesija, manu vecāku darbs.
- Iepazīsti profesiju!
- Mani pienākumi ģimenē.
- Es varu rūpēties par savu veselību.
- Karjeras vīzija.
- Mani vaļasprieki, aizraušanās, hobiji.
- Mācos mācīties- tas ir mans darbs.
- Mācos risināt strīdus.
- Valodas- Mans hobijs.
- Lasīšana- Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana).
- Latviešu valoda - ‘Mani nākotnes nodomi’.
- Mājturība Rokdarbi – Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām.
- Sociālās zinības - Manas intereses.
- Sports- Komandu spēles.
- Sports- Fizisko īpašību tests.

Darbības:

- Spēle „Iepazīsti profesijas”, diskusija.
- Darba lapas, intervija ar vecākiem, komandas darbs.
- Tikšanās ar kādas profesijas pārstāvi.

Sasniedzamais rezultāts:

- gūst priekšstatu par dažādām profesijām,

- saprot, ka darbs ir nozīmīgs sabiedrības un cilvēka dzīvē,
- zina, par ko strādā viņa vecāki un citi ģimenes locekļi,
- izprot saistību starp darbu un profesijām,
- prot iesaistīties komandas darbā ar saviem vienaudžiem.
- iepazīst konkrētu profesiju,
- izprot tās galvenos uzdevumus un nozīmību.

2. klase

Mērķi:

- Paplašināt skolēniem priekšstatu par profesiju daudzveidību,
- palīdzēt 2.klases skolēniem tuvāk iepazīties ar profesijām, kuras nepieciešamas, lai nodrošinātu skolas darbību.
- stiprināt prasmes strādāt komandā, izteikt un pamatot savu viedokli,
- iepazīt konkrētu profesiju, saprast tās uzdevumus un nozīmību.

Mācību priekšmetu stundās izmantojamās tēmas:

- Kādas profesijas es jau atpazīstu?
- Profesijas mūsu skolā.
- Iepazīsti profesiju!
- Es un mani draugi.
- Mani mājdzīvnieki.
- Mana istaba un apģērbs.
- Karjeras vīzija.
- Mans varonis- kādas profesijas pārstāvis.
- Manas īpašības, manas stiprās puses.
- Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku.
- Es – sava rakstura saimnieks.
- Valodas- Mans hobijs.
- Lasīšana- Varoņu raksturojums (ārpusklases lasīšana).
- Latviešu valoda - ‘Mani nākotnes nodomi’.
- Mājturība Rokdarbi – Gaumīgs apģērbs dažādām dzīves situācijām.
- Sociālās- zinības Manas intereses.
- Sports- Komandu spēles.
- Sports- Fizisko īpašību tests.

Darbības:

- Aktīva spēle, caur kuru skolēniem ir iespēja apzināt profesijas skolā.
- Spēle „Iepazīsti profesijas”, diskusija.
- Darba lapas, intervija ar vecākiem, komandas darbs.
- Tikšanās ar kādas profesijas pārstāvi.

Sasniedzamais rezultāts:

- Skolēni atkārto sev zināmās profesijas, iepazīst jaunas profesijas, prot sakārtot tās pēc profesiju iezīmēm.
- Skolēns apzina profesijas skolā, uzzina par tām, novērtē to nozīmību.
- iepazīst konkrētu profesiju, izprot tās galvenos uzdevumus un nozīmību.

3. klase

Mērķi:

- Paplašināt skolēniem priekšstatu par profesiju daudzveidību,
- veidot izpratni par dažādu profesiju nozīmību,
- iepazīt konkrētu profesiju, saprast tās uzdevumus un nozīmību,
- veicināt sadarbības prasmes, cita viedokļa akceptēšanu utt., darbojoties komandās.

Mācību priekšmetu stundās izmantojamās tēmas:

- Profesiju daudzveidība, profesijas mūsu pilsētā.
- Valodas- Mans brīvais laiks .
- Es un mani draugi.
- Kāpēc vajadzīgs darbs?
- Karjeras vīzija.
- Mani darbi un pienākumi ģimenē.
- Manas īpašības, manas stiprās puses.
- Kā dažādi var pavadīt brīvo laiku.
- Vizuālā māksla -Cilvēks darbā.
- Mājturība - Rokdarbi – Drošība darbā.
- Lasīšana - Domraksts. Mani vecāki un darbs.
- Sports- Komandu spēles.
- Fizisko- īpašību tests .

Darbības:

- Spēle „Iepazīsti profesijas”, diskusija.
- Darba lapas, intervija ar vecākiem, komandas darbs.
- Tikšanās ar kādas profesijas pārstāvi.
- Spēle par profesiju pasauli „Mēmais šovs”.
- Tikšanās ar kādas profesijas pārstāvi.

Sasniedzamais rezultāts:

- Skolēns mācās plānot rīcību, lai attīstītu sevī vairāk pozitīvo īpašību.
- Skolēns saredz kopsakarības starp savām interesēm un nākotnes profesiju.
- Apzinās savu spēju un īpašību iespējamo saikni ar nākotnes nodomiem.
- Skolēns spēj demonstrēt attiecīgās profesijas iezīmes, iejusties profesionāļu lomā, akcentējot tā galvenos pienākumus un rakstura īpašības.
- iepazīst konkrētu profesiju, izprot tās galvenos uzdevumus un nozīmību.

4. klase

Mērķi:

- Attīstīt skolēnos prasmi izvērtēt savas stiprās un vājās puses, izvirzīt mērķus un izvērtēt to sasniegšanas procesu,
- mācīt saistīt savas darbības ar dzīves mērķiem,
- attīstīt radošās pašizpaušmes prasmes, spēju sevi prezentēt, darboties komandā.

Mācību priekšmetu stundās izmantojamās tēmas:

- Iepazīsti profesiju, tās prestižs un pievilcība.
- Valodas- Mans brīvais laiks.
- Es un mani dotumi.
- Sadarbības prasmes.
- Karjeras vīzija.
- Manas mācīšanās prasmes un sasniegumi.
- Mans brīvais laiks, manas iespējas pašrealizēties.
- Profesijas pagātnē, tagadnē un nākotnē .
- Mani darbiņi. Pienākumi ģimenē.
- Dabaszinības -Cilvēki, kas rūpējas par dabu. Iepazīšanas ar dabu saistībām profesijām.
- Valoda- lietišķās valodas nozīmē dzīvē.
- Latviešu valoda- Domraksts. Populārākās profesijas .
- Lasīšana - Par ko es gribētu kļūt?
- Sociālās zinības - Sava laika plānošana.
- Sports- Komandu spēles.
- Sports- Fizisko īpašību tests.
- Manas intereses un rakstura īpašības.

Darbības:

- Spēle „Iepazīsti profesijas”, diskusija.
- Darba lapas, intervija ar vecākiem, komandas darbs.
- Tikšanās ar kādas profesijas pārstāvi.
- Spēle „Uzmini profesijas!”
- Interaktīva spēle, caur kuru skolēni apzina uzņēmumus un profesijas tuvākajā apkārtnē un pilsētā.
- Nodarbība „Intereses, zināšanas un „vājie posmi”.
- Tikšanās ar kādas profesijas pārstāvi.

Sasniedzamais rezultāts:

- Skolēns mācās plānot rīcību, lai attīstītu sevī vairāk pozitīvo īpašību.
- Skolēns saredz kopsakarības starp savām interesēm un nākotnes profesiju.
- Apzinās savu spēju un īpašību iespējamo saikni ar nākotnes nodomiem.
- Skolēns spēj demonstrēt attiecīgās profesijas iezīmes, iejusties profesionāļu lomā, akcentējot tā galvenos pienākumus un rakstura īpašības.
- Iepazīst konkrētu profesiju, izprot tās galvenos uzdevumus un nozīmību.
- Skolēns spēj noteikt profesijas pēc to iezīmēm, raksturojošiem vizuālajiem materiāliem.

- Skolēni gūst zināšanas un priekšstatu par jaunām, vēl nezināmām profesijām novada uzņēmumos, izprot to nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē, iepazīst konkrētu profesiju, izprot tās galvenos uzdevumus un nozīmību.
- Skolēns apzinās savas intereses, pozitīvās un negatīvās īpašības.

IV KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMOS

Karjeras izglītības īstenošanā skolā ļoti nozīmīgu vietu ieņem dažādi ārpusstundu pasākumi. Skolēni tajos tiek iesaistīti gan kā dalībnieki (klausītāji, skatītāji u.tml.), gan arī līdzdarbojas šo pasākumu plānošanā, organizēšanā un vadīšanā.

- “Karjeras nedēļa” - oktobris
- “Mācību ekskursijas” uz valsts vai pašvaldības iestādēm – visa gada garumā.
- “Vecāku nedēļa” - ciemos pie vecākiem ,vai vecāki ciemos pie mums – februāris

V KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAI IETEICAMIE INFORMATĪVIE RESURSI

1. <https://www.niid.lv/>
2. <https://www.profesijupasaule.lv/>
3. <https://www.prakse.lv>
4. <https://www.viaa.gov.lv/lv/metodiskie-materiali> (Izglītības un karjeras speciālistiem)