



RĪGAS 41.VIDUSSKOLAS

Karjeras izglītības īstenošana.
Karjeras attīstības plāns
2018./2019. mācību gadam

“Skola visskaistākā, kalnā tu stāvi.
Klusi ap tevi šalc – ozolu cilts.”

Karjeras izvēle ir atkarīga no indivīda personības īpašībām, interesēm, iespējām, iegūtās izglītības un sociāli ekonomiskās vides.

Karjeras izvēles jautājumi ir būtiski gan bērniem un jauniešiem, gan arī viņu ģimenēm. Izglītības procesā karjeras atbalsta sistēmai ir jābūt tādai, kura palīdzētu skolēniem izprast un izzināt savas intereses un spējas, kā arī darba tirgus tendences un prasības, apgūt un attīstīt karjeras vadības prasmes. Šim darbam jābūt mērķtiecīgi organizētam visus skolas gadus, tāpēc klases stundās tiek aktualizēti karjeras izvēles jautājumi.

Svarīgi, lai skolēni pēc iespējas agrāk saņemtu informāciju un padomus, kas dotu viņiem iespēju pamatoti izvēlēties pašu vēlmēm un spējām noderīgu turpmākās izglītības un darba dzīves virzienu. Skolotāja uzdevums ir ne tikai palīdzēt skolēniem attīstīt savu personību, t.i., veidot pašapziņu, iemācīties izprast pašam sevi, novērtēt savu pieredzi, sasniegumus, personiskās īpašības, stiprās un vājās puses, bet arī izpētīt dažādas karjeras veidošanas iespējas, rosinot skolēnus pieņemt svarīgus lēmumus savai dzīvei. Vēlēšanās realizēt sev svarīgus nākotnes plānus veicinās skolēnu motivāciju mācīties.

Rīgas 41.vidusskolas karjeras izglītības mērķis: vadīt izglītības saturu un izglītības ieguves procesu, nodrošinot izglītojamajam pašizpēti, karjeras izpēti un karjeras plānošanai un vadīšanai nepieciešamo pamatzināšanu un pamatprasmju apguvi, veidot pamatu savlaicīgu, pārdomātu un ar iespējām līdzsvarotu personīgo lēmumu pieņemšanai par tālāko izglītību.

Lai realizētu karjeras izglītības mērķi, jādefinē jēdzienus *karjera* un *karjeras izglītība*.

Karjera – cilvēka mērķtiecīga darbība savu profesionālo un personīgo mērķu sasniegšanai visa mūža garumā. Karjera pēc būtības ir pašrealizācijas veids.

Karjeras izglītība – izglītības procesā integrēti pasākumi, lai mācītu un palīdzētu izglītojamiem apgūt un attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā un karjeras vadīšanā, sniegtu zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un attīstīšanu visa mūža garumā.

Karjeras izglītība palīdz:

- izprast un apzināties sevi;
- attīstīt prasmes, kas nepieciešamas karjeras attīstības plānošanai un vadībai:
 - (1) spēja risināt grūtus uzdevumus un problēmas,
 - (2) prasme sadarboties, strādāt komandā, uzklaut un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus, uzņemties atbildību,
 - (3) prasme sevi prezentēt,
 - (4) prasme atrast vajadzīgo informāciju,
 - (5) spēja pieņemt procesa, apstākļu mainīgumu;
- pieņemt apzinātu lēmumu par turpmāko izglītību un ar to saistīto iespējamo karjeru;
- izprast pārmaiņas izglītībā, mācībās un nodarbinātībā;
- uzzināt, kur un kā piekļūt atbilstošai informācijai, resursiem un konsultācijām;
- izpētīt iespējamās karjeras iespējas un kādas iespējas piedāvā mācīšanās, darbs un atpūta Latvijā un ārzemēs.

Karjeras izglītības īstenošanas pamatprincipi:

- karjeras izglītība ir izglītības sastāvdaļa;
 - karjeras izglītība ir visas izglītības iestādes atbildība;
 - ievērotas vecumgrupu intereses un vajadzības;
 - mērķi — objektīvi un sasniedzami; pasākumi — īstenojami;
 - pasākumi ir orientēti uz zināšanu un prasmju apguvi.
- 

Karjeras izglītība ir vienmērīgi jāiekļauj visā izglītības procesā, lai nodrošinātu plānotu un pēctecīgu pasākumu kompleksu, kas palīdzētu jauniešiem noteikt savas karjeras izglītības vajadzības, apzināti izvēlēties metodes savas karjeras veidošanai nevis epizodiski, bet kopumā, izmantojot izglītības procesa un programmas līdzekļus.

Karjeras izglītība ir integrēta:

- klases stundās:

Plānojot karjeras izglītības procesu izglītības iestādē, pedagogiem ieteicams izmantot klases stundu programmu paraugu. Skatīt šeit:

https://visc.gov.lv/audzinasana/dokumenti/metmat/klases_stundu_progr_%20paraugs.pdf

Pielikumā pievienots paraugs, kā veidot klašu audzinātāju plānu.

Tematiskās joma “karjera” veidota, izmantojot klašu grupu sadalījumu.

1) 1. – 3. klase

Nr.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība.manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	• Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. • Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija.	• Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu iespējām, vaļasprieku, saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms.	• Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības – skolēna darbs	• Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. • Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.

5.	Karjeras vīzija.	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.
----	------------------	--

2) 4.- 6. klase

Nr.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes.	- Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. - Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi.	- Mācās dokumentēt savus sasniegumus. - Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.	Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība.	- Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. - Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. - Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.
6.	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē.	- Izkopj savu valodas kultūru. - Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.

3) 7. - 9. klase

Nr.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums.	- Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. - Novērtē savu gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. - Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana.	Saprot, kā skolā, ārpuskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības.

3.	Izglītības vērtība.	• Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā. • Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. • Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. • Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.
4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule.	• 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.
5.	Individuālā karjeras plāna izveide.	• Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. • Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. • Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).

4) 10. - 12. klase

Nr.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs.	• Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. • Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. • Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar tosaistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.
2.	Mūzikizglītība.	• Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. • Apzinās izglītību kā vērtību. • Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas.
3.	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences.	• Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas. • Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. • Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.
4.	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības.	• Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darbapienākumus. • Pārzina darba meklēšanas procesu. • Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm

		pasaulē. • Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības.
5.	Darbs ārzemēs.	• Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. • Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darbalikumdošanu.
6.	Karjeras izveles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide.	• Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. • Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. • Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemtiesatbildību par savu plānu īstenošanu. • Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemtiesatbildību par savu plānu īstenošanu.

- mācību priekšmetu stundās (aptverot karjeras izglītības jomas: pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība),
- ārpusstundu pasākumos (tikšanās ar skolas absolventiem un dažādu profesiju pārstāvjiem, ekskursijas, informācijas dienas dažādās mācību iestādēs, Karjeras mēnesis (oktobris), audio un vizuālās komunikācijas mēnesis (februāris), interešu pulciņi, izstāde “Skola”, klases vakari, vecāku sapulces, vasaras darba nometne u.c., ko rīko klašu audzinātāji, priekšmetu skolotāji un direktoru vietnieki izglītības jomā)

2018./2019. mācību gadā pasākumu plānā iekļautie pasākumi, kuri saistīti ar karjeru un kurus rīko direktoru vietnieki izglītības jomā:

Nr.	Klašu grupa	Pasākums
1.	1. – 3. klases	• “Tehnoprātnieks “ demo nodarbības 1., 2. klasēm. • 1. klašu skolēni veica darba lapās uzdevumus savu radinieku profesijas izpētē. • 2. – 3. klašu skolēniem viktorīna – „Tavs karjeras skrejceļš”.
2.	4. – 6. klases	• 4. – 6. klašu skolēniem viktorīna – „Tavs karjeras skrejceļš”. • 5. – 6. klasēm tikšanās un pieredzes stāsts ar LU raidījuma „Kivi.lv” veidotājam par profesijas iespējām šajā raidījumā jau studiju laikā.
3.	7. – 9. klases	• 7. – 9. klašu skolēniem tikšanās ar būvniecības nozares pārstāvi no RTU, restorāna "Muusu" pavāri, SIA "BRD Projekts" ceļu būves inženieri, saruna ar uzņēmuma TechChill pārstāvi. • 9. klasēm tikšanās ar topošo farmaceiti no RSU farmācijas fakultātes, uzņēmuma 4SmartStreets pārstāvi. • 7. – 9. klasēm darba pasaules iepazīšana. “Metālapstrāde un mašīnbūve – profesiju daudzveidība šajā nozarē” Interaktīva nodarbība Tehnobusā. Mērķis iepazīstināt ar mašīnbūves un metālapstrādes nozares specializāciju, iespējām mācīties un rast priekšstatu par profesijām, kurās būs iespēja strādāt. • 8. – 9. klasēm tikšanās un iedvesmojoša lekcija ar Latvijas Youtube vlogeri, filmētāju un fotogrāfu Ivo Buģi par filmēšanas un sava tēla veidošanas pamatprincipiem mūsdienās. • 8. – 9. klasēm tikšanās ar influenceri (iedvesmotāju) Aneti Spīķi par sava tēla veidošanu un karjeras iespējām sociālajos tīklos. • 7. klasēm lekcija ar Aneti Ozoliņu jeb youtube profila #paradimodi īpašnieci par sava publiskā tēla veidošanu un karjeras iespējām sociālajos tīklos. • 9. klasēm lekcija ar youtube personību Gustavu Puhovu par sava publiskā tēla veidošanu un karjeras iespējām sociālajos tīklos. • 7. klasēm tikšanās ar fotogrāfu Haraldu Fiļipovu par karjeras iespējām foto mākslā. • 8. klasēm tikšanās ar LTV „Panorāma” vadītāju Lauru Vondu un LTV ziņu dienesta vadošo operatoru Ivanu Milovu par karjeras iespējām televīzijā.
4.	10. – 12. klases	• Tikšanās ar topošo farmaceiti no RSU farmācijas fakultātes, uzņēmuma 4SmartStreets pārstāvi. • Tikšanās ar būvniecības nozares pārstāvi no RTU, SIA "BRD Projekts" ceļu būves inženieri. • 10.b klasei lekcija par žurnālista un zobārsta profesiju, tikšanās ar profesijas speciālistiem. • 10. – 12. klasēm. Pašnovērtējuma veikšana, karjeras lēmumu pieņemšana. "Mana Sirdslieta - kā izveidot veiksmīgu karjeru darot to, ko mīli." Meistardarbnīca, kurā ar dažādu sociālo tehnoloģiju, karjeras spēļu un metožu palīdzību jauniešiem tiek dota iespēja pašiem atbildēt uz tādiem sev aktuāliem jautājumiem kā, kas ir mans patiesais

		aicinājums un sapņu profesija, kā sākt veidot savu karjeru jau esot skolā, kā nekļūdīties izvēloties īsto nodarbošanos un, kas ir patiesie orientieri manā dzīvē, kam sekot. • Lekcija, ko vada Latvijas Radio Ziņu dienesta korespondents, skolas absolvents Kristapu Feldmani. • Tikšanās ar influenceri (iedvesmotāju) Aneti Spīķi par sava tēla veidošanu un karjeras iespējām sociālajos tīklos. • 10. klasēm lekcija ar youtube personību Gustavu Puhovu par sava publiskā tēla veidošanu un karjeras iespējām sociālajos tīklos. • 12. klasēm ekskursija LR (Latvijas Radio), iepazīstoties ar karjeras iespējām Latvijas Radio. • Tikšanās ar LTV „Panorāma” vadītāju Lauru Vondu un LTV ziņu dienesta vadošo operatoru Ivanu Milovu par karjeras iespējām televīzijā. • Augstskolu pēcpusdiena pēc skolēnu aptaujas rezultātiem ar skolēniem interesējošo augstskolu, fakultāšu pārstāvjiem. • Izstāde „Skola 2019” apmeklējums 12. klasēm.
--	--	---

- **psihologa individuālas konsultācijas, skolēnu izpēte un grupu nodarbības par karjeras izvēles jautājumiem.**

Karjeras vadības pamatprasmju apguvei var izmantot dažādas metodes:

- anketēšana;
- aptauja;
- diskusija;
- grupu darbs;
- lomu spēles;
- prezentācijas u.c.

Ieteicamā literatūra un informācijas avoti:

1. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Kalniņa I. Mērķtiecīga karjeras veidošana. Mācību metodika.– R.: LUMA, 2007
2. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Skutele D. Mērķu sasniegšana. – R.: LUMA, 2007
3. Alens Dž., NerneDž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – R.: Skolu atbalstacentrs, 2000
4. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – R.: Pētergailis, 2001
5. Beloraga G. Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
6. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. – R.: Profesionālās karjeras izvēles centrs, 2000
7. Daiktere I. Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika. – R.: SIA LUMA, 2007
8. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9.klasēs. – R.: PIAA, PIAC, 2004
9. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Interesantas idejas klases audzinātājam.– R.:RaKa, 2008
10. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Mūsdienīga skolēna portfolio.– R.: RaKa, 2008
11. Ertelts B.J., Šulcs V. Karjeras konsultēšanas kompetences. – R.: VIAA, 2008,Vācija: RosenbergerFachverlag, 2007. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kompetences_2008.pdf
12. Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem. Caur mācīšanos uz darbu.– R.: VIAA, 2011,Eiropas profesionālās izglītības attīstības centrs, 2010Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf
13. Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi.– R.: VIAA, 2008. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf
14. Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts. Pieejams: <http://www.careercenteronline.org>
15. Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīgļīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā.– R.: PIAP aģentūra, 2003 Pieejams: http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/

16. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009.– R.: VIAA, 2010 Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf
17. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. Karjeras izglītība 7.-9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006
Pieejams: http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
18. Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi.Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi.Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006. Pieejams: http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
19. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā.– R.: PIAA, PIAC, 2004 Pieejams:
http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
20. Karjeras konsultēšanas metodes.– R.: VIAA, 2009, Bukareste: InstituteofEducationalSciences,Euroguidance, 2007Pieejams:
http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf
21. Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi.– Jelgava: PKIC, 2007
22. Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne? Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?– Jelgava: PKIC, 2007
23. Karjeras Ziņas. – R.: VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums. Pieejams:
http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/
24. Korna. E. Karjeras izglītība. Tukuma 2.vidusskolas pieredze. – R.: RaKa, 2011
25. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.– R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008.
Pieejams: http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/
26. Ķīkule I. Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5. – 8.klasei. – R.: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”, 2006
27. Mans bērns izvēlas karjeru.– R.: VIAA, 2010. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf
28. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma vidusskolas skolēniem. – R.: PKIVA.

29. Pīvijs V. Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011. Pieejams: http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijs_2012_f.pdf
30. Profesiju aprakstu katalogs.– R.: PKIVA, NVA., 2007,2012. Pieejams:http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf; http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf
31. Profesiju definīciju katalogs.– R.: PKIVA, 2007. Pieejams: <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>
32. Profesiju klasifikators.– R.: Latvijas Vēstnesis, 2006. Pieejams: <http://www.lm.gov.lv/text/80>
33. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004
34. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa,2008
35. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. - Vīne: 2012
Pieejams:http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf
36. Templers R. Veiksmīgas karjeras likumi.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
37. Veiksmīgas karjeras anatomija.– R.: Lietišķās informācijas dienests, 2009

Videomateriāli

1. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas būvniecības nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas meža nozarē. – DVD: VIAA.
2. Domā pats! (videofilma 5. – 8.klasei.)
3. Iepazīsti izglītības un darba pasauli. – CD – ROM: PIAP.
4. Iepazīsti un izvēlies! Virtuālais ceļvedis: Daugavpils Universitāte, Latvijas Lauksaimniecības universitāte, Liepājas Pedagoģijas akadēmija, Rēzeknes augstskola, Ventspils Augstskola, Vidzemes Augstskola. – CD.
5. Izglītība Latvijā 2008 – CD: STA.

6. Kurp doties? Ķīmiķis. Farmaceits. Mikrobiologs. (TV raidījumi) Nākotnes aprēķins. (īsfilma)– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2006
7. Kurp doties? Farmaceits. Vides speciālists. Mārketinga speciālists.– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2007
8. Karjeras iespējas Latvijā. RSEBAA. AIESEC. – CD.
9. Labklājības ministrijas pētījumi. ES struktūrfondu Nacionālās programmas „Darba tirgus pētījumi”projekts. – CD.
10. Mana karjera. Mana karjera manās rokās. Autoceļu būvniecība. Mana karjeras – manās rokās. Enerģētika. – CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
11. Profesionālās darbības jomas Latvijā. – DVD (1., 2.disks), VHS: PKIVA.
12. Progresīvās profesijas. – CD: PKIVA, Labklājības ministrija, projekts „Profesiju segregācijas cēloņu mazināšana”
13. Studijas datorikas nodaļā. Fragments no LTV7 raidījuma „Aktualitātes”. (13.04.2008.) – CD (.mpg): SIA „AGD GRUPA”
14. “Zaļais pipars 1-4” – CD: RTU. Pieejams: <http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitojosa-filma-zalais-pipars>

Interneta resursi:

1. www.europass.lv/ - CV standarts “Europass”
2. <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu
3. www.niid.lv- nacionālā izglītības iespēju datu bāze.
4. <http://www.nva.gov.lv/karjera/> - informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai.
5. www.prakse.lv- prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām
6. www.profesijupasaule.lv– profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas, profesiju apguves iespējas.