

## UGDYMAS KARJERAI PROGIMNAZIJOJE

### Ugdymo karjerai darbo grupė:

Taisija Kovalenkina, direktoriaus pavaduotoja ugdymui,  
Jelena Comik, karjeros specialistė, technologijų mokytoja metodininkė,  
Agnė Kuprėnienė, psichologė,  
Elana Kačerginskienė, vyresnioji socialinė pedagogė,  
Asta Milbutienė, socialinė pedagogė metodininkė,  
Eglė Girčienė, lietuvių kalbos vyresnioji mokytoja,  
Birutė Dindaitė-Mikalajūnė, bibliotekininkė, etikos mokytoja.

Ugdymo karjerai individualias konsultacijas teikia psichologė.

Ugdymo karjerai tikslas – *padėti mokiniams ugdytis karjeros kompetencijas, būtinas norint sėkmingai pasirinkti mokymosi kryptį, profesiją ar darbinę veiklą, pereiti iš mokymo aplinkos į darbinę aplinką, toliau profesiskai tobulėti ir mokytis visą gyvenimą.*

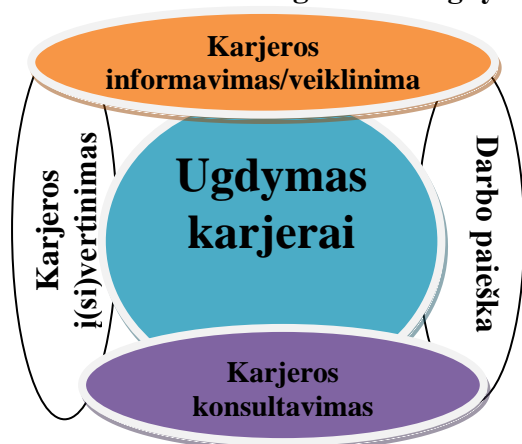
### Uždaviniai.

*Siekiama, kad mokiniai:*

- pažintų karjerai svarbias asmenybės charakteristikas, socialinę aplinką ir socialinių vaidmenų įvairovę;
- rastų ir efektyviai naudotų karjeros informaciją bei pasinaudotų galimybėmis mokytis visą gyvenimą;
- remdamiesi išsamiau savęs ir darbo pasaulio pažinimu, priimtų adekvačius karjeros sprendimus;
- vadovaudamiesi asmenine ateities vizija, keltų karjeros tikslus, sudarytų karjeros planą;
- mokymosi ir laisvalaikio veiklose taikytų bei tobulintų karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas;
- būtų pasirengę sėkmingai pereiti į kitą karjeros (mokymosi ar darbo) aplinką.

*Ugdymo karjerai veiklas progimnazija organizuoja, pasitelkdama mokinių tėvelius, buvusius mokinius, socialinius partnerius: Kauno apskrities patrulių rinktinę, Žaliakalnio policijos nuovadą, Lietuvos kinologų draugijos mokymo centrą, Kauno valstybinį muzikinį teatrą, Kauno valstybinį lėlių teatrą, Kauno maisto pramonės ir prekybos mokymo centrą, Kauno taikomosios dailės mokyklą, Kauno ryšininų mokyklą.*

### Pagrindinės ugdymo karjerai paslaugų veiklos progimnazijoje:



- Ugdymas karjerai (integruotos pamokos, tiksliniai užsiėmimai, edukaciniai renginiai, ekskursijos ir t.t.).

-Karjeros konsultavimas (individualios ir grupinės konsultacijos).

- Karjeros informavimas (tai informacijos apie karjeros galimybes rinkimo, analizės, sisteminimo ir teikimo procesas: susitikimai su specialistais, įvairių profesijų atstovais (tėvais, buvusiais mokiniais ir kt.), išvykos į profesines mokyklas, tėvų darbovietes ir t.t.)

**Kokias mokinių karjeros kompetencijas siekiama ugdyti ?**

**Savęs (asmenybės ypatumų) pažinimas**

- Pažinti svarbias asmenybės charakteristikas ir jų sąsajas su karjera;
- Pažinti socialinę aplinką ir socialinius vaidmenis

### **Karjeros galimybių pažinimas**

- Rasti ir veiksmingai naudoti karjeros informaciją.
- Pažinti mokymosi visą gyvenimą galimybes.
- Pažinti kintantį darbo pasaulį.

### **Karjeros planavimas**

- Kelti gyvenimo ir karjeros tikslus.
- Priimti karjeros sprendimus.
- Sudaryti karjeros planą.

### **Naudingos nuorodos mokiniams, mokytojams, mokinių tėvams:**

Mokinių ugdymo karjerai informacinė svetainė- [www.mukis.lt](http://www.mukis.lt)  
Atvira informavimo, konsultavimo ir orientavimo sistema (AIKOS) - [www.aikos.smm.lt](http://www.aikos.smm.lt)  
Lietuvos aukštųjų mokyklų asociacija - [www.lamabpo.lt](http://www.lamabpo.lt)  
Nacionalinis egzaminų centras - [www.egzaminai.lt](http://www.egzaminai.lt)  
Lietuvos mokslas ir studijos - [www.mokslas.lt](http://www.mokslas.lt)  
Lietuvos darbo birža - [www.ldb.lt](http://www.ldb.lt)  
Lietuvos darbo rinkos mokymo tarnyba - [www.darborinka.lt](http://www.darborinka.lt)  
Karjeros projektavimo sąvokų žodynas - <http://glossary.ambernet.lt>  
Profesijos vadovas internete - [www.euroguidance.lt](http://www.euroguidance.lt)  
Viskas apie studijas užsienyje - [www.balticstudent.lt](http://www.balticstudent.lt)

### **Žinių apie įvairias profesijas rasite šiose svetainėse:**

- [www.cvonline.lt](http://www.cvonline.lt)
- [www.karjeroscentras.lt](http://www.karjeroscentras.lt)
- [www.profesijupasaulis.lt](http://www.profesijupasaulis.lt)

### **Žinios apie darbo pasaulį:**

- <http://www.ldb.lt>
- <http://www.ldb.lt/eures>
- <http://www.cvonline.lt>
- <http://www.kalba.lt>
- <http://www.skelbimai1.lt/>

### **Kolegijos:**

- Alytaus kolegija - <http://www.akolegija.lt>, Alytus
- Kauno kolegija - <http://www.kauko.lt>, Kaunas, Kėdainiai
- Kauno miškų ir aplinkos inžinerijos kolegija - <http://www.kmaik.lt>, Kaunas
- Kauno technikos kolegija - <http://www.ktk.lt>, Kaunas
- Klaipėdos valstybinė kolegija - <http://www.kvk.lt>, Klaipėda
- Klaipėdos verslo aukštoji mokykla - <http://www.klvk.lt>, Klaipėda
- Kolpingo kolegija - <http://kolegija.kolping.lt>, Kaunas
- Lietuvos aukštoji jūreivystės mokykla - <http://www.lajm.lt>, Klaipėda
- Marijampolės kolegija - <http://www.marko.lt>, Marijampolė
- Panevėžio kolegija - <http://www.panko.lt>, Panevėžys
- Socialinių mokslų kolegija - <http://www.smk.lt>, Klaipėda, Telšiai, Vilnius
- Šiaulių valstybinė kolegija - <http://www.svako.lt>, Šiauliai
- Šiaurės Lietuvos kolegija - <http://www.slk.lt>, Šiauliai
- Utenos kolegija - <http://www.utenos-kolegija.lt>, Utena
- V. A. Graičiūno aukštoji vadybos mokykla - <http://www.avm.lt>, Kaunas, Vilnius

- Vakarų Lietuvos verslo kolegija - <http://www.vlvk.lt>, Klaipėda, Šiauliai
- Vilniaus dizaino kolegija - <http://www.dizainokolegija.lt>, Vilnius
- Vilniaus kolegija - <http://www.viko.lt>, Vilnius
- Vilniaus kooperacijos kolegija, VŠĮ - <http://www.vkk.lt>, Vilnius, Kaunas
- Vilniaus technologijų ir dizaino kolegija - <http://www.vtdko.lt>, Vilnius
- Vilniaus verslo kolegija - <http://www.kolegija.lt>, Vilnius
- Žemaitijos kolegija - <http://www.zemko.lt>, Mažeikiai, Rietavas, Telšiai

### **Universitetai:**

- Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija - <http://www.lka.lt>
- ISM Vadybos ir ekonomikos universitetas - <http://www.ism.lt>
- Kauno technologijos universitetas - <http://www.ktu.lt>
- Klaipėdos universitetas - <http://www.ku.lt>
- LCC tarptautinis universitetas - <http://www.lcc.lt>
- Lietuvos kūno kultūros akademija - <http://www.lkka.lt>
- Lietuvos muzikos ir teatro akademija - <http://lmta.lt>
- Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Medicinos akademija - <http://www.kmu.lt>
- Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Veterinarijos akademija - <http://www.lva.lt>
- Lietuvos žemės ūkio universitetas - <http://www.lzuu.lt>
- Mykolo Romerio universitetas - <http://www.mruni.eu>
- Šiaulių universitetas - <http://www.su.lt>
- Telšių Vyskupo Vincento Borisevičiaus kunigų seminarija - <http://www.tks.lt>
- Verslo ir vadybos akademija - <http://www.vva.lt>
- Vilniaus dailės akademija - <http://www.vda.lt>
- Vilniaus Gedimino technikos universitetas - <http://www.vgtu.lt>
- Vilniaus pedagoginis universitetas - <http://www.vpu.lt>
- Vilniaus Šv. Juozapo kunigų seminarija - <http://www.seminarija.lt>
- Vilniaus universitetas - <http://www.vu.lt>
- Vilniaus universiteto Tarptautinio verslo mokykla - <http://www.tvm.vu.lt>
- Vilniaus verslo teisės akademija - <http://www.vvtakademija.lt>
- Vytauto Didžiojo universitetas - <http://www.vdu.lt>

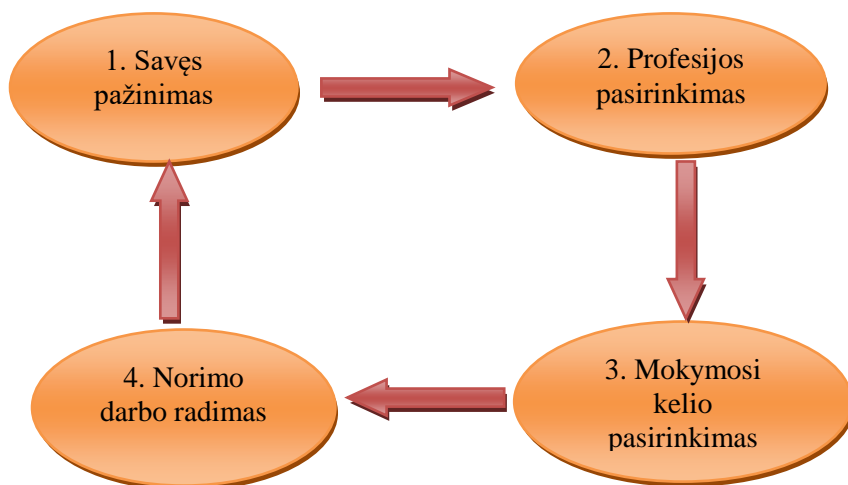
### **Kaip pasirinkti karjeros kelią?**

(Informacija pateikiama remiantis Švietimo mainų parodos fondo paruošta metodine medžiaga, 2011)

Galvojant apie asmeninę karjerą kyla daug klausimų. Kodėl man, dar besimokant mokykloje, jau reikia galvoti apie asmeninės karjeros planavimą? Kas yra karjera? Kaip ji gali būti planuojama? Su kokiomis profesinėmis dilemomis susiduriama, pasirenkant, ką veikti baigus mokyklą? Kas lemia mano asmeninius pasirinkimus, kokią įtaką mano pasirinkimams daro rinkos „mados“, draugai, tėvai ar visuomenė? Kas man padėtų priimti tinkamą karjeros pasirinkimo sprendimą?

**Efektyvus karjeros planavimas** - tai procesas, leidžiantis jaunam žmogui priimti realius bei apgalvotus sprendimus dėl savo karjeros ir valdyti pokyčius ateityje.

## Kaip pasirinkti karjeros kelią?

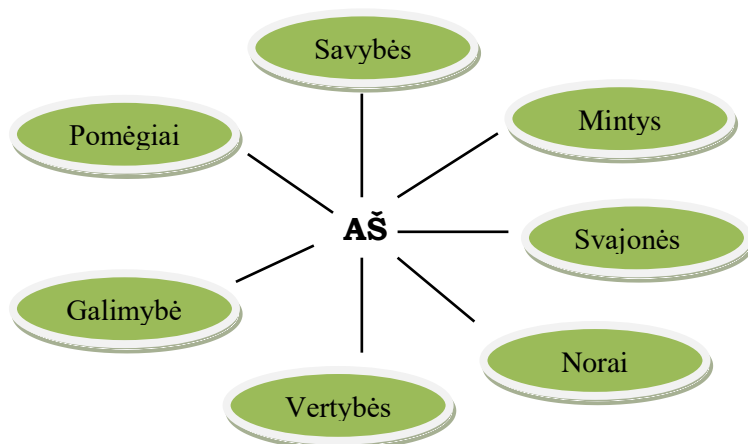


### Savęs pažinimas

**Savęs pažinimas padeda:** suvokti savo „realųjį aš“ (koks aš esu esamuoju laiku) ir eiti link „idealaus aš“ (koku noriu būti)

**Savęs pažinimas - tai atsakymas į klausimus:**

- Koks aš esu? Gyvenimo stilius, charakteris, temperamentas ir t.t.
- Ko aš noriu? Noras, motyvacija, poreikiai, valia ir t.t.
- Ką aš galiu? Patirtis, gabumai, sugebėjimai ir t.t.



### Kaip geriau pažinti save?

- stebėti save ir aplinką,
- pasiteirauti draugų, mokytojų, kaip jie jus vertina,
- iš naujo įvertinti pasirinktą kelią, profesiją, veiklos kryptį, bei darbą, kurį norėtum dirbti konsultuotis su karjeros specialistu,
- atlikti įvairius testus,
- skaityti leidinius ir naršyti internete,
- **domėtis ir būti atviram!**

## Profesijos pasirinkimas

Savęs pažinimas + profesijų pasaulio pažinimas + karjeros galimybių įvertinimas = **tinkamiausias profesijos pasirinkimas**

### **NORIU GALIU REIKIA**

**N** - norai, troškimai, interesai, polinkiai

**G** - gebėjimai, sveikata, mokymosi rezultatai

**R** - šalies ekonominiai poreikiai, visuomeninis naudingumas, profesijos perspektyvos