



Kuriame  
Lietuvos ateitį

2014–2020 metų  
Europos Sąjungos  
fondų investicijų  
veiksmų programa

# KARJEROS KONSULTAVIMO IR POZITYVIOS JAUNIMO RAIDOS SKATINIMO PROGRAMOS METODINĖ PRIEMONĖ

*Projektas „Kuriu pamokas ir savo ateitį pats“  
Projekto Nr. 09.2.1-ESFA-K-728-01-0015*

Parengė Alytaus šv. Benedikto gimnazijos ir Vilniaus Salininkų gimnazijos mokytojų komanda

## TURINYS

1. Įvadas .....	2
2. Ugdymo karjerai sritys .....	3
3. Ugdymo karjerai užsiėmimų aprašymai.....	6
4. Žaidimų, užduočių aprašymai.....	11
5. Ugdymo karjerai išvykos.....	12
6. Savanorystė .....	17
7. Šešėliavimas įmonėse.....	18
8. Naudotos literatūros sąrašas.....	18
9. Apibendrinimas.....	19
10. Projekto dalyvių komentarai.....	22

## IVADAS

Metodinė priemonė skirta 9-10 (I-II) klasių mokytojams bei klasių vadovams, siekiantiems integruoti į ugdymo procesą pozityvios jaunimo raidos skatinimo bei karjeros konsultavimo programas ar jų elementus.

Įdiegiant karjeros konsultavimo ir pozityvios jaunimo raidos skatinimo sistemą į ugdymosi procesą įtraukiamos papildomos karjeros konsultavimo, pozityvios raidos bei gyvenimo įgūdžių ugdymo pamokos. Šių pamokų metu, siekiant skatinti mokinių asmenybės brandą, ugdomas mokinių savęs pažinimas, savivoka, savivertė, socialinės ir emocinės kompetencijos bei įgūdžiai. Mokiniai turi galimybę susipažinti su skirtingomis vertybinėmis orientacijomis bei gyvenimo stiliais. Ugdymo procese remiamasi pozityvios jaunimo raidos skatinimo sistema, skatinančia stiprinti jaunuolių kompetencijas, atrasti stiprybes ir talentus, paskatinti rūpintis kitais ir aplinka bei galvoti apie ateities tikslus. Viena svarbiausių šių pamokų dalių kartu su individualių socialinių bei emocinių įgūdžių ugdymu yra karjeros orientavimas. Šių pamokų metu mokiniai rašo CV, motyvacinius laiškus, ieško informacijos apie įvairias profesijas, susipažįsta su įvairių profesijų atstovais. Gilindamiesi į savęs pažinimo bei karjeros ugdymo galimybes mokiniai aktyviai ieško ir skaito su tuo susijusią ir jų interesus atitinkančią literatūrą. Taip didėja jų skaitymo motyvacija ir įvairios informacijos apdorojimo gebėjimai. Mokiniai mokosi planuoti savo ateitį, tikslus bei lūkesčius, žingsnius ir priemones jiems pasiekti.

### **Metodinę priemonę rengė**

#### **Vilniaus Salininkų gimnazijos mokytojai:**

biologijos mokytoja metodininkė Božena Milgevičienė,

chemijos mokytoja metodininkė Vilija Vrubliauskienė,

geografijos mokytoja metodininkė Renata Boguško,

direktoriaus pavaduotoja ugdymui, etikos vyresnioji mokytoja Asta Kaniušonienė,

#### **Alytaus šv. Benedikto gimnazijos mokytojai:**

Lietuvių kalbos mokytoja metodininkė Rasma Baliukonienė

Istorijos mokytoja metodininkė Nijolė Prieskienienė

Biologijos mokytoja metodininkė Aušra Zavistauskienė

Karjeros patarėja Daiva Švedienė

## UGDYMO KARJERAI SRITYS

### 1. SAVĖS PAŽINIMO SRITIS

#### UŽDAVINIAI:

- skatinti mokinius pažinti ir priimti save (savo asmenybės ypatumus, asmenybę kaip visumą) ir asmenybės ypatumų sąsajas su karjera;
- pažinti socialinę aplinką, socialinius vaidmenis ir jų poveikį asmeninei karjerai.

#### UGDYMO KARJERAI UŽSIĖMIMŲ TEMOS:

- Asmeninės savybės, jų pagrindimas. Užduotis „Žurnalisto tyrimas“.
- Asmenybės savybės. Individualus darbas pagrindžiant savo savybes.
- Asmenybės savybių pritaikymas profesijoms. Grupinė užduotis „Išlikimas“.
- Savęs pažinimas per kūrybiškumą. Užduotis „Statome bokštą“ dirbant grupėmis.
- Gabumai ir dominuojantis intelekto tipas. Savarankiškas darbas, pildant intelekto tipo nustatymo klausimyną.
- Aš galiu pažinti savo stiprybes.
- Gebėjimai, troškimai ir galimybės.
- Aš kuriu savo gyvenimą. Viltys, svajonės ir galimybės.
- Vertybės. Diskusija grupėje.
- Mano vertybių skalė.
- Asmeninių vertybių sąsaja su karjeros sprendimais. Žaidimas „Ilga kelionė“.
- Savęs pažinimas. Vertybės.
- Vertybės ir gėrybės. Aš galiu dalintis.
- Dalintis gėriu – gera.
- Savęs, savo svajonių veiklos paieškos.
- Darbo vertybės. Darbas grupėse. Savęs pažinimo apibendrinimas.
- Aš galiu pažinti savo ir kitų jausmus.
- Kompetencijų ir interesų nustatymas.
- Nuostatos. Jų poveikis renkantis profesiją. Grupinė diskusija.
- Artimoji socialinė aplinka.
- Žmonių ryšiai. Socialiniai vaidmenys.
- Socialiniai vaidmenys ir karjera.
- Aš galiu kurti ryšius su kitais.
- Mokinių socialinių vaidmenų įvairovė aplinkoje.
- Kaip būti autoritetu?
- Kaip sėkmingai bendrauti?
- Pasimatuok savanorystę.
- Pasimatuok savanorystę. Aš galiu būti savanoris.
- Aš galiu būti savanoris, dalintis ir tapti „dvasios karaliumi“.
- Savanorystė – geriausia galimybė padėti kitiems, kartu realizuojant savo gabumus ir talentus.
- Savanorystės nauda formuojant karjeros įgūdžius.

## 2. KARJEROS GALIMYBIŲ PAŽINIMO SRITIS

### UŽDAVINIAI:

- rasti ir veiksmingai naudoti informaciją apie karjerą;
- pažinti mokymosi visą gyvenimą galimybes;
- pažinti darbo pasaulio galimybes, įvairovę ir kaitą.

### UGDYMO KARJERAI UŽSIĖMIMŲ TEMOS:

- Nuostatos. Jų įtaka renkantis karjerą.
- Mano profesiniai interesai.
- Profesijų svarba. Žaidimas „Išlikimas“.
- Protmūšis „Profesijos“.
- Apie kokią profesiją aš svajoju?
- Profesijos paveikslas. Kūrybinė užduotis.
- Pasirinktos profesijos aprašymas.
- Pasirinktos profesijos pristatymas. Savarankiška užduotis, ieškant informacijos internete.
- Pasimatuok profesiją. Filmų apie profesijas peržiūra ir aptarimas.
- Pilotų profesija bei aviacijos rinkos ateities perspektyvos.
- Mokinių gebėjimų taikyti informacijos paieškos etapus ugdymas.
- AIKOS žaliems.
- Supažindinimas su Euroguidance puslapiu. Rimos Obukantaitės pranešimas.
- Pažintis su aukštosiomis mokyklomis: K. Simonavičiaus universitetas.
- Biomedicinos mokslai iš arčiau.
- Lietuvos ateitis priklauso nuo mūsų pasirinkimo. Istorijos studijos.
- Teatro ir kino meno kūrėjai.
- Ekonomika. Vakar, šiandien ar rytoj.
- Karjeros galimybės LR Prezidentūroje.
- Informacija stojantiesiems 2020 metais.
- Dalyvavimas Nacionalinėje Karjeros savaitėje. Paskaita-diskusija „Internetas ir karjera“.
- Studijų pasirinkimas Lietuvoje ir užsienyje: ką svarbu žinoti?
- Darbo pasaulio pažinimas. Diskusija „Kodėl žmogus dirba?“
- Kas vyksta darbo pasaulyje? Darbo rinka ir įsidarbinimo galimybės.
- Įsidarbinimo Lietuvoje galimybės.
- J. Hollando profesijos pasirinkimo klausimynas.
- Mokymosi visą gyvenimą galimybės.
- Mokinių sėkmės istorijos.
- Aš galiu matyti gyvenimą kaip prasmingą patirtį.

### 3. KARJEROS PLANAVIMO SRITIS

#### UŽDAVINIAI:

- kelti gyvenimo ir karjeros tikslus;
- planuoti veiklas;
- priimti karjeros sprendimus.

#### UGDYMO KARJERAI UŽSIĖMIMŲ TEMOS:

- Palankios ir trukdančios jėgos, siekiant karjeros tikslų.
- Darbo vertybės. Ar jos svarbios renkantis profesiją? Diskusija.
- Asmeninės savybės, padedančios siekti užsibrėžtų tikslų.
- Ar būtina tobulėti?
- Pilietinė atsakomybė ir pareiga.
- Aš galiu būti sudėtingose situacijose.
- Informacijos rinkimas apie planuojamas studijas.
- *Erasmus* galimybės trumpalaikėms ir ilgalaikėms studijoms Europoje.
- Laiko paskirstymas.
- Planuoju ateitį – planuoju karjerą. Individualaus plano sudarymas.
- Mokinių ateities vizijos reikšmė planuojant karjerą.
- Karjeros planų sudarymas.
- Karjeros plano pildymas.
- Sprendimų medis.
- Sprendimų įtaka žmogaus gyvenimui ir karjerai.
- Sunkumų įveikimas priimant sprendimus.
- Karjeros sprendimų priėmimo modeliai ir technikos.

### 4. KARJEROS ĮGYVENDINIMO SRITIS

#### UŽDAVINYS

- plėtoti ir taikyti karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas.

#### UGDYMO KARJERAI UŽSIĖMIMŲ TEMOS:

- Bendrosios žmogaus kompetencijos.
- Laiko planavimas.
- Laiko planavimas. Tu – savo laiko šeimininkas.
- Mokinių supažindinimas su CV rašymu. Koks yra geras gyvenimo aprašymas?
- Kaip parašyti gerą CV?
- Motyvacinis laiškas.
- Profesinė veikla kaip savikūra.
- Kaip pasireikšti profesinėje veikloje ir pelnyti profesinę pagarbą?
- Komandinio darbo vaidmenų pritaikymas dirbant grupėje.
- Kas aš komandoje? Kiekvieno vaidmuo ir indėlis dirbant komandoje. Individualus darbas. Aptarimas.
- Darbo rinka ir nedarbas.

## UGDYMO KARJERAI UŽSIĖMIMŲ APRAŠYMAI

### *SAVĖS PAŽINIMO SRITIS*

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** II

**Tema:** Asmeninių vertybių sąsaja su karjeros sprendimais. Žaidimas „Ilga kelionė“.

**Uždaviniai:**

- mokyti išskirti prioritetus;
- lavinti asmeninių skirtumų toleravimą;
- padėti mokiniams pažinti savo vertybes.

**Metodas:** diskusija.

**Priemonės:** popieriaus lapai, rašikliai.

**Veikla:**

Mokinių paprašoma įsivaizduoti, kad jų šeima pakviesta dalyvauti ilgai trunkančioje kelionėje. Tris mėnesius jie keliaus po Aliaską. Kiekvienas šeimos narys galės pasiimti su savimi vieną kuprinę. Keliaudami jie gaus būtiniausių dalykų (maistą, vaistų, palapinių, miegmaišių, gėrimų, reikalingų įrankių). Keliaus po tris šeimas grupėje. Kiekvieną grupę lydės vienas patyręs vadovas.

Mokinių užduotis – sudaryti dešimties svarbiausių daiktų, kuriuos jie norėtų pasiimti į kuprinę, sąrašą. 10–15 min. mokiniai apsversto ir sudaro šį sąrašą. Tuomet grupelėse po 2-3 aptaria, ką jie pasirinko, kartu išskiria tris svarbiausius pasirinktus daiktus ir pristato savo pasirinkimus.

**Rezultatas:**

Mokiniai geba įvardinti savo vertybes, diskutuoja ir paaiškina, kaip jų asmeninės savybės bei vertybės gali lemti karjeros sprendimus.

**Mokyklos pavadinimas:** Vilniaus Salininkų gimnazija.

**Klasė:** IIa

**Tema:** Aš galiu pažinti savo stiprybes.

**Uždaviniai:**

- padėti suprasti, kokios gali būti asmenybės stiprybės;
- padėti atpažinti savo stiprybes ir silpnybes;
- išmokyti savo silpnybes paversti stiprybėmis;
- padėti suprasti asmeninių stiprybių panaudojimo galimybes.

**Priemonės:** popieriaus lapai, rašikliai.

**Veikla:**

Stiprybių modelio pristatymas: „Stiprybių skydas“. Mokiniams pristatyti užsiėmimo tikslai. Kalbėta apie tai, kodėl verta geriau pažinti save, žinoti savo stiprybes. Vėliau buvo pristatytas „Stiprybių skydas“. Visos stiprybių grupės aptartos.

## STIPRYBIŲ SKYDAS



- I. Stiprybių sąrašas pagal vardą. Pasinaudojant mokytojos vardu, parodytas pavyzdys, kaip reikia atlikti užduotį. Mokiniai pagal savo vardą surašė savo stiprybes ir silpnybes.

*Pavyzdys*

**V** – valinga,  
**I** – iniciatyvi,  
**L** – lojali,  
**I** – išradinga,  
**J** – jausminga,  
**A** – atkakli.

- II. Stiprybių koliažo kūrimas. Mokiniais buvo išdalinti popieriaus lapai, paruošta įvairių žurnalų. Išsirinkę po 2 savo stiprybes ir silpnybes mokiniai kūrė koliažą, atspindintį juos ir jų pasirinktas asmenines savybes.

**Pastaba.** Kadangi mokinių nemažai, šiam užsiėmimui buvo skirtos dvi klasės valandėlės. Antros klasės valandėlės metu mokiniai pristatė savo koliažus. Vėliau vykdyti III ir IV punktai.

- III. Silpnybių vertimas stiprybėmis. Mokiniai pasiskirstė poromis ir išrinkę po vieną partnerio silpnybę turėjo sugalvoti situaciją, kurioje ši silpnybė virsta stiprybe, ją pasidalinti su partneriu.

- IV. Apibendrinimas. Šioje dalyje buvo aptarta, ką lengviau / sunkiau buvo sugalvoti – stiprybes ar silpnybes, kaip sekėsi silpnybes paversti stiprybėmis, kaip pasikeitė požiūris į silpnybes.



## **KARJEROS GALIMYBIŲ PAŽINIMO SRITIS**

**Mokykla:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** II

**Tema:** Profesijos paveikslas.

**Uždaviniai:**

- susipažinti su kai kuriomis profesijomis;
- tobulinti komandinio darbo kompetenciją.

**Metodas:** grupinis darbas.

**Priemonės:** dideli balti lapai, spalvotas lapas su profesijos užrašu, ant spalvotų mažų lapelių surašytos profesijos savybės.

**Aptarti terminai:** profesijos aprašas.

**Veikla:**

Mokiniai suskirstomi grupėmis (patys sugalvoja grupei pavadinimą). Ant stalo sudėlioti spalvoti lapeliai, kuriuose surašyti tam tikros profesijos aspektai:

- darbo aplinka;
- darbo priemonės;
- asmeninės savybės, būdingos / reikalingos tą darbą dirbančiam žmogui;
- reikalingas išsilavinimas;
- tam tikros profesijos atstovo atliekami darbai.

Dideli lapai su profesijos pavadinimu priklijuojami ant sienos. Grupėms skiriama kuri nors profesija. Mokinių užduotis yra kuo greičiau suklijuoti visus tinkamus spalvotus lapelius jiems priklausančiame profesijos lape.

**Rezultatas:**

Mokiniai pažino profesijų ypatumus ir karjeros galimybes. Susipažino su skirtingų profesinių veiklų spektru.

**Mokyklos pavadinimas:** Vilniaus Salininkų gimnazija.

**Klasė:** Ia, Ib

**Tema:** Kas vyksta darbo pasaulyje? Darbo rinka ir įsidarbinimo galimybės.

**Uždaviniai:**

- supažindinti mokinius su darbo rinkos sistema;
- skatinti nagrinėti informaciją apie dominančias profesijas.

**Metodai:** paskaita, darbas grupėse, diskusija.

**Priemonės:** Įsidarbinimo galimybių barometras 2019, laikraščių informacija apie darbo rinką (darbo skelbimai), popieriaus lapai, rašymo priemonės, skaidrės.

**Sąvokos:** profesija, darbas, darbinė veikla, darbo rinka, darbo skelbimas.

**Veikla:**

4 mokinių grupė parengia pranešimą apie darbo rinką, įsidarbinimo galimybes ir pristato jį klasėje. Vėliau mokiniai pasiskirsto grupėmis ir nagrinėja darbo skelbimus. Išskiria pagrindines darbo skelbimo dalis ir pristato savo darbą. Mokiniai diskutuoja tema: „Darbo rinka ir nedarbas“.

**Rezultatas:**

Mokiniai susipažįsta su pagrindiniais profesinės informacijos šaltiniais. Geba analizuoti darbo rinkos informaciją ir sieti ją su konkrečia profesija bei įsidarbinimo galimybėmis.

## **KARJEROS PLANAVIMO SRITIS**

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** II

**Tema:** Karjeros planas.

**Uždaviniai:**

- ugdyti asmeninės karjeros planavimo gebėjimus;
- padėti susisteminti ir reflektuoti įgytas mokinių patirtis.

**Metodai:** individuali užduotis.

**Priemonės:** rašikliai, užduoties lapai.

**Aptarti terminai:** karjeros planas.

**Veikla:**

Mokiniamis išdalijami atspausdinti užduoties lapai ir prašoma juose fiksuoti užsiėmimų metu surinktą informaciją. Į karjeros planą mokiniai įrašo regimas savo stipriąsias bei silpnąsias puses, kiek ir kokių įgūdžių turi. Surašoma faktinė informacija apie pasiekimus, gautus apdovanojimus, siekius, vertybes, dominančias profesijas.

**Rezultatas:**

Mokiniai apibendrina bei susieja informaciją apie save ir karjeros galimybes, apsibrėžia karjeros viziją, išsikelia konkrečius karjeros tikslus. Užpildę karjeros planą mokiniai gauna visą reikiamą informaciją, kuria gali vėliau remtis rinkdamiesi studijas ir profesiją.

**Mokyklos pavadinimas:** Vilniaus Salininkų gimnazija.

**Klasė:** IIb

**Tema:** Individualaus ugdymo plano sudarymas.

**Uždaviniai:**

- supažindinti su individualaus ugdymo plano sudarymo reikalavimais;
- paaiškinti, kokie mokomieji dalykai yra privalomi;
- paaiškinti, kokių mokomųjų dalykų galima atsisakyti;
- rekomenduoti sudaryti individualų planą, atsižvelgiant į būsimą profesiją.

**Metodai:** individuali užduotis.

**Priemonės:** rašikliai, užduoties lapai.

**Veikla:**

Mokiniamis rekomenduojama individualius ugdymo planus pradėti sudarinėti kovo mėnesį. Mokiniai kartu su tėvais yra supažindinami su šio plano sudarymo reikalavimais ir taisyklėmis. Po įvadinio susirinkimo atskirai dirbama su kiekvienu mokiniu klasių valandėlių metu, kad sudarytas individualus ugdymo planas atitiktų jo poreikius ir galimybes. Labai rekomenduojama vasario mėnesį nuvykti į parodą „Studijos“, pasidomėti įvairiomis profesijomis ir studijų galimybėmis.

**Rezultatas:**

Tinkamai sudaryti individualūs ugdymo planai atsižvelgiant į kiekvieno mokinio individualius poreikius.

## **KARJEROS ĮGYVENDINIMO SRITIS**

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** II

**Tema:** Komandinis darbas – viena sėkmingos karjeros sąlygų. Užduotis „Dėlionė“.

**Uždaviniai:**

- tobulinti mokinių komandinio darbo gebėjimus;
- mokyti efektyviai bendradarbiauti.

**Metodai:** grupinis darbas.

**Priemonės:** raiščiai akims, vaikiška dėlionė.

**Veikla:**

Mokiniai suskirstomi komandomis po 4. Dviem iš jų užrišamos akys. Kiti du komandos nariai „matantys“. Jie žodžiu duoda nurodymus, kaip teisingai atlikti užduotį, t. y. sudėti dėlionę. Mokiniai užrištomis akimis atidžiai klausydami kitų komandos narių, stengiasi atlikti užduotį.

**Rezultatas:**

Grupės nariai geba efektyviau komunikuoti, dalintis informacija, įsiklausyti į vienas kito nuomonę. Išmoksta pasitikėti vienas kitu.

**Mokyklos pavadinimas:** Vilniaus Salininkų gimnazija.

**Klasė:** IIa, IIb

**Tema:** Motyvacinis laiškas.

**Uždavinys**

- rašant motyvacinį laišką gebėti pademonstruoti teigiamas ir neigiamas savo savybes, įvaldytas kompetencijas bei pagrįsti savo tinkamumą konkrečiam darbui.

**Metodai:** Individualus darbas, darbas grupėse.

**Priemonės:** Kompiuteris, popierius, rašymo priemonės, lenta.

**Sąvokos:** motyvacinio laiško tikslas, forma, struktūra;

Bendrųjų kompetencijų apibūdinimas: mokėjimo mokytis, komunikavimo, socialinė, iniciatyvumo ir kūrybiškumo, asmeninė.

**Veikla:**

Kiekvienas mokinys rašo motyvacinį laišką kompiuteriu, nepasirašydamas pavardės. Motyvaciniai laišakai buvo sunumeruoti. Mokinių darbo grupės (priėmimo komisijos) juos vertina bei renka geriausiųjų laiškų penketuką.

**Rezultatas:**

Kiekvienas mokinys turi galimybę pabūti laišką rašančiojo ir vertinančiojo pozicijoje. Rašydami savo motyvacinius laiškus ir vertindami draugų laiškus, mokiniai supranta, koks turi būti tinkamas motyvacinis laiškas.

## ŽAIDIMŲ, UŽDUOČIŲ APRAŠYMAI

### Žaidimas „ILGA KELIONĖ“

#### Tikslai:

- mokyti išskirti prioritetus;
- lavinti asmeninių skirtumų toleravimą;
- padėti mokiniams pažinti savo vertybes;
- aptarti, kaip išryškinti aspektai siejasi su profesijos pasirinkimu.

**Priemonės:** popieriaus lapai, rašikliai.

**Trukmė:** 30-40 min.

**Eiga:** Mokinių paprašoma įsivaizduoti, kad jų šeima pakviesta dalyvauti ilgai trunkančioje kelionėje. Tris mėnesius jie keliaus po Aliaską. Kiekvienas šeimos narys galės pasiimti su savimi vieną kuprinę. Keliaudami jie gaus būtiniausių dalykus (maistą, vaistų, palapinių, miegmaišių, gėrimų, reikalingų įrankių). Keliaus po tris šeimas grupėje. Kiekvieną grupę lydės vienas patyręs vadovas.

Mokinių užduotis – sudaryti dešimties svarbiausių daiktų, kuriuos jie norėtų įsidėti į kuprinę, sąrašą. 10–15 min. mokiniai individualiai svarsto ir sudaro šį sąrašą. Tuomet grupelėse po 2-3 aptaria, ką jie pasirinko, kartu išskiria tris svarbiausius pasirinktus daiktus ir pristato savo pasirinkimą.

**Refleksija:** Visi susėda ratu. Pradedas tas mokins, kuris nori pirmas kalbėti. Pateikiami klausimai:

1. Dėdamas daiktus į kuprinę galvojai tik apie savo poreikius ar svarstei apie kitus šeimos narius?
2. Ar sunku buvo išskirti svarbiausius dalykus? Kodėl?
3. Pamažytė, kada ir kodėl gyvenime svarbu išskirti prioritetus?
4. Aptarkite prioritetų svarbą renkantis profesiją. Ar reikia atsižvelgti į savo vertybes? Kodėl?

### Grupinė užduotis „IŠLIKIMAS“

#### Tikslai:

- profesijos pažinimas;
- mokymasis diskutuoti.

**Priemonės:** kortelės su profesijų pavadinimais.

**Trukmė:** 45 min.

**Eiga:** Mokytojas pasakoja istoriją: „Skridamas lėktuvus nukrenta į negyvenamąją salą. Išsigelbėti galima tik nedidele valtele, į kurią telpa tik pusė esančių žmonių. Visi nori grįžti atgal, deja, išplaukti gali tik pusė žmonių. Taigi, vyksta išlikimo kova“.

Mokiniai suskirstomi grupėmis po 4-5. Kiekvienas grupės narys gauna po vieną kortelę, kurioje įrašyta profesija. Mokiniai diskutuodami turi įrodyti vieni kitiems, kodėl būtent jis turėtų išsigelbėti, kodėl būtent jų profesijos atstovai reikalingiausi. Mokiniai gali naudotis papildomomis informacinėmis priemonėmis, pvz., telefonais, jei tiksliai nežino profesijos veiklos. Vyksta diskusija, kuriai skiriama 20-25 min.

Po diskusijos kiekviena grupelė pristato tas profesijas, kurioms pavyko įrodyti jų pranašumą.

**Aptarimas.** Pabaigoje mokiniams užduodami klausimai:

1. Kas buvo sunkiausia siekiant „išlikti“?
2. Kaip manote, ar tinkamai pasirinkote vertus išsigelbėti?
3. Ar yra nereikalingų profesijų?

## **Užduotis „STATOME BOKŠTĄ“**

### **Tikslai:**

- asmeninių savybių atpažinimas;
- mokytis dirbti komandoje;
- kūrybiškumo skatinimas.

**Priemonės:** makaronai, lipni juostelė, zefyrai.

**Eiga:** Mokiniai suskirstomi po 4-5 grupelėmis. Kiekvienai grupei išdalinamos priemonės: po 20 makaronų, lipni juostelė ir po 4 zefyrus. Grupė turi pastatyti kuo aukštesnį bokštą, kuris niekur nesiliesdamas stovėtų ant pagrindo ir jo viršūnė būtų „papuošta“ zefyru.

### **Aptarimas:**

1. Ar komanda prieš pradėdama statyti bokštą pasiskirstė vaidmenimis?
2. Kaip kiekvienam sekėsi atlikti savo vaidmenį komandoje?
3. Kuo svarbūs vaidmenys dirbant komandoje?
4. Ką kitą kartą darytumėte kitaip?

## **UGDYMO KARJERAI IŠVYKOS**

### **UŽDAVINYS**

- supažindinti mokinius su realia darbo rinka, paklausiomis ir įdomiomis profesijomis bei galimybėmis įgyti tas profesijas.

## **IŠVYKŲ SĄRAŠAS**

### **Alytaus šv. Benedikto gimnazija:**

- Litexpo – IT renginys SWITCH;
- VU Botanikos sodas ir VGTU Linkmenų fabrikas;
- Kaunas – pažintis su renginių organizavimo veikla (UAB Realister Media), dalyvavimas renginyje Studfest;
- Aleksandro Stulginskio universitetas;
- Vilniaus universitetas ir Vilniaus kolegija;
- Alytaus įmonės „Lanksti linija“, „Traidenis“;
- Alytaus profesinio rengimo centras;
- Alytaus regioninis karjeros centras jaunimui „Karjeras“;
- Alytaus Geležinio vilko batalionas;
- Vilniaus Energetikos ir technikos muziejus ir Valstybės pažinimo centras;
- Vilniaus kolegijos menų ir technologijų fakultetas (darbo organizavimo principai, studijų programos) bei Mineralų muziejus (mokslininkų darbai ir pasiekimai, specialistų poreikis);
- Ekskursija į Vita Baltic įmonę;
- Išvyka į įmonę „Baldeka“.

### **Vilniaus Salininkų gimnazija:**

- Konferencija SWITCH;
- Fizinių ir technologijos mokslų centras;
- Thermo Fisher. Biotechnologijų mokslai;
- LR vyriausybė;
- Turizmo paroda „Adventur“;

- Paroda „Studijos 2019“;
- VGTU „ Biomechanika – inžinerijos ir medicinos mokslų sandūroje. Išmaniosios technologijos, keičiančios žmogaus kūną“;
- VGTU „Šiuolaikinė mašinų gamyba – didysis inžinierių galvosūkis“;
- LR Seimas. Susitikimas su Lietuvos nepriklausomybės akto signatarų klubo nariais „Lietuvos ateitis – jaunuomenės rankose“;
- VGTU „Kūrybiškumas kaip inovacijų variklis“;
- Lietuvos karo akademija. Atvirų durų diena;
- Vilniaus technologijų mokymo centras;
- Statybininkų rengimo centras, Viršuliškių filialas;
- Specializuota aukštojo mokslo užsienyje paroda „Study plan 2019“. Susitikimai su geriausių pasaulio universitetų atstovais;
- Labdaros ir paramos organizacija „Maisto bankas“;
- Savanoriavimas „Savanorystė praktikoje“;
- VU Gyvybės mokslų centras „Studijos biotechnologijų institute“.

## IŠVYKŲ APRAŠYMAI

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** IIa, IIb

**Tema:** Išvyka į Valstybės pažinimo centrą. Pažintis su politiko ir istoriko profesijomis.

**Uždaviniai:**

- susipažinti, kaip naudojantis šiuolaikiniais metodais rinkti, sisteminti ir apdoroti informaciją;
- išsiaiškinti, kaip dirba istorikai ir politikai.

**Veikla:**

Mokiniai gavo konkrečias užduotis:

1. Pasirinkta tema surinkti informaciją interaktyviuose stenduose ir ją pristatyti draugams pamokoje.
2. Naudojantis interaktyviuoju biudžeto stendu susipažinti, kaip sudaromas subalansuotas biudžetas, jį paskirstyti įvairioms sritims.
3. Argumentuotai kalbėti tema: „Ar aš galėčiau būti politikas arba istorikas?“.

**Rezultatas:**

Išvykos metu mokiniai turėjo progą susipažinti su moderniais informacijos pateikimo būdais, gebėjo rinkti, sisteminti medžiagą, argumentuoti savo atsakymus, juos pristatyti draugams.

Ši išvyka paskatino juos domėtis konkrečiomis profesijomis, orientuotis darbo rinkoje, suprasti, ar šios profesijos jiems tinkamos.

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** Ia, Ic

**Tema:** Išvyka į įmonę UAB „Realister Media“ ir dalyvavimas STUDFESTE.

**Uždavinys**

- susipažinti su rinkodaros specialisto, projektų vadovo, renginių organizatoriaus profesijomis ir renginio metu pamatyti, kaip dirba šių profesijų atstovai.

**Veikla:**

Įmonėje dirbanti buvusi mūsų gimnazijos mokinė Viktorija Masiulionytė papasakojo apie savo darbą. Pagrindinis UAB „Realister Media“ projektas yra Studfestas. Mokiniai sužinojo

Studfesto organizavimo užkulisius, kokie skirtingų kompetencijų reikalaujantys veiksmai yra atliekami organizuojant renginį (nuo partnerių pritraukimo – pardavimo, iki reklamos ir komunikacijos strategijų viešinant renginį plačiajai auditorijai, nuo bendrų organizacinių klausimų (vieta, scena, apšvietimas, įgarsinimas ir t.t.) iki paties renginio.

Po susitikimo su renginio organizatore mokiniai dalyvavo STUDFESTE, klausėsi pranešimų, stebėjo renginio organizatorių – vadybininkų darbą. Pertraukų metu vyko paroda, kurioje dalyviai galėjo susipažinti su aukštosiomis mokyklomis, verslo įmonėmis – būsimais darbdaviais, o dienos pabaigoje garsūs šalies atlikėjai koncertavo mokiniams.

Mokiniai gavo konkrečias užduotis:

1. Sudaryti savo svajonių Studfesto pranešimų programą.
2. Parinkti temų TOP 3.
3. Nurodyti, kokį ir kokia tema kalbantį lektorių norėtų išgirsti ar rekomenduotų išgirsti kitiems mokiniams.

#### **Rezultatas:**

Susitikimo su įmonės UAB „Realister Media“ komanda metu ir dalyvaudami jų organizuotame renginyje mokiniai turėjo progos susipažinti su rinkodaros specialisto, projektų vadovo, renginių organizatoriaus profesijomis.

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** IIa, IIb, IIc

**Tema:** Vilniaus kolegija ir Mineralų muziejus.

#### **Uždaviniai:**

- susipažinti su Vilniaus kolegijos Menų ir technologijų fakulteto studijų programomis;
- aplankyti Mineralų muziejų, susipažinti su smėlio atmainomis ir jo panaudojimu įvairiose srityse.

#### **Veikla:**

Vilniaus kolegijos Menų ir kūrybinių technologijų fakultete dėstytoja, choreografė Rasa Prokurotienė su gimnazistais kalbėjo apie siūlomas programas bei studijas, paskui pasidalijo mintimis ir idėjomis, ko tikisi ir ką norėtų padaryti susitikimo metu, o vėliau visa tai įgyvendino. Po pokalbio vyko edukacinė veikla, kurios metu jaunuoliams teko geriau pažinti save, pajauti ir nebijoti to, ką gali padaryti – bandė sukurti šokį. „Kūrybinėje šokio laboratorijoje“ šokiu ir judesiais išreiškė tokius žodžius, kaip „švelnumas“, „vėjas“, bandė sukurti šokį. Užsiėmimo metu kiekvienas galėjo atrasti save iš naujo. Parengė pranešimus apie tai, kodėl aš noriu ir tinku šiai profesijai.

Paskaita „Tas nuostabus smėlis...“ vyko Gamtos tyrimų centre. Mokiniai, kurie pasirinko geologiją, buvo supažindinti su žaviu akmenų ir uolienu pasauliu ir išties įspūdinga mineralų kolekcija. Kiekvienas turėjo galimybę pažvelgti pro mikroskopą į iš atokiausių pasaulio kampelių surinktus smėlio pavyzdžius. Mokiniai suprato, kad tokiai profesijai reikia begalinės kantrybės, kruopštumo, domėjimosi gamtos pasauliu.

#### **Rezultatas:**

Geriau pažino save, savo norus ir gebėjimus, pristatydami pranešimus, tobulino viešojo kalbėjimo įgūdžius.

Parengė pranešimus apie smėlio panaudojimą, išsakė savo mintis, kokių savybių reikėtų tokios profesijos atstovui.

**Mokyklos pavadinimas:** Alytaus šv. Benedikto gimnazija.

**Klasė:** IIa, IIb

**Tema:** VU Botanikos sodas ir VGTU LinkMenų fabrikas

**Uždaviniai:**

- susipažinti su VU Botanikos sode vykdoma mokslinė ir edukacine veikla;
- pasidomėti VGTU LinkMenų fabriko siūloma veikla bei studijų programomis, perspektyvių transporto priemonių kūrimu.

**Veikla:**

Mokiniai dalyvavo renginiuose „Tyrėjų naktis 2018“. Vyko į Vilniaus universiteto Botanikos sodą ir VGTU LinkMenų fabriką. Botanikos sode atliko praktinį darbą, kurio metu jiems buvo pateiktos užduotys – atpažinti įvairių augalų vaisius, nusakyti jų savybes bei panaudojimą maisto pramonėje.

VGTU LinkMenų fabrike susipažino su techno genų laboratorija, mobilią aplinkos tyrimų laboratorija, 3D galimybėmis, perspektyvių transporto priemonių kūrimu, galėjo pamatyti, kaip reguliuojama šviesos ir garso instaliacija, pasigamino termometrą.

**Rezultatas:**

Išvyka paskatino mokinius domėtis naujomis profesijomis, padėjo jiems geriau orientuotis šiandieninėje darbo rinkoje, sudaryti galimybes pajusti praktinės veiklos svarbą, ugdyti vieną iš labiausiai šiuolaikiniame pasaulyje vertinamų gebėjimų – gebėjimą spręsti problemas ir mokėti dirbti komandoje. Gautas žinias pritaikė įvairiose pamokose: biologijos pamokose atpažino įvairių augalų vaisius pagal skonį ir išvaizdą, fizikos – paaiškino, kaip pasigaminti termometrą, IT pamokose aptarė 3D spausdintuvo naudojimo galimybes.

**Mokyklos pavadinimas:** Vilniaus Salininkų gimnazija.

**Klasė:** IIa

**Tema:** Išvyka į Fizinių ir technologijos mokslų centrą.

**Uždaviniai:**

- sužinoti, kokia veikla vykdoma Fizinių ir technologijos mokslų centre;
- sužinoti, kokius tyrimus atlieka Fizinių ir technologijos mokslų centras;
- sužinoti, ar Fizinių ir technologijos mokslų centre vykdomos studijų programos;
- susipažinti su mokslo darbuotojo darbo specifika.

**Veikla:**

Salininkų gimnazijos II-ą klasių mokiniai apsilankė Fizinių ir technologijos mokslų centre. Mokiniai buvo supažindinti su Fizinių ir technologijos mokslų centro struktūra ir veiklos kryptimis.

Mokiniai apsilankė Tribologijos laboratorijoje, su joje atliekamais tyrimais supažindino dr. Dalia Bražinskienė. Tribologijos laboratorijos misija – trinties, dilimo, sutepimo ir kitų sąveikų tarp judančių paviršių moksliniai tyrimai, įtraukiant ir degradacijos bei elektrocheminių procesų nagrinėjimą; tribologijos tyrėjų ruošimas.

Vėliau lankėsi Medžiagų struktūrinės analizės skyriuje, kuriame atliekami polikristalinių medžiagų rentgeno difrakciniai (struktūriniai) tyrimai, kokybinė ir kiekybinė cheminė (elementinė) analizė miltelių, mineralų, dirvožemių, katalizatorių, keramikos, stiklų, plastmasių, metalų ir jų lydinių rentgeno spindulių fluorescencinės spektroskopijos, rentgeno spektrinės mikroanalizės ir rentgeno fotoelektronų spektroskopijos metodais, paviršiaus morfologijos ir kiti tyrimai. Mokiniai turėjo galimybę pamatyti Rentgeno spindulių difraktometrą SmartLab, skenuojantį elektroninę mikroskopą, palaikyti rankose 30g svorio tyrimų indą iš platinos.

Po to mokiniams buvo pasakojama apie Fizinių ir technologijos mokslų centre vykdomas studijų programas bei mokslinio darbuotojo veiklos ypatybes: kaip pasirenkamos mokslinio darbo temos, kaip vykdomi tyrimai, kaip atsiskaitoma už savo vykdomą darbą.



**Rezultatas:**

Mokiniai sužinojo, kad Fizinių ir technologijos mokslų centras (FTMC) yra didžiausia mokslinių tyrimų įstaiga Lietuvoje, vykdanči unikalius mokslinius tyrimus ir technologinės plėtros darbus lazerinių technologijų, optoelektronikos, branduolio fizikos, organinės chemijos, bio ir nanotechnologijų, elektrocheminės medžiagotyros, funkcinių medžiagų, elektronikos ir kitose mokslo kryptyse.

FTMC atliekami ne tik svarbūs moksliniai tyrimai ir technologinės plėtros darbai, bet ir organizuojamos doktorantūros studijos, podoktorantūrinės stažuotės, rengiami mokslininkai, gebantys savarankiškai atlikti aukšto lygio mokslinius tyrimus bei spręsti mokslo problemas. Verslo užsakymu vykdomi tiriamieji darbai, teikiama metodologinė, metodinė ir kita pagalba, atliekamos ekspertizės, teikiamos mokslinės konsultacijos. FTMC suburti geriausi šalies mokslininkai, įdiegta moderni laboratorinė įranga, tad dauguma čia vykdomų mokslinių tyrimų yra unikalūs ne tik Lietuvoje, bet ir pasaulyje.

**Mokyklos pavadinimas:** Vilniaus Salininkų gimnazija.

**Klasė:** IIa

**Tema:** VGTU. JIM paskaita „Biomechanika – inžinerijos ir medicinos mokslų sandūroje. Išmaniosios technologijos, keičiančios žmogaus kūną“.

**Uždaviniai:**

- sužinoti, koks mokslas yra biomechanika;
- sužinoti, su kokiomis sritimis yra susijusi biomechanika;
- sužinoti, kokios yra įsidarbinimo galimybės baigus studijas VGTU Mechanikos fakulteto Biomechanikos inžinerijos katedroje.

**Veikla:**

Užsiėmimą vedė Biomechanikos inžinerijos katedros laboratorijos vedėjas asistentas Gintaras Jonaitis. Biomechanika – mokslas, tyrinėjantis žmogų. Mechanika yra mokslas apie kūnų judėjimą, mechanikos dėsniai taikomi gyvam organizmui, šiuo atveju – žmogui. Domimasi žmogaus raumenų-skeleto sistemos sandara: kaip ji veikia, kokia jos dinamika ir pan. Jei suprantama, kaip veikia žmogaus kūnas, kai kuri nors viena organizmo funkcija sutrinka dėl ligos, negalios ar traumos, galima ieškoti būdų, kaip tą funkciją papildyti ar atstatyti.

Laboratorijoje mokiniams buvo parodyta biomechaninė žmogaus ranka, kuri gana tiksliai gali atkartoti rankos judesius. Mokiniai konkrečiais pavyzdžiais buvo skatinami domėtis mechanika ir nebijoti savitai mąstyti.

Biomechanika yra glaudžiai susijusi su medicina. Biomechanikos inžinerijos katedroje ruošiami žmonės, kurie dirba su medikais komandoje ir atlieka techninę dalį – kuria įrenginius, įvairių aparatūrą ar mokslinius metodus, reikalingus medicinai, taip pat techninės pagalbos, slaugos priemones neįgaliesiems. Techninės pagalbos neįgaliesiems centre dirbantys biomechanikos specialybės absolventai padeda tinkamai parinkti bei sureguliuoti neįgaliojo vežimėlį ar kitą priemonę. Daug biomechanikų dirba ortopedijos įmonėse, kiti prižiūri ir tiekia įstaigoms medicinos techniką ar pan. Biomechanikai glaudžiai bendradarbiauja su didžiausių ligoninių reabilitologais, neurologais, prisideda prie jų darbo kurdami metodus, įrankius, kurie padėtų stebėti reabilitacijos proceso eigą, įvertinti žmogaus kūno pokyčius iš biomechaninės pusės.

Biomechanikos studentai sukuria nemažai inovacijų, tačiau jie naudojamais produktais tampa retai, jei studentas netęsia studijų ar neįsidarbina universitete, darbas taip ir lieka stalčiuje.

Taip pat buvo akcentuota, kad nemažai IT kompanijų kuria medicininę programinę įrangą, taip pat yra įmonių, gaminančių įvairius implantus, protezus.

## **Rezultatas:**

Mokiniai sužinojo, kad biomechanika – mokslas, tyrinėjantis žmogų. Ji susijusi su medicina, IT technologijomis, verslu. Baigus biomechanikos studijas, galima tęsti studijas ir vykdyti mokslinius tyrimus, dirbti ortopedijos įmonėse, medicinos centruose, reabilitacijos centruose.

## **SAVANORYSTĖ**

**Savanoriška veikla** – savanorio neatlyginamai atliekama visuomenei naudinga veikla, kurios sąlygos nustatomos savanorio ir šios veiklos organizatoriaus susitarimu. (Lietuvos Respublikos savanoriškos veiklos įstatymas 2011 m. birželio 22 d. Nr. XI-1500). Savanoriauti Lietuvoje gali visi asmenys nuo 14 m. bet kurioje nepelno siekiančioje organizacijoje.

Kiekvieno savanorio motyvacija yra skirtinga, tačiau vyrauja kelios pagrindinės:

- altruizmas – rūpinimasis kitų interesais ar gerove;
- galimybė įsidarbinti – nemažai organizacijų ir įmonių, kviesdamos savanoriauti, taip atsirenka potencialius darbuotojus;
- religiniai įsitikinimai – daugelis religijų teigia, kad padėti kitiems yra dvasinė pareiga;
- saviugda – savanoriška veikla suteikia papildomų žinių ir įgūdžių;
- saviraiška – galimybė atrasti ir išbandyti save;
- socializacija – savanoriavimas yra puiki galimybė sutikti daug skirtingų žmonių ir susirasti naujų draugų.

Savanoriška veikla nėra ir negali būti privaloma.

Vilniaus Salininkų gimnazijos Ib klasės mokiniai aktyviai įsitraukė į pozityvios jaunimo raidos skatinimo programą „Pasimatuok savanorystę“ pagal projektą „Kuriu savo pamokas ir ateitį pats“.

2019 metų spalio mėnesį mokiniams buvo vesta klasės valandėlė apie savanorystės naudą formuojant karjeros įgūdžius. Motyvuojant mokinius įvardinta savanorystės nauda, pasiūlytos konkrečios galimybės vykdyti savanorišką veiklą. Mokiniai lankėsi paramos ir labdaros organizacijoje „Maisto bankas“ ir susipažino su organizacijos veikla, jos tikslais bei savanorystės galimybėmis.

Mokiniai savanoriškai dirbo paramos labdaros organizacijoje „Maisto bankas“, padėjo sutvarkyti, išrūšiuoti, supakuoti gautus maisto produktus ir juos perduoti socialinėms organizacijoms, kurios rūpinasi nepasiturinčiais žmonėmis.

Mokiniai dalyvavo labdaros ir paramos organizacijos „Maisto bankas“ rudens akcijoje „Ačiū“, kurioje rinko maisto produktus iš aukojančių žmonių, taip pat dalino skrajutes ir ragino aukoti nepasiturintiems žmonėms.

Po šios mokinių veiklos galima teigti, kad mokiniai sąmoningai prisidėjo prie vieningos visuomenės kūrimo. Jie suprato, kad, norėdami gyventi geresniame pasaulyje, turime rūpintis vieni kitais ir padėti tiems, kuriems reikia pagalbos. Taip kuriama stipri bendruomenė, kuri būdama vieninga gali pasiekti savo tikslus.

## **Informacija apie savanorystę**

<http://www.zinauviska.lt/lt/savanoryste/kas-tai>

<http://www.3sektorius.lt/pilietines-iniciatyvos/savanoriau/>

[http://ec.europa.eu/lietuva/abc\\_of\\_the\\_eu/duk/savanoryste/faktai\\_skaiciai\\_savanoryste\\_lt.htm](http://ec.europa.eu/lietuva/abc_of_the_eu/duk/savanoryste/faktai_skaiciai_savanoryste_lt.htm)

[http://www.ldb.lt/jaunimui/ieskantiems/Puslapiai/savanoriu\\_veikla.aspx](http://www.ldb.lt/jaunimui/ieskantiems/Puslapiai/savanoriu_veikla.aspx)

[www.jtba.lt](http://www.jtba.lt)

## ŠEŠĖLIAVIMAS ĮMONĖSE

Viena karjeros ugdymo veiklų – „šešėliavimas“. Pagrindinis „šešėliavimo“ principas yra stebėti ir susipažinti su tam tikros srities atstovo darbo diena ir užduotimis, kurias jis atlieka darbo metu, ir suprasti, ką reiškia būti vienos ar kitos srities specialistu. Tai reiškia, kad mokiniai, pasiryžtantys kurį laiką skirti praktikai įmonėse bei organizacijose, stebi kasdienį darbuotojų, įmonės ar įstaigos darbą, patys atlieka užduotis ir taip susipažįsta su įvairiomis profesijomis. Šešėliavimo metu mokiniai turi galimybę „pasėdėti“ darbdaviui už nugaros. Mokiniai įgyja daug naujų žinių ir patirties, patobulina savo kompetencijas.

„Šešėliavimo metu vykau į veterinarijos kliniką „Vetaminas“. Turėjau galimybę pamatyti, kaip vyksta darbas veterinarijos klinikoje, susipažinti su šios srities specialistais ir išsiaiškinti kilusius klausimus, susijusius su būsimumis studijomis bei darbu. Ši patirtis man buvo naudinga, kadangi įsitikinau, kad neturiu baimių, susijusių su šia specialybe, ir tai sustiprino mano norą rinktis veterinariją. Patarčiau kiekvienam išbandyti šešėliavimą.“ – teigė III klasės mokinė.

Tačiau, kaip rodo patirtis, ne visada pažintis su profesija pateisina lūkesčius, kad ji idealiai tinka, kaip buvo manyta anksčiau. Kartais iliuzija apie svajonių profesiją išsisklaido jau po pirmos dienos.

## NAUDOTOS LITERATŪROS SĄRAŠAS

- Darbinės veiklos gebėjimų ugdymo ir darbo pasaulio pažinimo metodinės rekomendacijos. Ugdymo plėtotės centras, Švietimo ir mokslo ministerija, Kuriame Lietuvos ateitį. 2012.
- Karjeros vadovas, Mokinio knyga. 2012.
- Ugdymas karjerai, Mokytojos knyga. 2012.
- PIT geroji patirtis. Metodinė medžiaga profesinio informavimo specialistui. Vilnius. Švietimo mainų paramos fondas. 2010.
- Dr. Tomas Butvilas, Vladislava Pažėrienė, Vaidotas Levickis. Mokinių profesinio veiklinimo metodika. Lietuvos mokinių neformaliojo švietimo centras. Vilnius. 2014.
- Kritinio mąstymo ugdymas sėkmingai ateities karjerai. Integruota karjeros ugdymo programa bendrojo lavinimo mokyklai, Šiuolaikinių didaktikų centras, Jaunimo karjeros centras. 2006.
- <http://www.euroguidance.lt/naujienos/metodines-gaires-ugdymo-karjerai-veiklos-planas>.
- <http://www.euroguidance.lt/naujienos/cv-ir-motyvacinis-laiskas-ieskant-pirmojo-darbo-kas-kur-ir-kaip>.
- <http://www.euroguidance.lt/naujienos/nauja-metodine-priemone-karjeros-ugdymui-2>.
- [http://www.mukis.lt/lt/profesiju\\_filmai.html](http://www.mukis.lt/lt/profesiju_filmai.html).
- <https://uzt.lt/darbo-rinka/isidarbinimo-galimybiu-barometras/>.

## **APIBENDRINIMAS**

### **I GIMNAZIJOS KLASĖ**

I gimnazijos (9) klasė – tai laikas, kai mokiniai turi daugiau laiko skirti savęs pažinimui.

Svarbu mokiniams parodyti sąsajas tarp ugdomų bendrųjų – mokėjimo mokytis, komunikavimo, pažinimo, socialinės, iniciatyvumo ir kūrybiškumo, asmeninės – kompetencijų ir karjeros kompetencijų.

Planuojant ugdymo karjerai veiklas ypač veiksmingi yra įvairūs aktyvaus ir reflektivaus mokymosi ir savęs pažinimo metodai, savo asmeninės vizijos kūrimas ir įgyvendinimas, mokinių bendradarbiavimas, mokantis vieniems iš kitų, pokalbiai, diskusijos ir debatai, pamokančių gyvenimo situacijų ir konkrečių asmenybių gyvenimo istorijų nagrinėjimas.

### **IDĖJOS VEIKLOMS**

#### **Užsiėmimų ciklas „Asmeninės ir darbo vertybės“**

Vienas svarbių aspektų pažįstant save – gerai pažinti savo asmenybės ypatumus ir aiškiai juos įvardinti. Užsiėmimų metu svarbu aptarti asmeninių savybių, vertybių, gabumų, svajonių įtaką gyvenimui ir karjerai.

#### **Klasės valandėlių ciklas „Karjeros konsultavimo ir pozityvios jaunimo raidos skatinimas“**

Šių pamokų metu, siekiant skatinti mokinių asmenybės brandą, ugdomas mokinių savęs pažinimas, savivoka, savivertė, socialinės ir emocinės kompetencijos bei įgūdžiai.

#### **Edukacinės išvykos**

Planuojant išvykas svarbu, kad jų turinys būtų aktualus visiems dalyviams. Lankydami įvairiose įstaigose mokiniai galės tyrinėti darbo pasaulio įvairovę ir atrasti sau labiausiai patinkančias veiklas.

#### **Klasės valandėlė arba kviestinis lektorius: „Profesijų pasaulyje“**

Užsiėmimo metu svarbu suintriguoti mokinius pasirinkimo galimybėmis bei paskatinti juos domėtis potencialiomis galimybėmis ateityje. Svarbu parodyti mokiniams galimybę pažinti įvairius darbus, profesijas, darbų tipus, skatinti domėtis kaitos tendencijomis ir susieti tai su savo karjera.

#### **Kviestinis lektorius: „Tikslų kėlimas ir laiko planavimas“**

Svarbu į mokyklą pasikviesti žmogų, kuris galėtų pasidalinti praktiniais patarimais apie tikslų kėlimą bei laiko planavimą. Tai gali būti visiškai nepriklausomas lektorius, karjeros konsultantas arba aukštosios mokyklos dėstytojas.

#### **Žmonių sėkmės istorijos**

Galima pakviesti buvusius mokinius ar kitus žmones, kurie pasidalins savo patirtimi su dabartiniais gimnazistais.

#### **Projektas „būsiu\_“**

Ši iniciatyva gali padėti mokytojui ugdyti mokinius šiuolaikinių ir ateities mokyklų principais: aktyviai įtraukiant mokinius į mokymosi ir patirčių dalijimosi procesus, stiprinant socialinius įgūdžius ir bendradarbiavimą, suteikiant prasmingų žinių.

## II GIMNAZIJOS KLASĖ

II gimnazijos (10) klasėje tęsiasi savęs pažinimo tema, tačiau šiame etape ji tampa gilesnė. Mokiniais jau yra svarbu artimiau susipažinti su profesijomis, kurios atitinka mokinio interesus ir / ar gabumus.

Planuojant ugdymo karjerai veiklas ypač veiksmingi yra įvairūs aktyvaus ir reflekyvaus mokymosi ir savęs pažinimo metodai, mokymosi iš patirties metodai, mokinių bendradarbiavimas, bendravimas ir bendri projektai su daug pasiekusiais ir savo pašaukimą atradusiais asmenimis, karjeros kompetencijoms ugdyti skirti žaidimai, ugdymas per profesinį veiklinimą, savanorystę, situacijų modeliavimas, pokalbiai, diskusijos ir debatai, pamokančių gyvenimo situacijų ir konkrečių asmenybių gyvenimo istorijų nagrinėjimas, pasitelkiant knygas, filmus, informacines komunikacines technologijas ir kitas priemones.

## IDĖJOS VEIKLOMS

### **Individualios karjeros konsultacijos**

Siūloma skirti laiko individualiam pokalbiui su kiekvienu mokiniu – aptarti jo stiprybes ir silpnybes, pasidomėti profesiniais interesais. Esant poreikiui padėti užpildyti individualų ugdymo planą arba susidaryti karjeros planą.

### **Užsiėmimų ciklas „Socialinė aplinka ir jos poveikis asmeninei karjerai“**

Užsiėmimų metu svarbu apibūdinti artimiausios socialinės aplinkos įtaką pasaulio suvokimui ir karjeros sprendimams. Paaiškinti, kodėl priimant karjeros sprendimus svarbu atsižvelgti į būsimus socialinius vaidmenis. Siūloma svarstyti socialinės aplinkos ir socialinių vaidmenų poveikį karjeros sprendimams.

### **Klasės valandėlių ciklas „Karjeros konsultavimo ir pozityvios jaunimo raidos skatinimas“**

Šių pamokų metu, siekiant skatinti mokinių asmenybės brandą, ugdomas mokinių savęs pažinimas, savivoka, savivertė, socialinės ir emocinės kompetencijos bei įgūdžiai.

### **Edukacinės išvykos**

Planuojant išvykas svarbu, kad jų turinys būtų aktualus visiems jos dalyviams. Lankydami įvairiose įstaigose mokiniai galės tyrinėti darbo pasaulio įvairovę ir atrasti sau labiausiai patinkančias veiklas.

### **Informacinis klasės tėvų ir vaikų susirinkimas dėl individualaus ugdymo plano sudarymo**

Labai svarbu, kad tiek tėvai, tiek mokiniai girdėtų absoliučiai vienodą informaciją dėl individualaus ugdymosi plano rengimo, todėl siūloma organizuoti bendrą tėvų ir vaikų susirinkimą.

### **Tų metų abiturientų stojimo reikalavimai**

Svarbu dabartinius II (10) klasių gimnazistus supažindinti su egzistuojančia stojimo tvarka, pristatyti, kokius egzaminus reikia laikyti norint stoti į dominančias sritis.

## **LITEXPO paroda STUDIJOS**

Tai didžiausia tarptautinė studijų ir karjeros planavimo paroda Lietuvoje ir Baltijos šalyse. Parodoje po vienu stogu pristatomas didelis mokymosi paslaugų pasirinkimas ir papildomos galimybės. Ji yra patraukli savo formatu ir koncentruotu turiniu, todėl mokiniai aktualios informacijos gali ieškoti per tiesioginį bendravimą dalyvių stenduose, paskaitose, neformaliuose

susitikimuose su mokymo ir verslo įstaigų atstovais, karjeros konsultantais, mokinių ir studentų organizacijų nariais. Paroda kviečia visus, norinčius studijuoti, ateiti, domėtis, klausti, bendrauti, lyginti, daryti išvadas ir pasirinkti.

### **Žmonių sėkmės istorijos**

Galima pakviesti buvusius mokinius ar kitus žmones, kurie pasidalins savo patirtimi renkantis profesiją su dabartiniais gimnazistais.

### **Susitikimai su įvairių profesijų atstovais**

Reikia suteikti galimybę mokiniams gyvai pabendrauti su įvairių profesijų atstovais bei išsiaiškinti, kaip atrodo jų darbo diena. Svarbu šios veiklos neorganizuoti visai klasei, o parinkti mokinius, kuriuos galėtų dominti konkreti profesija, bei organizuoti trumpą susitikimą tarp mokinių bei specialisto.

### **Savanorystė**

Savanoriaudami mokiniai galės tyrinėti darbo pasaulio įvairovę ir atrasti sau labiausiai patinkančias veiklas bei išbandyti konkrečias darbo pasaulio galimybes (darbus, profesijas), kurios atitinka asmeninius gebėjimus bei siejasi su ateities vizija.

### **Šešėliavimas įmonėse**

Pagrindinis „šešėliavimo“ principas yra stebėti ir susipažinti su tam tikros srities atstovo darbo veikla ir užduotimis, kurias jis atlieka darbo metu, ir suprasti, ką reiškia būti vienos ar kitos srities specialistu.

### **Projektas „būsiu\_“**

Ši iniciatyva gali padėti mokytojui ugdyti mokinius šiuolaikinių ir ateities mokyklų principais: aktyviai įtraukiant mokinius į mokymosi ir patirčių dalijimosi procesus, stiprinant socialinius įgūdžius ir bendradarbiavimą, suteikiant prasmingų žinių.

### **Nacionalinė karjeros savaitė**

Jos metu įvairių sričių profesionalai gali atvykti į mokyklą dalintis savo žiniomis ir patirtimi, diskutuoti apie iššūkius, galimybes ir stereotipus renkantis profesiją.

## PROJEKTO DALYVIŲ KOMENTARAI

„Šių metų vasarą įgijau labai įdomios ir naudingos patirties. Tris savaites atlikau savanorišką praktiką Alytaus S. Kudirkos ligoninės Priėmimo–skubiosios pagalbos skyriuje. Jame turėjau galimybę iš arčiau susipažinti su įvairių sričių gydytojų darbu, kaip kas vyksta pačioje ligoninėje, įgijau naujų medicininių žinių. Praktika tikrai nenuėjo veltui dar ir dėl to, kad padėjo tvirtai apsispręsti, su kuria kryptimi norėčiau sieti savo ateitį.“ III

„Savanorystė reikalinga tam, kad padėtume ne tik kitiems, bet ir sau.“ Ib

„Savanoriaudamas išmokau dirbti komandoje.“ Ib

„Savanoriaudamas išmokau dirbti grupėje ir geraširdiškumo.“ Ib

„Šio projekto metu turėjome galimybę „pasimatuoti“ mokytojo profesiją ir įgyti neįkainojamos patirties. Kad ir kaip bebūtų keista, pasirodo, kad mokytojo darbas yra kur kas daugiau, nei mes matome. Kiekvienai pamokai reikia ruoštis, rinkti informaciją, ją įdomiai ir aiškiai pateikti mokiniam. Projekto metu, dirbdami kartu su mokytojais, tobulinome ir ugdėme komandinio darbo įgūdžius, išmokome rinkti ir atrinkti reikiamą ir tinkamą pamokai medžiagą. Smagu, kad yra galimybė dalyvauti ir sužinoti bei išmokyti kažko naujo dar būnant mokykloje.“ III

„UK valandėlės padeda geriau pažinti save ir atrasti kelią, kuriuo mes norėsime eiti ateityje.“ Ib

„UK valandėlės padėjo man pažinti savo silpnąsias ir stipriąsias puses.“ IIa

„Savanoriaudamas tu padedi kitiems žmonėms be jokio atlygio, pamaitini savo sielą gerumu.“ IIa

„UK valandėles padėjo išmokyti planuoti ateitį, tirti ir analizuoti save.“ IIb

„UK valandėlės reikalingos tam, kad mes suvoktume, kas mes, ko mums iš tikrųjų reikia ir ko norime mes, o ne tėvai ar giminaičiai.“ IIa

„Savanoriauti einu dėl savo ir kitų gerovės. Išmokau gerbti kitus, daug sužinojau apie žmones.“ IIa