

KARJERAS ATBALSTA RESURSI

(aktualizēts 21.09.2026.)

TEMATS	SAITES
Sevis izzināšana:	Infografika: Kā analizēt sevi - savas intereses, zināšanas un vēlmes? Pašizpētes testi: Savu interešu, spēju un vērtību noteikšana Personības tipa noteikšana karjeras izvēlei https://testi.ekarjera.lv/: • Prasmju novērtēšana • Prasmju novērtēšana darbam dažādos apstākļos Aptauja "Mans daudzpusīgais intelekts" Tests - Personas profesionālais tips Karjeras izpētes tests (Career explorer test) Tests: „Kādu virzienu izvēlēties pēc 9. klases?” Karjeras izvēles plānošanai (Dž.Holanda pašizpētes tests)
Karjeras plānošana:	Informatīvs materiāls "Kā izvēlēties karjeru?" Informatīvs materiāls par karjeras atbalsta resursiem Infografika: Kā plānot karjeru? Infografika: Tavas attīstības iespējas skolas laikā Mācību priekšmeti ir būtiska profesijas sastāvdaļa: • Infografika: Tehnoloģiju un zinātņu pamati • Infografika: Priekšmetu cikls "Cilvēks un sabiedrība" • Infografika: Mākslas priekšmeti • Infografika: Valoda Video: Mācību priekšmeti, kuri palīdz apgūt prasmes Infografikas par mācību jomām Izglītības sistēma Latvijā Infografika: Izglītība bez robežām Izvēlies izglītību Latvijā Infografika: Kā izvēlēties piemērotāko mācību iestādi? Infografika : Tālākās izglītības ceļi pēc 9.,12.klases Profesionālā izglītība pēc 9. un 12. klases TĀLĀKĀS IZGLĪTĪBAS CEĻI PĒC 9. UN 12. KLASES TĀLĀKĀS IZGLĪTĪBAS CEĻI PĒC 9. UN 12. KLASES (Ja nav pabeigta pamata vai vidējā izglītība) Atvērto durvju dienas Skolu un studiju tops; Skolu reitings Sagatavošanas kursi valsts pārbaudījumiem un studijām Augstākās izglītības iespējas

	Statistika par augstāko izglītību Studiju iespējas ārzemēs: • Meridian group • Durbe • Kalba.lv • Studiju ceļvedis Eiropā Infografika: Kā pētīt un iepazīt interesējošas profesijas? Infografika: Kā iepazīt uzņēmumu? Profesijas izpēte: https://enudiena.lv/ Infografika: Vienlīdzīgas karjeras iespējas sievietēm un vīriešiem Infografika: Ko es zinu par mobilitāti? Video: Filma par karjeras izvēli «Zaļais pipars 3» Video: Jauno profesiju parāde (interaktīva spēle) "Zili Brīnumi" (LTV): • Profesija: pilots • Profesija: TV diktors • PROFESIJA ZOO darbinieks • PROFESIJA Stjuarts • PROFESIJA Skurstenšlauķis • PROFESIJA Kinelogs • PROFESIJA Aktieris • PROFESIJA Ārsts • Profesija: tramvaja vadītājs • PROFESIJA Ugunsdzēsējs Spēle 1. - 6. klašu skolēniem "Kļūšu par profesionāli" Profesiju klasifikators Brīvprātīgā darba iespējas Jauniešu līdzdalības iespējas: https://www.jaunatneslietas.gov.lv/
Karjeras vadības prasmes:	Infografika: Karjeras vadības prasmes (tavs dzīves navigators) CV un motivācijas vēstules sagatavošana: • Kā rakstīt CV? • Motivācijas vēstules paraugs un pamācība pieteikuma rakstīšanā • https://europass.lv/ Darba sludinājumu portāli: • cvmarket • visidarbi • teirdarbs • NVA • CV-Online • irdarbs • careerjet

Karjeras lēmuma pieņemšana:	Infografika: Karjeras lēmums – kā to pieņemt un kas Tev var palīdzēt? Infografika: Karjeras orientēšanās karte Video: Tavai Karjerai - Tavas karjeras izvēles pamatsoli (lēmums pēc 9.klases) Aptaujas tests: Nezinu, ar ko sākt
Karjeras atbalsta vietas:	• OPEN4SKILLS - Izzini savas intereses, izpēti karjeras iespējas un izveido skaidrāku nākotnes plānu – savā tempā un vienuviet • Valsts izglītības attīstības aģentūra - https://www.viaa.gov.lv/lv/darbibas-virzieni-karjeras-atbalsts • Nodarbinātības valsts aģentūra – http://www.nva.gov.lv/ • Nacionālā izglītības iespēju datu bāze – http://www.niid.lv/ • Virtuāla profesiju pasaule – http://www.profesijupasaule.lv/lv/news • Darba vai prakses vietas - Prakse • Noderīga informācija - Vispārizglītojošo skolu skolēniem Valsts izglītības attīstības aģentūra • Europass dokumenti (CV, motivācijas vēstule) https://europass.cedefop.europa.eu/lv/documents • Izglītības iestādes (kur mācīties?) - https://www.uzdevumi.lv/school • Studiju iespējas ārpus Latvijas https://euroguidance.eu/international-mobility/study-in
Vecākiem:	Infografika: Ieteikumi vecākiem: kā veidot veiksmīgu vidi sarunām par karjeru? Grāmata: “Mans bērns izvēlas karjeru” Vecāku un skolas loma bērna profesijas izvēlē Video: Vecāki – bērna karjeras atbalstam Animācija: Jaunieša saruna ar vecākiem + karjeras konsultantu komentāri Animācija: Vecāki virza meitu medicīnā + karjeras konsultantu komentāri Animācija: Dēls vēlas iegūt profesiju + karjeras speciālistu komentāri Infografika: Ieteikumi vecākiem: tehnoloģijas ģimenē - draugs vai svešinieks?