

PATVIRTINTA

Panevėžio Raimundo Sargūno sporto gimnazijos

Direktoriaus įsakymu 2021-10-06 Nr. V-322

PANEVĖŽIO RAIMUNDO SARGŪNO SPORTO GIMNAZIJA

UGDYMO KARJERAI 8 KLASĖS IR I-IV GIMNAZIJOS KLASIŲ PROGRAMA 2021-2022 m.m.

Tikslas – sudaryti sąlygas mokiniams gauti karjeros informavimo ir konsultavimo paslaugas klasės valandėlių (laisvų pamokų), grupinių užsiėmimų (pagal pomėgius-poreikius) ir individualių pokalbių metu.

Uždaviniai:

1. Sudaryti sąlygas pažinti save: pažinti, priimti save kaip visumą ir rasti asmenybės ypatumų sąsajas su karjera bei socialine aplinka.
2. Sudaryti sąlygas pažinti karjeros galimybes: rasti ir veiksmingai naudoti karjeros kaitos informaciją, pažinti mokymosi visą gyvenimą galimybes.
3. Sudaryti sąlygas planuoti karjerą ir priimti karjeros sprendimus: kelti gyvenimo ir karjeros tikslus, pasitelkiant asmeninės vizijos bei karjeros plano instrumentus.
4. Skatinti įgyvendinti įgytas karjeros kompetencijas: plėtoti svarbiausias karjerai kompetencijas, sėkmingai pereiti į naują karjeros aplinką ir įsitvirtinti joje, tikslingai ieškoti praktikos, darbo arba kurti savo verslą.

Eil. Nr.	Veikla	Data	Val.	Reikalingos lėšos	Laukiamas rezultatas
8 klasė					
1.	Pažintinė paskaita „Emocinės būsenos ir profesijos pasirinkimo tarpusavio ryšys“	2021m. spalio mėn.	1 val.	-	Sudominti mokinius, paskatinti suprasti emocinės būsenos svarbą jų kasdieninei elgsenai, suteikti žinių
2.	Karjeros ugdymo savaitė	2021 m. lapkričio mėn.	1 val.	Gimnazijos atributika	Sudaryti galimybę mokiniams plačiau sužinoti apie skirtingas profesijas, susipažinti su ilgalaikę darbo patirtį turinčiais žmonėmis
3.	Pokalbis – kaip pažinti save ir rasti sau tinkančią profesiją	2021 m. lapkričio mėn.	1 val.	-	Skatinti pažinti ir priimti save, rasti sąsajas su sau tinkančiomis profesijomis. Savęs pažinimo testas
4.	Paskaita „Atspėk profesiją“ ir Nuotraukų konkursas „Noriu būti...“	2021 m. gruodžio mėn.	2 val.	Prizai	Supažindinti su profesijomis ir paskatinti mokinius susimąstyti apie būsimą profesinį kelią
5.	Anketos pildymas „Mano karjeros planas“	2022 m. sausio mėn.	1 val.	-	Skatinti mokinius planuoti savo darbinę veiklą

6.	Interviu konkursas „Mano profesija – ...“	2022 m. vasario mėn.	2 val.	Prizai	Paskatinti mokinius pažinti profesijas netradiciniu būdu. Testas „Profesijų mozaika“ (euroguidance.lt- karjeros planavimas-renkuosi karjeros kelią-testai)
7.	Dalyvauti Panevėžio miesto bendrojo ugdymo mokyklų 8 klasių mokinių projekte	2022 m. vasario-kovo mėn.	3 val.	-	Paskatinti mokinius pažinti profesijas netradiciniu būdu
8.	Organizuoti vizitą į miesto įstaigą	2022 m. kovo mėn.	3 val.	Gimnazijos atributika	Plėsti mokinių akiratį ir skatinti domėtis inovatyviomis profesijomis
9.	Paskaita „Gyvenimo laikrodis. Kokią gyvenimo dalį užima darbas?“	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Suteikti mokiniams žinių ir mokyti planuoti savo laiką bei tolimesnius būsimos profesijos siekius
10.	Atvirų durų diena „Šok į tėvų klumpes“ tėvų darbovietėse	2022 m. gegužės mėn.	2 val.	Gimnazijos atributika	Skatinti pažinti artimos (giminės) aplinkos profesinį kelią
11.	Praktinis užsiėmimas „Ką išmoksi, ant pečių nenešiosi“	2022 m. birželio mėn.	1 val.	-	Išmokti kurti puokštes, kompozicijas, iš arti susipažinti su Floristo profesija. Nudžiuginti klasės vadovus mokslo metų baigimo šventės proga
12.	Individualios konsultacijos	Visus mokslo metus	5 val.	-	Suteikti individualią pagalbą mokiniui
I a, b gimnazijos klasės					
1.	Paskaita „Emocinės būsenos ir profesijos pasirinkimo tarpusavio ryšys“	2021 m. spalio mėn.	2 val.	-	Sudominti mokinius, paskatinti suprasti emocinės būsenos svarbą jų kasdieninei elgsenai, suteikti žinių
2.	Karjeros ugdymo savaitė	2021 m. lapkričio mėn.	2 val.	Gimnazijos atributika	Sudaryti galimybę mokiniams plačiau sužinoti apie skirtingas profesijas, susipažinti su ilgalaikę darbo patirtį turinčiais žmonėmis
3.	Pokalbis – kaip pažinti save ir rasti sau tinkančią profesiją	2021 m. lapkričio mėn.	2 val.	-	Skatinti pažinti ir priimti save, rasti sąsajas su sau tinkančiomis profesijomis. Savęs pažinimo testas
4.	Pažintinė paskaita „Atspėk profesiją“ ir Nuotraukų konkursas „Noriu būti...“	2021 m. gruodžio mėn.	4 val.	Prizai	Supažindinti su profesijomis ir paskatinti mokinius susimąstyti apie būsimą profesinį kelią
5.	Anketos pildymas „Mano karjeros planas“	2022 m. sausio mėn.	2 val.	-	Skatinti mokinius planuoti savo darbinę veiklą
6.	Interviu konkursas „Mano profesija – ...“	2022 m. vasario mėn.	4 val.	Prizai	Paskatinti mokinius pažinti profesijas netradiciniu būdu. Testas „Profesijų mozaika“ (euroguidance.lt- karjeros planavimas-renkuosi karjeros kelią-testai)
7.	Organizuoti vizitą į miesto įstaigą	2022 m. kovo mėn.	3 val.	Gimnazijos atributika	Plėsti mokinių akiratį ir skatinti domėtis inovatyviomis profesijomis
8.	Paskaita „Gyvenimo laikrodis. Kokią gyvenimo dalį užima darbas?“	2022 m. balandžio mėn.	2 val.	-	Suteikti mokiniams žinių ir mokyti planuoti savo laiką bei tolimesnius būsimos profesijos siekius

9.	Atvirų durų diena „Šok į tėvų klumpes“ tėvų darbovietėse	2022 m. gegužės mėn.	4 val.	Gimnazijos atributika	Skatinti pažinti artimos (giminės) aplinkos profesinį kelią
10.	Praktinis užsiėmimas „Ką išmoksi, ant pečių nenešiosi“	2022 m. birželio mėn.	2 val.	Gimnazijos atributika	Išmokti kurti puokštes, kompozicijas, iš arti susipažinti su Floristo profesija. Nudžiuginti klasės vadovus mokslo metų baigimo šventės proga
11.	Individualios konsultacijos	Visus mokslo metus	5 val.	-	Suteikti individualią pagalbą mokiniui
II a, b gimnazijos klasės					
1.	Paskaita „Emocinės būsenos ir profesijos pasirinkimo tarpusavio ryšys“	2021m. spalio mėn.	2 val.	-	Sudominti mokinius, paskatinti suprasti emocinės būsenos svarbą jų kasdieninei elgsenai, suteikti žinių
2.	Informacinis renginys „Lietuvos kariuomenė – merginų ir/ar vaikų pasirinkimas? Kodėl verta rinktis?“	2021m. spalio 19 d. 16 val.	1 val.	-	Skatinti suvokti pasirinkimų svarbą ir galimybes, plėsti pilietiškumo suvokimą
3.	Karjeros ugdymo savaitė	2021 m. lapkričio mėn.	2 val.	Gimnazijos atributika	Sudaryti galimybę mokiniams plačiau sužinoti apie skirtingas profesijas, susipažinti su ilgalaikę darbo patirtį turinčiais žmonėmis
4.	Paskaita apie savęs pažinimą ir streso valdymą	2021m. lapkričio mėn.	2 val.	-	Skatinti pažinti ir priimti save, rasti sąsajas su sau tinkančiomis profesijomis. Savęs pažinimo testas
5.	Pažintinė paskaita „Atpėk profesiją“ ir Nuotraukų konkursas „Noriu būti...“	2021 m. gruodžio mėn.	6 val.	Prizai	Supažindinti su profesijomis ir paskatinti mokinius susimąstyti apie būsimą profesinį kelią
6.	Anketos pildymas „Mano karjeros planas“	2022 m. sausio mėn.	2 val.	-	Skatinti mokinius planuoti savo darbinę veiklą
7.	Interviu konkursas „Mano profesija – ...“	2022 m. vasario mėn.	4 val.	Prizai	Paskatinti mokinius pažinti profesijas netradiciniu būdu. Testas „Profesijų mozaika“ (euroguidance.lt- karjeros planavimas-renkuosi karjeros kelią-testai)
8.	Organizuoti vizitą į miesto įstaigą	2022 m. kovo mėn.	3 val.	Gimnazijos atributika	Plėsti mokinių akiratį ir skatinti domėtis inovatyviomis profesijomis
9.	Paskaita „Kaip apgalvotai pasirinkti vidurinio ugdymo planą?“	2022 m. kovo mėn.	2 val.	-	Suteikti informatyvią pagalbą renkantis vidurinio ugdymo programą, pildant individualius ugdymo planus
10.	Paskaita „Gyvenimo laikrodis. Kokią gyvenimo dalį užima darbas?“	2022 m. balandžio mėn.	2 val.	-	Suteikti mokiniams žinių ir mokyti planuoti savo laiką bei tolimesnius būsimos profesijos siekius
11.	Atvirų durų diena „Šok į tėvų klumpes“ tėvų darbovietėse	2022 m. gegužės mėn.	4 val.	Gimnazijos atributika	Skatinti pažinti artimos (giminės) aplinkos profesinį kelią
12.	Praktinis užsiėmimas „Ką išmoksi, ant pečių nenešiosi“	2022 m. birželio mėn.	2 val.	-	Išmokti kurti puokštes, kompozicijas, iš arti susipažinti su Floristo profesija. Nudžiuginti klasės vadovus mokslo metų baigimo šventės proga

13.	Individualios konsultacijos dėl vidurinio ugdymo individualaus ugdymo plano sudarymo	Visus mokslo metus	5 val.	-	Suteikti individualią pagalbą mokiniui
III a, b gimnazijos klasės					
1.	Paskaita „Emocinės būsenos ir profesijos pasirinkimo tarpusavio ryšys“	2021m. spalio mėn.	2 val.	-	Sudominti mokinius, paskatinti suprasti emocinės būsenos svarbą jų kasdieninei elgsenai, suteikti žinių
2.	Informacinis renginys „Lietuvos kariuomenė – merginų ir/ar vaikinių pasirinkimas? Kodėl verta rinktis?“	2021m. spalio 19 d. 16 val.	1 val.	-	Skatinti suvokti pasirinkimų svarbą ir galimybes, plėsti pilietiškumo suvokimą
3.	Karjeros ugdymo savaitė	2021 m. lapkričio mėn.	2 val.	Gimnazijos atributika	Sudaryti galimybę mokiniams plačiau sužinoti apie skirtingas profesijas, susipažinti su ilgalaikę darbo patirtį turinčiais žmonėmis
4.	Pokalbis – kaip pažinti save ir rasti sau tinkančią profesiją	2021m. lapkričio mėn.	2 val.	-	Skatinti pažinti ir priimti save, rasti sąsajas su sau tinkančiomis profesijomis. Savęs pažinimo testas
5.	Nuotraukų konkursas „Noriu būti...“	2021 m. gruodžio mėn.	2 val.	Prizai	Paskatinti mokinius plėsti žinias apie būsimą profesinį kelią
6.	Anketos pildymas „Mano karjeros planas“	2022 m. sausio mėn.	2 val.	-	Skatinti mokinius planuoti savo darbinę veiklą
7.	Praktinis užsiėmimas „Prašymas priimti į darbą“ ir „Mano gyvenimo aprašymas“	2022 m. sausio mėn.	1 val.	-	Mokyti parašyti prašymą ir CV
8.	Interviu konkursas „Mano profesija – ...“	2022 m. vasario mėn.	4 val.	Prizai	Paskatinti mokinius pažinti profesijas netradiciniu būdu. Testas „Profesijų mozaika“ (euroguidance.lt- karjeros planavimas-renkuosi karjeros kelią-testai)
9.	Moksleivių pažintis su Kauno technologijos universitetu (KTU)	2022 m. vasario mėn.	1 val.	-	Susipažinti su studijų programomis, galimybė dalyvauti nemokamose fizikos ir chemijos mokomųjų dalykų konsultacijose abiturientams
10.	Moksleivių pažintis su Panevėžio profesinio rengimo centru	2022 m. vasario mėn.	1 val.	-	Supažindinti su profesijos įgijimo ir įsidarbinimo galimybėmis
11.	Organizuoti vizitą į miesto įstaigą	2022 m. kovo mėn.	3 val.	Gimnazijos atributika	Plėsti mokinių akiratį ir skatinti domėtis inovatyviomis profesijomis
12.	Moksleivių pažintis su Lietuvos sporto universitetu (LSU)	2022 m. kovo mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, pabūti studentu vieną dieną
13.	Moksleivių pažintis su Mykolo Romerio universitetu (MRU)	2022 m. kovo mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais

14.	Studijų mugė Vilniuje - Lietuvos parodų ir kongresų centre Litexpo	2022 m. kovo mėn.	3 val.	-	Mokyti rasti naudingos informacijos apie reikalingiausias ir perspektyviausias profesijas
15.	Moksleivių pažintis su Vytauto Didžiojo universitetu (VDU)	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
16.	Netradicinė pamoka „Privalomo sveikatos draudimo (PSD) garantijos mokiniams“ per Teams platformą	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Kokybiškai informuoti apie veikiančią privalomą sveikatos draudimo sistemą Lietuvoje
17.	Moksleivių pažintis su Vilniaus universitetu (VU)	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
18.	Moksleivių pažintis su Vilniaus Gedimino technikos universitetu (Vilnius tech)	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
19.	Brandos egzaminų pasirinkimo įtaka būsimai studijų programai	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Paskatinti kryptingą brandos egzaminų pasirinkimą
20.	Moksleivių pažintis su Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija (LKA)	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
21.	Moksleivių pažintis su Panevėžio kolegija	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
22.	Moksleivių pažintis su Socialinių mokslų kolegija (Vilnius)	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
23.	Moksleivių pažintis su Kauno kolegija	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
24.	Atvirų durų diena „Šok į tėvų klumpes“ tėvų darbovietėse	2022 m. gegužės mėn.	4 val.	Gimnazijos atributika	Skatinti pažinti artimos (giminės) aplinkos profesinį kelią
25.	Praktinis užsiėmimas „Ką išmoksi, ant pečių nenešiosi“	2022 m. birželio mėn.	2 val.	-	Išmokti kurti puokštes, kompozicijas, iš arti susipažinti su Floristo profesija. Nudžiuginti klasės vadovus mokslo metų baigimo šventės proga
26.	Individualios konsultacijos	Visus mokslo metus	5 val.	-	Suteikti individualią pagalbą mokiniui
IV gimnazijos klasė					
1.	Paskaita „Emocinės būsenos ir profesijos pasirinkimo tarpusavio ryšys“	2021m. spalio mėn.	1 val.	-	Sudominti mokinius, paskatinti suprasti emocinės būsenos svarbą jų kasdieninei elgsenai, suteikti žinių
2.	Brandos egzaminų pasirinkimo įtaka būsimai studijų programai	2021m. spalio mėn.	1 val.	-	Paskatinti kryptingą brandos egzaminų pasirinkimą

3.	Informacinis renginys „Lietuvos kariuomenė – merginų ir/ar vaikų pasirinkimas? Kodėl verta rinktis?“	2021m. spalio 19 d. 16 val.	1 val.	-	Skatinti suvokti pasirinkimų svarbą ir galimybes, plėsti pilietiškumo suvokimą
4.	Karjeros ugdymo savaitė	2021 m. lapkričio mėn.	1 val.	Gimnazijos atributika	Sudaryti galimybę mokiniams plačiau sužinoti apie skirtingas profesijas, susipažinti su ilgalaikę darbo patirtį turinčiais žmonėmis
5.	Pokalbis – kaip pažinti save ir rasti sau tinkančią profesiją	2021m. lapkričio mėn.	1 val.	-	Skatinti pažinti ir priimti save, rasti sąsajas su sau tinkančiomis profesijomis. Savęs pažinimo testas
6.	Nuotraukų konkursas „Noriu būti...“	2021 m. gruodžio mėn.	2 val.	Prizai	Paskatinti mokinius plėsti žinias apie būsimą profesinį kelią
7.	Anketos pildymas „Mano karjeros planas“	2022 m. sausio mėn.	1 val.	-	Skatinti mokinius planuoti savo darbinę veiklą
8.	Praktinis užsiėmimas „Prašymas priimti į darbą“ ir „Mano gyvenimo aprašymas“	2022 m. sausio mėn.	1 val.	-	Mokyti parašyti prašymą ir CV
9.	Interviu konkursas „Mano profesija – ...“	2022 m. vasario mėn.	2 val.	Prizai	Paskatinti mokinius pažinti profesijas netradiciniu būdu. Testas „Profesijų mozaika“ (euroguidance.lt- karjeros planavimas-renkuosi karjeros kelią-testai)
10.	Moksleivių pažintis su Kauno technologijos universitetu (KTU)	2022 m. vasario mėn.	1 val.	-	Susipažinti su studijų programomis, galimybė dalyvauti nemokamose fizikos ir chemijos mokomųjų dalykų konsultacijose abiturientams
11.	Moksleivių pažintis su Panevėžio profesinio rengimo centru	2022 m. vasario mėn.	1 val.	-	Supažindinti su profesijos įgijimo ir įsidarbinimo galimybėmis
12.	Organizuoti vizitą į miesto įstaigą „Harju Elekter“ akademiją	2022 m. kovo mėn.	4 val.	Gimnazijos atributika	Plėsti mokinių akiratį ir skatinti domėtis inovatyviomis profesijomis
13.	Moksleivių pažintis su Lietuvos sporto universitetu (LSU)	2022 m. kovo mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, pabūti studentu vieną dieną
14.	Moksleivių pažintis su Mykolo Romerio universitetu (MRU)	2022 m. kovo mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais
15.	Studijų mugė Vilniuje - Lietuvos parodų ir kongresų centre Litexpo	2022 m. kovo mėn.	3 val.	-	Mokyti rasti naudingos informacijos apie reikalingiausias ir perspektyviausias profesijas
16.	Moksleivių pažintis su Vytauto Didžiojo universitetu (VDU)	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
17.	Netradicinė pamoka „Privalomo sveikatos draudimo (PSD) garantijos mokiniams“ per Teams platformą	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Kokybiškai informuoti apie veikiančią privalomą sveikatos draudimo sistemą Lietuvoje

18.	Moksleivių pažintis su Vilniaus universitetu (VU)	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
19.	Moksleivių pažintis su Vilniaus Gedimino technikos universitetu (Vilnius tech)	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
20.	„LAMA BPO 2022 m. bendrasis priėmimas į Lietuvos aukštąsias mokyklas“	2022 m. balandžio mėn.	1 val.	-	Mokyti suprasti kaip organizuojamas bendrasis priėmimas į aukštąsias ir profesines mokyklas
21.	Moksleivių pažintis su Generolo Jono Žemaičio Lietuvos karo akademija (LKA)	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
22.	Moksleivių pažintis su Panevėžio kolegija	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
23.	Moksleivių pažintis su Socialinių mokslų kolegija (Vilnius)	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
24.	Moksleivių pažintis su Kauno kolegija	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Supažinti su studijų programomis, ypatumais ir reikalavimais. Mokyti rasti reikalingą informaciją
25.	Paskaita „Studijų prašymo pildymas LAMA BPO“	2022 m. gegužės mėn.	1 val.	-	Mokyti įsivertinti savo žinias, įgūdžius ir gebėjimus bei pasirinkti tolimesnio mokymosi įstaigą
26.	Praktinis užsiėmimas „Ką išmoksi, ant pečių nenešiosi“	2022 m. birželio mėn.	1 val.	-	Išmokti kurti puokštes, kompozicijas, iš arti susipažinti su Floristo profesija. Nudžiuginti klasės vadovus mokslo metų baigimo šventės proga
27.	Individualios konsultacijos	Visus mokslo metus	5 val.	-	Suteikti individualią pagalbą mokiniui
		Viso val.:	176 val.		

PROGRAMA SUDARYTA VADOVAUJANTIS:

Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministro 2014 m. sausio 15 d. įsakymo Nr. V-72 „Ugdymo karjerai programa“;

Panevėžio miesto savivaldybės tarybos 2021 m. rugpjūčio 10 d. sprendimo Nr. TSP-281 „Bendrojo ugdymo mokyklų mokinių profesinio orientavimo 2021-2023 metų programa“;

Mokinių ugdymo karjerai internetinės svetainės metodine medžiaga: www.mukis.lt;

Ugdymo karjerai centro internetinės svetainės metodine medžiaga: www.miltiniogimnazijaukc.lt;

Orientavimas karjerai: www.euroguidance.lt;

Internetinė svetainė: www.lamabpo.lt.