



RĪGAS AUSTRUMU PAMATSKOLA

17. – 21. oktobris
Karjeras nedēļa 2022

Izpēti savas spējas – superspējas!

KARJERAS
NEDĒĻA

#10

Karjeras nedēļas ietvaros:

- Klases stundās izpētiet spējas – superspējas, iegūtos rezultātus apkopojiet un iesūtiet e-klases pastā.
- Apmeklējiet diskusijas skolas aktu zālē:
- **diskusija ar SP eksprezidentu - J. Kličovu.**
- **diskusija ar horeogrāfi, baletmeistari, pedagogu Kristiānu Justi.**
- **Diskusija ar topošo ārstu - Aleksandru Oborinu.**
- **Diskusija ar fitnesa treneri - Ilonu Bočevu.**



Izpēti savas spējas - superspējas

- <https://testi.niid.lv/>
- <https://testi.niid.lv/test/speju-detektors> – **Spēju detektors** - novērtē, kuras ir Tavas jaudīgākās spējas!
Testā var iegūt kopskatu par to, kuras spējas ir vairāk izteiktas - lingvistiskās, loģiski matemātiskās, telpiskās, muzikālās, fiziski kinestētiskās, interpersonālās, intrapersonālās vai naturālistiskās. “Jaudas mērījums” būs īpaši vērtīgs, ja ir vēlme noskaidrot, kuras spējas ir uzskatāmas par lielāko resursu, jo detektora primārais mērķis ir palīdzēt apzināties savas stiprās un vājas puses vairākās sfērās.
- **Prāta un spēju potenciāla izzināšanas testi**
- Radošuma noteikšanas tests: <https://www.mindtools.com/pages/article/creativity-quiz.htm>
- Līderības tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newLDR_50.htm
- Vadībprasmju tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newTMM_28.htm
- Problēmu risināšanas spēju tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newTMC_72.htm
- Lēmumu pieņemšanas spēju tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newTED_79.htm
- Projektu vadības prasmju tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newPPM_60.htm
- Laika plānošanas spēju noteikšanas tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newHTE_88.htm
- Komunikāciju prasmju tests: https://www.mindtools.com/pages/article/newCS_99.htm
- <https://karjerasmateriali.lv/testi-par-karjeras-izveli-personibu-interesem-2/>

Diskusijas par spējām, uzņēmējspējām

- **Pirmdien 17.10. – Skolēnu Padomes diskusija** ar absolventu un SP exprezidentu J. Kličovu, plkst. 13.00
- **Otrdiena 18.10 – Veselīga uztura detektīvs** – lekcijnodarbības 8., 9. klašu skolēniem, skolas aktu zālē
- **Trešdiena 19.10 – diskusija ar horeogrāfi, baletmeistari, pedagogu** Kristiānu Justi, plkst. 12. 20, skolas aktu zālē
- **Ceturtdiena 20.10 – ārsta profesija**, ar savas superspējas prezentēs mūsu skolas absolvents Aleksandrs Oborins, **plkst. 11.20, skolas aktu zālē**
- **Piektdiena 21.10 – fitnesa treneris**, superspējas no **Ilonas Bočevas** karjeras izaugsmes, plkst. 12.20, skolas aktu zālē

Lai veicinātu skolēnu, pedagogu, vecāku un ikviena izpratni par uzņēmējspējām – jauniešu superspējām, šajā Karjeras nedēļā notiks vairāki VIAA organizētie pasākumi, kurus varēs vērot arī tiešsaistē.



- **Tiešsaistes pasākumi jauniešiem un vecākiem!**



- **20. oktobrī plkst.13.00 tiešsaistes diskusijā jauniešiem
“Kādas superspējas veidos manu nākotni?”**

eksperti, darba devēji un jaunieši pārrunās nākotnes profesijās pieprasītākās spējas, prasmes un kompetences, kā arī diskutēs par skolā un ārpus tās piedāvātajām iespējām un to nozīmi jauniešu personības attīstīšanā.



- **20. oktobrī plkst.19.00 diskusijā
“Kā palīdzēt bērnam atklāt savas superspējas?”**

pedagogi karjeras konsultanti, dažādu jomu speciālisti kopā ar vecākiem pārrunās, kā vecākiem aizņemtajā ikdienā saprast bērna intereses, talantus un spēcīgās puses. Diskutēs arī par pedagogu un vecāku sadarbību bērna spēju un prasmju atklāšanā un attīstīšanā.