

Skolēna personības izaugsmes portfolio

Sasniedzamais rezultāts

Pēc noteiktiem kritērijiem es veidoju personības izaugsmes portfolio, lai

- ilgtermiņā sasniegtu mērķus;
- plānotu savu izaugsmi mācībās un brīvajā laikā;
- izvērtētu un apzinātos savas stiprās puses un iespējas.

Kas ir portfolio?

Portfolio ir mape, kurā skolēns apkopo informāciju par savas personības attīstību:

- rakstura īpašības;
- intereses;
- sasniegumi;
- neveiksmes.

Portfolio var papildināt ar

- fotogrāfijām;
- zīmējumiem;
- radošiem darbiem;
- diplomiem;
- citiem apliecinājumiem.

Portfolio skolēns veido ilgākā laika periodā.

Portfolio saturs

1. Svarīga informācija par sevi:

- vārds, uzvārds;
- foto vai zīmējums;
- skola;
- cits...

2. Rakstura īpašības un spējas:

- darba lapa "Es dažādās situācijās";
- darba lapa "Manas stiprās un vājās puses";
- darba lapa "Pašaudzināšana";
- paškontroles lapa "Neatlaidības skala" (skatīt 1. pielikumu);
- pašvērtējums (skatīt 1. pielikumu);
- cits...

3. Vērtības:

- darba lapa "Kas man ir svarīgs?" (skatīt stratēģiju "Vērtību audits");
- cits...

4. Intereses un vaļasprieki:

- darba lapa "Intereses" (skatīt 2. pielikumu);
- vaļasprieka vai ārpusskolas nodarbes prezentācija (radošais darbs);
- sasniegumi;
- cits...

5. Mācību darbs:

- mācību sasniegumu dinamika (sk. 3. pielikumu);
- pašvērtējums un turpmākās darbības plānošana;
- dalība un sasniegumi konkursos, olimpiādēs, sacensībās, projektos;
- cits...

6. SVID analīze "Mana personība" (skatīt stratēģiju "SVID analīze").

7. Rakstisks pašvērtējums, kurā:

- apkopot secinājumi no pielikumiem;
- nosaukti turpmākie mērķi.

Portfolio

1. Neatlaidība ir rakstura īpašība.

Neatlaidība ļauj pārvarēt grūtības un sasniegt mērķus.

Novērtē savu neatlaidības līmeni paškontroles lapā!

Izmanto piedāvāto skalu!

Pamato savu izvēli!

1. pielikums

Paškontroles lapa "Neatlaidības skala"

Skala*	septembris	oktobris	novembris	decembris	janvāris	februāris	marts	aprīlis	maijs
5									
4									
3									
2									
1									
Fakti/ piemēri, kas to apliecina									

*Skalas radītājs	Atšifrējums
5	Ļoti neatlaidīgs. Es nekad nepametu iesākto darbu. Es turpinu darbu pat tad, ja ir nepārvaramas grūtības.
4	Neatlaidīgs. Es pārtraucu darbu uz laiku, ja grūtības šķiet nepārvaramas.
3	Neatlaidīgs. Es pārtraucu darbu, ja pārvarēt grūtības patiešām nav viegli.
2	Es pārtraucu darbu, ja pirmie mēģinājumi neļauj gūt panākumus.
1	Es neesmu neatlaidīgs. Man nepatīk grūtības. Es nemēģinu tās pārvarēt.

2. Kas tev palīdzēja sasniegt mērķus?

Kas tev traucēja sasniegt mērķus?

Kas ietekmēja tavas neatlaidības līmeni?

3. Kā cilvēks var sevī attīstīt neatlaidību?

4. Veic savu vērtību auditu!

Izmanto stratēģiju “Vērtību audits” vai citu stratēģiju, lai izprastu un izvērtētu savas vērtības!

5. Novērtē un atzīmē!

Cik lielu interesi tev izraisa šīs nodarbes?

2. pielikums

Intereses

Nodarbes	Neinteresē vispār	Interesē maz	Interesē	Ļoti interesē un aizrauj
1. Nodarboties ar robotiku				
2. Rakstīt datorprogrammas				
3. Nodarboties ar sportu				
4. Ceļot				
5. Lasīt daiļliteratūru				
6. Mācīties skolā				
7. Spēlēt datorspēles				
8. Zīmēt, noformēt				
9. Veidot rokdarbus				
10. Dziedāt, nodarboties ar mūziku				
11. Konstruēt, modelēt				
12. Filmēt, fotografēt				
13. Skatīties filmas, pārraides				
14. Rakstīt, veidot blogus				
15. Vadīt pasākumus				
16. Organizēt pasākumus				
17. Iet pārgājienos				
18. Lasīt zinātnisko literatūru				
19. Kopt mājdzīvniekus				
20. Nodarboties ar lauku darbiem				
21. Dejot				
22. Novērot dabas procesus				

Nodarbes	Neinteresē vispār	Interesē maz	Interesē	Ļoti interesē un aizrauj
23. Veikt eksperimentus				
24. Risināt loģikas uzdevumus				
25. Veikt pētījumus				
26. Rakstīt dzeju, prozu				
27.				

5.1. Apkopo rezultātus!

Kuras nodarbes tevi interesē visvairāk?

5.2. Kādas prasmes attīsta šīs nodarbes?

5.3. Vai šīs prasmes tev palīdzēs izvēlēties nākotnes profesiju?

Pamato savu atbildi!

3. pielikums

Mācību sasniegumu dinamika

Dinamika ir skaitļu rinda, kas raksturo attīstību un izmaiņas laika gaitā.

Mācību priekšmets	Septembris	Oktobris	Novembris	Decembris	Plānoju 1. semestrī	1. semestrī	Janvāris	Februāris	Marts	Aprīlis	Maijs	Plānoju 2. semestrī	2. semestrī	Gadā

6. Prognozē katra semestra sākumā, kādas būs tavas atzīmes mācību priekšmetos!
Atceries savu pieredzi iepriekšējā semestrī!

7. Semestra laikā aizpildi tabulu!

8. Cik veiksmīgi tu sasniedzi iepiānoto?

9. Kas tev palīdzēja sasniegt plānotos rezultātus mācībās?

Kas tev traucēja?

10. Ko tev vajadzētu mainīt, lai uzlabotu savas atzīmes?

Saplāno konkrētas darbības:

- mācību darbā skolā un mājās;
- dienas režīmā;
- brīvā laika pavadīšanā!

Plānotās darbības	Alternatīvās izmaksas (no kā man ir jāatsakās, izdarot izvēli)

Skolēna portfolio pašvērtējums

Sasniedzamais rezultāts

Es izvērtēju

- portfolio;
- portfolio iekļauto materiālu lietderību, lai plānotu ilgtermiņa mērķus.

11. Apkopo un analizē portfolio materiālus!

Izmanto SVID analīzi!

Raksturo savu personību!

Tabulā ar krustiņu pie katra kritērija atzīmē atbilstošo vērtējumu!

Pamato savu atbildi!

Nr.	Vērtēšanas kritērijs	Skolēna vērtējums			Skolēna pamatojums
		Jā	Nē	Daļēji	
1.	Ievietotie materiāli atbilst portfolio saturam.				
2.	Portfolio ievietotie materiāli ir noformēti kārtīgi (nav saplēsti, sasmērēti utt.).				
3.	Es vienmēr lietoju atsauces par izmantotajiem informācijas avotiem.				
4.	Es iemācījos kārtot informāciju portfolio pēc noteiktas sistēmas.				
5.	Es sistemātiski veidoju mācību sasniegumu dinamiku un izdarīju secinājumus.				

Nr.	Vērtēšanas kritērijs	Skolēna vērtējums			Skolēna pamatojums
		Jā	Nē	Daļēji	
6.	Es iemācījos noteikt savas izvēles alternatīvās izmaksas.				
7.	Es protu atrast internetā vajadzīgo informāciju par izglītību un profesijām.				
8.	Es apzinos savas stiprās un vājās puses.				
9.	Es noskaidroju, kuras prasmes es nākotnē vēlētos attīstīt.				
10.	Es noskaidroju, ar ko es vēlos nodarboties nākotnē.				
11.	Es plānoju darbības, lai sasniegtu mērķi.				
12.	Man patika sevi analizēt, lai attīstītu savu personību.				

12. Domā par savu nākotnes izglītību un profesijas izvēli!

Izdari secinājumus!

12.1. Ko tu jau esi izdarījis savas nākotnes labā?

12.2. Kas tev vēl jāizdara?