

## Skolēna personības izaugsmes portfolio

**Sasniedzamais rezultāts:** veidoju personības izaugsmes portfolio pēc noteiktiem kritērijiem, lai varētu virzīties uz ilgtermiņa mērķiem pat tad, ja šie mērķi vēl ir neskaidri, lai plānotu savu izaugsmi saistībā ar mācībām un vaļaspriekiem. Izvērtēju un apzinos savas stiprās puses un izaicinājumus.

Portfolio ir mape, kurā ir apkopota informācija par personības attīstību: rakstura īpašībām, interesēm, sasniegumiem un neveiksmēm. Portfolio var ilustrēt un papildināt ar fotogrāfijām, zīmējumiem, radošiem darbiem, diplomiem un citiem apliecinājumiem. To veido ilgākā laika periodā.

### Portfolio saturs

#### 1. Svarīga informācija par sevi:

- vārds, uzvārds;
- foto/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” (sk. 1. pielikumu);
- pašvērtējums (sk. 1. pielikumu);
- cits...

#### 3. Vērtības:

- darba lapa “Kas man ir svarīgs?” (sk. stratēģiju “Vērtību audits”);
- cits...

#### 4. Intereses un vaļasprieki:

- darba lapa “Intereses” (sk. 2. pielikumu);
- sava vaļasprieka/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” (sk. stratēģiju “SVID analīze”).

#### 7. Rakstisks pašvērtējums, kurā apkopoti secinājumi no pielikumiem, izvirzīti turpmākie mērķi.

## Portfolio

1. Neatlaidība ir rakstura iezīme, īpašība, kvalitāte, kas ļauj sasniegt mērķus, pārvarot grūtības. Balstoties uz paškontroles lapu, novērtē savu neatlaidības līmeni pēc piedāvātās skalas! Pamato savu izvēli!

### 1. pielikums

**Paškontroles lapa “Neatlaidības skala”** (pēc materiāliem grāmatā: Dektereva, N., Dorofejeva, S., Vagele, A., Zavjalova, G. *Moderna skolēna portfolio*. Rīga: RaKa, 2008. 62 lpp.)

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

| *Skalas<br>radītājs | Atšifrējums                                                                                       |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5                   | Ļoti neatlaidīgs, nekad nepametu iesākto darbu, pat ja nākas saskarties ar nepārvaramām grūtībām. |
| 4                   | Neatlaidīgs, bet, kad grūtības šķiet nepārvaramas, uz laiku pārtraucu darbu.                      |
| 3                   | Neatlaidīgs, līdz rodas nopietnas grūtības, ar kurām tikt galā nav viegli, tad pārtraucu darbu.   |
| 2                   | Pārtraucu darbu, kad pirmie mēģinājumi neļauj gūt panākumus.                                      |
| 1                   | Neesmu neatlaidīgs, nepadīk grūtības un nepūlos tās pārvarēt.                                     |

2. Secini, kādi faktori palīdzēja vai traucēja tev sasniegt mērķus, ietekmēja tavas neatlaidības līmeni!

3. Kā var sevī attīstīt neatlaidību?

4. Veic savu vērtību auditu, izmantojot stratēģiju “Vērtību audits” vai izvēlies citu stratēģiju savu vērtību izpratnei un izvērtēšanai!

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. Dejoj                          |                   |              |          |                          |
| 22. Novērot dabas procesus         |                   |              |          |                          |
| 23. Veikt eksperimentus            |                   |              |          |                          |
| 24. Risināt loģikas uzdevumus      |                   |              |          |                          |
| 25. Veikt pētījumus                |                   |              |          |                          |
| 26. Rakstīt dzeju, prozu           |                   |              |          |                          |
| 27.                                |                   |              |          |                          |

**5.1.** Apkopo rezultātus un secini, kuras nodarbes tevī izraisa lielāku interesi!

**5.2.** Kādas prasmes attīsta šīs nodarbes?

**5.3.** Vai šīs prasmes palīdzēs tev nākotnes profesijas izvēlē? Pamato!

### 3. pielikums

#### Mācību sasniegumu dinamika

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

6. Katra semestra sākumā, balstoties uz iepriekšējiem rezultātiem un pieredzi, prognozē sasniegumus mācību priekšmetos!

7. Semestra laikā aizpildi tabulu!

8. Secini, cik veiksmīgi tu sasniedzi iepiānoto?

9. Kas tev palīdzēja vai traucēja sasniegt rezultātus mācībās?

**10.** Kādas izmaiņas tev jāveic savā mācību darbā skolā un mājās, dienas režīmā, brīvā laika pavadīšanā, lai uzlabotu mācību rezultātus? Saplāno konkrētas darbības!

| Plānotās darbības | Alternatīvās izmaksas<br>(no kā ir jāatsakās, izdarot izvēli) |
|-------------------|---------------------------------------------------------------|
|                   |                                                               |
|                   |                                                               |
|                   |                                                               |
|                   |                                                               |

### Skolēna portfolio pašvērtējums

**Sasniedzamais rezultāts:** izvērtēju portfolio un tajā iekļauto materiālu lietderību ilgtermiņa mērķu plānošanai.

**11.** Analizē un apkopo portfolio materiālus, izmantojot SVID analīzes metodi, un 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.  | Portfolio ievietotie materiāli atbilst tā saturam.                                   |                   |    |        |                    |
| 2.  | Portfolio ievietotie materiāli ir kārtīgi noformēti (nav saplēsti, sasmērēti utt.).  |                   |    |        |                    |
| 3.  | Vienmēr lietoju atsauces uz izmantotiem informācijas avotiem.                        |                   |    |        |                    |
| 4.  | Iemācījos sistematizēt informāciju portfolio veidā.                                  |                   |    |        |                    |
| 5.  | Sistemātiski veidoju mācību sasniegumu dinamiku un izdarīju secinājumus.             |                   |    |        |                    |
| 6.  | Iemācījos noteikt savas izvēles alternatīvās izmaksas.                               |                   |    |        |                    |
| 7.  | Zinu un protu atrast interesējošo informāciju par izglītību un profesijām internetā. |                   |    |        |                    |

| Nr. | Vērtēšanas kritērijs                                                               | Skolēna vērtējums |    |        | Skolēna pamatojums |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----|--------|--------------------|
|     |                                                                                    | Jā                | Nē | Daļēji |                    |
| 8.  | Es apzinos savas stiprās un vājās puses.                                           |                   |    |        |                    |
| 9.  | Man izdevās atklāt prasmes, kuras vēlētos attīstīt arī nākotnē.                    |                   |    |        |                    |
| 10. | Es noskaidroju, ar ko vēlos nodarboties nākotnē.                                   |                   |    |        |                    |
| 11. | Es iemācījos saplānot darbības savai turpmākajai attīstībai un mērķa sasniegšanai. |                   |    |        |                    |
| 12. | Man iepatikās veikt pašanalīzi, lai attīstītu savu personību.                      |                   |    |        |                    |

**12. Izdari secinājumus!****12.1.** Ko tu jau esi paveicis savas nākotnes izglītības un profesijas izvēles labā?**12.2.** Ko tev vēl vajadzētu paveikt savas nākotnes izglītības un profesijas izvēles, apgūšanas labā?