PATVIRTINTA

 Kupiškio Lauryno Stuokos-Gucevičiaus

 gimnazijos direktoriaus 2025 m. rugsėjo 11 d.

 įsakymu Nr. 1-100

**KUPIŠKIO LAURYNO STUOKOS-GUCEVIČIAUS GIMNAZIJOS**

**2025–2026 M. M. UGDYMO KARJERAI PLANAS**

**Paslaugų teikėjas –** karjeros specialistė Asta Merkienė.

Paslaugų teikėjai, galintys talkinti karjeros specialistui: klasės vadovas, psichologas, socialinis pedagogas, mokyklos bendruomenė, tėvai, globėjai, rūpintojai, socialiniai partneriai, užimtumo tarnyba.

**Tikslas:**

 Nuosekliai ir kryptingai plėtoti profesinio orientavimo ir ugdymo karjerai gimnazijoje įvairovę, nuolat ieškoti naujų galimybių informacijos sklaidai, ugdyti mokinių gebėjimą konkuruoti ir sėkmingai įsitvirtinti studijų pasaulyje bei darbo rinkoje.

 **Uždaviniai:**

1. Padėti gimnazijos mokiniams planuoti karjerą (teikti informaciją apie studijų galimybes, informuoti apie darbo rinkos pasiūlą, paklausą bei darbo paiešką).
2. Organizuoti mokinių susitikimus su mūsų gimnaziją baigusiais mokiniais, įvairių profesijų atstovais, profesinių, aukštųjų mokyklų atstovais; darbdaviais, verslininkais, užimtumo tarnybos atstovais; taip pat organizuoti informacinius, metodinius renginius karjeros klausimais.
3. Rengti ir koordinuoti išvykas į darbo ir profesinio ugdymo įstaigas.
4. Teikti konsultacijas gimnazijos bendruomenei.
5. Kaupti ir skleisti informaciją profesinio orientavimo klausimais, vykdyti švietėjišką veiklą gimnazijoje; kaupti naujausią literatūrą, susijusią su mokinių karjera ir įsidarbinimu.
6. Bendradarbiauti su kitais karjeros specialistais, profesinėmis mokyklomis ir kitomis ugdymo arba darbo institucijomis; bendradarbiauti su klasių vadovais, dalykų mokytojais, teikti jiems atitinkamas konsultacijas.
7. Konsultuoti mokinių tėvus (globėjus, rūpintojus) jų vaikų profesijos pasirinkimo klausimais.
8. Organizuoti mokinių profesinį veiklinimą (darbo vietų stebėjimą, mokinių mini praktikas, sėkmės pamokas ir pan.), įgytos patirties aptarimą ir kitas veiklas.

**Ugdymo karjerai organizavimas**

Ugdymas karjerai organizuojamas ugdymo proceso dienomis, skirtomis kultūrinei, meninei, pažintinei veiklai, integruojamas į ugdymo procesą ir į neformalųjį ugdymą:

I-II klasės - integruojama į dorinio ugdymo (etikos/tikybos), technologijų, informacinių technologijų, matematikos, lietuvių k. ir anglų k. dalykus po 2 val. per mokslo metus fiksuojant ilgalaikiuose teminiuose planuose;

per klasių vadovų veiklą;

per neformalųjį švietimą - būrelių veiklą;

per grupines ir individualias karjeros specialisto vedamas konsultacijas;

ugdymo karjerai veiklas koordinuoja karjeros specialistas.

|  |
| --- |
| **Ugdymo karjerai kompetencijos** |
|  |
| **1. Savęs pažinimo sritis** |
| 1.1. Pažinti karjerai svarbias asmenybės charakteristikas |
| 1.1.1. Pripažinti savo asmenybės savitumą ir pažinti asmenybės savybes bei pomėgius. | 1.1.2. Pažinti savo gabumus, vertybes, interesus ir taikyti juos formuojant objektyvų savo įvaizdį. | 1.1.3. Pažinti savo asmenybės savybes, gabumus, interesus, kompetencijas, asmenines ir darbo vertybes, sieti jas su karjeros sprendimais. |
| 1.2. Pažinti socialinę aplinką ir socialinius vaidmenis. |
| 1.2.1. Papasakoti apie savo artimiausią socialinę aplinką: šeimą, giminę, klasę, bendruomenę. | 1.2.2. Pažinti socialinių ryšių įvairovę ir suprasti žmogaus socialinių vaidmenų kaitą gyvenime. | 1.2.3. Svarstyti savo socialinės aplinkos ir socialinių vaidmenų poveikį karjeros sprendimams. |
| **2. Karjeros galimybių pažinimo sritis** |
| 2.1. Rasti ir efektyviai naudoti karjeros informaciją |
| 2.1.1. Naudotis įvairiais informacijos šaltiniais, susipažinti su veiklų įvairove. | 2.1.2. Naudotis įvairiais informacijos šaltiniais, rinkti ir sisteminti sau aktualią informaciją apie profesijas ir mokymosi galimybes. | 2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą pasinaudoti aktualia informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. |
| 2.2. Pažinti mokymosi visą gyvenimą galimybes |
| 2.2.1. Papasakoti, kaip geriausiai sekasi mokytis. | 2.2.2. Paaiškinti mokymosi visą gyvenimą ir karjeros sėkmės ryšį. | 2.2.3. Apibūdinti mokymosi visą gyvenimą galimybes, siejant jas su savo karjeros planu. |
| 2.3. Pažinti kintantį darbo pasaulį |
| 2.3.1. Aptarti, kodėl žmonės dirba,vartoti karjeros sąvoką. | 2.3.2. Apžvelgti darbo pasaulio istorinę raidą ir domėtis darbo pasaulio perspektyvomis. | 2.3.3. Įvertinti darbo pasaulio kaitą ir darbo formų įvairovę, planuojant savo karjerą. |
| **3. Karjeros planavimas** |
| 3.1. Kelti gyvenimo ir karjeros tikslus |
| 3.1.1. Kelti savo artimiausius veiklos tikslus. | 3.1.2. Kelti gyvenimo tikslus, remiantis asmenine ateities vizija. | 3.1.3. Nustatyti gyvenimo prioritetus, kelti, vertinti, derinti savo gyvenimo ir karjeros tikslus. |
| 3.2. Priimti karjeros sprendimus |
| 3.2.1. Aptarti, kaip gyvenime priimamisprendimai. | 3.2.2. Suprasti ir taikyti įvairius sprendimo priėmimo modelius ir technikas mokymosi ir gyvenimo situacijose. | 3.2.3. Savarankiškai priimti karjeros sprendimus, taikant įvairius karjeros sprendimo priėmimo modelius ir technikas. |
| 3.3. Sudaryti ir atnaujinti karjeros planą |
| 3.3.1. Planuoti savo veiklas. | 3.3.2. Planuoti savo mokymąsi ir laisvalaikį, siejant jį su asmenine ateities vizija. | 3.3.3. Sukurti asmeninį karjeros planą, grįstą savęs pažinimo, karjeros galimybių tyrimo ir karjeros sprendimo rezultatais. |
| **4. Karjeros įgyvendinimas** |
| 4.1. Taikyti ir tobulinti karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas |
| 4.1.1. Taikyti ir tobulinti karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas kasdienėse veiklose. | 4.1.2. Taikyti ir tobulinti karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas, siejant jas su gyvenimo tikslais. | 4.1.3. Taikyti ir tobulinti karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas, siejant jas su asmeniniu karjeros planu. |
| 4.2. Sėkmingai pereiti iš mokyklos į kita karjeros (mokymosi ar darbo) aplinką |
| 4.2.1. Sėkmingai adaptuotis ir veikti mokykloje. | 4.2.2. Sėkmingai adaptuotis ir veikti įvairiose mokymosi ir laisvalaikio veiklose. | 4.2.3. Sėkmingai adaptuotis ir veikti mokymosi ir laisvalaikio veiklose, susijusiose su asmeniniais karjeros planais. |
| 4.3. Efektyviai ieškoti darbo |
| 4.3.1. Prisistatyti kasdienėse gyvenimo situacijose. | 4.3.2. Pristatyti save, savo ar grupės darbo rezultatą bei procesą. | 4.3.3. Prisistatyti įvairiose situacijose ir parengti savo gyvenimo aprašymą, siejant jį su karjeros tikslais. |

**UGDYMO KARJERAI MOKINIŲ KOMPETENCIJOS**

|  |
| --- |
| **Planas visiems mokiniams, besimokantiems gimnazijoje** |
| **Klasės** | I–II kl. | III–IV kl. |
| **Apimtys mokslo metams** | 15 val. | 15 val. |
| Iš kurių: | Iš kurių: |
| Ugdymas karjerai – 6 val. | Ugdymas karjerai – 6 val. |
| Konsultavimas – 3 val. (iš jų 1 val. individualiam konsultavimui) | Konsultavimas – 3 val. (iš jų 1 val. individualiam konsultavimui) |
| Informavimas (įskaitant profesinį veiklinimą) – 6 val. | Informavimas (įskaitant profesinį veiklinimą) – 6 val. |
| **UGDYMAS KARJERAI (pamokos)** |
|  | I–II kl. | III–IV kl. |
| Grupinės paskaitos ir / ar teminės užduotys grupėse  | Teminės pamokos ir / ar praktinės užduotys, susijusios su savęs pažinimo ir karjeros galimybių pažinimo temomis. |
| Simuliaciniai /imitaciniai /patirtiniai praktiniai užsiėmimai | Patirtiniai / praktiniai užsiėmimai grupėse (pvz., debatai, mokymasis prisistatyti skirtinguose kontekstuose, verslo kūrimo imitacinės užduotys ir kt.) apie profesijas, darbo pasaulį, skirtingas darbo formas, kitas galimybes (pvz., savanorystę, verslą, antreprenerystę), skatinant savo ir karjeros galimybių pažinimą ir sėkmingą tolesnį karjeros planavimą. |
| Ugdymas per žaidimus, veiklas, naudojantis įvairiomis ir visiems prieinamomis priemonėmis, galimybė naudotis www.mukis.lt arba karjeros vadovo knyga ir kt. savo pasirinktais įrankiais | Užsiėmimai skirti karjeros kompetencijas ugdantiems žaidimams, veikloms. |
| Darbų aplanko ir gyvenimo aprašymo rengimas | Susipažinti su pagrindinėmis gyvenimo aprašymo (CV) dalimis, rengimo etapais. Išmokti parengti gyvenimo aprašymą (CV) ar darbų aplanką, susipažinti su gyvenimo aprašymo (CV) rengimo įrankiais, programomis, formatais (*Europass*, *Euroguidance* įrankis, *Canva* ir kt.). |
| Pažintis su darbo ieška ir įrankiais | Padėti mokiniams įgyti darbo paieškos įgūdžių ir / ar susirasti savo asmeninį karjeros planą, atliepiantį praktikos ir / ar darbo, savanorystės vietą; susipažinti su darbo / praktikos / savanorystės ieškos įrankiais; skatinti mokinius domėtis, tirti darbo rinką ir identifikuoti įsidarbinimo galimybes. |
| **KONSULTAVIMAS** |
| Įsivertinimo testų atlikimas remiantis www.mukis.lt, www.euroguidance.lt puslapiuose esančiais įsivertinimo įrankiais ir kitais karjeros specialisto pasirinktais įrankiais | Padėti mokiniui pažinti savo individualias savybes,galinčias turėti įtakos karjerai. Įsivertinimo testo rezultatai aptariami individualios konsultacijos metu. |
| Karjeros plano kūrimas grupėje | Padėti mokiniui susikurti / pasirengti asmeninį karjeros planą, įvertinant mokinio galimybes ir tikslus, galimus karjeros pasirinkimus. Vėliau karjeros planas periodiškai aptariamas individualios konsultacijos metu. |
| Individualios konsultacijos gyvai ir nuotoliniu būdu (karjeros plano ir įsivertinimo testo rezultatų aptarimas individualiai) | Padėti išsiaiškinti mokinio stiprybes ir silpnybes, galimybes ir tikslus, įvertinti karjerai svarbius mokinio veiksnius. Aptarti mokinio įsivertinimo testo rezultatus ir atsižvelgti į juos planuojant karjerą. Sudaryti sąlygas priimti racionalius karjeros sprendimus ir padėti mokiniui siekti karjeros plane išsikeltų tikslų, susieti plane išsikeltus tikslus su mokymusi ir karjera, padėti identifikuoti tolesnes karjeros ir mokymosi galimybes. |
| Grupinės konsultacijos gyvai ir nuotoliniu būdu (refleksija po veiklinimo vizitų, aptarimas) | Refleksija po profesinio veiklinimo vizito. Grupėje aptarti klausimus, pastebėjimus, emocijas ir apibendrinti veiklinimo vizito metu gautą informaciją bei susieti ją su karjeros galimybėmis. Skatinti mokinius domėtis darbo pasauliu, savo karjera; aptarti rūpimus klausimus apie karjerą grupėje. |
| **PROFESINIS VEIKLINIMAS** |
| Susitikimai su įvairių profesijų atstovais, pažintys su profesijomis, mokykloje arba ekskursijose | Vizitai, ekskursijos, skirtos pažinčiai su įvairiomis profesijomis.  |
| Profesinio veiklinimo pažintiniai /informaciniai vizitai | Susipažinti su ne mažiau kaip trimis profesijomis ir bent vienu sektoriumi.Išmokti atskirti skirtingas darbo formas ir organizacijų tipus (pvz., NVO, įmonė, verslas, laisvai samdomas darbuotojas ir kt. |
| **INFORMAVIMAS** |
| Informaciniai vizitai į klases (teikiama karjeros plėtojimui aktuali informacija, galimybės, etapai ir kt.) | Klasėse teikiama bendra informacija apie aktualius mokymosi ir karjeros pasiūlymus, svarbius etapus, sąlygas ir galimybes, kt. |
| Informaciniai renginiai karjeros tema | Karjeros dienos; specialybes pristatantys renginiai; kviestinių lektorių paskaitos, seminarai, dirbtuvės ir kt. |
|  |
| **PAPILDOMŲ VEIKLŲ ORGANIZAVIMAS** |
| Darbas porose / grupėse, situacijų modeliavimas (pavyzdžiui, darbo pokalbio imitacijos) | Išmokti save dalykiškai pristatyti (pokalbyje dėl darbo, arba kitoje aplinkoje). |
| Teminių filmų, knygų pristatymas ir aptarimas;asmenybių gyvenimo istorijų nagrinėjimas | Bent vienos knygos, filmo, susijusių su karjeros kompetencijomis, pristatymas ir aptarimas. |
| Intensyvus profesinis veiklinimas (praktika, darbas pagal sutartį, savanorystė) | Galimybė įdarbinti vasarai, profesijos pasimatavimui, savanoriškai veiklai. |
| Mainų programos ir kt. projektinė veikla | Galimybė tobulinti profesines ir karjeros kompetencijas dalyvaujant mainų programose ir projektinėje veikloje. |
| Verslumą ugdantys užsiėmimai | Didinti mokinių verslumo galimybes ir lavinti su verslumu susijusius įgūdžius per neformaliojo švietimo ir ugdymo karjerai veiklas. |
| Teminės stovyklos | Dienos susijusios su karjeros temomis. |
| Kiti užsiėmimai integruojant interaktyvius įrankius, pagal karjeros specialisto pasirinkimą | [www.mukis.lt](http://www.mukis.lt) ir kt. |
| Virtualus šešėliavimas | Galimybė šešėliuoti nuotoliniu būdu pandemijos atvejais ir mokiniams su specialiaisiais poreikiais.  |
| Patyriminis mokinių profesinis veiklinimas  | Galimybė stebėti pasirinktos profesijos darbo dieną arba pusdienį pasirinktoje įmonėje, organizacijoje. |
| Mokyklos bendruomenės informavimas profesinio orientavimo temomis | Informacijos apie profesinį orientavimą sklaida: aktualios informacijos apie profesinį ugdymą siuntimas mokiniams ir mokyklos bendruomenei, naujienlaiškio kūrimas, aktualios informacijos teikimas ir pristatymas tėvų susirinkimuose, skelbimas Švietimo įstaigose puslapyje ir t. t. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil Nr.  | Veiklų sritys | Veiklos/Priemonės | Dalyviai | Datos | Partneriai | Laukiamas rezultatas |
| 1. | Planavimas | Praėjusių mokslo metų veiklos analizavimas, tikslų ir uždavinių numatymas naujiems mokslo metams, veiklos plano sudarymas. | Karjeros specialistas, klasių vadovai | Rugsėjis  | Mokyklos administracija | Išanalizavus situaciją bus lengviau numatyti veiklos tikslus, uždavinius ir priemones jiems įgyvendinti. |
| Informacijos apie karjeros paslaugas rengimas, sisteminimas. | Karjeros specialistas | Nuolat | Mokyklos administracija | Tikslingas ir kryptingas dokumentų analizavimas, atsižvelgiant į poreikius ir galimybes. |
| I-IV klasių mokinių apklausos. | I-IVkl. mokiniai | Sausis, rugsėjis | - | Parengtas mokinių apklausos klausimynas apie profesijas, individualius pokalbius ir patyriminius veiklinimus google formose, TAMO apklausa. |
| Dalyvavimas kvalifikacijos tobulinimo seminaruose | Karjeros specialistas | Pagal pasiūlą | - | Tikslingas ir kryptingas kvalifikacijos tobulinimas, atsižvelgiant į poreikius ir galimybes. |
| 2. | Kvalifikacijos kėlimas | Metodinės medžiagos apie profesinio orientavimo galimybes analizė, sisteminimas. | Karjeros specialistas | Nuolat | - | Nuolatinis atnaujinimas profesinio orientavimo medžiagos. |
| Rekomendacijų klasių valandėlėms rengimas. | Karjeros specialistas | 1-2 k. per metus | Klasių vadovai | Pravestos karjeros pamokos klasės valandėlių metu. Pagal poreikį dalyvauja karjeros specialistas. |
| 3. | Ugdymo karjerai programos įgyvendinimas | Suorganizuoti pažintiniai vizitai į įmones ir įstaigas. *(kontaktinis ir virtualus)* | I-IVkl. mokiniai | Visus metus | Klasių vadovai,socialiniai partneriai | Praktinė pažintis su įvairiomis profesijomis, galimybių pažinimo kompetencijos ugdymas. Suorganizuotas bent vienas pažintinis vizitas į įmones ar įstaigas kiekvienam I-IVkl. mokiniams per 2025-2026 m.m. |
| 4. | Mokinių profesinis informavimas | Suorganizuoti patyriminiai vizitai *(kontaktinis ir/ar virtualus)* | I-IVkl. mokiniai | Visus metus | Socialiniai partneriai, mokinių tėvai | Suorganizuoti patyriminiai vizitai, juose dalyvauja bent 10 %I-IV klasių mokinių.  |
| Suorganizuoti karjeros renginiai *(kontaktinis ir/ar virtualus)* | I-IVkl. mokiniai | Visus metus | Socialiniai partneriai, mokinių tėvai | Suorganizuoti bent 1 karjeros renginys mokykloje  |
| Suorganizuoti pažintiniai vizitai mokymosi įstaigas -universitetus *(kontaktinis ir/ar virtualus)* | I-IVkl. mokiniai | Visus metus | - | Pagal poreikį suorganizuoti pažintiniai vizitai į mokymosi įstaigas per 2025-2026 m.m. |
| Suorganizuoti pažintiniai vizitai į profesinę. *(kontaktinis ir/ar virtualus)* | I-II kl. mokiniai | Pagal pasiūlą | Profesinė mokykla | Suorganizuoti pažintiniai vizitai į profesinę mokyklą,  |
| Suorganizuota išvyka į „Aukštųjų mokyklų mugė“ KARJERA & STUDIJOS Lietuvoje 2026 | I-IV kl. mokiniai | Sausio 22-23 dienomis Žalgirio arenaVasario 24-26 dienomis |  | Praktinė pažintis su įvairiomis profesijomis, galimybių pažinimo kompetencijos ugdymas. |
| Individualios konsultacijos | I-IV klasių mokiniai | Visus metus | - | I-IV klasių mokiniai pagal poreikį konsultuojasi su karjeros specialistu |
| 5. | Mokinių profesinis konsultavimas | Grupinės konsultacijos | I-IV klasių mokiniai | Visus metus | Klasės vadovas | Klasės valandėlės metu, dalyvauja grupinėse karjeros konsultacijose.  |
| Integruotų (ugdymo karjerai ir visų dalykų) pamokų derinimas su mokytojais. | Karjeros specialistas,dalykų mokytojai | Visus metus | - | Mokiniai susipažins su profesijomis pamokų metu nagrinėdami įvairias temas ir į pamoką pasikvietę tos profesijos atstovą. Bent 1 k. per metus. |
| 6. | Gimnazijos bendruomenės narių *(administracijos, klasių auklėtojų, dalykų mokytojų ir kt.)* vykdomų PO veiklų koordinavimas | Konsultacijos klasių vadovams | Karjeros specialistas,klasių vadovai | Visus metus | - | Susitarta su klasių vadovais 1k. per pusmetį vesti valandėlę profesinio orientavimo tema ir 1k. per pusmetį su mokiniais pildyti karjeros planus (I-II kl.). |
|  | Konsultacijos dalykų mokytojams dėl integruotų pamokų vedimo. | Karjeros specialistas,dalykų mokytojai | Visus metus | - | Pravestos konsultacijos mokytojams dėl UK integracijos į mokamąjį dalyką.  |
| Mokinių tėvų supažindinimas su profesinio orientavimo aprašu, gimnazijos veiklomis.  | Karjeros specialistas,tėveliai | Sausis, rugsėjis | - | Informavimas apie profesinį veiklinimą gimnazijoje ir įvairiose įstaigose. Tėvų /globėjų skatinimas prisijungti prie profesinio veiklinimo ir patiems pristatyti savo profesiją mokiniams gimnazijoje ar savo darbo vietoje. Dalyvavimas iniciatyvoje „Kryptis – profesijų pasaulis“ |
| 7. | Mokinių tėvų profesinis informavimas ir konsultavimas | Mokinių tėvų konsultavimas*(kontaktinis ir virtualus)* | Karjeros specialistas,tėveliai | Pagal poreikį | Tėveliai | Teikiamos konsultacijos tėvams Individualių pokalbių metu.  |
| Tėvelių galimybių pristatyti profesiją mokiniams rinkimas | Karjeros specialistas,klasių vadovai | Sausis, rugsėjis | Tėveliai | Informacija renkama siunčiant apklausas tėveliams į TAMO dienyną. |
| 8. | Tėvų įtraukimas į mokinių PO veiklas | Mokinių išvykos į tėvelių darbovietes. *(kontaktinis ir virtualus)* | Karjeros specialistas,I-IVkl. mokiniai,klasių vadovai | Visus metus | Tėveliai | Aplanko tėvelių darbovietę. *(Jei yra pasiūla)* |
| Kultūrinių, pažintinių ir kt. išvykų derinimas su UK. | ,Karjeros specialistas,I-IV kl. mokiniai,klasių vadovai | Visus metus | socialiniai partneriai | Kultūrinių, pažintinių ir kt. išvykų derinimas su ugdymo karjerai veiklomis. *(Kultūros paso veiklų pasiūlos teikimas mokiniams ir klasių auklėtojams)* |
| 9.  | Kultūrinės, meninės, pažintinės, projektinės veiklos, neformaliojo švietimo, suderinto su ugdymu karjerai, organizavimas | Dalyvavimas metodinių grupių veikloje. *(kontaktinis ir virtualus)* | Karjeros specialistas | Pagal poreikį |  | Organizuojamų veiklų pasiūla ir tobulinimas metodinių grupių susirinkimuose. |
| 10. | Dalijimasis gerąja darbo patirtimi | Profesinio orientavo veiklos viešinimas | Karjeros specialistas | Pagal poreikį | - | Informacijos viešinimas apie profesinio orientavimo veiklas mokyklos internetinėje svetainėje. |
| 11. | Veiklos viešinimas *(sklaida)* | UKSIS duomenų suvedimas  | Karjeros specialistas | Birželis | - | UKSIS duomenų surinkimas ir pateikimas. |
| 12. | Veiklos įsivertinimas | Ataskaitų rengimas | Karjeros specialistas | Birželis | - | Parengtos ataskaitos  |
| Mokinių anketavimas dėl PO veiklų tobulinimo. | Karjeros specialistas | Vasaris | - | Parengtas mokinių anketavimo klausimynas |
|  |  |  |  |  |

Karjeros specialistė \_\_\_\_\_\_\_ Asta Merkienė

 (parašas)