

Aktivitäten und Belege: Das mache ich!



Inhalt:

Praktikum	Seite	✓
Mein Praktikum	39	<input type="checkbox"/>
Lernmöglichkeiten im Praktikum	40	<input type="checkbox"/>
Mein Praktikumsbetrieb	41	<input type="checkbox"/>
Praktikum Tagesbericht	42	<input type="checkbox"/>
Praktikumsrückmeldung Betrieb	43	<input type="checkbox"/>
Elternreflexion	44	<input type="checkbox"/>
Meine Praktikumsreflexion	45	<input type="checkbox"/>
Meine Lernerfahrungen	46	<input type="checkbox"/>
Belege		
Belege Sammlung	47	<input type="checkbox"/>
Ein Beleg aus dem Fachunterricht	48	<input type="checkbox"/>
Ein Beleg aus meinem Praktikum	49	<input type="checkbox"/>
Ein Beleg von einem Projekt	50	<input type="checkbox"/>
Beispiele für Belege	51	<input type="checkbox"/>

Mein Praktikum



Die alles entscheidende Frage für dich lautet: „Für welche Berufe bist du geeignet?“

Die beste Möglichkeit auf diese Frage eine Antwort zu bekommen ist, einen oder mehrere Berufe praktisch auszuprobieren. Hier ein paar Tipps für ein gelungenes Praktikum:

Möglichkeiten im Praktikum ?

- Sammeln von Erfahrungen durch Mithelfen, Beobachten, Fragen, Mitdenken,... Fachlich und persönlich etwas dazulernen können.
- Bewusstes Erleben und Beobachten des Arbeitsplatzes und Arbeitsabläufe mitverfolgen.
- Kennenlernen von Arbeitsmitteln und Geräten (Maschinen, Werkzeuge, Werkstoffe,...).
- Vor- und Nachteile des Berufes abschätzen. Einen realistischen Blick bekommen.
- Anforderungen und Voraussetzungen erfahren und mit eigenen Fähigkeiten vergleichen.
- Zusammenhang zwischen Ausbildung, Verantwortung und Entlohnung erkennen.
- Arbeitsklima, Umgangsformen der Mitarbeiter, Verhältnis zur Führung beobachten.

Tipps für den ersten Arbeitstag

- Wann muss ich im Betrieb sein?
- Wer ist für mich zuständig?
An wen kann ich mich wenden?
- Wo erwartet mich meine Betreuung?
- Welche Kleidung ist günstig bzw. notwendig?
- Muss ich Verpflegung selbst mitnehmen?
- Wann endet mein Arbeitstag?

Tipps vor dem Praktikum

- Betriebsadresse und genauen Standort erfragen und notieren.
- Kontaktpersonen herausfinden und notieren (Name, Tel.).
- Die Wegstrecke zum Betrieb berücksichtigen (Zeitbedarf, Gefahrenstellen, ...).
- Nur mit voriger Terminvereinbarung im Betrieb erscheinen.
- Auf ersten Eindruck achten (Kleidung, Pünktlichkeit, Freundlichkeit, deutlich sprechen, ...).
- Vor dem Besuch üben, wie das Anliegen vorgetragen wird.
- Schriftstücke in sauberer Form übergeben (Bewerbung, Informationsblatt, ...).
- Klären, wie es nach dem Termin weitergeht.
- Dank für die Aufnahme.

Tipps während dem Praktikum

- Pünktlich erscheinen.
- Sich den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Betriebes vorstellen.
- Selbstständig Möglichkeiten suchen sich über den Beruf zu informieren.
- Praktikumsberichte täglich ausfüllen.
- Sich für das Praktikum bedanken.

Lernmöglichkeiten im Praktikum



Im Praktikum hast du die Möglichkeit einige deiner Fähigkeiten zu zeigen und du hast auch die Möglichkeit Fähigkeiten durch das Praktikum zu verbessern. Wahrscheinlich ist beides möglich.

Als Vorbereitung für dein Praktikum solltest du deshalb Antworten auf folgende Fragen finden:

Über welchen Beruf möchte ich gerne mehr erfahren?

Welche Tätigkeiten möchte ich dabei unbedingt gerne ausführen?

Welche Informationen über das Berufsbild möchte ich erhalten?

Welche meiner Stärken möchte ich besonders zum Einsatz bringen und wie kann ich belegen, dass mir das gelungen ist? (Nimm dein Stärkenprofil Seite 19 zur Hilfe)

Welche Stärken möchte ich durch das Praktikum besonders verbessern und wie könnte ich das belegen? (Nimm dein Stärkenprofil Seite 19 zur Hilfe)

Was sollte auf keinen Fall passieren?

An welchen Punkten kann ich beurteilen, ob mein Praktikum erfolgreich war oder nicht?

-
-
-

Mein Praktikumsbetrieb



Informationen zum Betrieb:

Genaue Bezeichnung:

Standort:

Betriebsleitung:

Mitarbeiter/innen: Meister/innen:

Lehrlinge: Ausbilder/innen:

Facharbeiter/innen: mit Hochschulstudium:

Weitere Angaben zum Betrieb:

.....

.....

Berufe, die es im Betrieb gibt:

Name meiner Betreuerin bzw. meines Betreuers:

Der Beruf, den ich kennen lernen will:

Welche Materialien und Geräte werden verwendet?

Was wird dort produziert? Welche Dienstleistungen werden erbracht?

Besonderheiten im Betrieb: (Anforderungen, Arbeitskleidung, ...)

Wie wird man ...

Praktikum Tagesbericht



Dieses Blatt musst du für jeden Praktikumstag einmal kopieren.

Name:		Datum:	
Arbeitsbeginn:		Arbeitsende:	
Tätigkeiten		Dauer	
Das Highlight des heutigen Arbeitstages:			
Diese Stärken konnte ich heute einsetzen bzw. verbessern: (Beschreibe in Stichworten die Situationen)			
Diese Tätigkeiten mag ich nicht an diesem Beruf:			
Nach den heutigen Erfahrungen: An welcher Stärke sollte ich besonders arbeiten?			
Bin ich durch den heutigen Arbeitstag bestärkt worden, diesen Beruf zu ergreifen?			
<input type="checkbox"/> ja, sehr <input type="checkbox"/> eher ja <input type="checkbox"/> eher nicht <input type="checkbox"/> gar nicht			

Praktikumsrückmeldung Betrieb



Sehr geehrte Firmenleitung,

herzlichen Dank, dass den Beruf bei Ihnen kennenlernen und ausprobieren durfte. Um auf die Frage „Bin ich für diesen Beruf geeignet?“ eine umfassende und differenzierte Antwort zu erhalten, ist Ihre Einschätzung und Bewertung besonders wichtig. Danke, dass sie sich Zeit nehmen den Reflexionsbogen auszufüllen.

Firma:

Betreuer/in:

Wie wurden die gestellten Aufgaben erfasst?

- selbstständig und klar
 mit zusätzlichen Hilfestellungen
 unkonzentriert

Wie wurden die Arbeiten durchgeführt? (Mehrfachantworten möglich)

- sehr genau sehr rasch beharrlich sorgfältig
 zügig fleißig ordentlich mittelmäßig
 ungenau zögernd langsam zerstreut
 geschickt umständlich ...

Wie beurteilen Sie das Interesse an dieser Arbeit?

- sehr groß angemessen mäßig gering

Wie beurteilen Sie das Bemühen des Schnupperlehrlings?

- sehr bemüht wenig überhaupt nicht

Wie beurteilen Sie die Eignung für den gewünschten Beruf?

- talentiert geeignet bedingt ungeeignet

Ergänzende Bemerkungen (z.B. womit waren Sie zufrieden, womit unzufrieden, ...)

Elternreflexion



Dieses Praktikum war auch für Sie als Elternteil eine Zeit in der die Regelmäßigkeit des Schulalltages unterbrochen wurde. Bitte teilen Sie Ihre Erfahrungen und Beobachtungen mit:

In welchem Beruf absolvierte Ihr Kind das Praktikum und welche Tätigkeiten waren dabei auszuführen?

Welche Stärken konnte nach Ihrer Einschätzung Ihr Kind in diesem Praktikum gut einsetzen?

Notieren Sie in Stichworten eine Begebenheit, die Ihr Kind besonders eindrucksvoll oder begeistert erzählt hat?

Haben sie während oder nach dem Praktikum Veränderungen bei Ihrem Kind wahrgenommen? Wenn ja, welche?

Was müsste Ihrer Meinung nach bei einem nächsten Praktikum anders laufen?

Welche Argumente sprechen Ihrer Meinung nach für und welche gegen diesen Beruf?

Wie geeignet halten Sie Ihr Kind für diesen Beruf und warum?

Welche Orientierungshilfe würden Sie Ihrem Kind nach diesem Praktikum geben?

Meine Praktikumsreflexion



Praktikum vom bis bei Firma

für den Beruf

Ich konnte selbst Tätigkeiten ausführen ...

oft manchmal selten nie

Ich wurde gelobt ...

oft manchmal selten nie

Der Umgang mit den Vorgesetzten war ...

sehr gut gut weniger gut

Betreut gefühlt habe ich mich ...

sehr gut gut weniger gut

Ich wurde auf Sicherheitsvorschriften aufmerksam gemacht ...

ja nein

Die Arbeitstage waren für mich anstrengend ...

oft manchmal selten nie

Meine Erwartungen wurden erfüllt ...

ja nein

Mein Gesamteindruck vom Praktikum:

sehr gut gut weniger gut

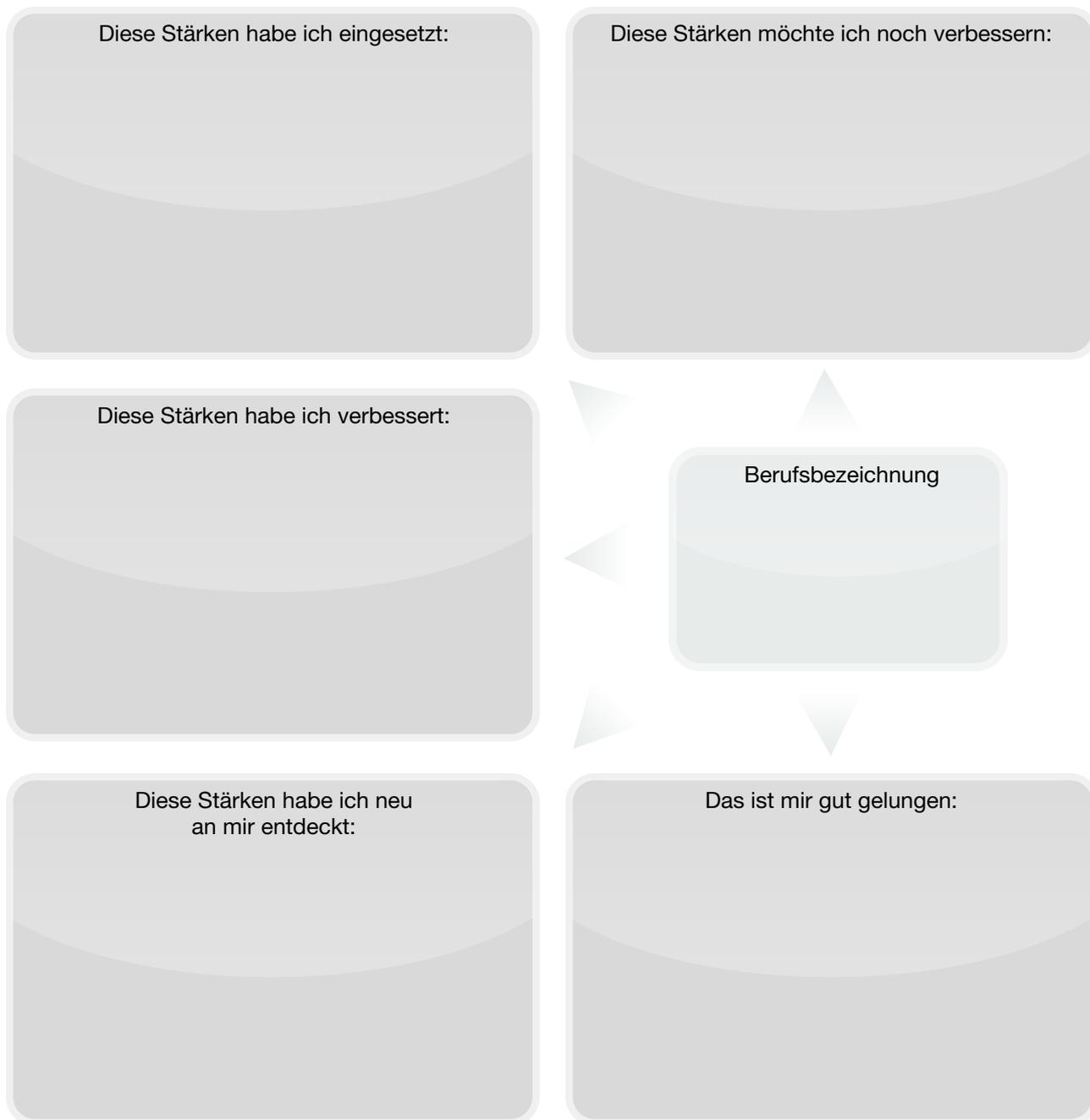
Ich fühle mich für diesen Beruf geeignet ...

sehr gut gut weniger gut

Meine Lernerfahrungen



Verwende diese Grafik als Zusammenfassung der wichtigsten Lernerfahrungen in deinem Praktikum. Vergleiche dazu auch deine Lernmöglichkeiten, die du auf Seite 40 vor dem Praktikum notiert hast.



Was war meine wichtigste Lernerfahrung und was bedeutet dieses Praktikum für meine weiteren Schritte zur Berufswahl

Übertrage die für dich wichtigsten Lernerfahrungen auf das Blatt „Mein Weg zur Entscheidung“ (Seite 53)

Belege Sammlung



Damit andere sehen können, dass du etwas gut kannst, eine Fähigkeit hast oder bestimmte Interessen bei dir vorhanden sind brauchst du Belege (Nachweise). Stell dir vor, du möchtest jemandem erklären, wie deine Berufsentscheidung mit deinen Stärken und Interessen zusammen hängt. (z.B. in einem Bewerbungsgespräch).

Es gibt verschiedene Arten von Belegen. Hier findest du einige Anregungen und Ideen dazu:

Art des Beleges	Beispiele
Arbeitsblatt, Aufsatz, Text, Brief	Über eine besondere Erfahrung / Leistung an die Schulleitung; an eine Behörde
Gegenstand, Werkstück	Aus dem Fachunterricht; Arbeit von zu Hause
Lerntagebuch, Portfolio	Wie bereite ich mich auf eine Prüfung vor? Wann arbeite ich besser alleine, wann mit anderen?
Bücherliste	Was ich in und außerhalb der Schule gelesen habe
Auflistungen, Grafiken	Tätigkeiten als Pfadfinderleiterin; Trainings und Wettkämpfe in meiner Sportart; Arbeiten, die ich zu Hause übernehme Was mich interessiert Was ich als Klassensprecherin bzw. Klassensprecher können muss
Praktikumserfahrungen	Praktikumsvorbereitung, Tagesberichte, Praktikumsreflexion, Rückmeldungen
Projekterfahrungen	Projektplan Was habe ich beigetragen? Was habe ich gelernt?, ... Präsentation auf einem Poster; Ergebnisse
Hausaufgabe, Gruppenaufgabe, Freiarbeit	Ein Interview zum Thema Verbesserungsvorschläge, Zusammenfassungen
Skizze, Zeichnung, Animation	eines Lernspiels; einer Frisur; einer Maschine, Entwurf eines eigenen Kleidungsstückes, mein Traumhaus
Foto	eines Werkstücks, einer Szene: „Wie ich anderen helfe.“
Video- oder Audioaufnahme	Präsentation, Vortrag über ... eigenes Gedicht oder Rap, eigener Film mit Drehbuch
Zeugnis, Bestätigung	Schulzeugnisse, Empfehlungsschreiben, ...
Eigene Ideen	

Quelle: My future, AK OÖ

Ein Beleg aus dem Fachunterricht



Welche Stärken, Fähigkeiten, Eignungen, Interessen zeigt dieser Nachweis von dir und was hast du dabei gelernt? Gib dieses Blatt zu allen wichtigen Dokumenten als Deckblatt dazu.

Wenn du mehrere Belege anfertigen willst, kannst du dieses Deckblatt auch kopieren.

Fachbereich	
Datum/Zeitraum	
Stichwort(e) zum Beleg	
Entstehung	Wo und in welcher Situation ist der Beleg entstanden? Wie lange habe ich daran gearbeitet? Welche Personen waren daran beteiligt? ...
Stärken / Interessen	Was soll dieser Nachweis von mir zeigen?
Art des Beleges	Welche Dokumente habe ich beigelegt?
Lerngewinn	Was habe ich dabei gelernt? Was würde ich beim nächsten Mal anders machen?
Mögliche Berufe	Für welche Berufe kann ich diesen Beleg verwenden?

Übertrage die für dich wichtigsten Belege auf das Blatt „Mein Weg zur Entscheidung“ (Seite 53)

Ein Beleg aus meinem Praktikum



Welche Stärken, Fähigkeiten, Eignungen, Interessen zeigt dieser Nachweis von dir und was hast du dabei gelernt? Gib dieses Blatt zu allen wichtigen Dokumenten als Deckblatt dazu.

Wenn du mehrere Belege anfertigen willst, kannst du dieses Deckblatt auch kopieren.

Beruf / Betrieb	
Datum/Zeitraum	
Stichwort(e) zum Beleg	
Entstehung	Wo und in welcher Situation ist der Beleg entstanden? Wie lange habe ich daran gearbeitet? Welche Personen waren daran beteiligt? ...
Stärken / Interessen	Was soll dieser Nachweis von mir zeigen?
Art des Beleges	Welche Dokumente habe ich beigelegt?
Lerngewinn	Was habe ich dabei gelernt? Was würde ich beim nächsten Mal anders machen?
Mögliche Berufe	Für welche Berufe kann ich diesen Beleg verwenden?

Übertrage die für dich wichtigsten Belege auf das Blatt „Mein Weg zur Entscheidung“ (Seite 53)

Ein Beleg von einem Projekt



Welche Stärken, Fähigkeiten, Eignungen, Interessen zeigt dieser Nachweis von dir und was hast du dabei gelernt? Gib dieses Blatt zu allen wichtigen Dokumenten als Deckblatt dazu.

Wenn du mehrere Belege anfertigen willst, kannst du dieses Deckblatt auch kopieren.

Projekttitle	
Datum/Zeitraum	
Stichwort(e) zum Beleg	
Entstehung	Wo und in welcher Situation ist der Beleg entstanden? Wie lange habe ich daran gearbeitet? Welche Personen waren daran beteiligt? ...
Stärken / Interessen	Was soll dieser Nachweis von mir zeigen?
Art des Beleges	Welche Dokumente habe ich beigelegt?
Lerngewinn	Was habe ich dabei gelernt? Was würde ich beim nächsten Mal anders machen?
Mögliche Berufe	Für welche Berufe kann ich diesen Beleg verwenden?

Übertrage die für dich wichtigsten Belege auf das Blatt „Mein Weg zur Entscheidung“ (Seite 53)

Beispiele für Belege



Fachbereich	Handel/Büro
Datum / Zeitraum	13.10. – 6.2. (1. Semester, 28 Stunden)
Stichwort(e) zum Beleg	Erstellen eines Produktkataloges
Entstehung	<ul style="list-style-type: none"> • Im Fachunterricht im Rahmen der Übungsfirma • Zuständig für Kataloggestaltung • Anfertigen von Fotos, Produktbeschreibungen • Koordination mit Preiskalkulation
Stärken / Interessen	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografieren • Gestalten können • Texte verfassen • Blick für Seitenanordnung
Art des Beleges	<ul style="list-style-type: none"> • Produktkatalog • Rückmeldung von Partnerschule der Übungsfirma • Beurteilung von Frau Mayr
Lerngewinn	<ul style="list-style-type: none"> • Ich kann Produkte gut platzieren und fotografieren. • Ich habe ein gutes Auge für Seitenaufteilung. • Ich kann mich gut in ein Team integrieren und mit anderen zusammenarbeiten. • Ich finde, der Katalog ist gelungen, ich würde nichts anders machen.
Mögliche Berufe	Einzelhandel, Mediendesign, Grafik, Fotografie

Beruf /Betrieb	Elektroinstallation / Fa. R. Mair
Datum / Zeitraum	10.10. – 15.10. (1 Woche, 38 Stunden)
Stichwort(e) zum Beleg	Schaltplan lesen, richtig zusammenklemmen
Entstehung	<ul style="list-style-type: none"> • auf der Baustelle bei einem Einfamilienhaus • Elektrokabel im Schaltkasten nach einem vorgegeben Plan richtig zusammenklemmen. • 2 volle Arbeitstage • Chef (Hr. Mair) und ein Geselle der Firma
Stärken / Interessen	<ul style="list-style-type: none"> • Technisches Verständnis • Genauigkeit • Logische Denken • Handwerkliches Geschick
Art des Beleges	<ul style="list-style-type: none"> • Rückmeldung des Betriebes aus dem • Praktikum • Kopie des Schaltplanes • Foto beim Arbeiten
Lerngewinn	<ul style="list-style-type: none"> • Es gelingt mir gut, die Infos aus dem Plan auf die Wirklichkeit zu übertragen. • Ich bin handwerklich geschickt, wenn es darum geht Elektrokabel zu verdrahten. • Wenn ich mich nicht auskenne werde ich früher jemanden um Hilfe bitten.
Mögliche Berufe	Maschinenbau, Mechatronik, Metalltechnik, KFZ-Elektrik

Projekttitel	Silversurfer
Datum / Zeitraum	10.9. – 22.1. (1 Stunde pro Woche)
Stichwort(e) zum Beleg	Älteren Menschen bei den ersten Schritten mit dem Computer behilflich sein
Entstehung	<ul style="list-style-type: none"> • Im Rahmen eines freiwilligen Projektes an unserer Schule • Alle 2 Wochen am Mittwoch von 15:00 bis 16:15 Uhr • 8 weitere MitschülerInnen und Fachlehrer Klausner
Stärken / Interessen	<ul style="list-style-type: none"> • EDV Kenntnisse • Geduld • verständlich erklären können
Art des Beleges	<ul style="list-style-type: none"> • Video • Brief von Frau Kaufmann • Beurteilung von Herrn Klausner
Lerngewinn	<ul style="list-style-type: none"> • Ich arbeite gerne mit Menschen, auch mit älteren. • Ich kann gut erklären. • Ich habe gute Nerven, wenn jemand etwas nicht gleich versteht. <p>Ich würde mich auf die Nachmittage besser vorbereiten, damit ich den älteren Menschen die Programme besser erklären kann.</p>
Mögliche Berufe	Altenpfleger, Kindergärtner, Lehrer, IT-Techniker