



Mein Betriebspraktikum

Praktikumsmappe

Register 5 BerufswahlPass für Bochum und Herne

Name

Vorname

Diese Mappe wurde von Auszubildenden / dual Studierenden der BP Europa SE und der IKK Classic gestaltet. Du findest die Mappe und alle Formulare im Download.

Der Weg zu deiner perfekten Praktikumsmappe



Alle Tipps und Tricks sowie verschiedene Unterlagen, die dir bei der Suche und der Gestaltung deines Betriebspraktikums helfen sollen

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

bestimmt fragt ihr euch, warum das Praktikum und die Gestaltung einer eigenen Praktikumsmappe so wichtig für euch sind, richtig?

- Du sammelst erste Erfahrungen im Berufsleben.
- Du erkennst den Unterschied zum Schulalltag.
- Ein Praktikum ist der Grundstein für deine zukünftige Berufs- oder Studienwahl.
- Durch die Praktikumsmappe weißt du, worauf es bei zukünftigen Bewerbungen ankommt.
- Falls du nicht direkt deinen Traumberuf findest, weißt du aber, was du auf gar keinen Fall werden willst.

In dieser Mappe findest du folgende Inhalte:

- Der erste Schritt
- Verhalten im Betrieb
- Tipps und Tricks
- Sicherheitsregeln
- Deine Rechte
- Deine Wünsche, Hoffnungen und Erwartungen
- Praktikumsvereinbarung
- Mein Steckbrief
- Aufbau
- Gestaltung
- Vorgangsbeschreibung
- Wochenbericht
- Ein ausführlicher Tagesbericht
- Ich erkunde meinen Praktikumsbetrieb
- Ich erkunde meinen Praktikumsberuf
- Interview mit einem Kollegen/einer Kollegin
- Mein Blick zurück
- Haben sich deine Wünsche, Hoffnungen und Erwartungen erfüllt?

In diesem Sinne wünschen wir dir viel Erfolg!



**Du findest diese Mappe und alle Formulare im Download:
www.berufswahlpass-bochum.de/downloads**

Der erste Schritt: „Wie bewerbe ich mich richtig?“



Hast du dir schon die Zeit genommen, dir Gedanken darüber zu machen, wohin dein Weg gehen soll? Weißt du, welche Bereiche dich interessieren? Bevor du deine Bewerbung erstellst, solltest du dir einen Rat sowohl von

...deinen Eltern sowie

...von deinen Freunden einholen.

Rede mit ihnen und frage sie, was zu dir passt oder was du besonders gut kannst

...aber überlege auch selbst und lass dich nicht zu etwas überreden, was du eigentlich gar nicht möchtest.

Suche im Internet nach geeigneten Praktikumsberufen unter www.5ways4me.de und erkundige dich nach Unternehmen, die in dem Beruf oder Dualen Studium ausbilden.

Jetzt kannst du mit der Erarbeitung deiner Bewerbung beginnen:

- ✓ Das **Deckblatt** ist die Übersicht der **wichtigsten** Informationen!!
(Name, Adresse, Telefonnummer, E-Mail, Zeitraum des Praktikums)
- ✓ Das **Anschreiben** begründet dein Interesse an dem Praktikum.
(Schreibe kurz und knapp, warum du Einblicke in die Branche und den Beruf bekommen möchtest)
- ✓ Der **Lebenslauf** stellt dich als Person vor!!
(Persönliche Daten, Alter, Schullaufbahn, Hobbies, soziales Engagement, Praktikumsbescheinigungen...)
- ✓ Deine **Zeugnisse**
(Vergiss nicht, die letzten zwei Zeugnisse beizufügen)
- ✓ Der **Anhang**
(Wenn du Zusatzinformationen wie Bescheinigungen oder Zertifikate hast, gehören diese in den Anhang)

Du bekommst zunächst nur Absagen?



Viel Erfolg!

Verliere nie den Mut! Du brauchst deine Motivation!
Früher oder später wird deine Mühe belohnt und
du bekommst einen passenden Praktikumsplatz!!

Verhalten im Unternehmen



Vor Beginn des Praktikums:

- ✓ Schau dir die Homepage genau an und informiere dich über deine Abteilung.
- ✓ Schreibe dir zu deinem Praktikumsbetrieb Fragen auf.
- ✓ Ruf noch einmal in dem Unternehmen an und erkundige dich nach Anfangszeiten und gegebenenfalls einem Dress Code.
- ✓ Erstelle eine Liste mit sämtlichen Erwartungen an deine Zeit im Praktikum.
- ✓ Bedanke dich dafür, dass du ein Praktikum in dem Unternehmen absolvieren darfst.
- ✓ Sag, dass du dich auf die Zeit freust.

Während des Praktikums

- ✓ Achte auf Höflichkeiten und gute Umgangsformen.
- ✓ Achte darauf, pünktlich zu sein.
- ✓ Falls du etwas nicht verstehst, scheue dich nicht nachzufragen, denn nur so kannst du deine Aufgaben bestmöglich erledigen.
- ✓ Erkundige dich selbst nach neuen Aufgaben – zeige Eigeninitiative.
- ✓ Zeige Interesse, indem du in Gesprächen passende Fragen stellst und dich über den weiteren Verlauf erkundigst.
- ✓ Falls du krank bist, melde dich rechtzeitig telefonisch bei deinem Unternehmen und deiner Schule.
- ✓ Acht auf Unfallschutz. Falls jedoch trotzdem etwas passiert, melde es sofort deinem Ansprechpartner und deiner Schule.
- ✓ Häufig gibt es in Unternehmen eine Verschwiegenheitsklausel. Achte genau darauf, was du erzählen darfst und was geheim gehalten werden muss.

Am Ende des Praktikums

- ✓ Bedanke dich bei jedem für die gute Zeit.
- ✓ Verabschiede dich von jedem.
- ✓ Gib ein kurzes Feedback, was besonders toll war.
- ✓ Wenn dir die Zeit besonders gut gefallen hat.

Verhaltenskodex:

- ☺ Pünktlichkeit
- ☺ Höflichkeit
- ☺ Fragen stellen und Interesse zeigen
- ☺ Selbstständigkeit
- ☺ Anweisungen und Regeln beachten
- ☺ Zuverlässigkeit

Tipps und Tricks

Kritik ist gut,
Selbstkritik
ist besser!

Fertige eine
Liste mit
Fachbegriffen
an!

Überfordert?
Unsicher?
„Wer nicht fragt,
bleibt dumm!“

Nutze die
Gelegenheit, beim
Mittag, Kontakte
zu knüpfen!

Stelle dich jedem
Mitarbeiter kurz
persönlich vor!

Bringe am letzten Tag
deines Praktikums eine
Nettigkeit (z.B. einen
Kuchen) mit.

Du magst
jemanden nicht?
Versuche dich mit
ihm zu arrangieren!

Oder verschicke eine
Rundmail, in der du
dich bedankst und
verabschiedest.

Um die Aufgaben
richtig zu erledigen,
stelle dein
Zwischenergebnis
kurz dar!

Ein guter letzter
Eindruck ist
genauso wichtig
wie der Erste!!



Sicherheitsregeln

- ✘ Trage zweckmäßige Kleidung. Falls du diese nicht gestellt bekommst, informiere dich rechtzeitig, welche Kleidung erforderlich ist.
- ✘ Solltest du an Maschinen arbeiten, muss deine Kleidung eng anliegen.
- ✘ Achte darauf, deinen Schmuck vor Arbeitsbeginn abzulegen, falls dieser eine Gefahrenquelle darstellt.
- ✘ Auch lange Haare können zur Gefahr werden. Binde sie dir am besten zurück.
- ✘ Besonders im Umgang mit gefährlichen Maschinen solltest du dich über die Sicherheitsvorkehrungen informieren und diese genau befolgen.
- ✘ Befolge stets die Anweisungen aller im Unternehmen arbeitenden Personen.
- ✘ Setze niemals Maschinen ohne Erlaubnis, Anweisung oder Aufsicht in Gang, auch wenn du mit ihnen schon vertraut bist.

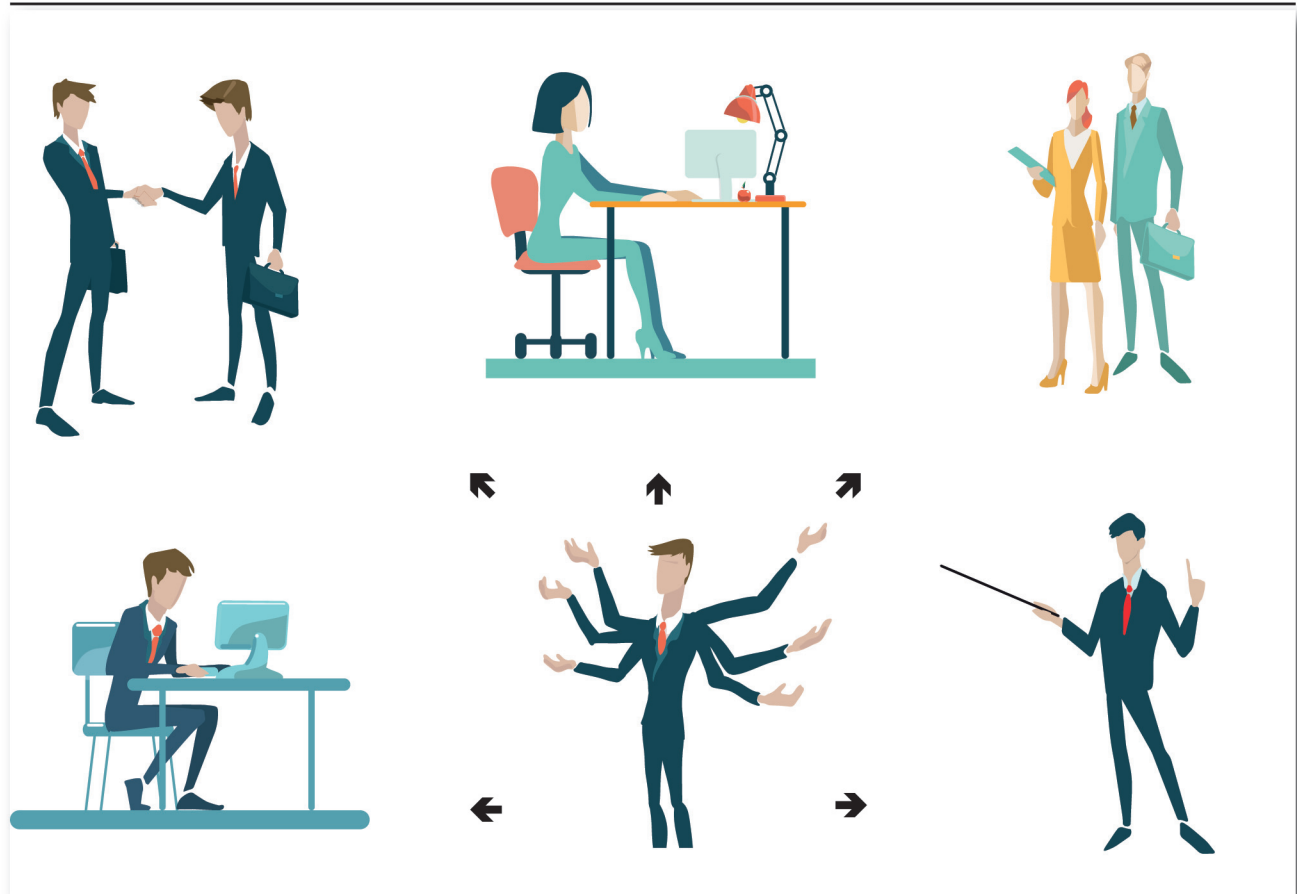


Deine Rechte

- § Deine Arbeitszeit darf 8 Stunden am Tag nicht überschreiten.
- § Du hast ein Recht auf eine 60-minütige Pause, wenn du unter 18 bist.
Eine 15-minütige Pause musst du nach spätestens 4,5 Arbeitsstunden machen.
- § Arbeiten an Sonn- und Feiertagen ist grundsätzlich nicht zugelassen.
- § Am Ende des Praktikums hast du Anspruch auf eine Praktikumsbescheinigung, die dir später bei deinen Bewerbungen hilft.

Wünsche, Hoffnungen, Erwartungen an mein Betriebspraktikum

als



Kreuze an bzw. ergänze, was dir am Betriebspraktikum wichtig ist:

- ☐ ...dass man mich nett behandelt
 - ☐ ...dass ich mich nicht langweile
 - ☐ ...dass mir die Arbeit Spaß macht
 - ☐ ...dass man mir genaue Arbeitsanweisungen gibt
 - ☐ ...dass ich etwas Richtiges tun darf
 - ☐ ...dass ich Hilfe bekomme, wenn etwas nicht klappt
 - ☐ ...dass _____
- ☐ ...dass ich verschiedene Einblicke erhalte
 - ☐ ...dass ich immer zur gleichen Zeit arbeite
 - ☐ ...dass ich nicht immer dasselbe tun muss
 - ☐ ...dass man nicht mit mir schimpft, wenn ich mal etwas falsch mache oder vergesse
 - ☐ ...dass ich mit anderen zusammenarbeiten kann

Vereinbarung zum Schülerbetriebspraktikum im Ausbildungsberuf / Studiengang / im Dualen Studiengang zum



zwischen

– Praktikant/in –

und

– Unternehmen –

Das Unternehmen und der/die Praktikant/in schließen folgende Vereinbarung:

§ 1 Allgemeines

Das Schülerbetriebspraktikum ist eine Schulveranstaltung.
Der/die Praktikant/in soll die Regeln und Gesetzmäßigkeiten eines betrieblichen Ablaufs kennenlernen
und seine/ihre eigenen beruflichen Fertigkeiten und Fähigkeiten erproben.

§ 2 Beginn, Dauer

Die Praktikumsdauer beträgt _____ Wochen/Monate.

Das Praktikum beginnt am _____ und endet am _____.

§ 3 Pflichten des Unternehmens

Der Praktikumsbetrieb verpflichtet sich,

- dem/der Praktikanten/-in im Rahmen seiner Möglichkeiten die nötigen beruflichen Kenntnisse und Fertigkeiten so zu vermitteln, dass der/die Praktikant/in seine/ihre Eignung und Interessen für das getestete Berufsbild einschätzen kann. Eine Verpflichtung zur späteren Übernahme entsteht nicht;
- die Bestimmungen zum Jugendschutz einzuhalten;
- dem/der Praktikanten/-in eine schriftliche Praktikumsbescheinigung auszustellen.

§ 4 Pflichten des Praktikanten

Der/die Praktikant/in verpflichtet sich,

- den Praktikumsplan einzuhalten und sich zu bemühen, das Praktikumsziel zu erreichen;
- die ihm/ihr übertragenen Aufgaben sorgfältig und gewissenhaft auszuführen;
- den Weisungen der Mitarbeiter und des Betreuers im Unternehmen nachzukommen und die geltenden Unfallverhütungsvorschriften sowie die Betriebsordnung zu beachten;
- den Vorschriften über die Schweigepflicht während des Praktikums und danach nachzukommen;
- das Unternehmen im Falle der Arbeitsverhinderung unverzüglich zu informieren.

Verantwortlich für den/die Praktikanten/in im Unternehmen ist Frau/Herr _____

Verantwortliche Lehrer für den/die Praktikanten/in ist Frau/Herr _____

Stempel des Unternehmens

Unterschrift Praktikumsbetreuer/Personalverantwortlicher

Stempel der Schule

Unterschrift Praktikant/in

Ort, Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r

Mein Steckbrief



Persönliche Daten

Vorname/Name: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____ Nr.: _____

PLZ: _____ Wohnort: _____

Name der Eltern/Erziehungsberechtigten: _____

Telefon/Eltern oder Erziehungsberechtigte: _____

Privat: _____ Notfall: _____

E-Mail: _____

Hausarzt: _____ Tel.: _____

Straße: _____ Nr.: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Krankenversicherung: _____

Schule und Betreuung

Anschrift der Schule: _____

Name der betreuenden Lehrerin/des betreuenden Lehrers: _____

Telefon Schule: _____ Telefon Notfall: _____

Praktikumsleiterin/Praktikumsleiter: _____

E-Mail: _____

Praktikumsdauer und Beschäftigungszeit

Mein Betriebspraktikum findet statt vom _____ bis _____

Meine Arbeitszeit beginnt um _____ Uhr und endet um _____ Uhr.

Mein Anfahrtsweg zum Praktikum dauert _____ Minuten.

Damit ich pünktlich ankomme, muss ich daheim um _____ Uhr aufbrechen.

Hinweis:

Gib deinem/deiner Lehrer/-in, deinen Eltern und dem Unternehmen vor dem Praktikum eine Kopie!

Aufbau der Praktikumsmappe

Am besten hältst du dich an die Vorgaben, die deine Lehrer/innen dir geben. Falls es keine Vorgaben gibt, hier einige Inspirationshilfen:

Deckblatt

- Vorname, Name
- Anschrift
- Klassenbezeichnung ggf. betreuender Lehrer
- Name und Adresse des Praktikumsbetriebes
- Zeitraum des Praktikums

Inhaltsverzeichnis

- Themengliederung
- mit Angabe von Seitenzahlen

Anhang

- Zeichnungen, Tabellen etc.
- Broschüren des Unternehmens

Gestaltung der Praktikumsmappe

Am besten hältst du dich an die Vorgaben, die deine Lehrer/innen dir geben. Falls es keine Vorgaben gibt, hier einige Inspirationshilfen:

- Ordentlich ist, wenn du alles am PC erstellst.

- Schriftart



Times New Roman	<i>Monotype Corsiva</i>
Arial	Bradley Hand
Verdana	University

- Hefter und Blätter im DIN-A4-Format

Seitenränder

- Links 3,0 cm
- Rechts 5,0 cm
- Oben 2,5 cm
- Unten 2,5 cm
- Zeilenabstand 1,5 cm
- Seitenzahlen

Vorgangsbeschreibung

Beschreibe einen Vorgang, der dir besonders gefallen hat. Wenn du auch Fotos machen willst, frage um Erlaubnis.

Überschrift:

- Drück sie gut aus, damit man sieht, um welchen Vorgang es sich handelt.

Einleitung:

- Welche Materialien oder Werkzeuge benötige ich?
- Welcher Vorgang wird im Folgenden beschrieben?
- Worum geht es?

Hauptteil:

- Richtige Reihenfolge
- Gliederung in verschiedene Arbeitsschritte
- Genaue und detaillierte Beschreibung
- Fachbegriffe benutzen – aber auch erläutern
- Einzelne Schritte sinnvoll und nachvollziehbar beschreiben



Schluss:

- Runde die Vorgangsbeschreibung ab
- Beschreibe das Ergebnis des Vorgangs/der Arbeit

Sprachlicher Ausdruck:

- Zeitform: Präsens
- Konjunktionen: und, aber, obwohl, weil, bevor, denn, oder, sondern, insbesondere, nun, schließlich, zu guter Letzt, am Ende, im Folgenden, demzufolge
- Satzanfänge variieren: dann
danach
als nächsten Schritt
- Keine Wiederholungen
- Sätze einfach und verständlich formulieren
- In der „man“-Form schreiben

Wochenbericht



Wenn von deinem/deiner Lehrer/in Tagesberichte gefordert werden, kannst du dieses Muster auch umwandeln.

Zeitraum	Abteilung	Betreuer	Bericht
1. Woche tt.mm.jjjj bis tt.mm.jjjj			<div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div></div>
2. Woche tt.mm.jjjj bis tt.mm.jjjj			<div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div></div>
3. Woche tt.mm.jjjj bis tt.mm.jjjj			<div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div></div>

Ein ausführlicher Tagesbericht

Tag	Datum	
Tätigkeit	Material	Besonderheit

Berichte über:

- Zeitplan (wann?)
- Ort (wo?)
- Ausgeübte Tätigkeit (was und wie?)
- Kontakte (mit wem?)
- Hilfsmittel
- Schwierigkeiten

Ich erkunde meinen Praktikumsbetrieb

Frage auf jeden Fall deinen Ansprechpartner, ob er dir beim Ausfüllen des Fragebogens hilft.

1. Wie viele Menschen arbeiten in deinem Unternehmen?
Wie viele davon sind Auszubildende?
2. In welchen Berufen/Dualen Studiengängen bildet das Unternehmen aus?
3. Hat der Betrieb mehrere Abteilungen?
Wenn ja, welche? Nenne einige Beispiele.
4. Hat der Betrieb mehrere Filialen bzw. Zweigstellen?
Wenn ja, wo? Nenne einige Beispiele.
5. Hat der Betrieb europäische oder weltweite Kontakte/Kunden?
6. Wer hat den Betrieb gegründet, seit wann besteht er, welche Geschichte hat das Unternehmen?
7. Wem gehört der Betrieb (staatliche oder kommunale Einrichtung, persönlicher Besitzer/Familienbetrieb)? Wie nennt sich die Rechtsform (Aktiengesellschaft, GmbH, KG usw.)?
8. Gibt es eine Jugend- oder Auszubildendenvertretung?
Welche Aufgaben hat sie?

Ich erkunde meinen Praktikumsbetrieb

Welche Anforderungen stellt der Beruf/das Duale Studium?

Lass dich ggf. von deinem Ansprechpartner beraten.

1. Wie lautet die genaue Bezeichnung deines Praktikumsberufes?
2. Welcher Schulabschluss ist üblich, wenn man eine Ausbildung beginnen möchte?
3. Wie lange dauert die Ausbildung?
4. Wie sind die Arbeitszeiten geregelt?
5. Benenne die fünf wichtigsten Tätigkeiten, mit denen man im Beruf konfrontiert wird?
6. Wie sind die Verdienstmöglichkeiten?
7. Welche Fähigkeiten sollte jemand haben, der diesen Beruf ausüben möchte?
Schreibe drei Beispiele auf, die dir einfallen

Du hast keine Idee? Hier einige Vorschläge:

Geistige Fähigkeiten: Reaktionsfähigkeit, Genauigkeit, Sorgfalt, Kreativität, Frustrationstoleranz, technisches Verständnis, ...

Körperliche Fähigkeiten: Belastbarkeit, Ausdauer, Schwindelfreiheit, handwerkliches Geschick, stabiler Kreislauf, entgegenstehende Allergien, ...

Soziale Fähigkeiten: Verantwortungsbereitschaft, Teamfähigkeit, Problemlösungsfähigkeit, Durchsetzungsvermögen, Flexibilität, Kontaktfreudigkeit, ...

Beschreibe hier einige Situationen, in denen dir das besonders aufgefallen ist.

Interview mit einem Kollegen / einer Kollegin

Gehe höflich auf deine Kollegen/-innen zu und frage, ob sie Zeit und Lust auf ein Gespräch haben. Frage eventuell deine/n Ansprechpartner/in, ob er/sie dir eine Person für das Interview vermitteln kann.

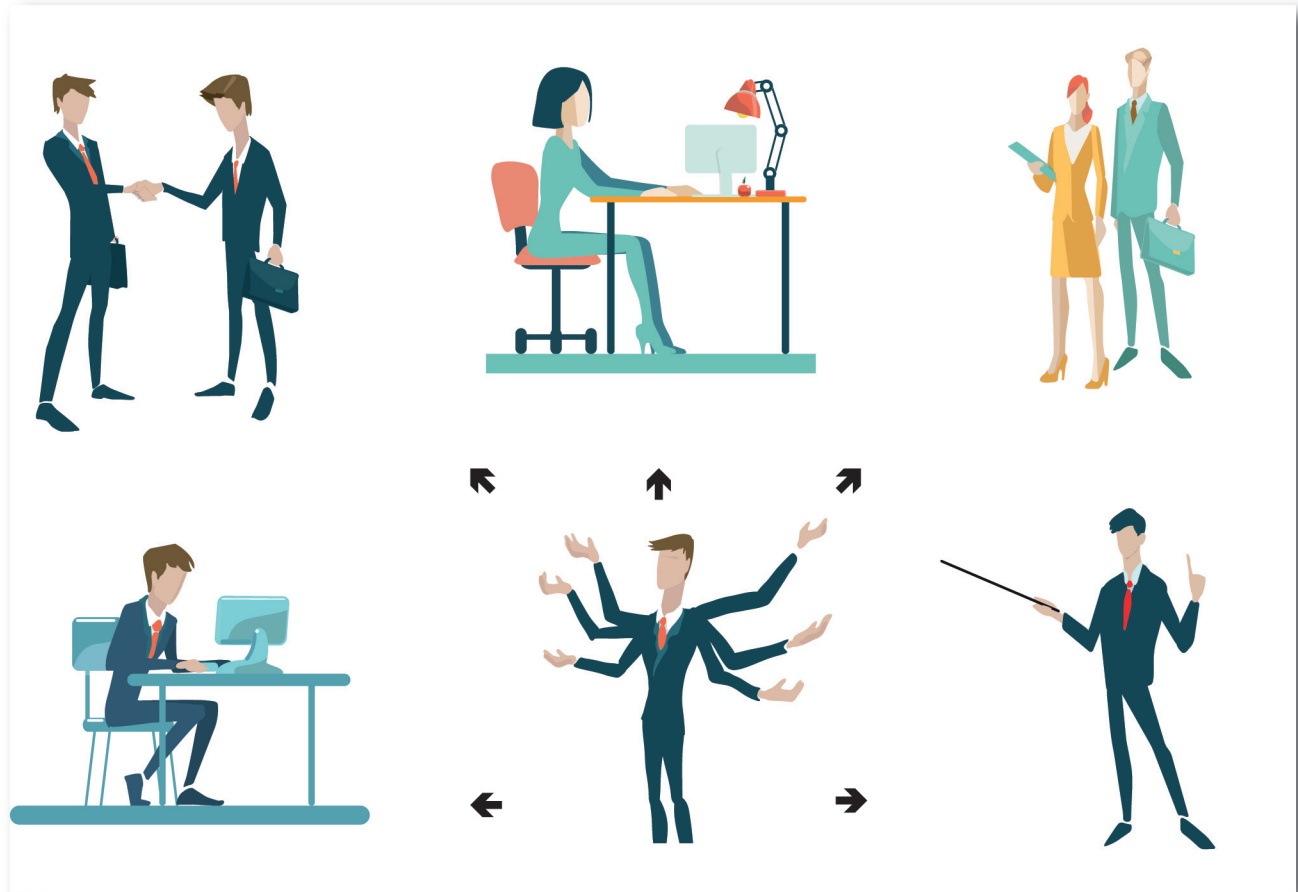
Name: _____ Beruf: _____ im Unternehmen seit: _____

1. Wie haben Sie diese Stelle bekommen? Bzw. wie sind Sie auf diesen Beruf/Tätigkeit aufmerksam geworden?
2. Haben Sie schon vorher in anderen Unternehmen gearbeitet? Wenn ja, in welchen?
3. Welche Probleme und Schwierigkeiten können in diesem Beruf auf jemanden zukommen? Welche besonderen Stärken sollte man haben?
4. Welche drei Tipps geben Sie Jugendlichen, die in diesen Beruf einsteigen möchten?
5. Was hat sich in dem Beruf bisher geändert – zum Beispiel durch die technische Entwicklung?
6. Würden Sie etwas ändern, wenn Sie Leiter dieses Betriebes/dieser Abteilung wären?
7. Wie sind die Aufstiegs- und Weiterbildungsmöglichkeiten?

Haben sich deine Wünsche, Hoffnungen, Erwartungen an dein Betriebspraktikum

als

erfüllt?



Kreuze an bzw. ergänze, welche Wünsche in deinem Betriebspraktikum erfüllt wurden.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ...dass man mich nett behandelt | <input type="checkbox"/> ...dass ich verschiedene Einblicke erhalte |
| <input type="checkbox"/> ...dass ich mich nicht langweile | <input type="checkbox"/> ...dass ich immer zur gleichen Zeit arbeite |
| <input type="checkbox"/> ...dass mir die Arbeit Spaß macht | <input type="checkbox"/> ...dass ich nicht immer dasselbe tun muss |
| <input type="checkbox"/> ...dass man mir genaue Arbeitsanweisungen gibt | <input type="checkbox"/> ...dass man nicht mit mir schimpft, wenn ich mal etwas falsch mache oder vergesse |
| <input type="checkbox"/> ...dass ich etwas Richtiges tun darf | <input type="checkbox"/> ...dass ich mit anderen zusammenarbeiten kann |
| <input type="checkbox"/> ...dass ich Hilfe bekomme, wenn etwas nicht klappt | |

Mein Blick zurück



Hat das Praktikum dir bestätigt, dass du in diesem Tätigkeitsbereich in Zukunft arbeiten möchtest?

Ja ☐ / Nein ☐

Was hat dir gefallen? / Was hat dir gefehlt? Was sollte beim nächsten Mal anders sein? etc.

Fiel dir die Umstellung Schule – Betrieb schwer?

Ja ☐ / Nein ☐

Welche Veränderungen hast du wahrgenommen? Was fiel dir leichter/schwerer? etc.

Hast du neue Dinge gelernt, die dir in der Schule oder im Alltag weiterhelfen können?

Ja ☐ / Nein ☐

Was für Dinge? In welchen Bereichen? etc.

Wurdest du gut auf das Praktikum vorbereitet?

Ja ☐ / Nein ☐

Hattest du einen Ansprechpartner in der Schule? etc.

Kannst du die Praktikumsstelle weiterempfehlen?

Ja ☐ / Nein ☐

Waren die Aufgaben, welche du erledigt hast, abwechslungsreich?

Ja ☐ / Nein ☐

Du hast die Wahl...

Jedes Jahr...
...von April
bis zu den
Herbstferien...

Berufs Wahl Pass

Für Bochum und Herne
Ihr Begleiter für die
Berufs- und Studienwahl

Praktikumsstellen, Ausbildungen,
Duale Studiengänge & Berufe
nach akademischem Studium
in Unternehmen kennen lernen
**Berufe backstage...
in der Praxis**

Programm 2019

für Schüler/-innen Jahrgangsstufen 8-13



Ausbildungen,
Duale Studiengänge
und Zielberufe
nach einem Studium
in Unternehmen
kennenlernen...
In deiner Freizeit.
Freiwillig. Kostenfrei.
Ca. 80 Veranstaltungen.
Über 100 Berufe.

Programme kommen jedes Jahr etwa Februar an die Schulen.
Frag danach! Und schau online über:

www.berufswahlpass-bochum.de