

MEIN PRAKTIKUM

Praktikumsmappe der Eylardus-Schule	
Name:	
Klasse:	
Praktikumszeitraum:	
Betriebspraktikum Nr.:	

Mein Praktikumsbetrieb	
Betrieb:	
Adresse:	
Telefon:	
Ansprechpartner*in im Betrieb:	

Meine Betreuung durch die Schule

Betreuende Lehrkraft: _____

Eylardus-Schule

Imstiege 11 • 48455 Bad Bentheim – Gildehaus

Telefon: 05921 / 781-250

E-Mail: info@eylardus-schule.de

Homepage: www.eylardusschule.de



1. DEINE PRAKTIKUMSMAPPE – SO GEHT'S!

Diese Mappe begleitet Dich durch Dein Praktikum.

Im Praktikum lernst Du einen Betrieb und die Arbeitswelt kennen. Du kannst neue Tätigkeiten ausprobieren und herausfinden, **was Dir liegt, was Dir Spaß macht und welche Berufe zu Dir passen könnten**. In dieser Mappe hältst Du Deine Erfahrungen fest.

1.1. Bevor Du startest

Schau Dir die ganze Mappe einmal in Ruhe an. Dann weißt Du schon vor Deinem ersten Arbeitstag, worauf Du während des Praktikums achten kannst und welche Informationen Du später brauchst.

1.2. So bearbeitest Du Deine Mappe

☐ **Bearbeite die Seiten nach und nach.**

Warte nicht bis zum letzten Praktikumstag.

☐ **Schreibe in Deinen eigenen Worten.**

Kurze und klare Antworten sind völlig in Ordnung, wenn sie die Frage beantworten.

☐ **Frag nach, wenn Du etwas nicht weißt.**

Deine Ansprechpartner*innen im Betrieb und Deine betreuende Lehrkraft können Dir helfen.

☐ **Nicht jede Frage passt zu jedem Betrieb.**

Wenn etwas bei Dir nicht vorkommt, schreibst Du einfach: „Trifft nicht zu.“

☐ **Erkläre besondere Begriffe.**

Wenn Du Fachbegriffe, Werkzeuge, Geräte oder Maschinen nennst, die nicht jeder kennt, erkläre sie kurz.

☐ **Du darfst Deine Mappe gestalten.**

Zeichnungen, Skizzen oder passende Bilder können helfen, etwas zu erklären.

☐ **Frag nach, bevor Du Fotos machst.**

Fotos oder Videos im Betrieb machst und verwendest Du nur mit Erlaubnis. Das gilt besonders, wenn andere Menschen darauf zu sehen sind.

☐ **Vertrauliches bleibt vertraulich.**

Schreibe keine persönlichen oder vertraulichen Informationen über Kund*innen, Patient*innen, Bewohner*innen, Mitarbeiter*innen oder den Betrieb in Deine Mappe.

2

1.3. WICHTIG!!!

Es geht nicht darum, möglichst viel zu schreiben. Deine Praktikumsmappe soll zeigen,

- **was Du erlebt hast,**
- **was Du ausprobiert hast,**
- **was Du gelernt hast**
- **und was Du über Dich selbst herausgefunden hast**

2. GUT VORBEREITET INS PRAKTIKUM

2.1. Bevor es losgeht

Ein guter Start macht vieles leichter. Kläre deshalb einige Dinge schon **vor Deinem ersten Praktikumstag**.

2.2. Ich weiß ...

- ☐ wann mein erster Arbeitstag beginnt.
- ☐ wo ich mich am ersten Tag melden muss.
- ☐ wie ich zum Betrieb und wieder nach Hause komme.
- ☐ wer meine Ansprechpartnerin / mein Ansprechpartner im Betrieb ist.
- ☐ welche Kleidung ich tragen soll.
- ☐ ob ich besondere Arbeits- oder Sicherheitsschuhe benötige.
- ☐ was ich für meine Pausen mitbringen muss.
- ☐ wie ich den Betrieb telefonisch erreichen kann.
- ☐ wie ich die Eylardus-Schule erreichen kann.

3

2.3. Im Praktikum gilt

Sei pünktlich.

Plane Deinen Weg so, dass Du rechtzeitig im Betrieb bist.

Sei freundlich und respektvoll.

Begrüße die Menschen, mit denen Du arbeitest, und gehe respektvoll mit ihnen um.

Zeig Interesse.

Schau zu, hör zu, frag nach und probiere Aufgaben aus, die Dir gezeigt werden.

Du musst nicht alles sofort können.

Wenn Du etwas nicht verstehst oder Dir bei einer Aufgabe unsicher bist: **Frag nach!**

Halte Dich an Absprachen und Regeln.

Achte auf Deine Sicherheit und die Sicherheit anderer.

Benutze Maschinen, Werkzeuge und Geräte nur so, wie es Dir gezeigt und erlaubt wurde.

Das Handy bleibt während der Arbeitszeit grundsätzlich weg, sofern mit dem Betrieb nichts anderes vereinbart wurde.

Vertrauliches bleibt vertraulich.

2.4. Wenn Du krank bist

Melde Dich vor **Arbeitsbeginn**:

- beim Praktikumsbetrieb und
- bei der Eylardus-Schule.

2.5. Wenn etwas nicht gut läuft

Du musst Probleme nicht allein lösen.

Wenn Du Dich unwohl fühlst, etwas nicht verstehst, Schwierigkeiten mit jemandem hast oder Dir etwas passiert, sprich mit Deiner Ansprechpartnerin / Deinem Ansprechpartner im Betrieb oder Deiner betreuenden Lehrkraft.

Eylardus-Schule: 05924 / 781-250

3. MEIN PRAKTIKUM UND ICH

3.1. Bevor ich starte...

Jetzt geht es um **Dich**.

Warum hast Du Dich für diesen Praktikumsplatz entschieden?

- ☐ Der Beruf interessiert mich.
- ☐ Ich kenne den Betrieb.
- ☐ Ich möchte etwas Praktisches machen.
- ☐ Ich möchte mit Menschen arbeiten.
- ☐ Ich möchte mit Technik oder Maschinen arbeiten.
- ☐ Ich möchte mit Tieren oder Pflanzen arbeiten.
- ☐ Ich möchte herausfinden, ob dieser Beruf zu mir passt.
- ☐ Ich wollte einfach etwas Neues ausprobieren.
- ☐ Ein anderer Grund:

Darauf freue ich mich:

5

Dabei bin ich noch unsicher:

Das möchte ich im Praktikum herausfinden:

- ☐ Welche Tätigkeiten mir liegen.
- ☐ Ob mir dieser Beruf gefällt.
- ☐ Wie ein richtiger Arbeitstag aussieht.
- ☐ Ob ich gut im Team arbeiten kann.
- ☐ Ob ich selbstständig arbeiten kann.
- ☐ Welche Ausbildungsmöglichkeiten es gibt.
- ☐ Was ich schon gut kann.
- ☐ Woran ich noch arbeiten kann.

3.2. Mein persönliches Ziel

Am Ende meines Praktikums möchte ich ...

4. MEIN ERSTER TAG

4.1. Angekommen!

Der erste Tag ist geschafft.

Ich wurde informiert über ...

- ☐ meine Ansprechpartnerin / meinen Ansprechpartner
- ☐ meine Arbeitszeiten
- ☐ meine Pausenzeiten
- ☐ meine Aufgaben
- ☐ wichtige Räume und Arbeitsbereiche
- ☐ Sicherheits- und Unfallverhütungsvorschriften
- ☐ Arbeits- bzw. Schutzkleidung
- ☐ Hygienevorschriften, falls diese für meinen Betrieb wichtig sind
- ☐ das Verhalten bei einem Unfall oder Notfall
- ☐ weitere Regeln des Betriebes

6

4.2. Mein erster Eindruck

So habe ich mich heute gefühlt:

- ☐ 😊 sehr wohl
- ☐ 😊 wohl
- ☐ 😐 noch etwas unsicher
- ☐ 😞 eher unwohl

Das war heute neu für mich:

Das hat mir besonders gut gefallen:

Das war schwierig oder ungewohnt:

7

Das möchte ich noch wissen oder beim nächsten Mal besser machen:

5. MEIN PRAKTIKUMSBETRIEB

Name des Betriebes: _____

Was macht der Betrieb?

- ☐ Handwerk
- ☐ Industrie / Produktion
- ☐ Handel / Verkauf
- ☐ Gesundheit / Pflege
- ☐ Soziales / Erziehung
- ☐ Gastronomie / Hotel
- ☐ Landwirtschaft / Tiere
- ☐ Büro / Verwaltung
- ☐ Technik / IT
- ☐ Dienstleistung
- ☐ Sonstiges: _____

Was stellt der Betrieb her oder welche Leistungen bietet er an?

Wie viele Menschen arbeiten ungefähr dort?

- ☐ weniger als 10
- ☐ 10–50
- ☐ mehr als 50
- ☐ weiß ich nicht

8 _____

Welche Berufe gibt es in diesem Betrieb?

1. _____
2. _____
3. _____

Bildet der Betrieb aus

- ☐ Ja
- ☐ Nein

Wenn ja: In welchen Berufen?

6. MEIN TYPISCHER ARBEITSTAG

So sieht ein normaler Tag bei mir aus

Wähle einen typischen Praktikumstag aus und beschreibe kurz, was Du wann machst.

Uhrzeit	Das mache ich

9

Meine Pausenzeiten:

Was gefällt Dir an Deinem Tagesablauf?

Was ist anders als an einem normalen Schultag?

7. DAS HABE ICH GEMACHT

7.1. Meine Tätigkeiten

Drei Tätigkeiten, die ich kennengelernt oder selbst gemacht habe:

1. _____
2. _____
3. _____

7.2. Eine Tätigkeit schaue ich mir genauer an

Diese Tätigkeit habe ich ausgewählt:

Was musste ich dabei machen?

Welche Werkzeuge, Geräte oder Materialien habe ich benutzt?

Was musste ich besonders beachten?

Wie hat es geklappt?

- ☐ Das konnte ich schnell selbstständig.
- ☐ Nach einer Erklärung konnte ich es.
- ☐ Ich brauchte zwischendurch Hilfe.
- ☐ Ich brauchte noch viel Unterstützung.

Die Tätigkeit ...

- ☐ hat mir richtig Spaß gemacht.
- ☐ war okay.
- ☐ war eher nicht mein Ding.

Warum?

8. ANFORDERUNGEN IN MEINEM PRAKTIKUM

8.1. Körper und Geschicklichkeit

Bei meiner Arbeit braucht man...	viel	etwas	kaum
Körperkraft.	☐	☐	☐
Geschicklichkeit mit den Händen.	☐	☐	☐
Ausdauer beim Stehen oder Gehen.	☐	☐	☐
Genauigkeit.	☐	☐	☐

8.2. Denken und Arbeiten

Man muss...	viel	etwas	kaum
sich konzentrieren können.	☐	☐	☐
Anweisungen verstehen.	☐	☐	☐
selbstständig arbeiten.	☐	☐	☐
sorgfältig arbeiten.	☐	☐	☐
mitdenken und Probleme lösen.	☐	☐	☐

12

8.3. Zusammenarbeit

Man muss...	viel	etwas	kaum
im Team arbeiten.	☐	☐	☐
gut zuhören.	☐	☐	☐
zuverlässig sein.	☐	☐	☐
mit Rückmeldungen umgehen können.	☐	☐	☐

8.4. Die Arbeit ist ...

- | | |
|---|---|
| ☐ abwechslungsreich | ☐ eher eintönig |
| ☐ körperlich anstrengend | ☐ körperlich eher leicht |
| ☐ eher ruhig | ☐ häufig stressig |
| ☐ viel drinnen | ☐ viel draußen |
| ☐ viel allein | ☐ viel im Team |

8.5. Für diese Arbeit ist besonders wichtig:

9. MEIN BERUFSCHECK

9.1. Einen Beruf etwas genauer ansehen

Such Dir einen Beruf aus Deinem Praktikumsbetrieb aus, den Du genauer kennenlernen möchtest.

Berufsbezeichnung: _____

9.2. Was macht man in diesem Beruf?

9.3. Wie läuft die Ausbildung ab?

Dauer der Ausbildung: _____

Welcher Schulabschluss wird erwartet? _____

Welche Fähigkeiten und Stärken sind besonders wichtig?

Wo ist eine Berufsschule für diesen Beruf? _____

9.4. Ausbildungsvergütung

1. Ausbildungsjahr: ca. _____ €

2. Ausbildungsjahr: ca. _____ €

3. Ausbildungsjahr: ca. _____ €

ggf. 4. Ausbildungsjahr: ca. _____ €

9.5. Woher hast Du Deine Informationen?

- ☐ Ansprechpartner*in im Betrieb
- ☐ Mitarbeiter*in
- ☐ Auszubildende*r
- ☐ Berufsberatung
- ☐ Internet
- ☐ andere Quelle: _____

9.6 Kannst Du Dir diesen Beruf für Dich vorstellen?

- ☐ Ja, auf jeden Fall.
- ☐ Vielleicht.
- ☐ Eher nicht.
- ☐ Nein.

Warum?

10. EINEN TAG, DEN ICH NICHT VERGESSE

10.1. Ein besonderes Erlebnis

Wähle einen Tag, eine Aufgabe oder eine Situation aus Deinem Praktikum aus, an die Du Dich besonders gut erinnerst.

Datum: _____

Was ist passiert?

Was war Deine Aufgabe?

Mit wem hast Du zusammengearbeitet?

Was hast Du dabei gelernt?

Warum erinnerst Du Dich besonders daran?

11. MEINE STÄRKEN UND WAS ICH WEITERENTWICKELN MÖCHTE

Das habe ich über mich gelernt

Nach dem Praktikum kennst Du nicht nur den Betrieb besser. Vielleicht hast Du auch **etwas Neues über Dich selbst herausgefunden.**

So schätze ich mich jetzt ein:

Ich...	klappt gut	meistens	daran arbeite ich
bin pünktlich.	☐	☐	☐
bin zuverlässig.	☐	☐	☐
halte mich an Absprachen.	☐	☐	☐
kann gut zuhören.	☐	☐	☐
kann im Team arbeiten.	☐	☐	☐
frage nach, wenn ich etwas nicht verstehe.	☐	☐	☐
kann Aufgaben selbstständig erledigen.	☐	☐	☐
kann mich konzentrieren.	☐	☐	☐
halte durch, auch wenn etwas anstrengend wird.	☐	☐	☐
kann mit Rückmeldungen umgehen.	☐	☐	☐

17

Darauf bin ich stolz:

Das ist mir leichter gefallen, als ich vorher gedacht habe:

Dabei brauche ich Unterstützung:

Das möchte ich weiter verbessern:

12. MEIN FAZIT

12.1. Wie war mein Praktikum?

Insgesamt gebe ich meinem Praktikum:



Ich habe mich im Betrieb ...

- ☐ sehr wohl gefühlt.
- ☐ meistens wohl gefühlt.
- ☐ manchmal wohl und manchmal unwohl gefühlt.
- ☐ eher nicht wohl gefühlt.

Die Tätigkeiten haben zu mir gepasst:

- ☐ sehr gut
- ☐ gut
- ☐ teilweise
- ☐ eher nicht

12.2. Jetzt zurück zu Seite 6

18

Mein persönliches Ziel war:

Habe ich mein Ziel erreicht?

- ☐ Ja
- ☐ Zum Teil
- ☐ Noch nicht

Warum?

12.3. Das nehme ich mit

Das habe ich über die Arbeitswelt gelernt:

Das habe ich über mich selbst gelernt:

Darauf bin ich nach meinem Praktikum besonders stolz:

Könnte ich mir eine Ausbildung in diesem Bereich vorstellen?

- ☐ Ja
- ☐ Vielleicht
- ☐ Eher nicht
- ☐ Nein

Mein nächster Schritt

- ☐ Ich möchte noch einmal ein Praktikum in diesem Bereich machen.
- ☐ Ich möchte einen anderen Beruf kennenlernen.
- ☐ Ich möchte mich genauer über diesen Beruf informieren.
- ☐ Ich möchte mich über eine Ausbildung bewerben.
- ☐ Ich möchte mit der Berufsberatung sprechen.
- ☐ Ich möchte mit meiner Lehrkraft über meine beruflichen Möglichkeiten sprechen.
- ☐ Ich weiß noch nicht, wie es für mich weitergeht.

Das nehme ich mir als Nächstes vor:

12.4. Das sagt mein Praktikumsbetrieb über mich

Darüber habe ich mich besonders gefreut:

Diese Rückmeldung möchte ich für mich mitnehmen:
