

## Unterrichtshilfe: Erarbeitung von Fähigkeiten für konkrete Berufe

Schülerinnen und Schüler haben oft Probleme damit ihre eigenen Fähigkeiten und Stärken zu benennen. Dieses Defizit wird u.a. deutlich, wenn es um die berufliche Orientierung und Berufswahl geht. So fällt es Schülerinnen und Schülern beispielsweise bei Bewerbungen zunehmend schwer, ihre individuellen Kompetenzen zu erläutern, Noch viel schwerer wird es, diese in einen beruflichen Bezug zu setzen oder gar zu begründen.

Aus diesem Grund werden nachfolgend Alltags- und Freizeitaktivitäten von Jugendlichen aufgeführt, die mit speziellen Fähigkeiten, Talenten und Stärken in Verbindung gebracht werden können. Durch den Bezug zur eigenen Lebenswelt sollen die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass auch sie besondere Fähigkeiten besitzen und worin diese liegen. Wählen Sie für Ihre Unterrichtssequenz mehrere Aktivitäten aus, die besonders gut zur Zielgruppe Ihrer Schülerschaft passen.

Selbstverständlich können Sie nach dem gleichen Schema auch selbst andere Freizeitaktivitäten mit den dazugehörigen Fähigkeiten und Stärken erarbeiten.

### Freundschaften pflegen

Wer Freundschaften pflegt, kann gut darin sein...

- ▶ zuzuhören (z.B. bei Problemen)
- ▶ die Gefühle von anderen zu verstehen (z.B. Liebeskummer, Angst vorm Sitzenbleiben)
- ▶ Kontakte aufzubauen (z.B. auf neue Leute zugehen)
- ▶ zuverlässig zu sein (z.B. Treffen und Telefonate einhalten)
- ▶ ...

### Sport im Verein

Wer Sport im Verein ausübt, kann gut darin sein...

- ▶ sich an Regeln zu halten (z.B. Trainingszeiten)
- ▶ im Team zu arbeiten (z.B. Ball abspielen)
- ▶ Verantwortung zu übernehmen (z.B. Trikots waschen, auch bei schlechtem / heißen Wetter zum Spiel kommen)
- ▶ körperlich belastbar zu sein (z.B. Krafttraining, gute Ausdauer)
- ▶ ...

### Backen / Kochen

Wer gerne backt oder kocht, kann gut darin sein...

- ▶ Zu organisieren (z.B. Einkaufsliste, Arbeitsschritte koordinieren)
- ▶ Kreativ zu sein (z.B. neue Rezepte auszuprobieren, Teller und Kuchen zu dekorieren)
- ▶ Sorgfältig zu arbeiten (z.B. Einhalten von Rezeptangaben und Hygiene)
- ▶ Feinmotorisch zu arbeiten (z.B. Zwiebeln schneiden, Torten dekorieren)
- ▶ ...

### Auf Geschwister aufpassen

Wer auf seine Geschwister aufpasst, kann gut darin sein...

- ▶ Verantwortung zu übernehmen (z.B. Aufsichtspflicht Spielplatz, ein gutes Vorbild sein)
- ▶ selbstständig zu handeln (z.B. Entscheidungen treffen, wann welches Verhalten richtig ist)
- ▶ Einfühlungsvermögen zu zeigen (z.B. trösten, Angst nehmen)
- ▶ kreativ zu sein (z.B. neue Ideen Geschwister beschäftigen, basteln / malen)
- ▶ geduldig zu sein (z.B. bei nervigen Fragen oder Weinen)
- ▶ ...

### Singen / Ein Instrument spielen

Wer singt oder ein Instrument spielt, kann gut darin sein...

- ▶ sich Dinge zu merken (z.B. Noten, Songtexte)
- ▶ sich zu konzentrieren (z.B. richtige Töne treffen, Unterschiede heraushören)
- ▶ sich zu disziplinieren (z.B. regelmäßiges Üben, Stücke immer wieder zu wiederholen)
- ▶ mit Kritik umzugehen (z.B. gerade am Anfang viele Fehler, Verbesserungen von Musiklehrer)
- ▶ ...