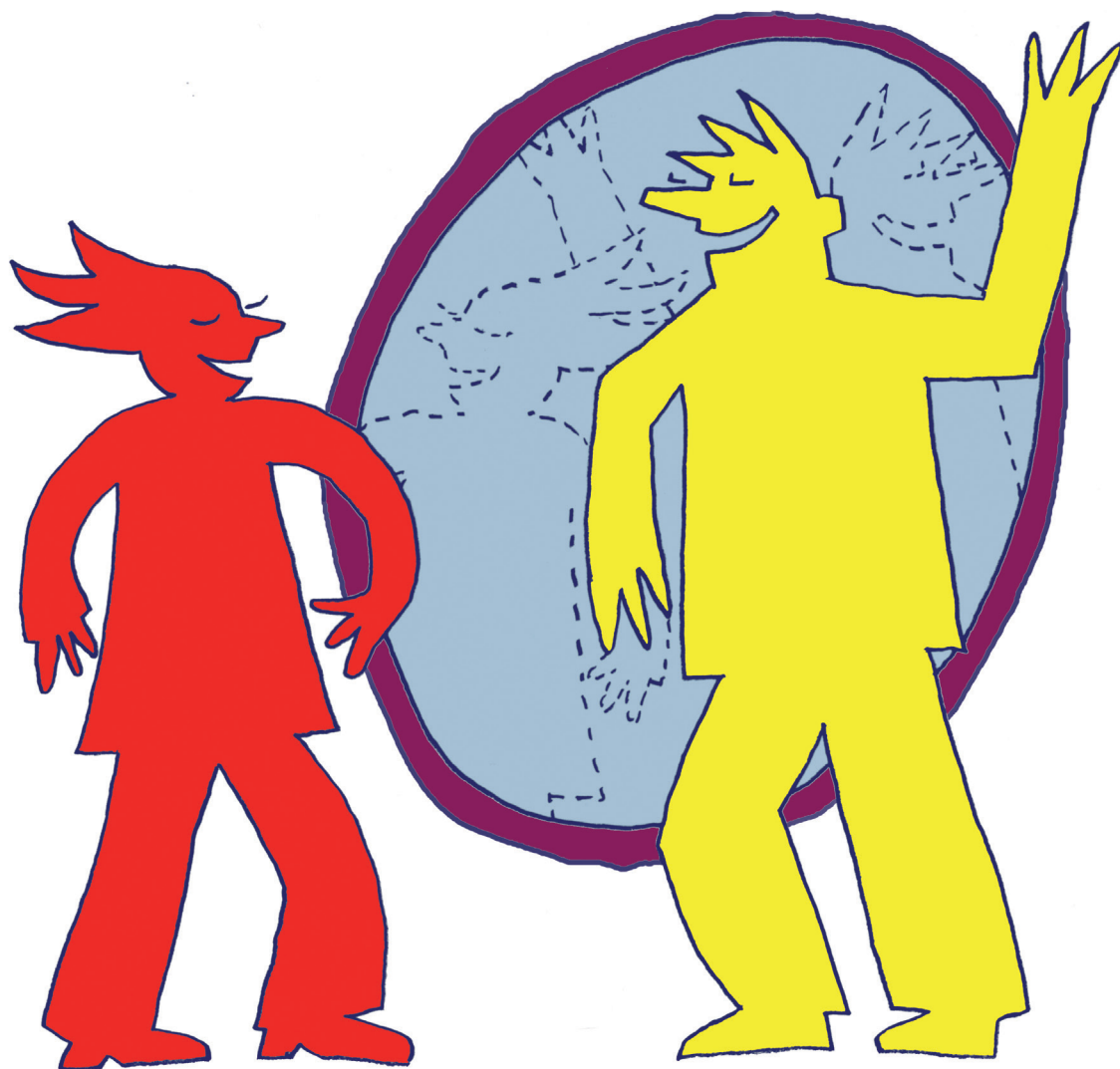


Én és erősségeim

Kompetenciák, érdeklődési körök
és személyiségelemzés



JOBS

2. JOBS-füzet

2



PROGRAMUL DE COOPERARE ELVEȚIANO-ROMÂN
SWISS-ROMANIAN COOPERATION PROGRAMME

**A PROJEKTET A SVÁJCI ÁLLAMSZÖVETSÉG TÁRSFINANSZÍROZZA A KIBŐVÜLT EURÓPAI UNIÓ
SZÁMÁRA LÉTREHOZOTT SVÁJCI HOZZÁJÁRULÁSBÓL.**

A JOBS (Szakmai útmutatás vállalatoknál és iskolákban) egy román-svájci projekt, amely két összetevőt ötvöz: a munkaerőpiacot és az oktatást. A JOBS-projekt egy több oktatási területet lefedő, transzkurrikuláris kurzus keretén belül felkészíti a pályaválasztásra az általános iskola utolsó, vagy a középiskola első éveiben levő tanulókat.

A tananyag formatervezésének és szerkesztésének összehangolása a Oktatási és Tudományos Kutatási Minisztérium (Bukarest) és a Zürichi Tanárképző Egyetem Nemzetközi Együttműködési Központjának közreműködése révén valósult meg. A kiadást a Svájci államszövetség társfinanszírozta.

A JOBS oktatási csomag kidolgozásában fontos volt, hogy egy olyan együttműködésen alapuljon, amelyben az oktatási folyamat minden fontosabb résztvevője jelen van. Tanárok, pedagógusok, pszichológusok, a projektbe kísérleti jelleggel bevont két brassói tanintézmény (Transilvania Műszaki Kollégium és a 25-ös Általános Iskola) igazgatói, a Brassó Megyei Tanfelügyelőség képviselői, a Nemzeti Szakmai és Műszaki Oktatás Fejlesztéséért Központ, valamint a Bukaresti Egyetem szakértői járultak hozzá innovatív ötletekkel ehhez a demokratikus jellegű oktatásfejlesztéshez.

Mindenkinek köszönjük a segítséget!

Zürich, Bukarest, Brassó, 2014.

Szerzők:

Wiltrud Weidinger, Martin Keller, Rolf Gollob

Szerkesztői tanácsadás:

Matthias Borer és Hannes Schaad

Szerkesztők:

Camelia Cojocaru, Ana Maria Grigore, Elena Ionică, Markus John, Corinna Mauth, Sabrina Marruncheddu,
Tania Mihiu, Cosmina Mironov, Anca Popovici, Mihaela Ștefănescu, Zoica Vlăduț

Fordítás:

Irma Ferencz és Andreea Ilios (magyar), Tania Mihiu (román), Nadya Dalla Valle (német)

Illusztráció:

Peti Wiskemann

Minden jog fenntartva. Jelen kiadvány semelyik részét nem lehet lefordítani, sokszorosítani vagy terjeszteni semmilyen formában illetve adathordozón (Internet, CD-ROM, fénymásolat stb.) a svájci Fejlesztési és Együttműködési Ügynökség (SDC) előzetes írásbeli hozzájárulása nélkül.
Ez a rendelkezés világszerte érvényes.

www.edu.ro

www.phzh.ch/ipe



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI
CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE



www.jobsproject.ro

PH Zürich



Én és erősségeim

Kompetenciák, érdeklődési körök és személyiségelemzés

1. téma: Kompetenciáim

1. Feladat: Milyennek látom önmagam, és milyenek látom a többiek	6
2. Feladat: Visszajelzések a kompetenciákról	10
3. Feladat: Erősségeim	11
Házi feladat: Én és érdeklődési köreim	13

2. téma: Én és érdeklődési köreim

1. Feladat: Beszélgetés az osztályban	20
2. Feladat: Oszlopdiagram	22
3. Feladat: Írj egy rövid történetet	24

3. téma: Személyiségem

1. Feladat: Olvass fel!	28
2. Feladat: A bemutatkozás előkészítése	29

4. téma: Bemutatkozás

1. Feladat: Bemutatkozás befejezése	36
2. Feladat: Próbabemutakozás	38
3. Feladat: A bemutatkozás	39
4. Feladat: A 2. JOBS-füzet kiértékelése	40

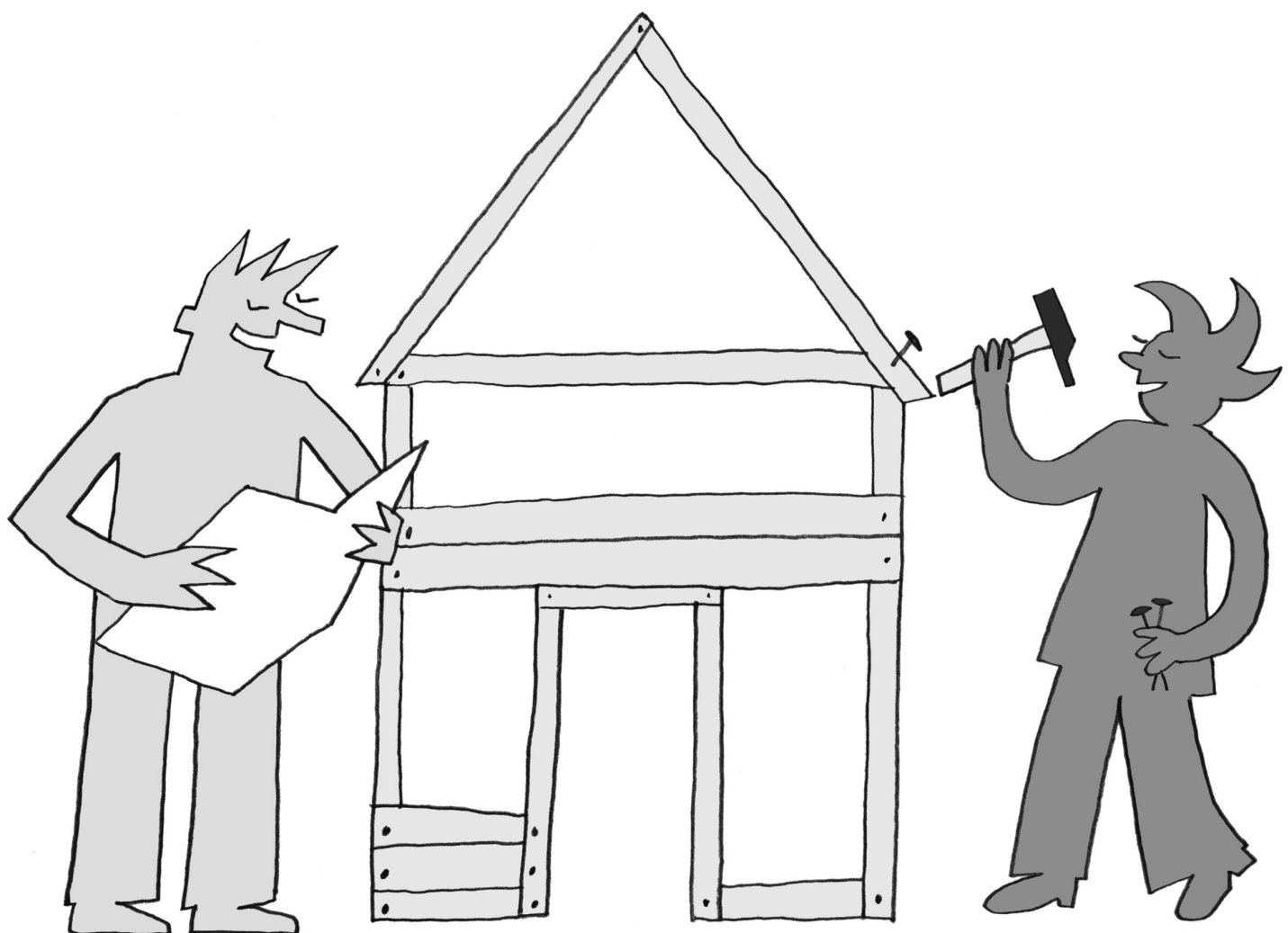
2. JOBS-füzet - 1. téma:

Kompetenciáim

Miben vagyok jó?

A kompetencia a képességek, az elkötelezettség, az ismeretek és készségek összekapcsolódását jelenti, amely lehetővé teszi egy személy számára, hogy hatékonyan dolgozzon egy adott tanulási vagy munkahelyi helyzetben. A személy azon képessége, hogy döntsön egy dolgot/problémát illetően, a szóban forgó probléma alapos ismerete alapján.

Példa: a hatékony online kommunikáció egy személy azon kompetenciája, amelyhez szükséges a nyelvtudás, a számítógépes ismeretek, valamint a beszélgetőtársakkal szembeni megfelelő hozzáállás.





2. JOBS-füzet – 1. téma – 1. feladat

Milyennek látom önmagamat, és milyennek látom a többieket

	X
	X
	
	50'

Feladat:

Készítsd el a saját kompetenciaprofilodat és egy másik osztálytársadét is.

Az osztály megszervezése:

Egyénileg dolgozol, majd párban.

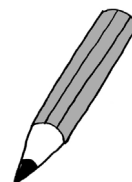
Eljárás:

- 1) Ennél a feladatnál a párok véletlenszerűen jönnek létre.
- 2) Figyelmesen olvasd végig a következő oldalon található nyolc kompetenciát, majd használd fel ezeket saját és társaid kompetencia-profiljának elkészítéséhez.
- 3) Készítsd el a saját profilodat. Egy pókhálóhoz hasonló ábrát fogsz kapni, ez tükrözi a te önértékelésedet. Próbálgd példát adni minden jellemződre. Sorolj fel olyan tevékenységeket vagy eseményeket, amelyekben kitűnt egyik-másik kompetenciád.
- 4) Készítsd el a társad profilját. Vannak olyan kompetenciái, amelyeket ismersz (oda írhatasz történeteket), másokat viszont ki kell találnod. Próbálgd őszintének, realistának, de ugyanakkor méltányosnak lenni. Készülj fel, hogy értékes visszajelzést tudj nyújtani a társadnak. Jegyzetelhetsz a munkalapodra is. Használd a 16-os eszközt (*Reakció/Visszajelzés*).

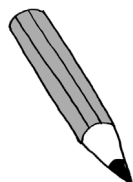
Anyagok:

- 16. eszköz: *Reakció/Visszajelzés*
- *A nyolc kompetencia* információs anyag
- *Saját profilom*-űrlap
- *Hogyan látom a társamat?*-űrlap

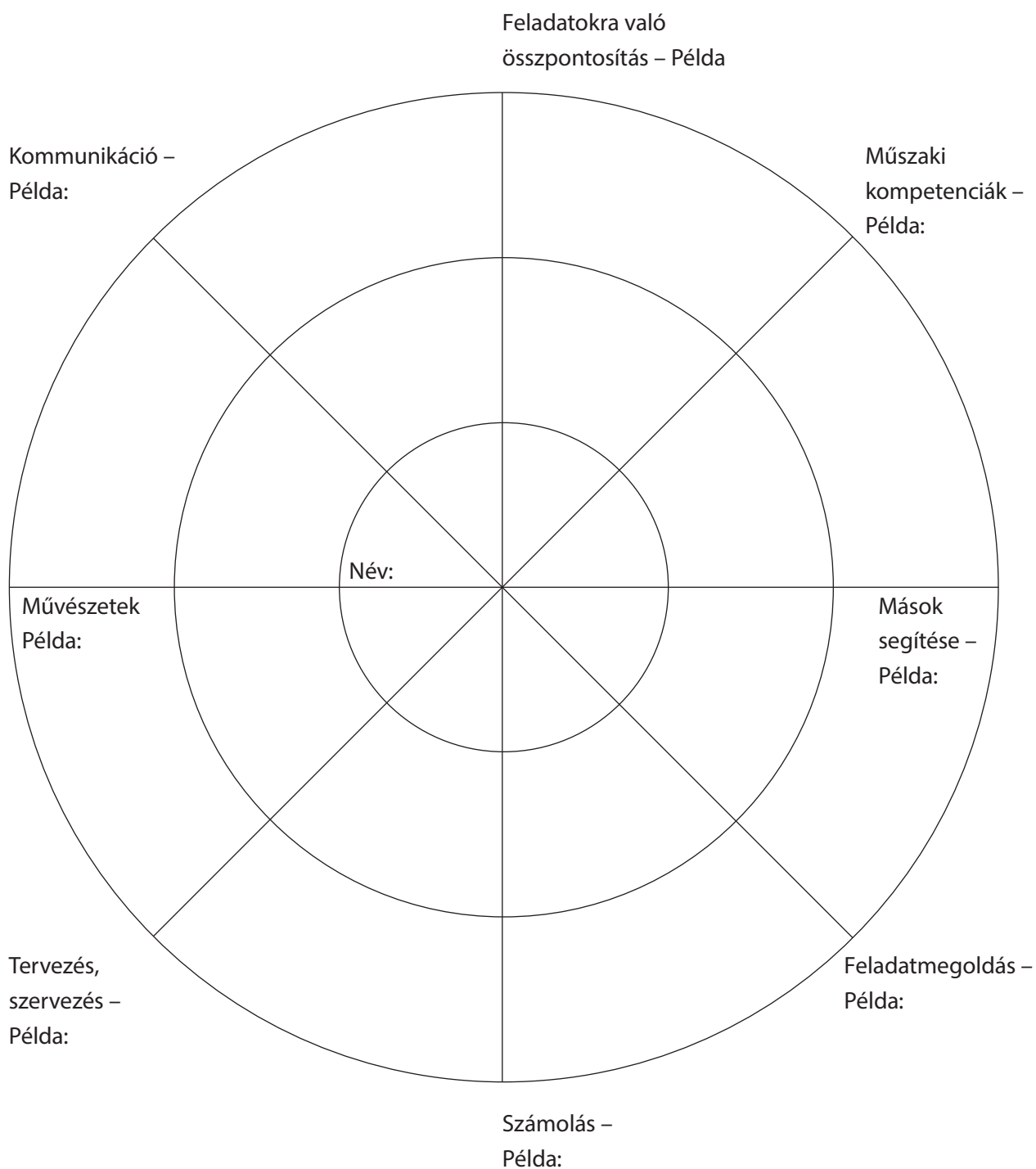
A nyolc kompetencia



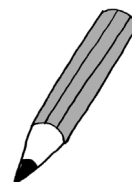
Kompetencia	Kulcskérdések
1) Feladatokra való összpontosítás	- Képes vagyok ugyanarra a feladatra sok ideig koncentrálni? - El tudok ismételni hallás után egy egyszerű dallamot valamilyen hangszeren? - Könnyen félresiklik a figyelmem?
2) Műszaki kompetenciák (berendezések, számítógépek stb.)	- Tudom használni az új számítógépes programokat? Tudok segíteni ezek megértésében másoknak is? - Tudom működtetni az elektromos berendezéseket? Meg tudom javítani otthon a meghibásodott készülékeket? Vagy legalább megpróbálom megjavítani őket?
3) Mások segítése	- Segítőkéss vagyok? - Segítek az ismeretleneknek is (csomagcipelés, útbaigazítás stb.)?
4) Feladatmegoldás	- Jó vagyok a feladatmegoldásban? - Van türelmem a nehezebb feladatokhoz is?
5) Számolás	- Pontosan számolok? Szeretem tisztán látni a kiadásokat és megtakarításokat? Képes vagyok egyedül vezetni a nyilvántartásaimat?
6) Tervezés, szervezés	- Szeretek különböző rendezvényeket, szabadidős tevékenységeket, kirándulásokat szervezni?
7) Művészetek: rajz, festészet, szobrászat, tánc	- Boldog vagyok, amikor rajzolok, táncolok stb.? Érzelmeim kifejezésére a művészetet használom?
8) Kommunikáció	- Szeretek beszélgetni az emberekkel? Vagy inkább szerény, visszahúzódó vagyok?



Saját profilom (pókháló-diagram)



Milyennek látom a társamat?



Név:

Feladatokra való
összpontosítás – Példa

Műszaki
kompetenciák –
Példa:

Mások
segítése –
Példa:

Feladatmegoldás –
Példa:

Számolás –
Példa:

Tervezés,
szervezés –
Példa:

Művészetek
Példa:

Kommunikáció –
Példa:

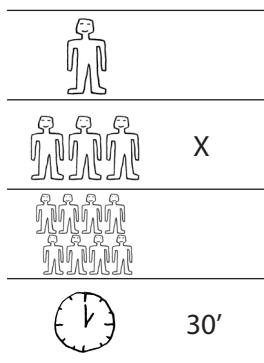
Név:

Segítség a feedback-hez (lásd a 16. számú eszköz: *Reakció/Visszajelzés*)



2. JOBS-füzet – 1. téma – 2. feladat

Visszajelzések a kompetenciákról



Feladat:

Mondj véleményt, és hallgasd meg a többiek hozzászólásait. Ezáltal jobban megismeritek egymást és saját magatokat.

Az osztály megszervezése:

Csoportos munka.

Eljárás:

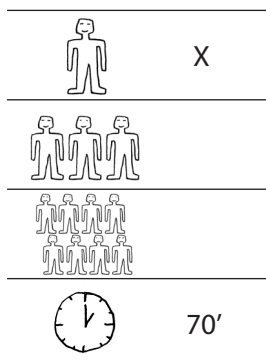
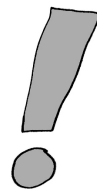
- 1) Nézzétek át figyelmesen a pókháló-diagramokat!
- 2) Döntsétek el közösen, ki szólal fel elsőként.
- 3) Beszéljétek meg azt a diagramot, amit a társatoknak készítettetek! Használjátok az ábra alatti útmutatásokat. A tanuló, akinek a diagramját kommentálják, figyelmesen végighallgatja a hozzászólásokat, megköszöni azokat, de még nem felel rájuk!
- 4) Ezt követően a szóban forgó tanuló elmondja a véleményét a saját diagramjáról, amit önmagáról készített.
- 5) Hasonlítsátok össze ezeket a diagramokat.
Melyek a hasonlóságok? Melyek a különbségek?
A következő kérdések segíthetnek:
 - Mi lepett meg?
 - Mi tetszett?
 - Volt-e valami, amit nehezen értettetek meg?
 - Mit tanultatok a kompetenciákról?
 - Mik a kompetenciák? El tudnátok magyarázni szüleiteknek, barátaitoknak? Fel tudnátok sorolni néhány példát is?

Anyagok:

- 16-os számú eszköz: *Reakció/Visszajelzés*

2. JOBS-füzet – 1. téma – 3. feladat

Erősségeim



Feladat:

Készíts mentális térképet az erősségeidről.

Az osztály megszervezése:

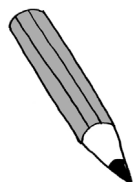
A saját helyeden ülsz, és egyénileg dolgozol.

Eljárás:

- 1) Olvasd újra a 2. JOBS-füzet második témájának első feladatát! Nézd át a kompetencia-diagramodat is. Készíts listát az erősségeidről.
- 2) Most itt az ideje, hogy mentális térképet készíts az erősségeidről. Írd le egy lap közepére a nevedet, és köréje azt, hogy miben vagy jó.
- 3) Minél több dolgot írsz le, annál érdekesebb a diagram, és az összefüggéseket is tisztábban fogod látni.
- 4) Nézd át figyelmesen a 8. számú eszközt (*Mentális térkép készítése*).
- 5) Írj egy rövid kommentárt a saját diagramod alá.
- 6) Csüccs a székre! Ez a játék nagyon jó módszer, hogy elsajátítsd, hogyan kell egy írott visszajelzést megszövegezni.
Hagyd a mentális térképnél kinyitott füzetet az asztalon. Keress egy két-hárompadnyi távolságra levő üres széket. Ül le, és nézd meg, mit írt/rajzolt az osztálytársad a saját füzetébe.
Fogalmazd meg egy építő jellegű hozzászólást (lásd a 16. számú eszközt: *Reakció/visszajelzés*) az osztálytársad diagramja alá, és írd oda a nevedet is.
Ismételd meg ezt még párszor.
Ha lejárt az idő, menj vissza a helyedre, és olvasd el, mit írtak az osztálytársaid a te diagramod alá.

Anyagok:

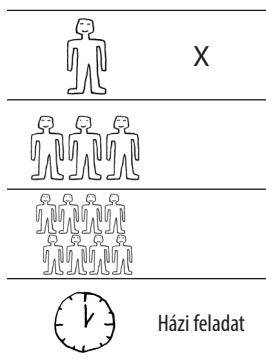
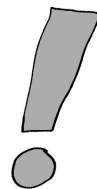
- 2. JOBS-füzet, 1. téma, 1. feladat: Saját profilom
- 8. számú eszköz: (*Mentális térkép készítése*)
- 16. számú eszköz: *Reakció/Visszajelzés*
- *Erősségeim mentális térképe*



Erősségeim mentális térképe

Megtanultam magamról, hogy...

2. JOBS-füzet – 1. téma – Házi feladat: Én és érdeklődési köreim



Feladat:

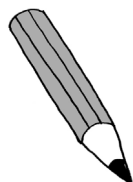
Elemezd, milyen dolgok érdekelnek leginkább, és ezek hogyan kapcsolódnak az érdeklődési körökhöz.

Eljárás:

- 1) Olvasd el a következő oldalon található listát. Mi a legérdekesebb benne? Válassz ki három tevékenységet, és húzd alá őket.
- 2) Nézd át a következő táblázatot. Húzz alá 20 olyan tevékenységet, ami tetszene neked, és szívesen foglalkoznál velük!
- 3) Jegyezd le választásaidat a következő oldalra, hogy később megbeszélhessétek őket.

Anyagok:

- *Kilenc érdeklődési kör* információs anyag
- *Kedvenc tevékenységeim*-űrlap
- *Kedvenc tevékenységeid és érdeklődési körök*-űrlap

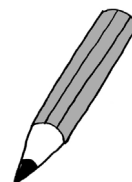


Kilenc érdeklődési kör

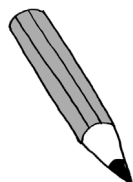
Érdeklődési kör	Leírás
1) Természet	ÁLLATOK Kutyákkal, macskákkal, házinyulakkal, hörcsögökkel, egerekkel, papagájokkal, tengerimalacokkal, halakkal, madarakkal, teknősökkel, tehenekkel, lovakkal, kecskékkal foglalkozni. NÖVÉNYEK Minden érdekel, ami zöld, szeretsz a természetben járni, és foglalkoztat a környezetvédelem is
2) Sport	Úszás, bújárkodás, szörfözés, vitorlázás, kajak-kenu, kocogás, korcsolyázás, balett, túrázás, teniszezés, lovaglás, tollaslabda, torna, hegymászás, síelés, snowboard, cselgáncs, röplabda, kosárlabda, labdarúgás, jégkorong stb.
3) Háztartás és főzés	Bevásárlás, asztal megterítése, konyhapénz kezelése, rendrakás, takarítás, mosogatás, varrás stb.
4) Művészet	Rajz, festészet, szobrászat, fényképezés, filmezés, ruhakészítés, agyagozás, papír, ceruzák, számítógépes dizájn, hangszeren való játszás, éneklés, színészkedés, tánc, levélírás, meseírás, költészet stb.
5) Dekoráció és bütykölés	Belső díszítés és javítás (szobák, házak, lakások, garázsok), bútorok javítása, ékszerek, fatárgyak, fémtárgyak készítése, papír, karton, szalma, textil, gyapjú, ragasztó meg festék segítségével különböző tárgyak készítése stb.
6) Technika, kísérletezés	Technikai játékok, felszerelések összerakása vagy megjavítása; fa, fém, ragasztó, forrasztópisztoly segítségével történő barkácsolás; szerszámok, kocsik, zenegépek, elektronikus felszerelések, számítógépek használata. Technikai, kémiai, fizikai kísérletek végzése.
7) Vásárlás, eladás különböző tárgyak gyűjtése	Árak és kínálatok összehasonlítása, üzletekben való keresgélés, segítségnyújtás eladási akciókban, bélyegek, képeslapok, fényképek, térképek, könyvek, rajzok, pénzürmék, ásványok, kőületek gyűjtése stb.
8) Olvasás, informálódás	Újságok, magazinok, könyvek olvasása, rádióhallgatás, TV-adások, videók vagy DVD-k nézése, internetezés, politikai hírekről, háborúkról, közéletéről, gazdaságról, utazásról, kalandokról, szerelmi történetekről, földrajzról, technikáról, művészetekről, zenéről, vallásról, divatról, szórakozásról, reklámról való informálódás.
9) Közösség és csoportok	Közösség és csoport tagjának lenni, szomszédoknak segíteni, gyerekekre vigyázni, látogatóba menni, bevásárolni mások számára, együtt lenni ismerősökkel

Forrás: Egloff, Erwin/Jungo, Daniel (2009). Berufswahltagbuch, Arbeitsheft. Bern: Schulverlag plus

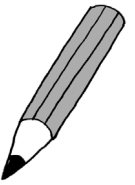
Kedvenc tevékenységeim:



Sz.	Dolgok, amiket szeretek csinálni
1	Szabad levegőn lenni Állatokra, növényekre vigyázni Tisztán tartani őket Felnevelni őket Megfigyelni őket Felfedezni, hogyan élnek Természetvédelemmel foglalkozni
2	A testemet edzeni Odafigyelni a testemre Kísérletezni és új dolgokat kipróbálni Másokkal versenyezni Egyedül edzeni Csapat sportot gyakorolni Fizikai munkát végezni
3	Élelmet és a háztartásban szükséges dolgokat vásárolni A rám kirótt feladatokat elvégezni Segédkezni a háztartásban Valami jót tenni Díszíteni Takarítani Szervezni Odahaza ülni
4	Valamit létrehozni Tervezni Mázolni/festeni Zenélni Kifejezni az érzelmeimet Megvalósítani a kreatív ötleteimet A munkámat megmutatni másoknak Mozogni
5	Kézimunkázni Valamit megjavítani Valamit összerakni Saját ötleteimet kivitelezni Pontosan dolgozni Másoknak örömet szerezni Kézműves műhelyben dolgozni Tervezni és méricskélgni



Sz.	Dolgok, amiket szeretek csinálni
6	Berendezéseket javítani Berendezéseket összeszerelni Elmélyülni a különböző számítógépes programokban Programozni a számítógépen Valamit megvizsgálni Kísérletezni Pontosan dolgozni
7	Emberekkel beszélgetni Ismerni és összehasonlítani árajánlatokat Pénzt kezelni Drága holmikat birtokolni Cserélgetni dolgokat (cserekereskedelem) Tárgyakat rendezgetni (osztályozni) Színeket és szép formákat nézni
8	Gondolkodni Gazdagítani a tudásomat Informáltnak lenni Szellemi munkát végezni Egyedül lenni Új ötleteket kitalálni
9	Új embereket megismerni Másokkal együtt lenni Vitákban részt venni Eseményeket szervezni Másokon segíteni Másokat irányítani Tanulni Felelősséget vállalni Részese lenni valaminek



Gyors áttekintés: **Kedvenc tevékenységeid és érdeklődési köreid**

- 1) Jegyezz le 20 tevékenységet és 3 érdeklődési kört.
- 2) Kösd össze nyilakkal a kiválasztott tevékenységeket a megfelelő érdeklődési körrel.

20 kedvenc tevékenység:

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

3 érdeklődési kör

1
2
3

2. JOBS-füzet - 2. téma : **Én és érdeklődési köreim**

Érdeklődési kör meghatározása, motiválása és összevetése az iskolai eredményekkel

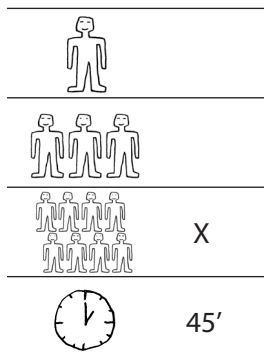
Az érdeklődés – a latin *inter* (között) és *esse* (lenni) szavakból ered – egy olyan állapot, amelyben az ember mindent meg akar tudni és figyelni valakiről vagy valamiről. Minél jobban felkelti valami a figyelmünket, annál inkább érdeklődünk iránta. A preferenciák és a hobbik is az érdeklődésünk részei. Az ellenkező állapotot érdektelenségnek (közömbösségnek) vagy súlyosabb esetben apátiának nevezzük.





2. JOBS-füzet – 2. téma – 1. feladat

Beszélgetés az osztályban



Feladat:

Beszélgetsetek az osztályban érdeklődési köreitekről, és hasonlítsátok össze a sajátotokat az osztálytársatokéval.

Az osztály megszervezése:

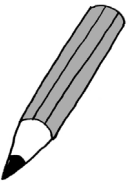
A padokat helyezzétek félkörbe (vagy dupla félkörbe, ha szükséges), szemben a táblával.

Eljárás:

- 1) Lecke előtt a tanár (vagy valaki közületek) felírja a táblára, amilyen nagy betűkkel csak tudja, a kilenc érdeklődési kört (lásd a következő oldalt).
- 2) A beszélgetéshez helyezkedjétek el félkörben, szemben a táblával. Először mindenki odaírja a nevét az általa kiválasztott három érdeklődési kör mellé.
- 3) Beszéljétek meg közösen az eredményeket. Az alábbi kérdések segíthetnek:
 - a. Létezik olyan terület, amelyet nagyon sokan választottatok?
 - b. Létezik olyan terület, amelyet senki sem választott?
 - c. Van olyan, aki ugyanazt választotta, mint te?
 - d. Miben különböztél a többiektől?
- 4) Tegy fel kérdéseket, ha valamelyik területről többet szeretnél megtudni. Például:
 - a. Mi az, ami téged érdekel ebben a területben?
 - b. Mi keltette fel az érdeklődésed?
 - c. Léteznek modellek?
 - d. Mindig érdekelt ez a terület?
 - e. Van már valamilyen tapasztalatod ezzel a területtel kapcsolatban?
- 5) Húzzátok alá két különböző színnel a fiúk illetve a lányok választásait.
- 6) Beszéljétek meg, mennyire függnék az érdeklődési körök attól, hogy valaki fiú vagy lány. Létezik valamilyen érzékelhető tendencia? Vannak csak a fiúk által kedvelt területek? Vagy olyanok, amik inkább a lányokat érdeklik? Előrelátható volt, ki mit fog választani? Vannak meglepetések?

Anyagok:

- Az elkészített házi feladat (a kitöltött cetlik).
- *Kilenc érdeklődési kör*-űrlap



Kilenc érdeklődési kör (a táblára felírva)

1. Természet	2. Sportok	3. Háztartás, főzés
4. Művészet	5. Díszítések, javítások, saját termékek készítése	6. Technika, kísérletezés
7. Vásárlás-eladás, tárgyak gyűjtése	8. Olvasás, informálódás	9. Közösség és csoportok



2. JOBS-füzet – 2. téma – 2. feladat

Oszlopdiagram

	X
	X
	
	45'

Feladat:

A kilenc érdeklődési kör keretén belül hasonlítsd össze a helyzetedet az osztálytársadéval.

Az osztály megszervezése:

Egyéni munka a saját padokban. Habár egyedül dolgozol, válthatsz pár szót az osztálytársaidal, véleményt kérhetsz tőlük vagy segítheted őket. Lehetőleg ne zavarjátok az osztályban uralkodó munkahangulatot.

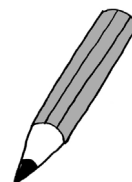
Eljárás:

- 1) Számold meg:
... hány név van beírva a különböző kockákba
... hány fiú és hány lánynév van felírva minden egyes területhez
Írd be az eredményeket a kockákba jól láthatóan.
- 2) Most dolgozz önállóan a padban.
Ha már tudod, milyen egy oszlopdiagram, akkor láss munkához.
Ha nem, akkor használd a 17-es számú eszközt, vagy a tanár elmagyarázza röviden.
Készíts egy diagramot az egész osztályról. Az oszlopokat a 9 érdeklődési terület előfordulási gyakorisága alapján kell rendszerezni. Jelöld más színnel vagy más formával azt a három területet, amelyik téged érdekel.
Írj egy rövid kommentárt:
- Mi lepett meg?
- Mi az, ami megfelelt az elvárásaidnak?
- Hol helyezkednek el a te érdeklődési területeid az osztályéhoz viszonyítva?
- 3) Ha kedved tartja, rajzolhatsz egy diagramot, amely a fiúk és lányok preferenciáit mutatja. Ez különbözni fog valamennyire az elsőtől. Sikerült? Felhasználva a fenti kérdéseket, írd ehhez is néhány mondatot.
- 4) Rajzold a diagramokat a következő oldalra, és írd oda alájuk a megjegyzéseidet.

Anyagok:

- Papírlap
- A táblára felrajzolt táblázat
- Az én oszlopdiagramom-űrlap

Az én oszlopdiagramom



Cím:

Megjegyzések, gondolatok:



2. JOBS-füzet – 2. téma – 3. feladat

Írj egy rövid történetet

	X
	X
	
	30'

Feladat:

Képzeld, el, milyen lenne, ha egyik kedvenc elfoglaltságod lenne a szakmád, majd gondold bele, hogyan telne egy munkanapod!

Az osztály megszervezése:

Egyéni és csoportmunka.

Eljárás:

1) Válassz ki egy tevékenységet valamelyik érdeklődési területről, és próbálj ennek megfelelő foglalkozásokat találni, például:

Érdeklődési kör	Lehetséges foglalkozás
Sportok – Tenisz	- Teniszjátékos - Teniszedző - Tenispálya-karbantartó - Sportújságíró - Bíró
Képzőművészet	- Divattervező - Lakberendező - Szobrász

- 2) Ha ez a tevékenység a szakmáddá válna, hogyan nézne ki egy munkanapod?
Láss hozzá az íráshoz. Ötletelj, igyekezz tömör, kerek mondatokat írni. Figyeld a helyesírást és a központosítást. Szeretnéd a történeted első variánsát egy irattartóban megőrizni?
- 3) Beszélj meg egy barátoddal, amit írtál. Kérd meg, hogy tegyen fel kérdéseket:
 - Hány órát dolgozol naponta?
 - Milyen nyersanyagokkal dolgozol ebben a szakmában?
 - Milyen iskolát kell végezned, hogy ebben a szakmában dolgozhass?
 - Mennyit keresel?
 - Hány emberrel dolgozol együtt, és milyenek ők?
 - Stb.
- 4) Találj egy érdekes címet.
- 5) Próbálj minél többet írni az iskolában. A történetet fejezd be otthon. Olvasd fel a szüleidnek és testvéreidnek.

Anyagok:

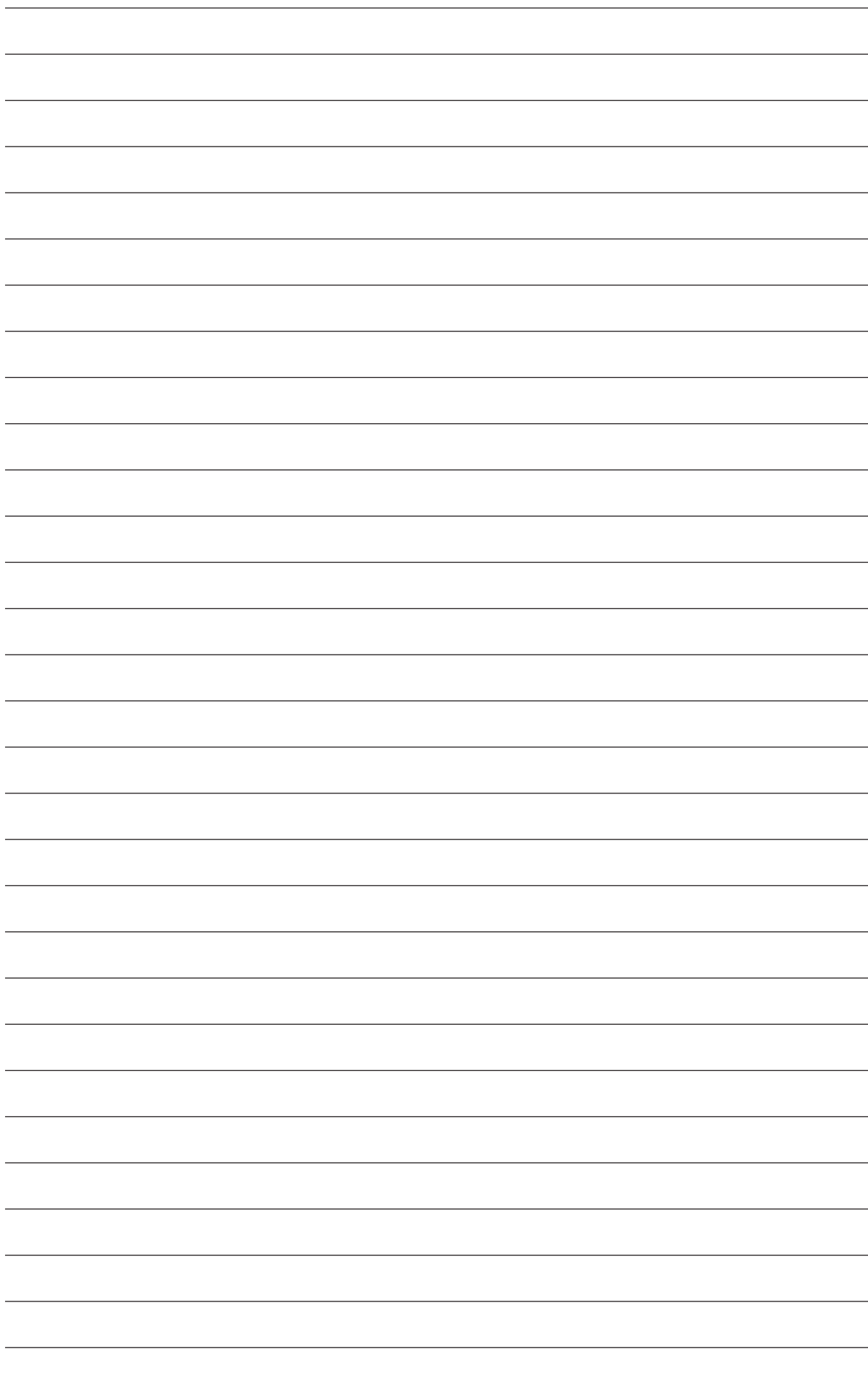
- Papírlapok
- *Életem egy napja mint...* űrlap -

Életem egy napja mint...

Cím:

A történet:

[illegible]



2. JOBS-füzet - 3. téma:

Személyiségem

Személyiségem elemzése.

Milyen tényezőket tartok szem előtt a szakmaválasztásban?

A személyiség a jellem érzékelhető része, amiről a körülöttünk levő emberek is véleményt alkotnak.

Magába foglalja az egyén jellegzetes gondolkodásmódját, érzésvilágát, viselkedését, megnyilvánulásait. A személyiség a különböző tulajdonságok összessége. Például: ő egy kíváncsi személyiség.





2. JOBS-füzet – 3. téma – 1. feladat

Olvass fel!

	X
	X
	
	45'

Feladat:

Olvasd fel az osztályban a történetedet: *Életem egy napja mint...*

Az osztály megszervezése:

Egy osztálytársaddal dolgozol együtt.

Eljárás:

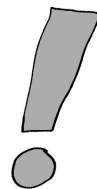
- 1) Olvasd fel az *Életem egy napja mint...* című történetet egy osztálytársadnak. Valaki olyant válassz, akivel eddig még nem dolgoztál együtt. Ne mondd meg neki előre, milyen szakmát választottál!
- 2) Amikor a társad felolvassa neked a saját történetét, próbáld meg kitalálni, milyen foglalkozást választott.
- 3) Miután végighallgattad a történetet, mondd el a véleményed:
 - Az tetszett a történetedben, hogy
 - A stílusodról úgy gondolom, hogy...
 - Érdekelne, hogy...

Anyagok:

- 2. JOBS-füzet
- 16.számú eszköz: *Reakció/Visszajelzés*

2. JOBS-füzet – 3. téma – 2. feladat

A bemutatkozás előkészítése



	X
	(X)
	
	100'

Feladat:

Készítsd elő a bemutatót, amit egy hét múlva előadsz az osztály előtt. A bemutató magába foglalja az erősségeidet, a jellemvonásaidat és az érdeklődési területeidet. Úgy mutasd be ezeket, mintha szezonmunkára jelentkeznél.

Az osztály megszervezése:

Egyéni munka a padban. Beszélgethatsz az osztálytársaiddal is.

Eljárás:

- 1) Dolgozz a következő oldalakon található anyagokkal.
- 2) Dolgozz a saját ritmusodban.
- 3) Ha kérdéseid vannak, beszélj meg őket az osztálytársaiddal.
Beszélgetés közben próbáljátok nem megzavarni az óra menetét.

Anyagok:

- 2. JOBS-füzet
- *Iskolai tantárgyak*-űrlap
- *Jellemzőim*-űrlap
- *Képességeim és készségeim*-űrlap
- *Összefoglaló*-űrlap



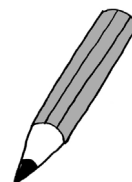
Írd be az órarendben szereplő tantárgyaidat az alábbi táblázatba. Számozd be a rubrikát minden tantárgy fölött aszerint, hogy mit gondolsz az adott tárgyról.

Francia, Angol, Német, Latin, Matematika, Mértan, Történelem, Gazdaságtan, Földrajz, Biológia, Fizika, Kémia, Hittan, Művészetek, Kézimunka, Sport, Technológia, Ének, Hangszerek stb.

Miben vagy jó? Milyen tantárgyakat törölnél ki az órarendből?

30 2. JOBS-füzet (Általános iskola, felső tagozat); 3. téma: Személyiségem

Jellemzőim:



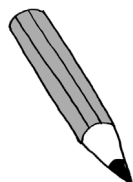
A következő jellemvonások nagyon fontosak bármelyik ember számára bármelyik szakmában. Melyikkel rendelkezel már? Melyek a legfontosabbak számodra?

Gondolj a szabadidődre és az iskolai tevékenységedre. Hogyan viselkedsz, milyen vagy? Próbálj különbséget tenni közöttük, amilyen szeretnél lenni, és közöttük, amilyen vagy. Ez nem egy teszt, amin jó eredményt kell elérned: itt az a cél, hogy minél realisabban mérd fel önmagadat.

Jellemvonás	Az alábbi kijelentések rám vonatkozóan		
	Nagyon igazak	Igazak is meg nem is	Nem nagyon igazak
1 Szorgalom: Töreksem arra, hogy feladataimat elvégezzem, mindenért keményen megdolgozok.			
2 Lelkiismeretesség: Lehet rám számítani, a feladataimat lelkiismeretesen elvégzem.			
3 Pontosság: Pontosan érkezem a találkozókra, és betartom a határidőket.			
4 Rend: Munka közben minden anyagot, papírt és iratot rendben tartok.			
5 Együttműködés: Jól dolgozom másokkal közösen.			
6 Tisztaság: Munkahelyemen mindent tisztán tartok.			
7 Helyesség: Pontosan és alaposan elvégzem a feladataimat.			
8 Viszonyom az emberekkel: Mindenkivel barátságos vagyok, kellemes a kisugárzásom.			
9 Önállóság: Jól tudok dolgozni útbaigazítás és utasítások nélkül. Általában tudom, mi a tennivalóm.			

Összefoglaló:

Nézd át újra a listát! Mik az erősségeid? Ez egy nagyon fontos lépés a reális önértékelésben.



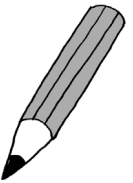
Képességeim és készségeim

Minden szakmához szükségesek bizonyos képességek és készségek. Tanuld meg őket kiértékelni. Ez a munkalap segíteni fog ebben.

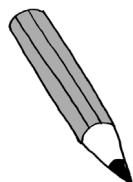
Először olvasd el a különböző tehetségek és képességek leírását! Hogyan használod ezeket az iskolában, otthon és a szabadidődben? Jelöld be a mezőket a jobboldali oszlopban aszerint, hogy mit gondolsz magadról. Ezután hasonlítsd össze a saját eredményedet az osztálytársaid vagy más, veled egykorú fiatalok eredményeivel.

Próbáld megtalálni magadban azokat a készségeket, amikkel jól vagy nagyon jól állsz. Legalább három ilyent kéne találnod. Ezek nagyon fontosak. De ugyanilyen fontos az is, hogy felismerd azokat a tehetségeket és készségeket, amelyekkel nem rendelkezel. Tudsz javítani a helyzeten? Hogyan? Van szükséged segítségre?

Képességek és készségek leírása	Ezen a területen, én...				
	Egyáltalán nem vagyok jó	Nem vagyok túl jó	Közepes vagyok	Jó vagyok	Nagyon jó vagyok
1 Kézügyesség Pontos és precíz kézimunkát végzek. Szabadidőmben vagy az iskolában kézzel készítek különböző tárgyakat. Jól és gyorsan végzek kézi javításokat.					
2 Fizikum és egészség Jól bírom a fizikai megerőltetést; kemény és ellenálló vagyok, sportolok vagy sokat mozgok a szabad levegőn, könnyen alkalmazkodom az időjárás viszonyosságaihoz.					
3 Koncentráció: Képes vagyok olyan feladatokra is összpontosítani, amelyek nem nagyon, vagy egyáltalán nem érdekelnek.					
4 Memorizálás: Memóriám megbízható a szavak, szövegek, számok vagy feladatok terén.					
5 Vizuális memória Nagyon jól észben tartom a színeket, formákat, tárgyakat és arcokat.					
6 Fantázia és kreativitás Nagyon jó ötleteim vannak íráskor, rajzoláskor, vagy ha gyakorlati feladatokat kell megoldanom.					
7 Írás, olvasás Könnyen, jól és gyorsan olvasok és értelmezek szövegeket, megértem a használati útmutatókat és a történeteket, gyorsan észreveszem a hibákat egy szövegben;					



Képességek és készségek leírása	Ezen a területen, én...				
	Egyáltalán nem vagyok jó	Nem vagyok túl jó	Közepes vagyok	Jó vagyok	Nagyon jó vagyok
8 Nyelv és beszéd Könnyedén és helyesen beszélek, képes vagyok megszerezni a gondolataimat és szóban előadni őket, a telefonos és internetes kommunikációban is jó vagyok.					
9 Matematika Könnyen és gyorsan megértem a matematika-, fizika- vagy mértanfeladatokat, és minden mást, ami a számokhoz kapcsolódik.					
10 Rajz és tervezés Nagyon jól tudok rajzolni és tervezni.					
11 Műszaki rajz Jó vagyok és pontos a műszaki rajzban.					
12 Technikai tehetség Gyorsan és pontosan átlátom az ok-okozati összefüggéseket, megértem a berendezések és készülékek működését, értek a mechanikához.					
13 Formaérzék Szép, harmonikus formájú tárgyakat rajzolok, tervezek vagy modellezek.					
14 Vizuális gondolkodás Könnyedén el tudom képzelni a tárgyakat rajzok, vázlatok vagy térképek alapján, tisztán látom magam előtt őket akár különböző szögekből nézve is.					
15 Tervezés és szervezés Felelősen és tudatosan osztom be az időmet úgy, hogy szórakozásra is, házi feladat-írásra is, iskolai tevékenységekre is jusson. Amikor dolgot kell írnom, gondolataimat rendszerezem és átgondolom, melyek a fontosabb pontok, melyek a következő lépések.					
16 Elvont és logikus gondolkodás Könnyen, gyorsan és pontosan megértem az elméleti problémákat, a szabályokat, a természeti törvényeket, a logikai összefüggéseket, mint például: a nyelvtan, a matematika, a fizika vagy az informatika kérdései, de jól boldogulok a logikai játékokkal is.					
17 Interperszonális készségek Tudok dolgozni és kommunikálni az emberekkel, megértem őket és jól kijövök velük, kedvező benyomást keltek bennük, barátságos vagyok.					
18 Segítőkézség Szeretek segíteni vagy gondoskodni más emberekről, támogatni a hátrányos helyzetűeket, valamit elmagyarázni, megérteni mások ötleteit és érzéseit. Türelmes és együttérző vagyok.					



Összefoglaló:

Most már jóval többet tudsz magadról, tehetségeidről és képességeidről. Írd le, miben vagy jó, és miben vagy nagyon jó.

1. Én jó vagyok

2. Nagyon jó vagyok

Megírtad az önértékelésedet. Most kérj meg pár embert, aki jól ismer téged, hogy mondja el a véleményét rólad. Ezt a műveletet a saját és a külső értékelés összehasonlításának nevezzük.

A bemutatód előkészítése

Úgy készíted el a bemutatót, ahogy csak akarod. Mégis tanácsos lejegyezni pár dolgot, hogy teljes képed legyen a szükséges aspektusokról, és hogy nehogyan kifelejtés valamit:

- 1) A te profilod (pókháló-diagram)
- 2) Az érdeklődési körök és kedvenc tevékenységek mentális térképe
- 3) A három kedvenc iskolai tantárgy
- 4) A három legfontosabb jellemvonásod
- 5) Készségeid és képességeid

2. JOBS-füzet - 4. téma: Bemutatókozás

Kompetenciáim és erősségeim bemutatása és a többiek meghallgatása. Osztályunk sokszínűsége

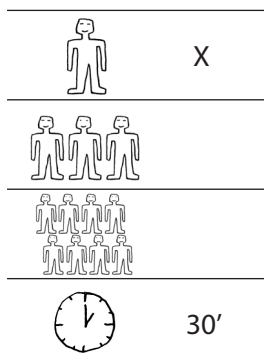
A **bemutató** egy olyan gyakorlati tevékenység, amelynek segítségével kifejtnek és megmagyaráznak egy bizonyos témát. Mindez közönség előtt zajlik. Az iskola igazgatója például bemutatót tarthat a szülőknek a nyelvtanulás bevezetéséről az általános iskolai oktatásban. A bemutatónak sok típusa van: egyetemi kurzusok, termékbemutatók, üzleti bemutatók, politikai beszédek stb. A szóbeli előadásoknak három alapvető célja van: tájékoztatás, meggyőzés, támogatás elnyerése.





2. JOBS-füzet – 4. téma – 1. feladat

Bemutakozás befejezése



Feladat:

Bemutakozásod véglegesítése.

Az osztály megszervezése:

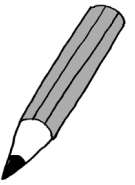
Egyéni munka.

Eljárás:

- 1) Olvass el újra figyelmesen mindent, amit ezzel kapcsolatban lejegyeztél a JOBS-füzetbe. Írd le a füzetedbe a kulcskérdéseket, amelyek segítenek majd az előadásnál.
 - a. Kompetenciáim diagramja: Hogyan értékeltem saját magamat (önértékelés)? Mit mondtak a többiek rólam (külső értékelés)?
 - b. Érdeklődési köreim és képességeim (használd fel a füzetbe leírtakat).
 - c. Három kedvenc tantárgyam.
 - d. Három legfontosabb jellemvonásom.
 - e. Meghatározó tehetségeim és képességeim.
- 2) Jegyezd le erősségeidet lapra vagy kartonra. Használj minden kategóriához új papírt vagy kartont. Számozd meg a lapokat, és írd rá mindenikre a megfelelő kategória elnevezését. Ez segíteni fog a gondolataid rendszerezésében előadás közben, főleg ha izgulsz. Mutass be konkrét példát minden kategóriára (lásd a következő oldalon található mintát). Tehát ne mondj ilyesmiket, hogy én nagyon türelmes vagyok, és alaposan végzem a feladataimat, hanem adj inkább konkrét példákat.

Anyagok:

- 2. JOBS-füzet
- Saját jegyzeteid
- A5-ös karton vagy papírlap



2. Érdeklődési köreim és képességeim

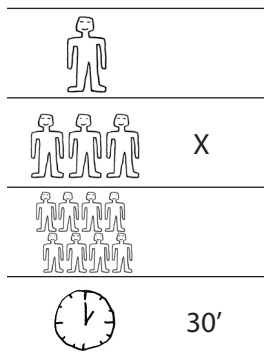
1. Kompetenciáim diagramja

- feladatok megoldása: türelem – amikor órákig ásom a virágágyást a szüleim kertjében
- tervezés és szervezés: ebben az évben megszerveztem a testvérem születésnapját, amin több mint húsz személy vett részt
- szemtől-szembeni kommunikáció: múlt héten beszéltem az iskola pszichológusával a saját tanulási igényeimről, és a beszélgetést én kezdeményeztem



2. JOBS-füzet – 4. téma – 2. feladat

Próbabemutakozás



Feladat:

Elpróbálni a bemutatkozást.

Az osztály megszervezése:

Húzzátok össze a padokat úgy, hogy kényelmesen elférjeteek körülöttük négyen.

Eljárás:

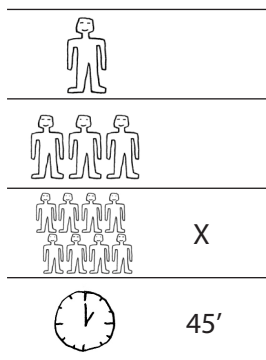
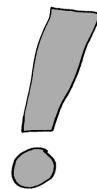
- 1) Letesztelitek a bemutatkozásokat csoporton belül. A csoport egyik tagja feláll, és bemutatkozik a többieknek.
- 2) A többiek figyelmesen hallgatják, majd kommentálják a bemutatkozás különböző aspektusait.
 - **A bemutatkozás érthetősége:** tisztán átlátom az előadás struktúráját és logikáját
 - **Nyelvezet:** jól hallottam a társamat, tisztán beszélt és helyesen
 - **A bemutatkozás stílusa:** megnyerően beszélt, szerettem volna tovább hallgatni
 - **A kommunikáció módja:** képes volt felszabadultan beszélni előttünk, figyelte a közönséget, hogy követjük-e őt vagy sem.
- 3) A csoport minden tagjának sikerült legalább egyszer bemutatkoznia.
Ha van idő, ismét megpróbálhatjátok, kijavítva bizonyos részeket. A bemutatkozást ismételni olyan, mint egy hangszeren gyakorolni: minél többet csinálod, annál jobb leszel!

Anyagok:

- A bemutatóhoz szükséges karton vagy papír

2. JOBS-füzet – 4. téma – 3. feladat

A bemutatkozás



Feladat:

Mutatkozz be az osztályban.

Az osztály megszervezése:

Ugyanúgy, mint az előbbi feladatnál.

Eljárás:

- 1) Mindenki készen áll. A csoport tagjai kapnak egy-egy számot, és a csapatoknak is van külön számuk.
- 2) A tanár eldobja a kockát. Akié a szám, az a következő csoportnak előadja a bemutatkozását.
- 3) Azok, akik végighallgatták a bemutatkozást, elmondják róla a véleményüket, és feltesznek egy-két kérdést:
 - **Mód:** Átláthatóság, érthetőség, stílus, hozzáállás
 - **Kérdések:** Nem is tudtam, hogy ..., Meg tudnád magyarázni, hogyan ..., Miből gondolkod, hogy...
- 4) Körülbelül 10 perc múlva a tanár újra eldobja a kockát. Most egy újabb tanuló következik.
- 5) Három bemutató után a tanár kétszer egymás után dob:
Az első szám jelenti a csapat számát, a második pedig a csapattagét.

Példa: 3. csapat, 4. csapattag

Az így kiválasztott tanuló az osztály előtt tartja meg a bemutatóját, és végighallgatja társai megjegyzéseit. A hátralévő idő függvényében ezt az eljárást többször is meg lehet ismételni.

Megjegyzés: Nagyon fontos , hogy az osztályban pozitív legyen a hangulat. Ettől a feladattól senkinek sem szabad félnie!

Anyagok:

- Az előadáshoz használt kartonok vagy papírlapok
- Dobókockák



2. JOBS-füzet – 4. téma – 4. feladat

A 2. JOBS-füzet kiértékelése

	X
	
	X
	45'

Feladat:

Elemezd ki az utolsó hónap tevékenységeit, munkáját.

Az osztály megszervezése:

Az óra első részében mindenki a saját padjában ül.

Az óra második felében körben ültök.

Eljárás:

- 1) Elérkeztél a 2. JOBS-füzet végére, és itt az ideje az összegzésnek.
- 2) A következő oldalon található kérdőív segíteni fog az eddigi munkád és eredményeid kiértékelésében. A kérdésekre próbálj a lehető legkonkrétabban válaszolni. Légy őszinte!
- 3) Miután a kérdésekre válaszoltatok, tegyétek a székeket körbe. A tanár segítségével beszéljétek meg az eddigi eredményeket.
- 4) Az óra végén a tanár összeszedi a kérdőíveket, hogy tisztább képe legyen a 2. JOBS-füzetéről és ennek eredményeiről.

Anyagok:

- 2. JOBS-füzet
- A saját jegyzeteid
- Bemutakozás
- Kérdések az értékeléshez-űrlap a következő oldalról

Kérdések az értékeléshez

Gondolkodj, és írd rövid kommentárokat a következő két szempont szerint:

- mit tanultál
- hogyan tanultál.

Az alábbiakban kérdések következnek, de nem kell mindenikre felelned, csak azokra, amelyekre szeretnél.

Én és erősségeim

- Mit tanultál magadról, erősségeidről, kompetenciáidról?
- A munkafolyamat melyik része hatott rád a leginkább? Miért?
- Mi lepett meg a leginkább? Miért?
- Mi az, ami fontos lett számodra?
- Melyek azok a dolgok, amikkel elégedett vagy önmagad kapcsán?
- Voltak-e nehézségeid?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

JOBS