



# 3-Stunden-Format.



## ZIELE UND METHODEN

In der ersten Methode werden die Schüler\*innen für die Bedeutung der Auseinandersetzung mit ihrer beruflichen Zukunft sensibilisiert. Anschließend setzen sie sich mit ihrem persönlichen Kompetenzprofil auseinander und ergänzen ihr gewonnenes Selbstbild durch einen Blick von außen.



## MATERIALIEN UND VORBEREITUNG

- Laden Sie Ihre Schüler\*innen einige Tage vorher zu dieser Einheit ein.
- Drucken Sie beide Methoden, die in dieser Einheit verwendet werden, aus und spielen Sie sie mitsamt den Arbeitsblättern einmal für sich durch.
- Legen Sie alle Arbeitsblätter in der benötigten Anzahl bereit.
- Wählen Sie ein Warm-up aus. Sie finden eine Auswahl auf der Website.
- Halten Sie ein Portfolio (z.B. das Logbuch des Methodenkoffers) bereit.  
Die Schüler\*innen werden nach jeder Methode dort ihre Erkenntnisse sammeln und am Ende der Einheit in der Gesamtschau noch einmal reflektieren können.



## ZEITBEDARF

Wenn Sie nacheinander mehrere Methoden durchführen, sparen Sie pro Methode beim Einstieg und Abschluss Zeit. Nutzen Sie diese, um eine großzügige Pause zu ermöglichen.

## Arbeitsphase

### EINSTIMMUNG

Begrüßung  
Umgang mit dem Portfolio

### WO STEHE ICH IM MOMENT?

### PAUSE

### WAS KANN ICH?

### REFLEXION UND ABSCHLUSS

Welche Erkenntnisse nehme ich mit?  
Was sind meine nächsten Schritte?

## Methode

### WARM-UP

### ICH BIN AM RUDER

### KOMPETENZSPIEGEL

### PORTFOLIOARBEIT

## Zeit

15 Min

45 Min

10 Min

90 Min

20 Min