

# Auf ins Praktikum!

Eine Orientierung für ein Schülerpraktikum in Heidelberg



Wir haben Lösungen. **Familienfreundlich.**



# Auf ins Praktikum!

## Eine Orientierung für ein Schülerpraktikum in Heidelberg

Im Rahmen der Berufspraxiswoche FerienOnJob, die zwei Mal im Jahr stattfindet, haben wir mit Jugendlichen über ihre Praktikumserfolge gesprochen. Schnell wurde klar, dass viele bei der Praktikumsuche auf sich selbst gestellt waren und sich einen Orientierungsleitfaden gewünscht hätten, um Antworten auf Fragen zu bekommen wie: Wie finde ich das passende Praktikum für mich? Was gibt es alles zu beachten? Welche Berufsfelder gibt es überhaupt zu entdecken? Praktika geben dir die Möglichkeit, dich auszuprobieren und dich neuen Herausforderungen zu stellen.



### WARUM?

#### Warum ein Praktikum wichtig ist

- # um Praxiserfahrungen zu sammeln
- # um eigene Interessen und Fähigkeiten zu entdecken
- # um die Berufs- und Ausbildungswelt kennenzulernen
- # zur Vorbereitung auf Ausbildung oder Studium



WAS?

Was interessiert mich

## Zielvorstellungen und Wünsche

Hier ein paar Anregungen zur persönlichen Reflexion:

- # Welche Branche interessiert mich?  
z.B. Büro & Verwaltung, Computer & Medien, Gesundheit & Soziales,  
Handel & Verkauf, Handwerk, Hotel & Gastronomie, Industrie, Logistik & Verkehr
- # Wie ist es, einen ganzen Tag zu arbeiten?
- # Was kann/darf ich tun?
- # Entsprechen meine Vorstellungen der tatsächlichen Arbeit?
- # Möchte ich ein Tätigkeitsfeld kennenlernen, das für mich neu ist?



# Welche Praktikumsformen gibt es?

## Schulpraktikum

- zeitlich meist auf 1-2 Wochen begrenzt
- unvergütet

## Freiwilliges Praktikum

- Ferienpraktikum ohne schulischen Bezug
- die Chancen für einen Ausbildungsplatz sind deutlich höher, wenn der Betrieb dich während eines freiwilligen Praktikums vorher persönlich kennenlernen konnte
- es ist wichtig mit dem Unternehmen einen Praktikumsvertrag abzuschließen, damit du unfallversichert bist
- bei einem Praktikum über drei Monate muss dir ein Mindestlohn bezahlt werden

## Pflichtpraktikum

- im Rahmen des Studiums verpflichtend
- muss nicht vergütet werden
- i.d.R. mit einem Praktikumsbericht verbunden

Vor Praktikumsbeginn solltest du darauf achten, welche Vorgaben du von der Schule (z.B. zeitliche Dauer) oder dem Unternehmen (z.B. Arbeitskleidung) für das Praktikum bekommen hast.



WELCHE?





# WO?



## Wo findest du einen geeigneten Praktikumsplatz?

- # Für Heidelberg:  
[www.practise-heidelberg.de](http://www.practise-heidelberg.de)
- # Handwerkskammer Mannheim Rhein-Neckar-Odenwald  
[www.hwk-mannheim.de](http://www.hwk-mannheim.de)
- # IHK-Praktikums- und Lehrstellenbörse  
[www.ihk-lehrstellenboerse.de](http://www.ihk-lehrstellenboerse.de)
- # Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württemberg  
[www.gut-ausgebildet.de](http://www.gut-ausgebildet.de)
- # Initiativ bewerben, anrufen und nachfragen:  
Schülerpraktika sind oft nicht ausgeschrieben
- # Natürlich kannst du auch private Kontakte nutzen



# WANN?

## Wann solltest du anfangen dich zu bewerben?

- # Im Vorfeld darauf achten, welcher zeitliche Umfang und welcher Zeitraum von der Schule vorgegeben sind
- # Für die Praktikumssuche sollte man sich genügend Zeit nehmen (mindestens zwei Wochen)
- # Bewerbungszeitraum sollte mindestens 3 Monate vor gewünschtem Praktikumsbeginn liegen
- # Bewerbung schreiben und verschicken. Nach zwei Wochen anrufen und nachfragen, ob alles angekommen ist, wenn keine Rückmeldung erfolgt ist
- # Im Falle einer Zusage: Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch
- # Nach dem Vorstellungsgespräch: Zwei Wochen später anrufen und nachfragen, falls noch keine Rückmeldung erfolgt ist



### TIPP!

**Nicht aufgeben sondern  
woanders versuchen,  
wenn es nicht geklappt hat.  
Manchmal muss man es auch  
an vielen Stellen probieren.  
Irgendwann klappt es  
bestimmt!**



## TIPP!

Vorab anrufen oder vorbeigehen um abzuklären, ob ein Praktikum grundsätzlich möglich ist



## Wie bewerbe ich mich?

## WIE?

### Online-Bewerbung

- # Bewerbung in **ein** PDF-Dokument und in einer **einheitlichen** Formatierung zusammenstellen und unter **Bewerbung\_>Nachname**< abspeichern
- # Richtige Reihenfolge der Dokumente: Anschreiben, Lebenslauf mit Foto
  - Betreffzeile: **Bewerbung um ein Schülerpraktikum**
  - Anschreiben direkt in die Mail
  - Prüfe die E-Mail Adresse ob sie richtig ist, nicht an allgemeine E-Mail Adressen wie info@beispiel.com verschicken
- # Deine eigene E-Mail Adresse sollte seriös sein



## Anschreiben

### # Funktion

Sich dem Unternehmen vorstellen, Fähigkeiten darlegen, deutlich machen, warum du dich für das Praktikum eignest

### # Maximal eine Seite

### # Anrede

„Sehr geehrter Herr...“ oder „Sehr geehrte Frau ....“

### # Einleitungssatz

In welchem Zeitraum möchtest du das Praktikum machen?

### # Hauptteil

Warum möchtest du bei **diesem Unternehmen** ein Praktikum machen?

### # Schluss

Abschlussformel **ohne Satzzeichen**: Mit freundlichen Grüßen

- # Die Bewerbung sollte auf Rechtschreibung, Vollständigkeit, Richtigkeit der Angaben geprüft werden, am besten durch noch mindestens eine weitere Person!  
Aktuelles Datum und Unterschrift bei Bewerbungen in Druckform!



WIE?





Tina Müller  
Traumstraße 5  
69115 Heidelberg

Bäckerei Morgengruß  
Frau Bettina Kurz  
Veilchenweg 18  
69115 Heidelberg

Heidelberg, 20.11.2018

### **Bewerbung um einen Praktikumsplatz**

Sehr geehrte Frau Kurz,

gerne möchte ich mein Schülerpraktikum zur Berufsorientierung in Ihrer Bäckerei machen und mich zu diesem Zweck bei Ihnen vorstellen.

Während meines Sommerferienjobs im Gemüsegeschäft „Edgars Gemüseladen“ habe ich meine Freude am Verkauf von Waren entdeckt und konnte bereits wertvolle Erfahrungen im Bereich Kundenfreundlichkeit sammeln. Außerdem habe ich einen Einblick in die Bedienung von Kassensystemen, der Auffüllung von Waren und in wichtige Hygienevorschriften bekommen.

Durch meine aktive Mitgliedschaft im Schulorchester habe ich gelernt im Team zu arbeiten und durch eigene Disziplin gemeinschaftliche Projekte voranzubringen. Aufgrund meiner Fremdsprachenkenntnisse bin ich in der Lage reibungslos mit allen Kundinnen und Kunden zu kommunizieren, was gerade in einer touristisch geprägten Stadt wie Heidelberg von großem Vorteil sein kann.

Da ich selbst Kundin Ihrer Bäckerei-Filiale und begeistert von Ihren Backwaren bin, bewerbe ich mich bei Ihnen.

Über die Einladung zu einem persönlichen Gespräch freue ich mich.

Mit freundlichen Grüßen

*Tina Müller*

## Lebenslauf

Heidelberg, 20.11.2018

### Persönliche Daten

Name	Tina Müller
Geburtsdatum/ -ort	01.01.2002 in Heidelberg
Wohnort	Traumstraße 5, 69115 Heidelberg
Email-Adresse	tina-müller@beispiel.de
Festnetz oder Mobil	+49 123 45678912
Nationalität	deutsch

### Schulische Ausbildung

09/2012 – vorauss. 07/2020	Schule Heidelberg
----------------------------	-------------------

### Außerschulische Erfahrungen

08/2017-09/2017	Ferienjob Gemüseladen Edgar
-----------------	-----------------------------

### Sprachkenntnisse

Deutsch	Muttersprache
Englisch	sehr gut
Spanisch	Grundkenntnisse

### EDV Kenntnisse

Microsoft Office	sehr gut
Open Office	sehr gut
html	gut

### Sonstiges

Interessen	Fußball spielen, lesen, E-Gitarre, Mitglied des Schulorchesters, Mitglied im HTV Sportverein
------------	--

Tina Müller



## Lebenslauf Checkliste

### # **Persönliche Daten:**

Name, Geburtsdatum, Geburtsort, Adresse, (seriöse) Mailadresse, Telefon- und Handynummer

### # Bei der Darstellung des Werdegangs gilt: das Aktuellste zuerst nennen

### # **Schulische Ausbildung:**

Angaben zur weiterführenden Schule mit voraussichtlichem Datum des Schulabschlusses

### # **Außerschulische Erfahrungen:**

Praktika, Schülerjobs, soziales/politisches/ökologisches/kulturelles Engagement

### # **Sonstiges:**

– Sprachkenntnisse mit Angabe des Sprachniveaus,

– IT-Kenntnisse (Text- und Bildbearbeitungsprogramme, Programmierkenntnisse)

– Interessen

### # **Datum, Unterschrift**

WIE?



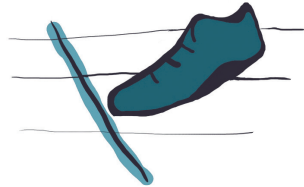
## Wie bereitest du dich auf ein Vorstellungsgespräch vor?

- # Bewerbungsunterlagen ausdrucken und Schreibmaterial für Notizen mitnehmen
- # Dem Unternehmen angemessene, saubere Kleidung anziehen
- # Adresse und Anfahrt vorher raussuchen, unbedingt pünktlich erscheinen



### TIPP !

- # Versuche möglichst offen, freundlich und selbstsicher aufzutreten
- # Man kann die Situation vorher mit Freunden, Eltern oder Geschwistern üben
- # Führe das Gespräch ohne Anwesenheit der Eltern
- # Bedanke dich für die Gelegenheit zum Vorstellungsgespräch



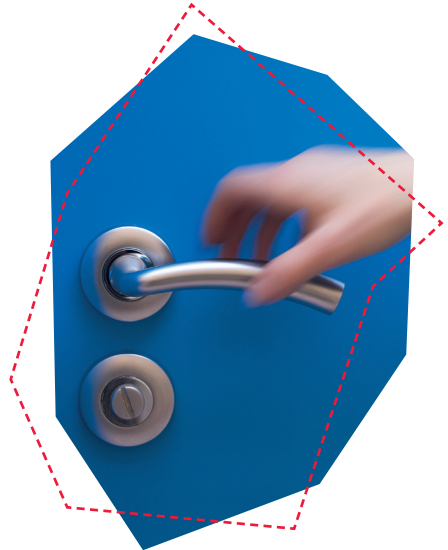
## Das Vorstellungsgespräch

### **Mögliche Fragen, die dir gestellt werden können:**

- # Warum möchtest du in unserem Unternehmen ein Praktikum machen?
- # Welche Erwartungen hast du an das Praktikum?
- # Worin siehst du deine Stärken?
- # Was sind deine Hobbies?

### **Mögliche Fragen, die du im Gespräch stellen kannst:**

- # Wie ist der Tagesablauf im Praktikum?
- # Wer ist meine Ansprechperson?
- # In welche Abteilungen kann ich Einblicke bekommen?
- # Du solltest mindestens zwei Fragen stellen, um dein Interesse auszudrücken



## Während des Praktikums

- # Sei interessiert und offen
- # Traue dich, Fragen zu stellen
- # Frage immer nach, wo du als nächstes helfen kannst, wenn du gerade nichts zu tun hast; frage, ob es eine Aufgabe für dich gibt
- # Hole dir Feedback



## Praktikumsbescheinigung

**Lass dir eine Praktikumsbescheinigung mit Datum und Unterschrift ausstellen und hebe sie gut auf!**

Sie hilft dir später bei einer Ausbildung oder für ein Studium.





## Wie schreibst du einen Schulpraktikumsbericht?

- # Achte auf die Vorgaben der Schule
- # Es ist sinnvoll sich bereits während des Praktikums jeden Tag Notizen zu machen, was man gesehen oder gelernt hat und was einem gefallen/nicht gefallen hat
- # **Einleitung:**
  - Warum hast du dich für dieses Praktikum entschieden?
  - Wie bist du auf das Unternehmen gestoßen?
  - Warum interessierst du dich für diese Branche?
- # **Vorstellung des Unternehmens:**  
Lage, Größe, Abteilungen und Struktur
- # **Vorstellung deines Tätigkeitsbereichs:**  
Mit welchen Aufgaben hast du dich beschäftigt, beschreibe deinen typischen Tagesablauf
- # **Persönliche Reflexion:**
  - Hat dir das Praktikum Spaß gemacht und warum?
  - Wie war die Zusammenarbeit mit den Kolleg/innen?
  - Was hast du in dieser Zeit gelernt?
  - Möchtest du in Zukunft in diesem Bereich arbeiten?



## Impressum

Gestaltung: Nicole Gehlen, [www.koenigsblau-design.de](http://www.koenigsblau-design.de)

Illustrationen: Juliane Schwertner

Redaktion: Tabea Tangerding, Bündnis für Familie Heidelberg

Titelbild: © istock, Rückseite: © Bündnis für Familie, Innenteil: © CCVision



## Ein Kooperationsprojekt von Bündnis für Familie Heidelberg und Amt für Wirtschaftsförderung und Wissenschaft Stadt Heidelberg



Wir haben Lösungen. **Familienfreundlich.**

 **Heidelberg**

**Bündnis für Familie Heidelberg**  
Heidenger Dienste gGmbH  
Hospitalstraße 5  
69115 Heidelberg

Telefon 06221 1410-18  
Telefax 06221 1410-12  
E-Mail [info@familie-heidelberg.de](mailto:info@familie-heidelberg.de)  
Internet [www.familie-heidelberg.de](http://www.familie-heidelberg.de)