

Unterrichtsidee: Kompetenzen entdecken

Unterrichtsidee im Überblick



Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler der 8. oder 9. Klasse einer Regelschule (Sekundarstufe I) mit inklusiver Beschulung



Dauer

45 Minuten



Lernziele

- Kompetenzen erkennen und ihre Bedeutung für die Berufswahl verstehen
- Beispiele für Kompetenzen in Berufen und Alltagssituationen nennen
- Eigene Kompetenzen reflektieren und ihre Ausprägung einschätzen



Ablauf

- **Einsteigen:** Video zu einer Kompetenz ansehen und Berufe oder Alltagssituationen sammeln, in denen die Kompetenz wichtig ist.
- **Erarbeiten:** Zu Kompetenzen recherchieren und passende Berufe oder Situationen finden
- **Sichern:** Eigene Stärken einschätzen



Medien/Material

- Internetfähige Endgeräte und Beamer oder Smartboard
- Video zur Kompetenz Einfühlungsvermögen auf mein-beruf.de
- Arbeitsblätter **Entdecke deine Stärken** und **Was kannst du gut?** aus dem Heft **Berufswahl – Mein Weg**, Ausgabe 2026/2027, Seiten 10 und 11 (mein-beruf.de » **Mediathek** » **Entdecken und stöbern** » **Infohefte**)

Die Unterrichtsideen von meinBERUF

Die Unterrichtsideen von meinBERUF können in verschiedenen Schulformen eingesetzt werden – auch im Förder- und inklusiven Unterricht. Die Materialien stehen in zwei Versionen zur Verfügung:

- **Basisebene:** für den regulären Einsatz im Unterricht
- **Unterstützungsebene:** für leistungsschwächere Schülerinnen und Schüler sowie Lernende mit geringen Deutschkenntnissen



Nutzen Sie die Unterrichtsideen als Anregungen oder als konkrete Vorlagen für Ihren Berufswahlunterricht. Unterrichtsideen und Arbeitsblätter zu verschiedenen BO-Themen stehen als PDF auf meinBERUF zur Verfügung: mein-beruf.de » **Lehrende & Beratende**



Unterrichtsidee im Detail

1. Einsteigen: Videoimpuls



10 Minuten



Plenum

Zeigen Sie das Video zur Kompetenz **Einfühlungsvermögen**: mein-beruf.de » **Mediathek** » **Entdecken und stöbern** » **Videos** » **Stärken und Interessen**



Sammeln Sie mit der Klasse an Tafel oder Smartboard:

- Berufe, in denen Einfühlungsvermögen wichtig ist
- Alltagssituationen, in denen Einfühlungsvermögen gebraucht wird

2. Erarbeiten (1): Recherche zu Kompetenzen



10 Minuten



Gruppenarbeit

Teilen Sie die Klasse in Gruppen ein. Ordnen Sie jeder Gruppe 2 bis 3 Kompetenzen aus den Arbeitsblättern zu.

Im Arbeitsblatt **Entdecke deine Stärken** werden beispielsweise Kompetenzen wie handwerkliches Geschick, Kommunikationsfähigkeit oder Verantwortungsbereitschaft behandelt.

Das einfache Arbeitsblatt **Was kannst du gut?** greift unter anderem Kompetenzen wie Einfühlungsvermögen, räumliches Denken oder kreative Denkweise auf.

Bei Bedarf können weitere Kompetenzen ergänzt werden, etwa emotionale Belastbarkeit, Hilfsbereitschaft oder Textverständnis.

Rechercheauftrag:

Die Schülerinnen und Schüler recherchieren zu den Kompetenzen auf mein-beruf.de » **Noch planlos** » **Meine Stärken entdecken** » **Was sind Stärken?**

Sie notieren:

- eine kurze Erklärung der Kompetenz
- mindestens einen passenden Beruf oder eine Alltagssituation



Unterstützungsebene:

Recherche auf mein-beruf.de » **Einfach erklärt** » **Schritt 1: Finde deine Stärken heraus**

Lehrkraftaktivität:

Während der Gruppenarbeit sammeln Sie alle bearbeiteten Kompetenzen sichtbar an der Tafel oder am Smartboard.

3. Erarbeiten (2): Vertiefen – Ergebnisse präsentieren



15 Minuten



Gruppenarbeit

Jede Gruppe stellt kurz die erarbeiteten Kompetenzen vor und nennt:

- eine kurze Erklärung
- passende Berufe oder Alltagssituationen

Notieren Sie die genannten Beispiele an Tafel oder Smartboard und ergänzen Sie passende Beispiele.

4. Sichern: Eigene Stärken einschätzen



10 Minuten



Einzelarbeit

Die Schülerinnen und Schüler bearbeiten Übung 1 des Arbeitsblatts **Entdecke deine Stärken**. Übung 2 kann als Hausaufgabe bearbeitet werden.



Unterstützungsebene:

Nutzung des Arbeitsblatts **Was kannst du gut?** (einfache Sprache)

Learnings

Für die Berufswahl ist es hilfreich zu wissen, welche Stärken man hat und welche Kompetenzen in Berufen gefragt sind.

Kompetenzen testen mit Check-U

Mit dem Kompetenz-Check von Check-U testen Ihre Schülerinnen und Schüler ausführlich ihre Kompetenzen: check-u.de Check-U schlägt individuell passende Berufe vor. Die in der Unterrichtsidee behandelten Kompetenzen entsprechen den Kompetenzen im Tool.



Was kannst du gut?



Was du gut kannst, sind deine Stärken. Man sagt auch: Kompetenzen.
In diesem Arbeits-Blatt lernst du 5 Kompetenzen kennen.

Übung 1: Welche Kompetenz ist das?

Ordne die Kompetenzen den Beispielen zu. Trage dazu in die Kästchen die passenden Buchstaben ein.

Kompetenzen:

- a) Einfühlungs-Vermögen
- b) Körper-Beherrschung
- c) Räumliches Denken
- d) Kreative Denkweise
- e) Fein-Motorik

Beispiele:

- 1. Du baust kleine Modell-Autos.
- 2. Im Kühl-Schrank stehen 4 Zutaten.
Du denkst dir ein Essen damit aus.
- 3. Eine Freundin erzählt dir von einem Problem.
Du hörst zu und verstehst, wie sie sich fühlt.
- 4. Dein Fahrrad passt nicht in den Keller. Du siehst, was du
umstellen musst. Jetzt passt das Fahrrad in den Keller.
- 5. Du kannst gut tanzen und klettern.

☐

☐

☐

☐

☐

Übung 2: Welche Kompetenzen hast du?

Welche Kompetenz passt gut zu dir? Welche Kompetenz passt nicht so gut? Kreuze an.

	Trifft nicht zu	←	→	Trifft zu
Einfühlungs-Vermögen	☐		☐	☐
Körper-Beherrschung	☐		☐	☐
Räumliches Denken	☐		☐	☐
Kreative Denkweise	☐		☐	☐
Fein-Motorik	☐		☐	☐

Lösungen zu Übung 1: 1e, 2d, 3a, 4c, 5b



Entdecke deine Stärken

Dein Ausbildungsberuf sollte zu deinen Kompetenzen passen. Überlege deshalb, was du gut kannst. Frage auch andere, wie sie dich einschätzen.

Übung 1: Schätze dich selbst ein

Kreuze an, welche der folgenden Kompetenzen gut oder weniger gut zu dir passen.

	Trifft nicht zu	←	→	Trifft zu
Handwerkliches Geschick	☐			☐
Kommunikationsfähigkeit	☐			☐
Genaues Arbeiten	☐			☐
Verantwortungsbereitschaft	☐			☐

Suche dir 2 Kompetenzen aus, von denen du denkst, dass du gut darin bist. In welchen Situationen brauchst du sie?

Kompetenz 1: _____

Kompetenz 2: _____

Übung 2: So sehen mich andere

Frage andere, die dich gut kennen, welche Kompetenzen sie bei dir sehen – zum Beispiel Freundinnen und Freunde oder deine Eltern.

Handwerkliches Geschick:	Trifft weniger zu	☐	Trifft eher zu	☐
Kommunikationsfähigkeit:	Trifft weniger zu	☐	Trifft eher zu	☐
Genaues Arbeiten:	Trifft weniger zu	☐	Trifft eher zu	☐
Verantwortungsbereitschaft:	Trifft weniger zu	☐	Trifft eher zu	☐

Kompetenzen testen am Girls'Day und Boys'Day

Probiere am Girls'Day und am Boys'Day aus, ob du dich im Arbeitsblatt richtig eingeschätzt hast.