

LOB | BOL niveau 2 t/m 4

WERKBOEK

WIE BEN IK ALS PROFESSIONAL? KWALITEITEN

LEERJAAR 1



De opdrachten in dit boek staan ook op WIKIWIJS:

http://maken.wikiwijs.nl/52986/LOB_2_Wie_ben_ik_als_professional____Kwaliteiten

Auteur: Rolf Busman, Loes Nobbe
Projectleider: Karin Elferink
Eindredactie: Janneke Hopman
Uitgever: Helicon Opleidingen
Versiedatum: 15-10-'15

Er is gebruikgemaakt van de adviezen van Heliconteam Den Bosch en de werkgroep LOB.

Bronnen:

- *Ik en mijn leerloopbaan*. Helicon Opleidingen MBO Den Bosch. Diana van Kemenade en Rolf Busman.
- *Wie ben ik als professional*. Helicon Opleidingen MBO Velp. Roswitha Littel, Jan Ehlebracht, Tanja Vogels en Jan Willem Kylstra.
- Materiaal MBO Nijmegen. Tanja Vogels.
- CINOP

© HELICON OPLEIDINGEN. DIT WERK IS AUTEURSRECHTELIJK BESCHERMD.

NIETS UIT DEZE UITGAVE MAG WORDEN VERVEELVOUDIGD EN/OF OPENBAAR GEMAAKT DOOR MIDDEL VAN DRUK, MICROFILM, FOTOKOPIE OF OP WELKE ANDERE WIJZE OOK, ZONDER VOORAFGAANDE SCHRIFTELIJKE TOESTEMMING VAN DE UITGEVER.

DE UITGEVER HEEFT ERNAAR GESTREEFD DE AUTEURSRECHTEN TE REGELEN VOLGENS DE WETTELIJKE BEPALINGEN. DEGENEN DIE DESONDANKS MENEN ZEKERE RECHTEN TE KUNNEN DOEN GELDEN, KUNNEN ZICH ALSNOG TOT DE UITGEVER WENDEN.

INHOUD

Portfolio	4
Doel	5
Startopdracht	6
1. Kwaliteiten	11
Opdracht 1 Bouwstenen	11
Opdracht 2 Kwaliteitenspel	14
Opdracht 3 Kernkwadranten	14
Portfolio-opdracht 1	18
2. Competenties	21
Opdracht 4 Uitleg	21
Opdracht 5 Competenties in beeld en geluid	23
Opdracht 6 Twee competenties uitgewerkt voor mij	24
Portfolio-opdracht 2	26
Eindopdracht	28

PORTFOLIO



Plaats in je portfolio de uitwerking van:

- de startopdracht
- de portfolio-opdrachten
- de eindopdracht (bewijzen van uitvoering zoals: documenten, foto's en/of kort verslagje van werkproces en resultaat)

DOEL



Je kunt:

- reflecteren op je kwaliteiten
- aangeven waar je goed in bent
- aangeven wat je valkuilen zijn

STARTOPDRACHT

Tijd

1 uur

Doel

Je kunt:



- uitleggen wat een zelfbeeld is
- vertellen waarvoor het belangrijk kan zijn iets over je zelfbeeld te weten
- aangeven welke eigenschappen je beter wilt ontwikkelen

Weten

Een 'zelftest' laat jou nadenken over jezelf. In de test staan vragen met antwoorden. Je kiest steeds het antwoord dat het best bij je past.

Bij elk antwoord hoort een cijfer. Je telt na afloop de punten van jouw antwoorden bij elkaar op. Daarna kijk je welke uitslag bij jou hoort. Bij deze test is dat bijvoorbeeld:

Score	Uitslag
20 tot 37	Je hebt een goed ontwikkeld zelfbeeld.
12 tot 20	Je hebt je zelfbeeld al deels ontwikkeld, maar je kunt er zeker nog aan werken.
minder dan 12	Je hebt nog een onvolledig zelfbeeld.

Zo'n zelftest is alleen maar een hulpmiddel. Het helpt je te ontdekken wat je van jezelf weet. Het kan zijn dat je het niet eens bent met de uitslag. Dat geeft niet. Het is maar een richtlijn.

Opdracht

1. Test jouw zelfbeeld

Zet een cirkel om het antwoord dat het best bij je past.

1. Ik heb een:

- overwegend positief zelfbeeld (veel zelfvertrouwen, niet onzeker)
- overwegend negatief zelfbeeld (weinig zelfvertrouwen, vrij onzeker)
- neutraal zelfbeeld
- onduidelijk zelfbeeld

2. Ik:

- weet precies hoe anderen over mij denken (oordelen)
- heb een vermoeden hoe anderen over mij denken (oordelen)
- heb geen idee hoe anderen over mij denken (oordelen)



3. Ik:
 - a. ken mijn persoonlijke eigenschappen
 - b. weet ongeveer wat mijn persoonlijke eigenschappen zijn
 - c. weet niet of nauwelijks wat mijn persoonlijke eigenschappen zijn

4. Ik ken mijn eigen gedrag in normale situaties (ik weet hoe ik meestal reageer).
 - a. Ja, deze uitspraak is juist.
 - b. Nee, deze uitspraak is niet juist.
 - c. Deze uitspraak is gedeeltelijk juist.

5. Ik weet:
 - a. precies waar ik goed en minder goed in ben (sterke en zwakke punten)
 - b. ongeveer waar ik goed en minder goed in ben (sterke en zwakke punten)
 - c. niet of nauwelijks waar ik goed en minder goed in ben (sterke en zwakke punten)

6. Ik ken mijn eigen leerstijl (de manier waarop ik leer).
 - a. Ja, deze uitspraak is juist.
 - b. Nee, deze uitspraak is niet juist.
 - c. Deze uitspraak is gedeeltelijk juist.

7. Je ziet dat iemand wordt aangevallen door een groep jongeren. Wat doe je?
 - a. Ik ga erop af ook al zijn zij in de meerderheid.
 - b. Ik doe alleen iets als er andere mensen zijn die willen helpen.
 - c. Ik doe niets, maar bel wel de politie.
 - d. Ik bemoei me er niet mee en loop weg.
 - e. Ik twijfel tussen een van de bovenstaande antwoorden.

8. Iemand in het verkeer vertoont irritant rijgedrag waar jij en andere weggebruikers last van hebben. Wat doe je?
 - a. Ik laat duidelijk merken dat ik er last van heb.
 - b. Ik laat wel merken dat ik er last van heb. Maar als die persoon niet reageert, laat ik het erbij zitten.
 - c. Ik doe niets, hoewel ik misschien wel geïrriteerd ben.
 - d. Ik doe er niets aan. Ik kan het toch niet veranderen.
 - e. Ik twijfel tussen een van bovenstaande antwoorden.

9. Bij een groepsopdracht valt het eindresultaat tegen. Je weet in ieder geval dat jij je best hebt gedaan. Wat is op zo'n moment je reactie?
 - a. Ik leg de schuld bij mezelf. Ook al was het moeilijk, dan had ik er toch voor kunnen zorgen dat het resultaat goed genoeg was. Ik heb mijn groepsgenoten niet op hun (slechte) inzet gewezen.
 - b. Iedereen zal wel schuld hebben. We moeten kijken hoe we het de volgende keer beter kunnen doen.
 - c. Ik leg de schuld bij mijn groepsgenoten. Ik heb mijn best gedaan.
 - d. Het kan niet aan de groep liggen. Ik ga ervanuit dat iedereen een goede bijdrage heeft geleverd. De opdracht was waarschijnlijk niet duidelijk, de begeleiding niet goed of er is een andere oorzaak.
 - e. Ik twijfel tussen een van de bovenstaande antwoorden.

2. Bereken jouw score

Omcirkel jouw antwoorden in deze tabel.



Vraag 1	a	3	b	3	c	2	d	0		
Vraag 2	a	3	b	1	c	0				
Vraag 3	a	3	b	1	c	0				
Vraag 4	a	3	b	0	c	1				
Vraag 5	a	3	b	1	c	0				
Vraag 6	a	3	b	0	c	1				
Vraag 7	a	3	b	2	c	2	d	1	e	1
Vraag 8	a	3	b	2	c	1	d	1	e	1
Vraag 9	a	3	b	3	c	1	d	2	e	1

Tel de punten bij elkaar op:

Welke uitslag hoort bij jou?

Score	Uitslag
20 tot 37	Je hebt een goed ontwikkeld zelfbeeld.
12 tot 20	Je hebt je zelfbeeld al deels ontwikkeld, maar je kunt er zeker nog aan werken.
minder dan 12	Je hebt nog een onvolledig zelfbeeld.

Schrijf op of jij jezelf herkent in de uitslag. Waarom wel/niet?

3. *Bedenk jouw kwaliteiten en ontwikkelpunten*

Zet achter elke eigenschap een kruisje op de plek die het best bij jou past.



- ++ = Deze eigenschap past heel erg bij mij.
- + = Deze eigenschap past bij mij.
- +/- = Deze eigenschap past een beetje mij.
- = Deze eigenschap past niet bij mij.
- = Deze eigenschap past helemaal niet bij mij.

Goede eigenschap	++	+	+/-	-	--	Goede eigenschap	++	+	+/-	-	--
betrouwbaar						beleefd					
enthousiast						handig					
ijverig						zelfstandig					
gezellig						doorzetter					
aardig						verantwoordelijk					
vrolijk						humoristisch					
spontaan						netjes					
eerlijk						invoelend					
evenwichtig						nauwkeurig					
creatief						actief					
geduldig						zelfverzekerd					
serieus						kritisch					
zorgvuldig						behulpzaam					
zeker						ordelijk					
zorgzaam						zakelijk					

Welke vijf kwaliteiten kun jij inzetten in jouw opleiding? Op wat voor manier heb je daar iets aan in je opleiding? Kies uit de eigenschappen waarbij je + of ++ hebt ingevuld.

1	
2	
3	
4	
5	

Welke vijf eigenschappen wil je beter ontwikkelen? Hoe zou je die kunnen gaan ontwikkelen? Kies uit de eigenschappen waarbij je +/- of - - hebt ingevuld.

1	
2	
3	
4	
5	

1. KWALITEITEN

Opdracht 1 Bouwstenen

Tijd

2 uur



Doel

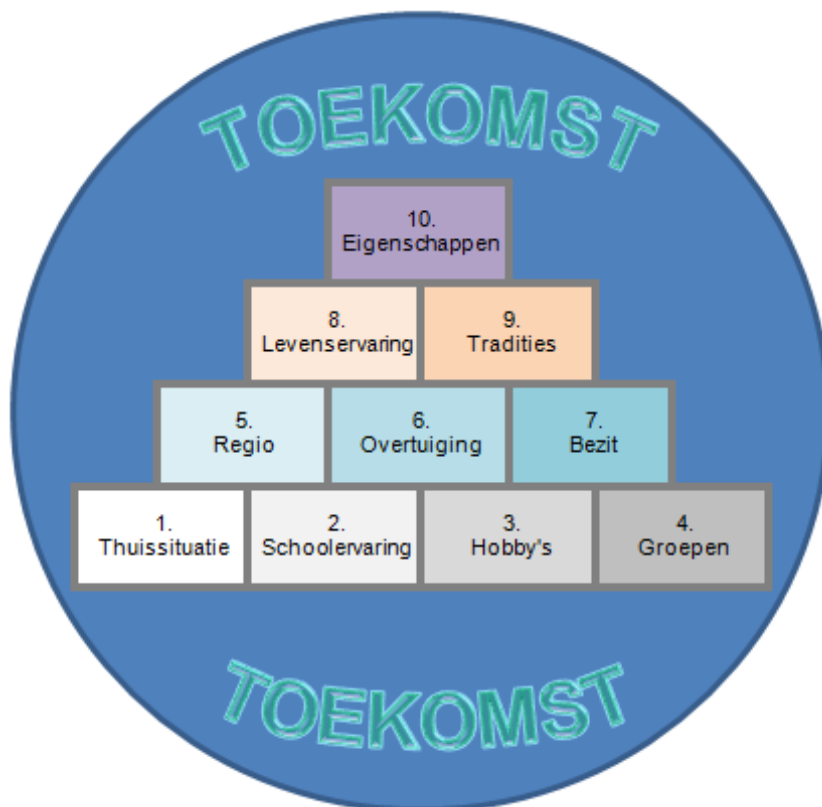
Je kunt:

- vertellen over wat belangrijk is geweest in jouw leven
- inzicht tonen in wie je bent

Weten

Door het vertellen van verhalen kijk je terug op je leven. Je deelt je ervaringen. De verhalen geven jou en anderen inzicht in wie je bent en waar je goed in bent.

Ervaringen uit je leven die belangrijk zijn geweest, noemen we bouwstenen. Gebruik juist de bouwstenen om jouw verhaal te vertellen. Dat is goed voor je zelfbeeld en interessant voor de mensen die met jou moeten werken en leven. Je bepaalt natuurlijk zelf wat je wel en niet wilt delen.



Er zijn tien bouwstenen die in een mensenleven belangrijk zijn. Deze bouwstenen hebben invloed op jouw toekomst.

Bouwsteen		Inhoud
1	Thuisituatie	<ul style="list-style-type: none"> • Uit wat voor gezin kom je? Ben je de oudste, de jongste, een nakomer, enig kind? Hoe vind je dat? • Bij wie woon je? Hoe vind je dat? • Welk beroep hebben je ouders? Heeft dat veel invloed op je opvoeding gehad? • Hoe is het contact tussen jou en de mensen uit het gezin? Waarover ben je wel/niet tevreden? • Weet je van je familieleden hoe je als baby/kleuter/schoolkind was? • Wat heb je van je moeder geleerd, van je vader en van je broer(s)/zus(sen)? • Hoe ben jij opgevoed? Hoe denk je daarover?
2	Schoolervaring	<ul style="list-style-type: none"> • Wat is je eerste herinnering aan de basisschool? • Welke fijne/nare herinneringen heb je aan school? Denk ook aan de leerkrachten en klasgenoten. • Waarop hebben leerkrachten invloed gehad op jou als persoon? • Heb je altijd met dezelfde kinderen opgetrokken? Waren er vaste vriendschappen, grote ruzies/breuken in vriendschappen? • Wat wilde je als kind worden? • Wat is voor jou het verschil tussen basis- en middelbare school en de opleiding die je nu volgt?
3	Hobby's	<ul style="list-style-type: none"> • Welke persoonlijke interesses had/heb je? • Op wat voor club heb je gezeten? Mocht je van je ouders zelf kiezen? • Wat betekenen vriendschappen voor je die je bij je hobby's/clubs hebt? • Heb je persoonlijke interesses die je niet met anderen deelt, gewoon voor jezelf? Wat betekenen die voor je?
4	Groepen	<ul style="list-style-type: none"> • Hoor jij bij een groep of bij meerdere groepen? (Denk aan clubs, familie, klas, enz.) • Gaat het vaak om een groep mensen van dezelfde leeftijd? • Waardoor voelde je je bij een groep wel/niet thuis? • Zijn alle groepen waar je ooit bij hoorde door je familie geaccepteerd? • Vind je het belangrijk om bij een groep te horen? Is deze behoefte tijdens je leven veranderd?
5	Regio	<ul style="list-style-type: none"> • Woon je in een dorp/stad? Woon je afgelegen? Woon je in een hechte buurt? Hoe ervaar je dat? • Lijkt het je leuk om later ergens anders te wonen? Wat trekt je daarin wel of juist niet aan? • Ben je wel eens verhuisd, hoe heb je dat ervaren? Kom je oorspronkelijk uit een ander land, andere streek of plaats? Zo ja, had/heeft dat invloed op jou? Hoe?
6	Overtuiging	<ul style="list-style-type: none"> • Welke godsdienst/levensovertuiging/politieke voorkeur hebben je ouders? • Heb je dat meegekregen in je opvoeding? Waaraan merk je dat? Welke invloed heeft dat op je en hoe belangrijk vind je dat? • Heeft godsdienst/geloven/politieke voorkeur een speciale rol (gehad) in je leven? • Wat is jouw vorm van geloven? • Wat is jouw vorm van politieke voorkeur? • Wat is voor jou het verschil tussen geloof en politieke voorkeur?
7	Bezit	<ul style="list-style-type: none"> • Kun je gemakkelijk spullen delen met anderen? • Ben je erg gehecht aan je eigen spullen? Welke spullen hebben een speciale betekenis voor je? Waarom? • Hoe ga je om met spullen van andere mensen?

Bouwsteen		Inhoud
8	Levenservaring	<ul style="list-style-type: none"> • Zijn er ingrijpende gebeurtenissen geweest in je leven? Hierbij kun je aan vrolijke en verdrietige dingen denken. • Wat heeft dit in jouw leven betekend? Speelt het nu (nog) een rol in je leven? • Welke mensen hebben hierbij een rol gespeeld? Ben je teleurgesteld/gesteund door hen?
9	Tradities	<ul style="list-style-type: none"> • Welke waarden en normen heb je van thuis meegekregen? Wat vinden jouw ouders erg belangrijk? Zijn je ouders streng, mag je alles? Eten jullie altijd samen, moet je meehelpen thuis, je kamer opruimen enz. • Hebben jullie een grote of een kleine familie; opa's, oma's, ooms, tantes, neven, nichten? Doen jullie veel samen? • Vieren jullie in het gezin verjaardagen en feestdagen op een eigen manier? Zoals: <ul style="list-style-type: none"> - Kerstmis - Sinterklaas - Nieuwjaar
10	Eigenschappen	<ul style="list-style-type: none"> • Als anderen jou beschrijven, wat vertellen ze dan? Welke eigenschappen vind je echt bij jou horen? Welke niet? • Welke eigenschappen zou je graag willen hebben en waarom? • Bij wie ben je het meest jezelf en waaraan merk je dat? • Van wie krijg je waardering of kritiek over hoe je bent/doet? Wat doet dat met jou? • In welke situaties voel je je zeker of onzeker? Hoe komt dat?
	Toekomst	<ul style="list-style-type: none"> • Hoe ga je jouw ervaringen en eigenschappen in de toekomst gebruiken? Kun je noemen waar je aan gaat werken? En hoe je dat gaat doen? • Hoe hoop je dat de wereld er voor jou over 10 jaar uitziet? • Wat voor beroep zou je willen uitoefenen?

Opdracht

Kies minimaal vijf bouwstenen. Vertel met deze bouwstenen jouw verhaal. Kies zelf de vorm waarin je dat doet. Denk aan:

- zelf 'spelen' en (laten) filmen
- selfies met uitleg erbij
- jouw verhaal vertellen en daarvan een geluidsopname maken
- geschreven verhaal met hoofdstukken
- stripverhaal
- kunstwerk of collage met uitleg erbij
- foto's van voorwerpen en symbolen met een verhaal of gedicht erbij

Werk naast deze bouwstenen in elk geval uit hoe jij jouw toekomst ziet. Belangrijk is dat andere leerlingen en docenten horen, zien, begrijpen:

- wie jij bent (en hoe dat zo gekomen is)
- hoe jij jouw toekomst ziet (en waar dat beeld vandaan komt)

Je mag samenwerken en om hulp vragen.

Je mag meerdere werkvormen kiezen, maar dat hoeft niet.

Je mag bouwstenen combineren.

Opdracht 2 Kwaliteitenspel*Tijd*

1 uur

*Doel*

Je kunt je eigen kwaliteiten aangeven.

Opdracht

- a. Speel met klasgenoten het kwaliteitenspel (aanwezig op school). De docent legt uit hoe het werkt. Let op: behandel elkaar met respect. Geef feedback volgens de feedbackregels. (Zie LOB 1 Hoe werk ik op school? - Opdracht 8:

http://maken.wikiwijs.nl/52181/LOB_1_Hoe_werk_ik_op_school_#!page-906800.)

- b. Noteer na afloop jouw kwaliteiten.

Mijn kwaliteiten	

Opdracht 3 Kernkwadranten*Tijd*

1 uur

*Doel*

Je kunt inzicht tonen in je sterke en zwakke punten.

Weten

Kernkwaliteiten zijn positieve eigenschappen die bij jou horen. Je hebt ze ontwikkeld door de jaren heen. Ze bepalen voor een belangrijk deel jouw houding en gedrag. Door het opstellen van een kernkwadrant krijg je inzicht in wat je sterke en zwakke punten zijn. Zo kun je goed zien waarin jij je nog verder kunt ontwikkelen.

Een kernkwadrant bestaat uit vier delen. In het eerste vak staat de kwaliteit waar het om gaat. Bij elke kwaliteit hoort een valkuil, een allergie en een uitdaging.

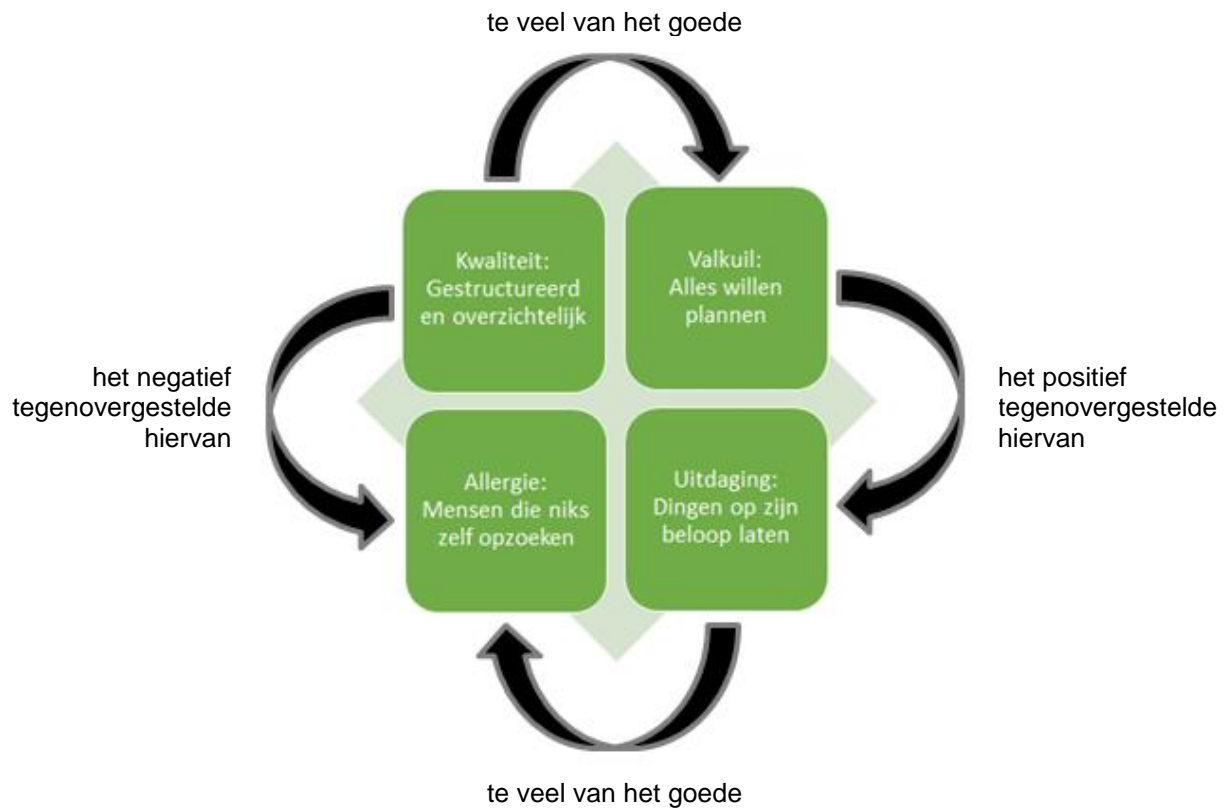
Pas als je de valkuil kent en jouw uitdaging, kun je jezelf ontwikkelen.

Als jij bijvoorbeeld altijd heel gestructureerd werkt, is dat een kwaliteit van jou. Dit kan doorschieten tot een valkuil, zoals 'alles te precies willen plannen'. Je zou kunnen proberen alles een keer op zijn beloop te laten en kijken waar het schip strandt. Dit is dan jouw uitdaging. Als je zelf ordelijk bent, kun je je ergeren aan mensen die dit helemaal niet zijn. Dit is je allergie. Die ergernis kan minder worden door je hiervan bewust te zijn.



Als je een kernkwadrant invult, begin je bij de kwaliteit. Verder is de volgorde niet belangrijk. Hoe kom je aan de beschrijving van de valkuil, uitdaging en allergie?

kwaliteit	te veel van het goede	→	valkuil
valkuil	het positief tegenovergestelde hiervan	→	uitdaging
uitdaging	te veel van het goede	→	allergie
kwaliteit	het negatief tegenovergestelde hiervan	→	allergie



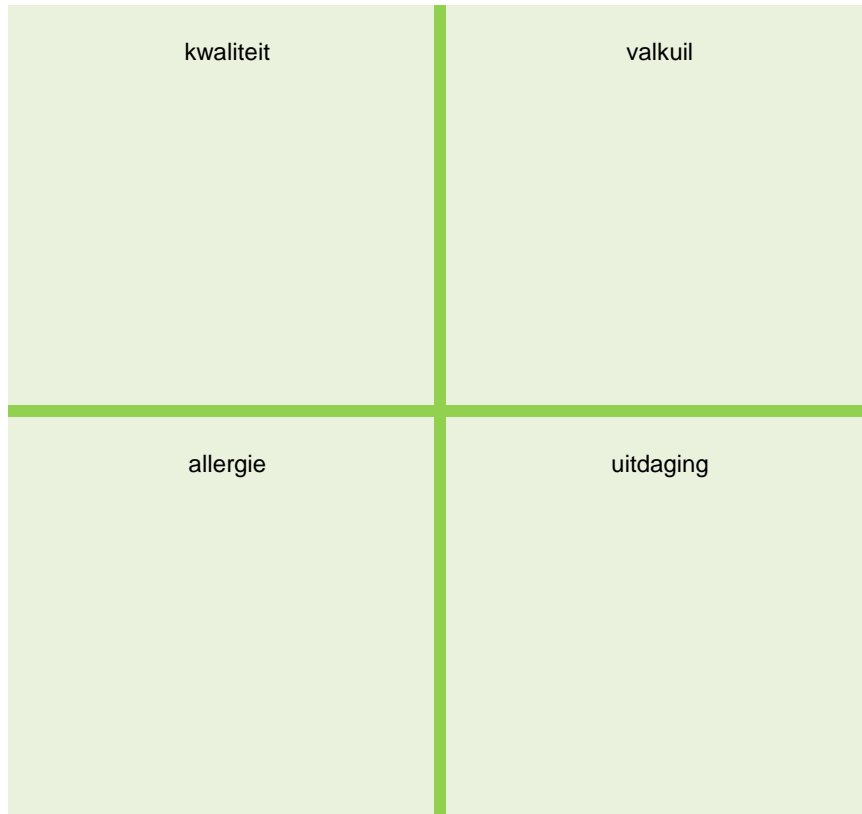
Opdracht

Kies twee van jouw grootste kwaliteiten. Werk ze uit in een kernkwadrant.
(Docent: Zie ook *Docentbijlage Kwaliteiten en valkuilen.*)

1.

kwaliteit	valkuil
allergie	uitdaging

2.



PORTFOLIO-OPDRACHT 1

KWALITEITEN

Tijd

1 uur



Doel

Je kunt laten zien dat jij jouw kwaliteiten en valkuilen herkent in jouw dagelijkse leven.

Weten

In deze opdracht ga je krantenartikelen schrijven over de kwaliteiten en valkuilen van een ander. Hieronder staat een goed voorbeeld:

12-08-2014

DOORZETTER GEVONDEN! ①

's-Hertogenbosch - Ondanks dat hij het zelf niet wil geloven, blijkt Marijn een doorzetter. Onze verslaggever is met hem aan tafel gaan zitten om uit te zoeken waarom dat zo is.

Marijn vertelde het volgende: ik deed al een tijdje aan kickboksen. Ik denk dat ik er al drie jaar mee bezig was en af en toe kletste ik met mijn trainer nog even wat na wanneer de training afgelopen was. Op dat moment woonde ik net op kamers en was ik aan mijn studie begonnen bij Helicon. Hij vroeg me hoe dat ik vond dat het met mijn conditie en techniek ging. ook vroeg hij me hoe het was om op mezelf te wonen. Ik vertelde dat ik moeite had met rond te komen waarop hij, Machiel, reageerde dat hij wel wist hoe ik een mooi centje kon bijverdienen. Hij had namelijk naast lesgeven een cateringbedrijf. Dat bedrijf was gespecialiseerd in speciale doelgroepen en elk jaar ging hij naar een plaatsje in Duitsland om op een boeddhistisch festival de catering te verzorgen. Het hield in vier weken lang zeven dagen werken en dat ongeveer 14 uur per dag. Twee weken later stond ik tafels in elkaar te schroeven en vegetarisch eten te koken voor 2000 boeddhisten die drie



keer per dag te eten moesten hebben. Na twee weken wilde ik weg, want ik was doodmoe en had geen idee hoe ik dat in godsnaam vol moest houden. Het moe zijn, maakte me verdrietig en chagrijnig, maar in de laatste week werd ik weer sterker om op de laatste avond, bij het afbreken en opruimen, hard tegen mijn arm gestompt te worden. Meteen hoorde ik een harde schaterlach en daar stond Machiel naast me die zei: "Ik had dit niet verwacht, je hebt voor drie man gewerkt en dat 28 dagen lang; mijn complimenten". Ik had 1200 Euro verdiend en thuis in Tilburg mocht ik van Machiel de beginnerslessen gaan geven.



Er is dus echt een doorzetter gevonden, zonder dat hij dat wist of durfde toe te geven. Marijn is een jongen die weet wat hard werken is!

Van onze verslaggever: Ben Schrijver



Opdracht**1. Voorbereiding**

Vorm een tweetal.

In opdracht 3 heb je twee kwaliteiten uitgewerkt in een kernkwadrant.

Kies één kwaliteit en de valkuil die erbij hoort.



Kwaliteit	Valkuil

Heb je opdracht 3 niet gemaakt? Kies dan nu één van jouw kwaliteiten. Formuleer in overleg met de docent de valkuil die erbij past (zie Docentbijlage Kwaliteiten en valkuilen).

2. Vraaggesprek

Bekijk de kwaliteit en valkuil van de ander. Waarom horen ze bij hem/haar? Ga samen op zoek naar voorbeelden van gebeurtenissen en acties waar deze kwaliteiten en valkuilen duidelijk naar voren komen. Denk aan hobby's, school, werk, familie, vrienden, enz. Denk niet te ver in het verleden.



Belicht twee kanten: zakelijk (Wat gebeurde er precies?) en emotioneel (Hoe voelde dat?).

Noteer alleen de verhalen van de ander. Niet die van jezelf.

Luister dus goed. Stel vragen. Vraag door om zaken te verduidelijken. Vat samen.

Voorbeeldvragen:

- Wat is het eerste dat je te binnen schiet wanneer jij denkt aan de kwaliteit in combinatie met jou?
- Welke gebeurtenissen zie je voor je als je denkt aan de kwaliteit/valkuil?
- Op welke momenten zie je deze kwaliteit/valkuil wel eens bij jezelf?
- Denk eens aan school. Heb je daar deze kwaliteit/valkuil wel eens laten zien?
- Hoor jij bij een club of team? Heb je daar deze kwaliteit/valkuil wel eens laten zien?
- Denk eens aan een familiebijeenkomst of een uitje met vrienden. Heb je daar deze kwaliteit/valkuil wel eens laten zien?
- Wat gebeurde er? Wat deed je of zei je?
- Hoe voelde jij je toen?
- Wat vond je fijn/niet fijn?
- Waren de mensen om je heen trots op je?
- Waren de mensen om je heen boos op je?
- Wat vond je er zelf van?
- Zou je dit de volgende keer weer zo doen?

3. Artikelen schrijven

Werk voor de kwaliteit en valkuil drie korte, heldere verhalen uit. Je schrijft in totaal dus zes verhalen. Doe dit in de vorm van krantenartikelen.

- De titel van het artikel is de kwaliteit of valkuil waarover het gaat, met daarachter nummer 1, 2 of 3.
- Zorg voor minimaal één afbeelding per artikel.
- Noteer de datum en plaats bovenaan.
- Noteer wat er precies gebeurde en hoe dit voelde voor de hoofdpersoon.
- Noteer de naam van de journalist onderaan.



4. Portfolio

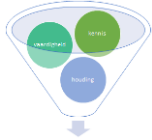
Bewaar de artikelen die je als journalist hebt geschreven en de artikelen die gaan over jouw kwaliteiten en valkuilen in je portfolio.

2. COMPETENTIES

Opdracht 4 Uitleg

Tijd

1 uur

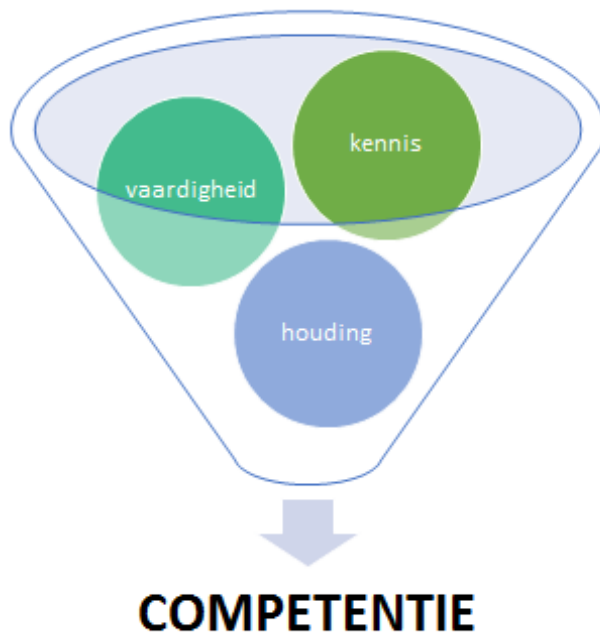


Doel

Je kunt competenties vanuit verschillende rollen in het werkveld onderzoeken.

Weten

Om de opleiding succesvol af te ronden moet je een aantal competenties kunnen aantonen. Competenties hebben te maken met kennis, vaardigheid en houding. Voldoende kennis en vaardigheid en een goede houding heb je nodig om een goede baan te vinden en te houden.



Onderstaande negen competenties zijn door Helicon geselecteerd. Hieraan werk je tijdens je opleiding. We meten ze regelmatig.

Categorie	Competentie	Inhoud
Leidinggeven en beslissen	Beslissen en activiteiten initiëren	zelfvertrouwen tonen
		op eigen initiatief handelen
		beslissingen durven nemen
		acties en activiteiten initiëren
		afgewogen risico's nemen
		verantwoordelijkheid nemen voor eigen beslissing/initiatief
Ondersteunen en samenwerken	Samenwerken & overleggen	zichzelf kennen en laten zien
		openhartig en oprecht communiceren
		anderen raadplegen en betrekken
		afstemmen
		aanpassen aan de groep
		bevorderen van teamgeest
		proactief informeren
bijdrage van anderen waarderen		
Omgaan met anderen en presenteren	Presenteren	enthousiasme uitstralen
		kernachtig communiceren
		duidelijk uitleggen en toelichten
		betrouwbaarheid en deskundigheid uitstralen
		op de toehoorder(s)/toeschouwer(s) inspelen
		humor gebruiken
onderhoudend communiceren		
Analyseren en interpreteren	Formuleren en rapporteren	correct formuleren
		nauwkeurig en volledig rapporteren
		structuur aanbrengen
		vlot en bondig formuleren
		communicatie op de ontvanger(s) richten
		aantrekkelijk en boeiend formuleren
	Vakdeskundigheid toepassen	vakspecifieke fysieke kwaliteiten tonen
		vakspecifieke manuele vaardigheden aanwenden
		vakspecifieke mentale vermogens aanwenden
		expertise delen
	Materialen & middelen inzetten	gevoel voor ruimte en richting tonen
		goed zorg dragen voor materialen en middelen
materialen en middelen doeltreffend gebruiken		
materialen en middelen efficiënt gebruiken		
		geschikte materialen en middelen kiezen
Creëren en conceptuualiseren	Onderzoeken	informatie achterhalen
		openstaan voor nieuwe informatie
	Leren	vanuit meerdere invalshoeken kijken
		leren van feedback en fouten
		vakkennis en -vaardigheden bijhouden
		zichzelf verder willen ontwikkelen
Organiseren en uitvoeren	Plannen en organiseren	tijd indelen & bewaken
		activiteiten plannen
		mensen & middelen organiseren
		voortgang bewaken
		doelen en prioriteiten stellen

Opdracht

De docent legt uit wat competenties zijn. Bekijk de negen competenties van Helicon. Vorm groepen. Elke groep neemt vier grote vellen papier. Noteer boven aan het eerste blad het woord 'leerling', boven het tweede *docent*, boven het derde 'werknemer' en boven het vierde 'werkgever'.

Noteer op het vel 'leerling':

- de twee competenties die jullie het meest belangrijk vinden als leerling
- de vijf componenten die jullie het meest belangrijk vinden als leerling

Noteer op het vel 'docent':

- de twee competenties die jullie het meest belangrijk vinden als docent
- de vijf componenten die jullie het meest belangrijk vinden als docent

Noteer op het vel 'werknemer':

- de twee competenties die jullie het meest belangrijk vinden als werknemer
- de vijf componenten die jullie het meest belangrijk vinden als werknemer

Noteer op het vel 'werkgever':

- de twee competenties die jullie het meest belangrijk vinden als werkgever
- de vijf componenten die jullie het meest belangrijk vinden als werkgever

Leg jullie antwoorden naast die van de andere groepen. Vergelijk. Geef goede argumenten bij jullie antwoorden.

Bepaal samen met de docent welke groep kwam met de beste argumenten.

Opdracht 5 Competenties in beeld en geluid

Tijd

1 uur



Doel

Je kunt een herkenbaar voorbeeld bij een competentie geven met daarbij ook het tegenovergestelde van die competentie.

Opdracht

Vorm drie groepen. Elke groep krijgt drie competenties toegewezen (zie lijst in opdracht 4). De groepen weten niet van elkaar welke competenties zij hebben. Overleg met je groep. Jullie moeten van elke competentie twee voorbeelden geven (in totaal dus zes voorbeelden). Het eerste voorbeeld brengt de competentie helder in beeld. Het tweede voorbeeld laat juist het tegenovergestelde zien. De voorbeelden moeten passen bij de sector.

Maak bij alle voorbeelden een:

- tekening
- foto
- gedicht
- lied
- toneelstukje
- ...

Verdeel de taken en werk goed door. Help elkaar waar nodig.

Presenteer om beurten de resultaten aan de groepen. Raad om welke competenties het gaat. Leg uit waaraan je dat kunt zien/horen.

Opdracht 6 Twee competenties uitgewerkt voor mij

Tijd

40 minuten



Doel

Je kunt:

- aangeven welke competenties voor jou belangrijk zijn
- met voorbeelden uitleggen in hoeverre jij een competentie al beheerst

Opdracht

Welke twee competenties vind jij het meest belangrijk (uit de lijst in opdracht 4)? En in hoeverre beheers jij ze al? Zet een streepje op de lijn om jouw niveau aan te wijzen.

	Competentie	Ik beheers dit nog helemaal niet.	Ik ben aardig op weg.	Ik beheers dit heel goed.
1		●—————●		
2		●—————●		

Leg met praktijkvoorbeelden uit waarom je de streepjes op deze plek hebt gezet. Denk aan gebeurtenissen binnen familie, vereniging, vriendenclub, school, BPV, werk enz.

1.

2.

PORTFOLIO-OPDRACHT 2

COMPETENTIES

Tijd

1 uur

Doel



Je kunt:

- een competentiescan invullen
- een goed beeld van jouw ontwikkeling geven

Opdracht

1. Uitleg competentiescan

De docent legt uit waar je de digitale competentiescan vindt

(https://vibe.mijnhelicon.nl/ssf/a/c/p_name/ss_forum/p_action/1/binderId/98241/action/view_permalink/entityType/folder/vibeonprem_url/1) en hoe hij werkt.

2. Invullen scan

Vul de competentiescan in.

Laat ook jouw mentor/coach/docent/werkgever de scan voor jou invullen (kies in overleg met de docent wie dit gaat doen).

Voor mij vult in: _____

3. Lezen scan

Lees de scan met behulp van onderstaande vragen. Het is belangrijk dat je antwoord krijgt op deze vragen. Zo kun je conclusies vormen. Je krijgt een goed beeld van jezelf, van je kwaliteiten en van je valkuilen.

- Bij welke competentie(s) scoor je gemiddeld het hoogst?
- Bedenk een praktijkvoorbeeld hierbij.
- Hoe komt het dat je hier hoog scoort?
- Bij welke competentie(s) scoor je gemiddeld het laagst?
- Geef een praktijkvoorbeeld hierbij.
- Hoe komt het dat je hier laag scoort?
- Bij welke competentie(s) is er een groot verschil tussen jouw antwoorden en die van je mentor/coach/docent en/of werkgever?
- Hoe komt dit?
- Wat vind je hiervan?

4. Conclusie schrijven

Schrijf een conclusie bij jouw competentiescan:

- een verhaal
- minimaal 50 woorden
- maximaal 300 woorden
- belangrijkste bevindingen staan erin



EINDOPDRACHT

Tijd

- 10 minuten in de klas uitleg en opstart
- zoveel tijd als nodig ter voorbereiding op de presentatie (overleg met docent, huiswerk)
- minimaal 3 en maximaal 6 minuten per presentatie (per leerling) in eigen tijd
- minimaal 3 en maximaal 6 minuten per presentatie (per leerling) in klas (overleg met docent)

Doel



Je kunt laten zien dat je:

- reflecteert op je kwaliteiten
- weet waar je goed in bent
- weet wat je valkuilen zijn
- jezelf en jouw ontwikkeling kunt presenteren aan anderen

Opdracht

De docent vertelt wat jullie gaan doen. Voorbeelden:

Film over jezelf	Maak een film over jezelf. De film gaat over jouw persoonlijkheid, bouwstenen, kwaliteiten en valkuilen. Gebruik hierbij de opdrachten uit dit thema. Je bereidt jouw presentatie voor (oefen vooraf en zet alle hulpmiddelen klaar). Je presenteert jezelf in eigen tijd aan 5 leerlingen. De presentatie duurt drie tot zes minuten. Je noteert de feedback die je ontvangt. Lever de film en de feedback in bij de docent. In overleg met je docent houd je een presentatie voor de klas.
Fotoreportage over jezelf	Maak een fotoreportage over jezelf. De reportage gaat over jouw persoonlijkheid, bouwstenen, kwaliteiten en valkuilen. Gebruik hierbij de opdrachten uit dit thema. Je bereidt jouw presentatie voor (oefen vooraf en zet alle hulpmiddelen klaar). Je presenteert jezelf in eigen tijd aan vijf leerlingen. De presentatie duurt drie tot zes minuten. Je noteert de feedback die je ontvangt. Lever de reportage en de feedback in bij de docent. In overleg met je docent houd je een presentatie voor de klas.
Prezi, PowerPoint of collage	Maak een presentatie in Prezi of PowerPoint over jezelf of maak een collage. De presentatie gaat over jouw persoonlijkheid, bouwstenen, kwaliteiten, valkuilen. Gebruik hierbij de opdrachten uit dit thema. Je bereidt jouw presentatie voor (oefen vooraf en zet alle hulpmiddelen klaar). Je presenteert jezelf in eigen tijd aan vijf leerlingen. De presentatie duurt drie tot zes minuten. Je noteert de feedback die je ontvangt. Lever de reportage en de feedback in bij de docent. In overleg met je docent houd je een presentatie voor de klas.
Iets anders creatiefs	<p>Bedenk iets creatiefs over jezelf. Aan de orde moet komen: jouw persoonlijkheid, bouwstenen, kwaliteiten, valkuilen. Gebruik hierbij de opdrachten uit dit thema.</p> <p>Bijvoorbeeld: als je erg hard overkomt maar werkelijk heel zachtvaardig bent kun je een stevig blik meenemen dat gevuld is met zachte stoffen. Blijf letten op de eisen die gesteld worden aan de inhoud van de presentatie. Jouw creatieve idee moet je mee kunnen nemen naar school.</p> <p>Je bereidt jouw presentatie voor (oefen vooraf en zet alle hulpmiddelen klaar). Je presenteert jezelf in de laatste les aan (een deel van) de klas en de docent. Leg uit waarom je hiervoor gekozen hebt. De presentatie duurt drie tot zes minuten. Je krijgt feedback.</p>

De docent noemt bij elke presentatie een kwaliteit en indien van toepassing ook een valkuil. Laat aan je docent zien dat je de doelen bij deze eindopdracht hebt bereikt. Heb je deze doelen bereikt en is je portfolio op orde? Dan heb je dit LOB-thema behaald.