



# Das mache ich am liebsten

## Ziele

- ▶ Steigerung des Selbstwertgefühls durch die Erkenntnis „Ich kann ganz viel!“
- ▶ Befähigung zur Beschreibung eigener Interessen und Stärken

*Die Tln. werden angeregt, über ihre bereits vorhandenen Fähigkeiten nachzudenken, indem sie ihr aktuelles Hauptinteresse mit maximal acht Aspekten beschreiben und mit diesem zusammenhängende Tätigkeiten benennen.*



ab Klasse 7  
Fachbezug: Fremdsprachen,  
Philosophie, Sozialkunde



Klassenraum



eine Lehrkraft



Vorbereitung: 5 Min.  
Durchführung: 45 Min.



• je Tln.:  
- 1 AB „Das mache ich am liebsten“  
- 1 Stift



Einzelarbeit, Plenum

Diese Aufgabe besteht aus drei Teilaufgaben und einer anschließenden Reflexion. In Teilaufgabe 1) notieren die Tln. auf dem AB „Das mache ich am liebsten“ Angaben zu ihrem aktuellen Hauptinteresse.

In Teilaufgabe 2) benennen die Tln., welchen konkreten Tätigkeiten sie bei der Ausübung nachgehen, und leiten daraus erworbene Fähigkeiten ab.

Teilaufgabe 3) beinhaltet die Verbalisierung der Interessen, Tätigkeiten und Fähigkeiten im Plenum.

Es schließt sich eine Reflexion an.

### **1** Vorbereitung

Das AB „Das mache ich am liebsten“ wird für alle Tln. kopiert.

### **2** Anmoderation der Aufgabe

„Was man besonders gern macht, kann man meistens auch gut. Was tut ihr derzeit am liebsten? Schreibt es in die Mitte des Oktopusses! Das kann ein Hobby sein oder eine Sache, für die ihr zurzeit brennt oder mit der ihr euch viel beschäftigt. Schreibt in die Tentakel des Oktopusses acht Aspekte, die damit zusammenhängen. Leitet aus diesen Tätigkeiten Fähigkeiten ab.

Habt ihr z. B. ‚Computer spielen‘ notiert, könnt ihr festhalten, welche Spiele ihr spielt, dass ihr euch ‚lange konzentrieren‘ oder ‚schnell reagieren‘ könnt.

Am Ende überlegt bitte: Wie viel Zeit verbringt ihr pro Woche mit diesem Interesse? Tragt die Stunden in das freie Feld ein!“

## Das mache ich am liebsten

### 3 Verlauf

Die Tln. füllen das AB „Das mache ich am liebsten“ aus.

Im Kopf des Oktopusses notieren sie ihr Hauptinteresse. In die Tentakel schreiben sie maximal acht Aspekte, die mit dem Interesse zusammenhängen.

Sie überlegen, wie viel Zeit pro Woche sie diesem Interesse widmen.

Im zweiten Teil der Aufgabe notieren die Tln. zunächst die konkreten Tätigkeiten bei der Ausübung des Interesses. Anschließend reflektieren sie, was ihnen dabei besonders gefällt und leiten Fähigkeiten ab, die sie aufgrund dieser Tätigkeit besitzen (z. B. „PS4 spielen“ - „Reaktionsfähigkeit“, „lange konzentrieren können“, „gute Feinmotorik“).

Im dritten Teil der Aufgabe kommen alle Tln. im Plenum zusammen und stellen sich als Expert\*in für das jeweilige Thema (Interesse) vor. Sie fassen kurz zusammen, was alles mit ihrem Interesse zusammenhängt und welche Fähigkeiten damit einhergehen.

### V Möglichkeiten der Variation

Tln., die viel Zeit benötigen, bearbeiten die drei Aufgaben unter dem Oktopus nicht. Tln., die schnell fertig sind, können den Oktopus individuell gestalten.

### 4 Reflexion der Aufgabe und des Ergebnisses

Folgende Reflexionsfragen bieten sich an:

- „Was fiel euch leicht beim Ausfüllen des Oktopusses?“
- „Was fiel schwer?“
- „Was habt ihr über die Bedeutung von Interessen gelernt?“

### 5 Ergebnissicherung

Das AB „Das mache ich am liebsten“ wird im Berufswahlportfolio abgeheftet.

### 6 Nachbereitung und Optionen für die Weiterarbeit

Als Aufgabe für die Weiterarbeit bietet sich die Aufgabe „Interessen- und Stärkencheck“ an.

Die Ergebnisse der Tln. können für die Bearbeitung der Aufgabe „Das Schwarze Brett der Stärken“ genutzt werden.

*Zu beschreiben, was ihre Interessen sind, fällt einigen Tln. sehr schwer – vor allem dann, wenn diese Interessen schwerpunktmäßig in den Bereichen „Netflix schauen“, „PS4 spielen“, „Chillen“, „Schlafen“, „Essen“ o. ä. liegen. Hier ist es hilfreich, wenn Sie einige Denkanstöße vorbereiten, z. B. zu „Netflix schauen“:*

- „Welche Serien, Filme etc. interessieren dich besonders?“
- „Aus welchen Gründen interessieren sie dich?“
- „Wer von deinen Freund\*innen bzw. Verwandten schaut diese Serien auch? Unterhältst du dich mit diesen Personen über diese Serien?“
- „Über welche besonderen Kenntnisse verfügst du aufgrund des Schauens dieser Serien?“
- „Wozu dient dir ‚Netflix schauen‘ – Entspannung und Erholung oder Aktivierung oder als Gesprächsanlass mit Freunden?“



Idee:  
AG SELFIE