

PRAO DAGBOK

PRAKTISK ARBETSLIVSORIENTERING,
MATTLIDENS SKOLA

DATUM _____



Designa själv en bild som har att göra med din prao-plats, en logo el ett urklipp går också bra.

Elevens namn och klass _____

10 REGLER PÅ ARBETSPLATSEN



- * var punktlig och kom i tid
- * meddela arbetsgivaren om du är frånvarande någon dag
- * var artig och saklig
- * klä dig på ett sätt som ditt arbete förutsätter
- * presentera dig för dina arbetskamrater
- * sköt dina uppgifter noggrant och kom med egna initiativ
- * var intresserad av uppgifterna och arbetsplatsen
- * ta ansvar för vad du gör
- * respektera arbetsplatsens regler

Kom ihåg att du representerar skolan medan du är på PRAO!!





PRAODAGBOK 2007

1. Vad tycker du att är viktigt att tänka på när man väljer yrke och arbetsplats i framtiden?

2. Hur många platser var du tvungen att gå till och fråga efter prao-jobb före du fick ett?

Obs! Tredje frågan bör fyllas i första dagen.

3. Beskriv dina intryck efter första PRAO-dagen, ändra inte denna text senare.

4. Hurudan hjälp fick du för att kunna börja jobba på din prao-plats?
Vem hjälpte dej med att komma igång?

5. Beskriv din arbetsplats. Vilken typ av verksamhet sysslar man med, vilken bransch representerar din arbetsplats? Cirka hur många personer är anställda där? Be din handledare på arbetsplatsen hjälpa dig med svaren vid behov.

6. Vilka var dina huvudsakliga arbetsuppgifter? Vad tyckte du om dessa uppgifter? Värdera uppgifterna genom att ringa in ett av numren, 3 är högsta och 1 är lägsta poäng.



a) _____	1	2	3
b) _____	1	2	3
c) _____	1	2	3

7a. Vad tyckte du bäst om att göra, varför?



7b. Vad tyckte du sämst om att göra, varför?



8. Vad skiljer arbetsliv från skolliv?

9. Berätta ett minne från din PRAO, någonting som hände eller som du gjorde.

10. Vilken var din vanliga arbetstid _____

11. Kan du i framtiden tänka dej att vara anställd inom denna bransch?

12 a. Hur bedömer du själv din insats på din prao-plats?

0. Jag hade förberett mig bra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1. Jag höll tiderna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jag tog själv initiativ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Jag lärde mej mycket nytt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jag lärde känna personalen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Jag bad om hjälp om jag inte visste vad jag skulle göra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jag visade intresse för arbetsplatsen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Jag höll lunchtiderna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Jag gjorde alla uppgifter som jag fick	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Jag städade upp efter mej	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Jag hälsade när jag kom och när jag gick	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12b. Hur bedömer du själv din prao-arbetsplats?

0. Man var välförberedd att ta emot mig
1. Stämningen på arbetsplatsen var
2. Jag blev emottagen
3. Arbetstagarnas beteende mot mig var
4. Jag skulle vilja sommarjobba där
5. Jag visste vad jag skulle göra
6. Jag visste vem min handledare på arbetsplatsen var
7. Man berättade för mig om arbetsplatsens regler
8. Det var en bra prao-plats

13. Vilket vitsord skulle du ge för din prao-period?

14. Kommer du att ha nytta av prao-perioden med tanke på din framtid?

jo lite knappast

15. Beskriv en typisk dag på din arbetsplats

16. Tag reda på följande uppgifter. Be handledaren på arbetsplatsen om hjälp.

Ge exempel på ett yrke som finns representerat på din arbetsplats

Beskriv yrket närmare:

Arbetsuppgifter:

Egenskaper som behövs för yrket:

Lämplig utbildning för yrket:

