

Praktikumsleitfaden für Schüler*innen

Hallo
BERUF





Impressum

Herausgeber:

Handwerkskammer Halle (Saale)
Gräfestr. 24, 06110 Halle (Saale)
www.hwkhalle.de

Bildnachweis:

Shutterstock.com Titelseite
kzenon@stock.adobe.com, S. 5, 15
Shutterstock.com, S. 7

Praktikumsleitfaden für Schüler*innen

Praktikum – mehr als nur eine „Pause“ von der Schule.

Liebe Schülerinnen und Schüler,

stellt euch vor, ihr könntet schon heute einen ersten Schritt in eure berufliche Zukunft machen. Ein Praktikum bietet genau diese Chance – es öffnet Türen zu neuen Erfahrungen, spannenden Entdeckungen und wertvollen Kontakten.

53 Prozent der Auszubildenden im 1. Ausbildungsjahr geben an, dass das Praktikum ihnen bei der Berufswahl am meisten geholfen hat*. Doch ein Praktikum ist noch viel mehr: Es ist die Gelegenheit, eigene Interessen und Talente zu entdecken und zu erfahren, wie es sich wirklich anfühlt, in einem Berufsfeld zu arbeiten.

Neugierig geworden?

Dann blättere weiter und lass dich von den vielen Möglichkeiten inspirieren, die ein Praktikum bieten kann. Deine Zukunft beginnt jetzt – mit dem ersten Schritt!

Garantiert fündig werden mit

hallo-beruf.de

Reinschauen. Berufe checken. Loslegen!

*Azubi-Umfrage der IHK 2025



INHALTSVERZEICHNIS

1	Gesetzliche Regelungen.....	7
2	Rahmenbedingungen	8
3	Praktikumsarten	10
4	Welcher Beruf passt zu mir	13
5	Vor dem Praktikum	14
6	Während des Praktikums	16
7	Nach dem Praktikum	18





Hallo- BERUF.de

Klick dich rein und suche auf www.hallo-beruf.de
nach deinem Ausbildungs-/Praktikumsangebot in der Region!

Die Suchplattform für Ausbildungs und Praktikumsangebote in Sachsen-Anhalt!

Du bist dir noch unsicher, was du in der Zukunft machen möchtest? Ein Praktikum ist ein guter Weg, um einen realen Einblick in die Anforderungen des Berufslebens zu gewinnen. Dabei kannst du erste Berufserfahrung sammeln und herausfinden, wo deine Stärken liegen. Möglicherweise kannst du auch deinen zukünftigen Ausbildungsbetrieb kennenlernen!

Vielleicht hast du aber auch schon eine Idee, was du mal werden willst? Dann ist unsere Suchplattform ebenfalls eine gute Möglichkeit, deinen Ausbildungsplatz zu finden!

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Forschung, Technologie
und Raumfahrt

Bildungsketten 

Das Projekt wird gefördert vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt
im Rahmen der Initiative Bildungsketten.



Good to know:

Zunächst möchten wir dir und deinen Eltern einen klaren Überblick über die wichtigsten Informationen zum Thema Praktikum geben. Hier findest du die wichtigsten gesetzlichen Regelungen sowie eine Übersicht der Praktikumsarten, die dir helfen, dich gut vorzubereiten und sicher durch das Praktikum zu navigieren.



Jugendarbeitsschutzgesetz
(JArbSchG) www.gesetze-im-internet.de/jarbschg

1. Gesetzliche Regelungen

Ein Praktikum unterliegt in Deutschland bestimmten gesetzlichen Vorgaben. Besonders wichtig ist, dass Praktika nicht nur als „Auszeit“ von der Schule verstanden werden, sondern auch rechtliche Aspekte wie Arbeitszeiten, Vergütung und Versicherung beinhalten. Die wichtigsten gesetzlichen Grundlagen:

2. RAHMENBEDINGUNGEN

	Schülerbetriebspraktikum	Freiwilliges (Ferien-) Praktikum
Mindestalter	Bei Pflichtpraktika ist kein Mindestalter vorgeschrieben. Das Beschäftigungsverbot gilt nicht, nur leichte Tätigkeiten erlaubt.	Ab 15 Jahren mit Zustimmung der Sorgeberechtigten erlaubt.
Arbeitszeit	Jugendliche ab 15 Jahren 8 Std. täglich, max. 40 Std. wöchentlich, 5 Tage pro Woche. Jugendliche unter 15 Jahren 7 Std. täglich, max. 35 wöchentlich, 5 Tage pro Woche.	Jugendliche ab 15 Jahren 8 Std. täglich, max. 40 Std. wöchentlich, 5 Tage pro Woche.
Ruhepausen	30 Minuten bei 4,5 – 6 Std. 60 Minuten bei mehr als 6 Std.	
Arbeitsentgelt	Nein	Normalerweise nicht
Ärztliche Untersuchung	Nein	
Haftpflcht- und Unfallversicherung	Jugendliche über den Schulträger versichert	Versicherung über das Unternehmen oder privat
Sozialversicherung	Nein	Nur wenn Arbeitsentgelt gezahlt wird
Freizeit zwischen Feierabend und dem nächsten Arbeitstag	Mind. 12 Std.	
Verbotene Arbeiten	Akkordarbeit, Arbeiten mit hoher Unfallgefahr oder Gefahr für die Gesundheit sowie alle Arbeiten, die die physische und psychische Leistungsfähigkeit von jungen Menschen übersteigen.	
Unterweisung	Erfolgt vor Beginn der Beschäftigung: Unfall- und Gesundheitsgefahren sowie Datenschutzgrundverordnung.	
Schutzausrüstung	Ausrüstung (z. B. Kopf-, Augen- und Gehörschutz, Sicherheitsschuhe) muss nach den geltenden Unfallverhütungsvorschriften für alle Beschäftigten zur Verfügung gestellt werden.	

	Regelmäßige Praxis-Lern-Tage	Fachpraktikum
Mindestalter	Bei Pflichtpraktika ist kein Mindestalter vorgeschrieben. Das Beschäftigungsverbot gilt nicht, nur leichte Tätigkeiten erlaubt.	Bei Pflichtpraktika ist kein Mindestalter vorgeschrieben. Das Beschäftigungsverbot gilt nicht, nur leichte Tätigkeiten erlaubt.
Arbeitszeit	Jugendliche ab 15 Jahren 8 Std. täglich, max. 40 Std. wöchentlich, 5 Tage pro Woche. Jugendliche unter 15 Jahren 7 Std. täglich, max. 35 wöchentlich, 5 Tage pro Woche.	Jugendliche ab 15 Jahren 8 Std. täglich, max. 40 Std. wöchentlich, 5 Tage pro Woche.
Ruhepausen	30 Min. bei 4,5 – 6 Std. 60 Min. bei mehr als 6 Std.	bei Volljährigkeit: 30 min ab 6 Std.; 45 min ab 9 Std.
Arbeitsentgelt	Nein	Normalerweise nicht
Ärztliche Untersuchung	Nein	
Haftpflicht- und Unfallversicherung	Jugendliche über den Schulträger versichert	Versicherung über das Unternehmen oder privat
Sozialversicherung	Nein	Nur wenn Arbeitsentgelt gezahlt wird
Freizeit zwischen Feierabend und dem nächsten Arbeitstag	Mind. 12 Std.	Mind. 12 Std; bei Volljährigkeit mind. 11 Stunden
Verbotene Arbeiten	Akkordarbeit, Arbeiten mit hoher Unfallgefahr oder Gefahr für die Gesundheit sowie alle Arbeiten, die die physische und psychische Leistungsfähigkeit von jungen Menschen übersteigen.	
Unterweisung	Erfolgt vor Beginn der Beschäftigung: Unfall- und Gesundheitsgefahren sowie Datenschutzgrundverordnung.	
Schutzausrüstung	Ausrüstung (z. B. Kopf-, Augen- und Gehörschutz, Sicherheitsschuhe) muss nach den geltenden Unfallverhütungsvorschriften für alle Beschäftigten zur Verfügung gestellt werden.	

3. Praktikumsarten

Berufsorientierendes Schülerbetriebspraktikum

Dauer:	2 – 3 Wochen
Pflicht:	von der Schule vorgeschrieben, daher während der Schulzeit
Zielgruppe:	Schüler*innen aller Schulformen

Die Praktikant*innen sollen das gewählte Berufsfeld sowie das Sozialgefüge des Unternehmens in seiner Vielschichtigkeit kennenlernen. Wenn möglich, durchlaufen die Praktikant*innen mehrere Stationen/Abteilungen im Unternehmen. Nach einer kurzen Einarbeitung werden ihnen einfache, aber typische Fähigkeiten übertragen. Bei Schülerpraktikant*innen handelt es sich i.d.R. um Jugendliche, die ihre ersten Erfahrungen in der Arbeitswelt sammeln.

Regelmäßige Praxis-Lern-Tage

Dauer:	einzelne Praktikumstage über das gesamte Schuljahr verteilt
Pflicht:	von der Schule vorgeschrieben und daher während der Schulzeit
Zielgruppe:	Schüler*innen aller Schulformen, die den Hauptschulabschluss anstreben.

Letztere arbeiten ab der 8. Klasse über einen Zeitraum von mind. einem Schuljahr i.d.R. einen Tag pro Woche oder häufiger in Modellprojekten in einem Unternehmen mit. Ziel ist es, die Berufsorientierung der Schüler*innen durch eine frühe und kontinuierliche Einbindung in das Arbeitsleben zu stärken, wichtige Schlüsselqualifikationen aufzubauen und dem Unternehmen die Möglichkeit zu geben, potenzielle Auszubildende besser kennenzulernen. Gerade eher handwerklich orientierte Jugendliche können durch praktisches Lernen besser für die Arbeitswelt motiviert werden.

Freiwilliges (Ferien-) Praktikum

Dauer:	je nach Vereinbarung mit dem Unternehmen
Pflicht:	von der Schule nicht vorgeschrieben, daher meist in den Ferien
Zielgruppe:	Schüler*innen aller Schulformen; die Dauer eines freiwilligen Praktikums kann individuell vereinbart werden, beträgt meistens zwischen 2 und 6 Wochen (je nach Schulferien).

Das freiwillige Praktikum gibt Schüler*innen die Gelegenheit, während der Ferienzeit unverbindlich in einen Beruf oder eine Branche "hineinzuschnuppern". Es muss von den Schüler*innen eigeninitiativ organisiert werden. Aufgrund der geringen Praktikumsdauer gilt der gesetzliche Mindestlohn nicht.

Fachpraktikum

Dauer:	zwischen mehreren Tagen pro Woche bis hin zu mehrmonatigen Blockpraktika
Pflicht:	von beruflichen Schulen (z.B. Berufsschule oder Fachoberschule) und in manchen Studiengängen vorgeschrieben
Zielgruppe:	Schüler*innen aus besonderen Bildungsgängen in beruflichen Schulen und Student*innen.

Die Dauer des Praktikums ist je nach Bildungsgang unterschiedlich geregelt. Sie reicht von 3 Tagen pro Woche bis zu mehrmonatigen Blockpraktika. Die Tätigkeitsfelder sind im Ausbildungsplan der Schule/Hochschule beschrieben. Sie richten sich nach der Fachrichtung und dem Schwerpunkt des jeweiligen Bildungs-/Studiengangs. Das betriebliche Praktikum ergänzt die theoretischen Inhalte durch die Arbeitswelterfahrungen. Eine enge Verzahnung zwischen Schule und Unternehmen ist vorgesehen und auch sinnvoll.

Praktikumsprämie

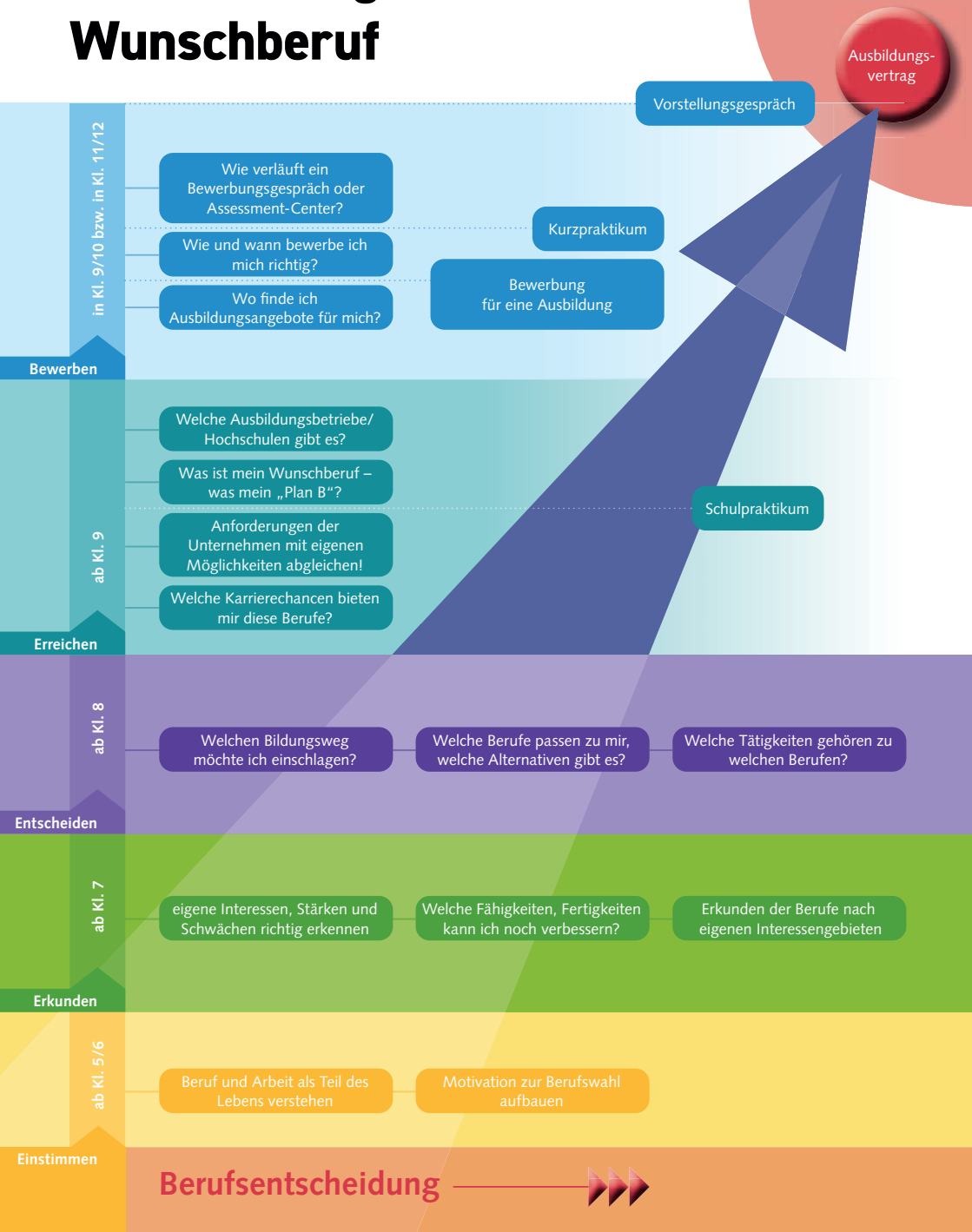
Handwerkskammer Halle (Saale)



Handwerkskammer Magdeburg



Auf dem Weg zum Wunschberuf



4. Welcher Beruf passt zu mir?

Die Auswahl an Berufen und Möglichkeiten ist groß.

Dafür solltest du dich fragen, was du besonders gut kannst und dir Spaß bereitet. Könntest du dir vorstellen, im Büro am Laptop zu arbeiten oder liegt dir eine handwerkliche Tätigkeit? Die eigene Persönlichkeit und individuelle Fähigkeiten einzuschätzen, fällt vielen Menschen schwer, daher lohnt es sich, hier Unterstützung zu holen.

Befrage dazu doch mal deine Familie oder Freunde! Diese können dich meist gut einschätzen und zeigen dir eventuell Perspektiven, an die du noch nicht gedacht hast. Ebenso gibt es verschiedene Onlineplattformen, auf denen du deine Interessen und Stärken testen kannst. Anhand der Testergebnisse kannst du auf Branchen und Berufe schließen, die zu dir passen.

Frage dein Umfeld:

- Welcher Beruf passt zu mir?
- Passt das zu meinen Stärken?
- Traust du mir diese Tätigkeiten zu?

Teste dich online:



Schülerpilot

- Finde Deinen Weg aus dem Berufslabyrinth
- Orientierungstest



Aubi Plus

- Mit 12 Fragen zum Traumberuf
- Zusätzliche Bewerbungstipps

5. Vor dem Praktikum

Warum du ein Praktikum machen solltest

Du weißt noch nicht genau, was du nach der Schule machen möchtest? Du schwankst zwischen verschiedenen Berufen und weißt nicht, welcher besser zu dir passt? Du warst noch nie in einem Unternehmen und kannst dir unter den Tätigkeiten nichts vorstellen?

Ein Praktikum hilft dir, diese Fragen zu beantworten. Dabei kannst du dich in unterschiedlichen Berufen ausprobieren, lernst spannende Unternehmen kennen und bekommst praktische Einblicke in den Beruf.

Alle Vorteile auf einen Blick:

- **Erfahrung sammeln:** Ein Praktikum bietet die Möglichkeit, echte Berufserfahrung zu sammeln und praktische Fähigkeiten zu entwickeln.
- **Netzwerken:** Du kannst neue Leute kennenlernen und wichtige Kontakte knüpfen, die dir später bei der Jobsuche helfen können. Vielleicht lernst du bei deinem Praktikum dein zukünftiges Ausbildungsunternehmen kennen.
- **Selbstfindung:** Ein Praktikum kann dir helfen, herauszufinden, was du wirklich machen möchtest und welche Berufe zu dir passen.
- **Lebenslauf aufwerten:** Ein Praktikum sieht nicht nur gut aus, sondern kann deine Chancen auf zukünftige Jobangebote verbessern.
- **Testlauf:** Es ist eine Chance, verschiedene Branchen und Unternehmen kennenzulernen, um herauszufinden, was dir am besten gefällt, ohne dich gleich langfristig festlegen zu müssen.
- **Lernen von Profis:** Du kannst von erfahrenen Profis in deinem Bereich lernen und von ihrem Wissen und ihrer Expertise profitieren.
- **Persönliche Entwicklung:** Ein Praktikum kann dir helfen, deine Fähigkeiten weiterzuentwickeln, selbstbewusster zu werden und neue Herausforderungen anzunehmen.
- **Spaß haben:** Nicht zuletzt kann ein Praktikum auch richtig Spaß machen und eine großartige Erfahrung sein, die du nie vergessen wirst!



Tipps zu
Bewerbung und
Lebenslauf



Muss ich mich für ein Praktikum bewerben und wie bewerbe ich mich richtig?

Nicht jedes Praktikumsunternehmen fordert vollständige Bewerbungsunterlagen, dennoch solltest du dies vorher abklären. Kontaktiere das Unternehmen und gib an, dass du vor hast ein Praktikum zu absolvieren. Erfrage, in welcher Form die Kontaktaufnahme erwünscht ist und welche Unterlagen du gegebenenfalls einreichen sollst.

Tipp: Lass alle einzureichenden Unterlagen von deinen Eltern oder einer anderen Person Korrekturlesen.

Das Orientierungsgespräch

- Wie läuft ein Orientierungsgespräch ab?
- Auf diese Fragen solltest du dich vorbereiten
- Was ist bei einem Online-Orientierungsgespräch zu beachten?
- Wie kleide ich mich?

6. Während des Praktikums:

Dein Praktikum startet und du kannst erste Einblicke in die Arbeitswelt sammeln – dein Praktikumsbetrieb wartet auf dich!

Du kannst endlich hinter die Kulissen schauen, mit anpacken und neue Erfahrungen sammeln.

Also – sei neugierig, stell Fragen und probiere Dinge aus.

Hier erfährst du, worauf du während deiner Zeit im Unternehmen achten solltest!

Check vor dem Start!

Bevor dein Praktikum losgeht, stell sicher, dass du alle wichtigen Unterlagen dabei hast – nimm die Checkliste zur Hilfe. So machst du direkt einen guten ersten Eindruck!

Basics, die du draufhaben solltest!

■ Krank oder verhindert?

Melde dich sofort bei deinem Unternehmen und/oder deiner Schule – so bleibt alles fair und planbar.

■ Pünktlichkeit zählt!

Sei zuverlässig, denn dein Team verlässt sich auf dich.

Informiere dich vor deinem Praktikum, ob und zu welchen Zeiten du das Unternehmen mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen kannst!

■ Regeln checken!

Jede Firma hat ihre eigenen Abläufe – halte dich daran.

Sicherheit geht vor – bleib achtsam!

Grundregeln zur Unfallverhütung:

■ Sicherheitsanweisungen beachten

Halte dich an betriebliche Regeln und Anweisungen deiner Ausbilder*innen.

■ Persönliche Schutzausrüstung (PSA) tragen

Falls vorgeschrieben, z. B. Helm, Schutzbrille oder Sicherheitsschuhe.

■ Arbeitsplatz sauber halten

Ordnung und Sauberkeit helfen, Unfälle zu vermeiden.

■ Maschinen & Werkzeuge richtig nutzen

Nur mit Einweisung bedienen und Sicherheitsvorkehrungen nicht umgehen.

■ Gefahrenquellen erkennen

Rutschige Böden, offene Kabel oder unsichere Arbeitsbereiche vermeiden.

■ Keine Hektik oder Ablenkung

Konzentriertes Arbeiten reduziert das Unfallrisiko.

■ Bei Gefahr oder Unfall

Sofort eine Aufsichtsperson informieren und Erste-Hilfe-Maßnahmen einleiten.

Zeit, dein Können unter Beweis zu stellen!

Während deines Praktikums bekommst du Aufgaben, bei denen du zeigen kannst, was in dir steckt. Sei motiviert, frag nach, wenn du etwas nicht verstehst, und probiere dich aus – so lernst du am meisten!

Gut vorbereitet durchs Praktikum!

- Offene Fragen? Nutze die Zeit, um vorbereitete Fragen zu klären – so holst du das Beste aus deinem Praktikum raus!
- Dokumentation nicht vergessen! Halte deine Erfahrungen in einem Praktikumsbericht fest und stelle alle wichtigen Unterlagen für deine Praktikumsmappe zusammen. Das hilft dir später weiter!
- Am Ende deines Praktikums kannst du deine Erfahrungen in der Schule präsentieren. Erzähle, was du gemacht hast, was du gelernt hast und welche Eindrücke du mitnimmst.
- Dein Praktikum ist die Chance, um das Unternehmen, den Ausbildungsberuf und die Abläufe kennenzulernen. Schau genau hin, stell Fragen und sammle wertvolle Erfahrungen für deine Zukunft!
- Mögliche Fragen:
 - Seit wann existiert das Unternehmen?
 - Hat das Unternehmen mehrere Standorte?

- Wie viele Mitarbeiter?
- Was macht das Unternehmen/ Welche Produkte werden hergestellt?
- Welche Ausbildungsberufe kann ich dort lernen?
- Welche Eigenschaften sind für diese Berufe wichtig?
- Wie läuft die Ausbildung ab/ Berufsschule/ÜLU?

Check zum Ende des Praktikums

Abschlussgespräch + Praktikumsnachweis – das offizielle Feedback!

Am Ende des Praktikums gibt's ein Abschlussgespräch und du bekommst einen schriftlichen Nachweis, der deine Leistungen und dein Verhalten bewertet. Das ist eine gute Gelegenheit, zu sehen, was du gut gemacht hast und wo du dich noch verbessern kannst. Füge diesen Nachweis bei künftigen Bewerbungen unbedingt mit an.

→ **Mach dir eine Kopie!**

Hat dir das Praktikum gefallen? Dann frage direkt nach!

Dann nutze die Chance und sprich direkt mit deinem/ deiner Praktikumsbetreuer*in. Frage, ob vielleicht ein Ausbildungsplatz verfügbar ist – manchmal gibt es tolle Möglichkeiten, die du direkt nach dem Praktikum nutzen kannst!

7. Nach dem Praktikum:

Praktikum schon vorbei? Und jetzt?

Dein Praktikum neigt sich dem Ende oder ist vielleicht sogar schon vorbei? Sicherlich hast du in den vergangenen Tagen und Wochen viel erlebt und fragst dich nun, was du mit all den Eindrücken anfangen sollst, welchen Wert sie für deine Zukunft haben und was die nächsten konkreten Schritte sind?

Wir lassen dich mit diesen Fragen nicht allein und versuchen dir einige nützliche Tipps mit auf den Weg zu geben, damit dein Praktikum dein Eintrittsticket in die Berufswelt wird!

Das Abschlussgespräch und der qualifizierte Praktikumsnachweis des Unternehmens haben dir bereits Auskunft darüber gegeben, wie andere deine Leistung und dein persönliches Auftreten während des Praktikums eingeschätzt haben.

Fast noch wichtiger ist aber, wie du dein Praktikum bewertest und vor allem wie du deinen Erfahrungsgewinn in positive Akzente für deinen weiteren Lebensweg umsetzt.

Wie ist mein Praktikum verlaufen?

Nimm dir stets Zeit, um während und direkt nach dem Praktikum deine Eindrücke, Erfahrungen und Erkenntnisse aufzuschreiben. Dabei könntest du dir folgende Fragen stellen:

- Welche wichtigen Erfahrungen hast du bei der Organisation deiner Praktikumsstelle gemacht (persönlicher Kontakt, Bewerbung, Orientierungsgespräch, etc.)? Was würdest du aus heutiger Sicht anders machen?
- Was genau hast du in deinem Praktikum gelernt bzw. was wurde dir vermittelt?
- Was ist dir gut gelungen?
- Was hat dir Spaß gemacht?
- War der Beruf für dich interessant? Kannst du dir vorstellen, diesen Beruf selbst zu erlernen und auszuüben?
- Hält dich dein Praktikumsbetreuer/deine Praktikumsbetreuer*in für den Beruf geeignet? – Warum?
- Möchtest du dir noch andere Berufe anschauen oder kannst du anfangen, nach Ausbildungsstellen zu suchen und Bewerbungen zu schreiben?
- Welche Schulfächer sind für den Beruf relevant?
- Was hast du über deinen „Traumberuf“ herausgefunden?

- Welche Kenntnisse und Fertigkeiten hast du dabei erworben?
- Wie war das Arbeiten im Unternehmen, mit den Kolleg*innen, den Vorgesetzten oder den Kund*innen
- Wenn ich die Schule mit dem Arbeitsleben vergleiche, dann stelle ich für mich fest, dass ...

Das Praktikum lief anders, als du es dir vorgestellt hast?

- Was hat dir nicht gefallen?
- Was ist dir schwergefallen?

Wie geht's jetzt weiter? Jetzt ist der Zeitpunkt gekommen, einen Blick in die Zukunft zu werfen. Haben dir das Praktikum und das Berufsbild gefallen?

Dann könnten deine nächsten Schritte folgende sein:

- Kontakt mit dem Unternehmen halten
- Rückmeldung an das Unternehmen, was dir im Praktikum gefallen hat und was nicht
- ggf. in der Schule Präsentation der Praktikumsergebnisse durchführen
- Ergebnisse mit Berufsberater*innen sowie Lehrer*innen besprechen und gemeinsam die nächsten Schritte planen

- Weitere freiwillige Praktika absolvieren, um deine Entscheidung zu stärken.
- Bewirb dich in dem Unternehmen um einen Ausbildungsplatz (Bewerbungsfristen beachten!).
- Suche dir weitere Unternehmen, bei denen du dich bewerben möchtest.

Wenn du merkst, dass der Beruf nicht zu dir passt, kannst du Folgendes tun:

- Informiere dich über alternative Berufe.
- Absolviere weitere freiwillige Praktika, um andere Berufsfelder kennenzulernen

Praktikums- und Ausbildungsstellen findest du auf unserer landesweiten Suchplattform:

hallo-beruf.de



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Forschung, Technologie
und Raumfahrt

Bildungsketten

Das Projekt wird gefördert vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt
im Rahmen der Initiative Bildungsketten.