

1. Treballar amb les 21 competències personals més valorades en el mercat de laboral actual que identifica Barcelona Treball de BcnActiva (https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/images/cat/209_competencies_clau_Cat_tcm9-49247.pdf).

1.2. Elaborar el mapa de l'empatia sobre un/a mateix/a per fer una anàlisi personal. (opcional)

TASCA1: 1.3.Consultar el Diccionari de Competències Clau (<http://w27.bcn.cat/porta22/cat/altres/diccionari.jsp>), identificar i descriure Mínim 4 ó 5 competències pròpies, Mínim 4 ó 5 del/a company/a, i després posar-les en comú per veure si coincideixen les que ells/es s'han identificat amb les que el company/a els hi ha identificat.
(1punt)

TASCA2: 3. Realitzar el Test d'Interessos Professionals de Barcelona Treball de BarcelonaActiva (http://w28.bcn.cat/_ch_/pit/app.php?gAppId=pit&gInterfaceLanguage=ct&gEnvironment=singleWeb), per descobrir les professions més adients als vostres interessos i motivacions.
Cop finalitzat heu de fer una captura de pantalla on es vegin les recomanacions. (1punt)

TASCA3: 4. Consulteu la pàgina web “Coneix els sectors amb futur” del portal BarcelonaActiva (<http://w27.bcn.cat/porta22/cat//sectors/sectors.do>) i trieu un sector econòmic del vostre interès i identifiqueu les ocupacions d'aquest sector on voldrieu treballar. (1punt)

TASCA 4: Ja heu reflexionat sobre vosaltres mateixos i coneixeu els vostres interessos professionals ara necessiteu descobrir quines opcions formatives us ofereix el sistema educatiu i quin és el camí per arribar-hi, i dissenyar el vostre itinerari d'estudis(HEU DE SEGUIR L'EXEMPLE QUE TENIU AL SURO). Al portal “Estudiar a Catalunya” hi ha recursos per treballar aquests aspectes (<http://queestudiar.gencat.cat/es/>).

Tria educativa: <https://triaeducativa.gencat.cat/ca/inici/>
<https://www.firaestudiant.cat/itineraris/#9d35afdbcbdb834b6>

Si per a vosaltres trieu un cicle formatiu de grau mitjà i/o un de superior, per al/la vostre/a amic/ga haureu de triar un grau universitari, o a l'inrevés.

Mitjançant la consulta a les següents pàgines web:

[Canal Universitats](#)

[On s'imparteix el cicle?](#)

Teniu penjat un document mostra i un [video tutorial](#).

Informació que heu de recollir:

- Grau universitari: quin Grau, s'imparteix en anglès? Hi ha Simultaneïtat d'estudis? (2 graus en 1), 3 universitats on s'imparteixi i les notes de tall de cadascuna, les sortides professionals del grau i les ponderacions de les optatives.
- Cicle formatiu de grau mitjà i/o superior; tria la família adient, tria primer el grau mitjà i després el superior i, de cadascun, cerca: on s'imparteix; la descripció del cicle; quines són les Unitats formatives, és a dir, les assignatures; i les sortides.

(2punt)

TASCA 5: Comparar els seus interessos amb les ofertes de mercat de treball i valorar les possibilitats reals d'accedir a l'àmbit professional desitjat, per això per mitjà d'un cercador d'Internet entreu a diversos portals on hi ha ofertes de llocs de treball: FeinaActiva, InfoJobs, SEPE, SOC, etc; i cerqueu 2 ó 3 anuncis d'ofertes de feina que es relacionin amb els vostres interessos professionals.

Analitzeu les condicions i característiques de l'oferta de treball: perfil professional, habilitats que es demanen, funcions a realitzar, tipus de contracte, sou que s'ofereix, etc. A partir d'aquesta informació, fer un estudi sobre quines habilitats heu de millorar per poder optar a aquests llocs de treball que us interessin.

(1punt)

TASCA6: Per poder accedir a una feina moltes vegades cal presentar un CV i/o carta de presentació. En aquest punt, és important que coneguin les tipologies de CV i de carta de presentació que existeixen. Confeccioneu el vostre CV i un exemple de carta de presentació. El CV és una eina de presentació cap a les empreses i per tant és important analitzar què poden ressaltar i emfatitzar les habilitats personals que els diferencien dels altres. Sobretot, quan encara teniu poca experiència, es recomanable que llisteu tot el que hagi fet relacionat amb activitats d'oci en grup o individuals, de voluntariat, pràctiques... Per contextualitzar, es poden analitzar alguns CV, des dels més tradicionals fins als més moderns i creatius, com són els CV infogràfics o els videocurrículums. Es poden visionar videocurrículums creatius, com ara Brick CV (<https://www.youtube.com/watch?v=pxwlfxcqX1w>), Metro CV (https://www.youtube.com/watch?v=PALNcW_eQXw) i “Fent galletes” CV (<https://www.youtube.com/watch?v=70iSEMNVEM>); i aleshores fer-hi una anàlisi de certs aspectes (música, guió, creativitat, estructura...) de forma individual i després amb el grup classe per extreure'n idees.

8. Realitzeu el vostre propi videocurrículum (des del guió fins a la publicació).
(2,5 punt)

TASCA7: 9. La carta de presentació. (1,5punt)

model de carta de presentació:

https://jovecat.gencat.cat/web/.content/documents/treball/oficina_jove_treball_docs/cerca-de-feina/Models-de-cartes-de-presentacio-resposta-a-un-anunci.pdf

https://jovecat.gencat.cat/ca/temes/treball/cercar-feina/curriculum_i_carta_de_presentacio/index.html