

Kompetenceprofil for Mette Larsen

Dato: 20-3-2015

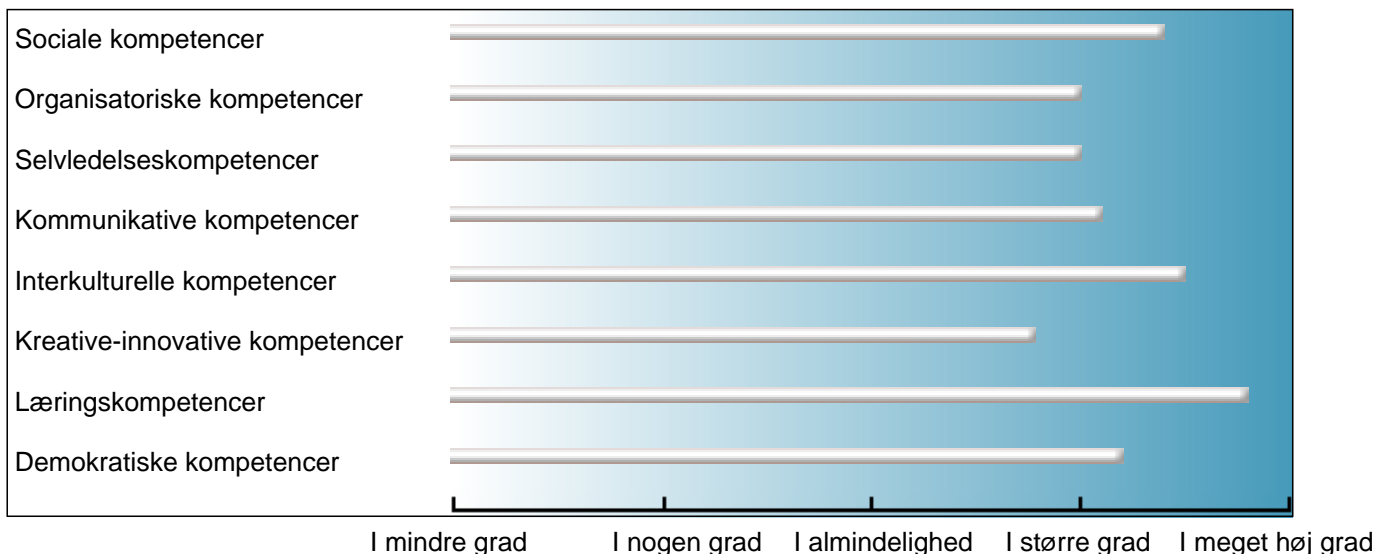
Beskrivelsen er lavet i forbindelse med deltagelse i dette kursus på Idrætsdaghøjskolen IDUN:

Friluftsfremfremidler: Kurset retter sig mod mennesker, der vil arbejde med friluftsliv som frivillige ledere eller undervisere. Der arbejdes primært med mennesker, der vil arbejde med friluftsliv som frivillige ledere eller undervisere. Der arbejdes primært med klatring, sejlads, orienteringsløb og vandreture. Deltagerne arbejder overvejende projektorienteret, idet de planlægger og gennemfører forskellige friluftaktiviteter for forskellige målgrupper. Herudover indgår undervisning i pædagogik, anatomi, fysiologi, sikkerhed m.v. Projektgruppen aflægger rapport til hele holdet om projektopgaver, og man giver hinanden feedback. Der er indlagt erhvervs-/uddannelsespraktik. Forløbet er på 18 uger, 25 timer pr. uge.

Beskrivelsen er lavet på baggrund af følgende erfaringer:

Ud over kurset på IDUN har jeg grundforløb på erhvervsskolen, mad til mennesker og tre HF-fag: Dansk, engelsk og idræt. Har været ekspedient i Super Brugsen i Søskov og afløser som hjemmehjælper. To måneders praktik i skovbørnehaven Bøgelund og derefter vikarieret som pædagogmedhjælper i tre måneder samme sted. Aktiv i FC Søskov bl.a. som træner for lilleput piger.

Realkompetencer, som Mette Larsen har vist og udviklet:



Eksempler på situationer, hvor Mette Larsen har vist sine kompetencer:

Sociale kompetencer

Jeg er god til at arbejde med projekter i grupper. I projektarbejdet på IDUN har jeg stået for at lave aktiviteter, der ryster folk sammen og giver en god start. Jeg har erfaring med at løse konflikter, både fra projektarbejdet på IDUN og som træner.

Organisatoriske kompetencer

Når vi har lavet projekter på IDUN har vi selv organiseret friluftaktiviteter for f.eks. en skoleklasse og har i den forbindelse forhandlet med læreren, sørget for at transport og lagt budget. Det er jeg god til og jeg har kunnet bruge mine erfaringer fra foreningen og som træner.

Selvedelseskompeter

Jeg er den der sørger for, at tingene bliver gjort, og at der er styr på det hele.

Kommunikative kompetencer

Jeg er god til at give instruktioner til en større gruppe, så de ved hvad de skal gøre.

Jeg er god til at forklare noget ved hjælp af eksempler, der får folk til at grine. Så husker de det bedre.

På IDUN har jeg lært at skrive rapporter, der kort beskriver de vigtigste ting.

Interkulturelle kompetencer

På mit lilleputhold er der børn med meget forskellige baggrunde, både kulturelt og socialt. Engang fik vi forældre og bedsteforældre til at komme og lære børnene nogle lege, som de har leget, da de var børn. Både børnene og de voksne lærte meget om hinanden, mens de havde det sjovt. Nu bruger jeg nogle af legene som opvarmning

Kreative-innovative kompetencer

I projektarbejdet og i foreningen er jeg den praktiske, der bygger videre på andres ideer, så de kan bruges i virkeligheden.

Læringskompetencer

Jeg har fundet ud af, at jeg lærer bedst ved at gøre tingene i praksis.

Jeg har lært meget af at give og få feedback på IDUN.

Demokratiske kompetencer

Mens jeg gik på IDUM meldte jeg mig til at udvalg, der skulle komme med forslag til forbedringer af skolens undervisningsmiljø, både hvordan lokalerne fungerer og ser ud og trivslen blandt deltagerne. Vi lavede en spørgeskemaundersøgelse og derefter nogle forslag, som blev diskuteret på et møde med alle deltagerne og hvor det blev besluttet, hvad der var de vigtigste ting at få lavet. Skolen gennemførte alle de ting, der kunne gennemføres med det samme og lavede en plan for resten, bortset fra et par forslag, der måtte opgives, da det var for dyrt. Det var en vild fornemmelse, at vi faktisk fik indflydelse. Jeg har fået lyst til mere og vil stille på til bestyrelsen i FC Søskov næste gang.

Kompetencebeskrivelsen er lavet i samarbejde med Pia Hansen, vejleder.

Mette Larsen

Pia Hansen¹

1) Med underskriften bekræftes, at beskrivelsen giver et dækkende billede af de kompetencer som Mette Larsen har vist.

Kompetencedefinitioner

Nøgleord for sociale kompetencer:

Hvordan du har det med andre - Åbenhed - Tillid - Indlevelse - Ansvarsfølelse - Samarbejde - Omsorg

Nøgleord for organisatoriske kompetencer:

Hvordan aktiviteter/projekter organiseres - Initiativ - Overblik - Planlægning - Forhandling - Samarbejde - Beslutningsgange - Motivation

Nøgleord for selvledelseskompetencer:

At tage selvstændigt ansvar - Initiativ - Selvindsigt - Planlægning og prioritering - Vedholdenhed - Engagement

Nøgleord for kommunikative kompetencer:

Lyst og evne til at kommunikere med andre - Åbenhed - Troværdighed - Formuleringsevne - Kropssprog

Nøgleord for interkulturelle kompetencer:

At forstå og fungere på tværs af forskelligheder - Viden om andre kulturer - Åbenhed - Indlevelse

Nøgleord for kreative-innovative kompetencer:

At få ideer - Positiv - Nysgerrig - Undersøgende - Vedholdende - Fordybelse - Indlevelse

Nøgleord for læringskompetencer:

Nysgerrighed - Vedholdenhed - Systematik - Eftertænksomhed og analyse - Prøve tingene af - Engagement

Nøgleord for demokratiske kompetencer:

At forstå demokratiske beslutningsprocesser - At bruge sine demokratiske rettigheder - At skaffe sig indsigt i samfundsforhold - Åben debat og dialog - Rummelighed - Engagement og initiativ