# 20285 | Sattelfest am Arbeitsplatz - Erwerb von Grundkompetenzen

| | |
|---|---|
| Kurszeitraum: | 31.12.2027 - 31.12.2028 |
| | Beginn an jedem 1. Montag im Monat |
| Kurspreis: | 0,00 € |
| Kursort: | bsw Bildungswerk der Sächsischen Wirtschaft gGmbH, Bildungszentrum Döbeln, Oststraße 4, 04720 Döbeln, Ansprechpartner, Frau Diana Eschner, diana.eschner@bsw-mail.de |

**Vorbereitung auf Ausbildung und Beruf (200 UE)**

**1. Einführung in die deutsche Arbeitswelt (40 UE)**

- Eigene Stärken und Fähigkeiten erkennen
- Werte, Regeln und Erwartungen am Arbeitsplatz
- Umgang mit Konflikten und Missverständnissen
- Lernstrategien, Motivation und Zeitmanagement
- Persönliche Lebens- und Berufsplanung

**2. IT-Kompetenzen im Arbeitsalltag (40 UE)**

- Grundlagen von Computer, Betriebssystem und Dateiverwaltung
- Word, Excel und PowerPoint
- Internet, E-Mail und digitale Kommunikation
- Chancen, Risiken und Netiquette im Internet
- Bewerbungen erstellen

**3. Mathematische Kompetenzen (40 UE)**

- Grundrechenarten und Kopfrechnen
- Dreisatz, Prozent- und Zinsrechnung
- Gleichungen, Formeln und Einheiten
- Geometrische Grundlagen
- Anwendungsbeispiele aus dem Berufsalltag

**4. Grammatikalische Sicherheit (40 UE)**

- Lesen, Verstehen und Schreiben
- Informationsrecherche und -auswertung
- Mündliche und schriftliche Kommunikation
- Berufsbezogenes Deutsch

**5. Kommunikation im Beruf (40 UE)**

- Verbale und nonverbale Kommunikation
- Kommunikationsregeln im Arbeitsalltag
- Konflikt- und Beschwerdemanagement
- Stimme, Sprache und Körpersprache
- Gruppenübungen und Praxistraining