

Curriculum Praktijkonderwijs

Het Programmeringskader Praktijkonderwijs is opgebouwd rond de domeinen: wonen, werken, vrije tijd en burgerschap. Voor elk domein zijn streefdoelen en beheersingsdoelen geformuleerd.

1. In de **streefdoelen** is de kern van het programma praktijkonderwijs beknopt en op hoofdlijnen omschreven.
2. De streefdoelen zijn vervolgens geoperationaliseerd in **beheersingsdoelen**. De beheersingsdoelen geven aan wat de leerling concreet moet kennen en kunnen om een bepaald streefdoel te 'halen'.

Het programmeringskader met streefdoelen & beheersingsdoelen kan ingezet worden als instrument voor:

- planning van onderwijs; als kader van waaruit leerlingen doelen kiezen in hun IOP;
- evaluatie: bij het ontwikkelen van praktijktoetsen voor bepaalde (combinaties van) beheersingsdoelen. Daarmee kan worden geëvalueerd welke (combinatie van) doelen een leerling wel/niet beheerst. Met deze informatie kan het IOP bijgesteld of verfijnd worden.
- verantwoording: opbrengsten van de leerling in beeld brengen m.b.v. bewijzen die de leerling halen op weg naar het diploma praktijkonderwijs.

1. Streefdoelen per domein

Domein Wonen

Wo 1. Ik leer zo zelfstandig mogelijk wonen.

Streefdoelen:

- Wo 1.1 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen (voor 'wonen') in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.
- Wo 1.2 Ik kan zorgen voor mijn persoonlijke hygiëne en gezondheid.
- Wo 1.3 Ik kan zorgen voor mijn kleding en uiterlijke presentatie.
- Wo 1.4 Ik ben in staat om mijn woon- en leefruimte te verzorgen.
- Wo 1.5 Ik kan zorgen voor gezonde voeding.
- Wo 1.6 Ik kan kleine reparaties in en om het huis op een veilige manier uitvoeren.
- Wo 1.7 Ik kan huisdieren en planten te verzorgen.
- Wo 1.8 Ik kan mijn eigen geldzaken en administratie beheren.
- Wo 1.9 Ik kan zelfstandig reizen.

Domein Werken

We 2. Ik ontwikkel algemene competenties om goed te functioneren op de stage- / werkplek.

Streefdoelen, vanuit de AKA competenties

- We 2.1 Ik kan samenwerken en overleggen.
- We 2.2 Ik kan instructies en procedures opvolgen.
- We 2.3 Ik kan materialen en middelen op de juiste manier inzetten.
- We 2.4 Ik kan plannen en organiseren.
- We 2.5 Ik kan kwaliteit leveren.
- We 2.6 Ik kan omgaan met verandering en aanpassen.
- We 2.7 Ik kan met druk en tegenslag omgaan.
- We 2.8 Ik kan aandacht en begrip tonen.
- We 2.9 Ik kan me op de behoeften en verwachtingen van de klant richten.
- We 2.10 Ik kan ethisch en integer handelen
- We 2.11 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen (voor 'werken') in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.

NB: Specifieke beroepstaken en beroeps specifieke competenties ('vakdeskundigheid toepassen') worden met de leerling samen geformuleerd, als de leerling een keuze heeft gemaakt voor een uitstroomroute. Dit kán de vorm krijgen van een brancheopleiding / certificaatrout

Domein Vrije tijd

Vt 3. Ik leer hoe ik zinvol mijn vrije tijd kan besteden.

Streefdoelen:

- Vt 3.1 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen (voor 'vrije tijd') in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.
- Vt 3.2 Ik kan activiteiten (helpen) organiseren voor vrijetijdsbesteding met anderen.
- Vt 3.3 Ik ontwikkel vaardigheden voor vrijetijdsbesteding op het gebied van sport en van creatieve expressie.
- Vt 3.4 Ik kan keuzes maken voor vrije tijdsbesteding die bij mij past en kan praktische zaken daarvoor regelen.
- Vt 3.5 Ik kan veilig omgaan met internet en sociale media.

Domein Burgerschap

Bu. 4 Ik leer om actief mee te doen in mijn leefomgeving en in de samenleving.

- Bu 4.1 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen voor 'burgerschap' in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.
- Bu 4.2 Ik kan bijdragen aan discussies, overleg en inspraak.
- Bu 4.3 Ik ben in staat om met inzicht te (gaan) stemmen.
- Bu 4.4 Ik ken de belangrijkste rechten en plichten van burgers in Nederland.
- Bu 4.5 Ik ken mijn rechten en plichten als werknemer.
- Bu 4.6 Ik ben in staat om passende keuzes te maken voor werk en/of opleiding.
- Bu 4.7 Ik kan werk zoeken en solliciteren, en weet welke ondersteuning ik daarbij kan krijgen.
- Bu 4.8 Ik ben in staat om als consument / koper keuzes te maken.
- Bu 4.9 Ik kan contact met andere mensen maken en onderhouden.
- Bu 4.10 Ik kan goed omgaan met mijn eigen gevoelens en wensen.
- Bu 4.11 Ik weet wat een gezonde leefstijl inhoudt.

2. Streefdoelen uitgewerkt in beheersingsdoelen

Domein Wonen

Wo 1. Ik leer zo zelfstandig mogelijk wonen.

Wo 1.1 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen (voor 'wonen') in mijn IOP opnemen en daarnaartoe werken.

- Wo 1.1.1 Ik kan vertellen aan welke doelen voor 'zelfstandig leren wonen' ik wil werken.
- Wo 1.1.2 Ik kan – samen met mijn coach – een plan maken hoe ik aan de doelen ga werken.
- Wo 1.1.3 Ik kan het plan uitvoeren.
- Wo 1.1.4 Ik reflecteer op wat ik doe, kan en wil.
- Wo 1.1.5 Ik kan evalueren en mijn plan bijstellen.

Wo 1.2 Ik kan zorgen voor mijn persoonlijke hygiëne en gezondheid

- Wo 1.2.1 Ik kan op passende wijze mijn uiterlijk verzorgen: dus lichaam, gezicht, gebit, haren, handen en voeten.
- Wo 1.2.2 Ik ken hoofdzaken van (de bouw en functie van) het menselijk lichaam en van de lichamelijke ontwikkeling.
- Wo 1.2.3 Ik kan verstandig en respectvol omgaan met seksuele relaties en met verschillende opvattingen over seksualiteit en seksuele geaardheid.
- Wo 1.2.4 Ik kan EHBO- vaardigheden en -kennis toepassen.
- Wo 1.2.5 Ik weet hoe ik gebruik kan maken van gezondheidszorg, zoals huisarts, tandarts, apotheek, eerste hulp.
- Wo 1.2.6 Ik weet wat een ziektekostenverzekering is en hoe ik die kan regelen.

Wo 1.3 Ik kan zorgen voor mijn kleding en uiterlijke presentatie

- Wo 1.3.1 Ik kan kleding en uiterlijke presentatie kiezen die passen bij de gelegenheid en het werk dat ik doe.
- Wo 1.3.2 Ik kan kleding en schoenen reinigen, verzorgen en zo nodig (laten) repareren.

Wo 1.4 Ik kan zorgen voor gezonde voeding

- Wo 1.4.1 Ik kan gezonde voeding samenstellen met behulp van de schijf van vijf.
- Wo 1.4.2 Ik kan boodschappen doen.
- Wo 1.4.3 Ik kan gezonde maaltijden bereiden, op een hygiënische en veilige manier.
- Wo 1.4.4 Ik kan voedselbederf herkennen en voorkomen.
- Wo 1.4.5 Ik kan de tafel dekken en afruimen.
- Wo 1.4.6 Ik kan afwassen en de keuken opruimen.
- Wo 1.4.7 Ik kan de keuken en keukenapparatuur schoonmaken.
- Wo 1.4.8 Ik kan een menulijst of menukaart lezen en gerechten kiezen.
- Wo 1.4.9 Ik kan een bestelling doen in een restaurant.

Wo 1.5 Ik ben in staat om mijn woon- en leefruimte te verzorgen

- Wo 1.5.1 Ik kan woon- en leefruimtes opruimen en netjes houden.
- Wo 1.5.2 Ik kan woonruimtes en sanitair schoonmaken, op een hygiënische, veilige en milieubewuste manier.
- Wo 1.5.3 Ik kan huishoudtextiel - zoals bijvoorbeeld lakens en handdoeken - wassen en verzorgen.
- Wo 1.5.4 Ik weet op welke wijze ik afval moet scheiden in mijn woonplaats.
- Wo 1.5.5 Ik kan een plan maken voor stoffering, versiering of inrichting van een kamer.

Wo 1.6 Ik kan kleine reparaties in en om het huis op een veilige manier uitvoeren

- Wo 1.6.1 Ik kan schilderwerk in huis doen, zoals muren en kozijnen schilderen.
- Wo 1.6.2 Ik kan een lamp vervangen en stekkers en fittingen monteren.
- Wo 1.6.3 Ik kan eenvoudig loodgieterwerk uitvoeren, zoals bijvoorbeeld een afvoer ontstoppen en radiatoren ontluchten.
- Wo 1.6.4 Ik kan eenvoudig montagewerk doen, zoals bijvoorbeeld iets ophangen aan de muur of een bouw pakket in elkaar zetten.
- Wo 1.6.5 Ik kan mijn fiets/ bromfiets onderhouden.

Wo 1.7 Ik kan huisdieren en planten verzorgen

- Wo 1.7.1 Ik kan bloemen en planten in huis, op het balkon of in de tuin verzorgen.
- Wo 1.7.2 Ik weet hoe ik een / mijn huisdier moet voeden en verzorgen.

- Wo 1.7.3 Ik kan de kosten voor verzorging en voeding van een huisdier berekenen.
- Wo 1.7.4 Ik herken en benoem planten en dieren die in mijn omgeving voorkomen.
- Wo 1.7.5 Ik kan iets vertellen over de leefgewoonten en levensbehoeften van dieren in mijn omgeving.

Wo 1.8 Ik kan mijn eigen geldzaken en administratie beheren

- Wo 1.8.1 Ik kan afrekenen met verschillende betaalmiddelen, zoals contant geld, pinpas en ov-chipkaart.
- Wo 1.8.2 Ik kan uitleggen hoe internet bankieren werkt.
- Wo 1.8.3 Ik kan een overzicht maken van mijn inkomsten en uitgaven, bijvoorbeeld met een kasboekje.
- Wo 1.8.4 Ik kan budgetteren.
- Wo 1.8.5 Ik kan uitleggen hoe ik een passende keuze kan maken voor de aanschaf en de gebruikskosten van een mobiel.
- Wo 1.8.6 Ik weet hoe ik mijn eigen identiteitspapieren kan aanvragen en beheren.
- Wo 1.8.7 Ik weet welke verzekeringen ik (straks) nodig heb en hoe die geregeld kunnen worden.
- Wo 1.8.8 Ik kan belangrijke documenten geordend bewaren en beheren, zoals bijvoorbeeld portfolio, certificaten, stage-/arbeidscontract, salarisafrekeningen, verzekeringspolissen, garantiebewijzen.
- Wo 1.8.9 Ik weet waarom, wanneer en hoe ik een belastingaangifte moet doen.
- Wo 1.8.10 Ik weet hoe en bij wie ik ondersteuning kan vragen voor het beheren van mijn geldzaken en administratie.

Wo 1.9 Ik kan zelfstandig reizen

- Wo 1.9.1 Ik ken de belangrijkste verkeersregels voor voetgangers, fietsers en brommers/scooters en pas deze ook toe.
- Wo 1.9.2 Ik kan aan iemand de weg vragen en ik kan iemand de weg wijzen.
- Wo 1.9.3 Ik kan me oriënteren met verschillende middelen, zoals met plattegrond, (digitale) kaart en navigatiesysteem.
- Wo 1.9.4 Ik kan een reis met openbaar vervoer (in de eigen regio) plannen en uitvoeren.
- Wo 1.9.5 Ik kan een uitstapje of vakantiereis (buiten de eigen regio) plannen en voorbereiden.

Domein Werken

We 2. Ik ontwikkel algemene competenties om goed te functioneren op de stage-/werkplek.

We 2.1 Ik kan samenwerken en overleggen.

Ik kan:

- We 2.1.1 tijdig hulp of raad vragen als er problemen zijn (anderen raadplegen);
- We 2.1.2 overleggen over de uitvoering van een gemeenschappelijke taak (anderen raadplegen);
- We 2.1.3 duidelijk zeggen wat ik ergens van vind, mijn bedoelingen duidelijk maken (openhartig en oprecht communiceren);
- We 2.1.4 mij collegiaal opstellen, een goede werkrelatie opbouwen in het team, het groepsbelang vooropstellen (aanpassen aan de groep);
- We 2.1.5 bijdragen aan een goede (team-)sfeer (bevorderen van de teamgeest);
- We 2.1.6 positief reageren op ideeën van anderen, complimenten geven aan collega's (bijdrage van anderen waarderen).

We 2.2 Ik kan instructies en procedures opvolgen.

Ik kan:

- We 2.2.1 mondelinge en schriftelijke instructies begrijpen, accepteren en opvolgen;
- We 2.2.2 werken volgens voorschriften, protocollen en bedrijfsregels;
- We 2.2.3 discipline tonen: op tijd komen, mij aan de planning houden, ongeplande veranderingen melden
- We 2.2.4 werken volgens de veiligheidsvoorschriften.

We 2.3 Ik kan materialen en middelen op de juiste manier inzetten.

Ik kan:

- We 2.3.1 geschikte materialen en middelen kiezen;
- We 2.3.2 materialen en middelen doeltreffend gebruiken (waarvoor ze bedoeld zijn);
- We 2.3.3 materialen en middelen doelmatig gebruiken (niet onnodig verspillen);
- We 2.3.4 goed zorgen voor de beschikbare materialen en middelen: goed onderhouden, netjes opruimen.

We 2.4 Ik kan plannen en organiseren.

- We 2.4.1 duidelijke en concrete doelen stellen;
- We 2.4.2 activiteiten plannen en daarbij prioriteiten stellen;
- We 2.4.3 tijd indelen en de tijd in de gaten houden;
- We 2.4.4 voortgang bewaken, controleren of zaken volgens plan verlopen.

We 2.5 Ik kan kwaliteit leveren.

Ik kan:

- We 2.5.1 werken in het tempo dat nodig is om de afgesproken productie te halen (productieniveau halen);
- We 2.5.2 werken op een manier dat ik aan de afgesproken kwaliteitseisen kan voldoen (kwaliteitsniveau halen);
- We 2.5.3 het werk op een ordelijke manier aanpakken (systematisch werken).

We 2.6 Ik kan omgaan met verandering en kan mij aanpassen.

Ik kan:

- We 2.6.1 mij aanpassen aan veranderde omstandigheden;
- We 2.6.2 nieuwe ideeën accepteren en ervoor open staan;
- We 2.6.3 goed blijven functioneren bij onduidelijkheid en onzekerheid;
- We 2.6.4 goed omgaan met verschillen tussen mensen.

We 2.7 Ik kan met druk en tegenslag omgaan.

Ik kan:

- We 2.7.1 blijven presteren onder druk (in een stressvolle omgeving);
- We 2.7.2 gevoelens onder controle houden in moeilijke situaties, bij weerstand of tegenslag;
- We 2.7.3 constructief omgaan met kritiek;
- We 2.7.4 mijn eigen grenzen stellen, daarover praten en aangeven als de grenzen op onredelijke wijze overschreden worden.

We 2.8 Ik kan aandacht en begrip tonen.

Ik kan:

- We 2.8.1 belangstelling en begrip tonen voor de ideeën, standpunten of problemen van anderen;
- We 2.8.2 aandachtig luisteren en doorvragen als anderen iets naar voren brengen;
- We 2.8.3 me inleven in gevoelens van anderen;
- We 2.8.4 anderen steunen wanneer ze het moeilijk hebben;
- We 2.8.5 anderen in hun waarde laten, respectvol behandelen;
- We 2.8.6 mijn gevoelens, meningen en gedachten tonen en bespreken;
- We 2.8.7 mezelf met mijn sterktes en zwaktes laten zien.
- We 2.8.8 Ik weet waarom, wanneer en hoe ik een belastingaangifte moet doen.
- We 2.8.9 Ik weet hoe en bij wie ik ondersteuning kan vragen voor het beheren van mijn geldzaken en administratie.

We 2.9 Ik kan me op de behoeften en verwachtingen van ‘de klant’ richten.

Ik kan:

- We 2.9.1 behoeften en verwachtingen van ‘klanten’ (gasten, cliënten) achterhalen;
- We 2.9.2 aansluiten bij de behoeften en verwachtingen van de ‘klant’;
- We 2.9.3 nagaan of ‘klanten’ tevreden zijn, klachten serieus nemen en actie ondernemen.

We 2.10 Ik kan ethisch en integer handelen.

Ik kan

- We 2.10.1 ethisch handelen (Ik neem de geldende normen en waarden in acht);
- We 2.10.2 integer handelen (Ik ben eerlijk en betrouwbaar; ik respecteer vertrouwelijkheid);
- We 2.10.3 verschillen tussen mensen accepteren en respecteren (zoals etnische en culturele verschillen, seksuele geaardheid, opleidingsniveau, religie);
- We 2.10.4 omgevingsverantwoord handelen: ik houd bijvoorbeeld rekening met het milieu.

We 2.11 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.

- We 2.11.1 Ik kan vertellen welke algemene en vakspecifieke beroepscompetenties ik in mijn IOP op wil nemen.

- We 2.11.2 Ik kan – samen met mijn coach – een plan maken hoe ik daaraan ga werken.
- We 2.11.3 Ik kan het plan uitvoeren.
- We 2.11.4 Ik reflecteer op wat ik doe, kan en wil.
- We 2.11.5 Ik kan evalueren en mijn plan bijstellen.

Domein Vrije tijd

Vt 3. Ik leer hoe ik zinvol mijn vrije tijd kan besteden.

Vt 3.1 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.

- Vt 3.1.1 Ik kan vertellen welke doelen voor vrije tijd ik in mijn IOP op wil nemen.
- Vt 3.1.2 Ik kan – samen met mijn coach – een plan maken hoe ik aan de doelen ga werken.
- Vt 3.1.3 Ik kan het plan uitvoeren.
- Vt 3.1.4 Ik reflecteer op wat ik doe, kan en wil.
- Vt 3.1.5 Ik kan evalueren en mijn plan bijstellen.

Vt 3.2 Ik kan activiteiten (helpen) organiseren voor vrijetijdsbesteding met anderen.

- Vt 3.2.1 Ik kan een feestje (helpen) organiseren en voorbereiden.
- Vt 3.2.2 Ik kan activiteiten bedenken en (helpen) organiseren, zoals bioscoop bezoek, evenement, uitstapje.
- Vt 3.2.3 Ik ben in staat om mee te doen aan acties, zoals bijvoorbeeld vrijwilligerswerk, goede doelen acties, buurtacties.

Vt 3.3 Ik ontwikkel vaardigheden voor vrijetijdsbesteding.

- Vt 3.3.1 Ik ontwikkel op school vaardigheden op het gebied van sport, mede gericht op vrijetijdsbesteding.
- Vt 3.3.2 Ik ontwikkel op school vaardigheden op het gebied van creatieve expressie (beeldend, audiovisueel, muziek, dans en/of drama), mede gericht op vrijetijdsbesteding.
- Vt 3.3.3 Ik weet hoe ik gebruik kan maken van een (openbare) bibliotheek, om boeken, dvd's of spelletjes te lenen.

Vt 3.4 Ik kan keuzes maken voor vrije tijdsbesteding die bij mij past en kan praktische zaken daarvoor regelen.

- Vt 3.4.1 Ik ken en benoem mijn eigen talenten, interesses en mogelijkheden voor vrijetijdsbesteding.
- Vt 3.4.2 Ik kan informatie zoeken over mogelijkheden voor vrije tijdsbesteding bij mij in de buurt, zoals bijvoorbeeld sport- en hobbyclubs, muziek- of dansles.
- Vt 3.4.3 Ik maak kennis met clubs of instellingen voor vrijetijdsbesteding.
- Vt 3.4.4 Ik kan een passende keuze maken voor een club of vereniging en kan het lidmaatschap en andere praktische zaken regelen.
- Vt 3.4.5 Ik weet hoe en bij wie ik hulp kan vragen voor het regelen van deze zaken.

Vt 3.5 Ik kan veilig omgaan met internet en sociale media.

- Vt 3.5.1 Ik weet hoe ik in mijn vrije tijd gebruik kan maken van ICT, zoals bijvoorbeeld muziek luisteren, filmpje downloaden of e-mailen.
- Vt 3.5.2 Ik kan informatie zoeken met een zoekmachine en kan daarbij de juiste zoekwoorden gebruiken.
- Vt 3.5.3 Ik weet hoe ik op een veilige manier online spelletjes kan spelen en ken de risico's van online spelen.
- Vt 3.5.4 Ik kan voorbeelden noemen van sociale media en weet hoe ik ze kan gebruiken.
- Vt 3.5.5 Ik ken de risico's bij sociale media en weet hoe ik daarmee om kan gaan.
- Vt 3.5.6 Ik kan een (persoonlijk) account aanmaken, deze goed beveiligen en veilig beheren.

Domein Burgerschap

Bu 4. Ik leer om actief mee te doen in mijn leefomgeving en in de samenleving.

Bu 4.1 Ik kan, samen met mijn coach, bij mij passende doelen in mijn IOP opnemen en er naartoe werken.

- Bu 4.1.1 Ik kan vertellen welke doelen voor burgerschap ik in mijn IOP op wil nemen.
- Bu 4.1.2 Ik kan – samen met mijn coach – een plan maken hoe ik aan de doelen ga werken.
- Bu 4.1.3 Ik kan het plan uitvoeren.

Bu 4.1.4 Ik reflecteer op wat ik doe, kan en wil.

Bu 4.1.5 Ik kan evalueren en mijn plan bijstellen.

Bu 4.2 Ik kan bijdragen aan discussies, overleg en inspraak.

Bu 4.2.1 Ik kan bijdragen aan discussies in de klas over actuele onderwerpen.

Bu 4.2.2 Ik kan bijdragen aan werkoverleg, bijvoorbeeld op interne of externe stage.

Bu 4.2.3 Ik kan bijdragen aan beslissingen die in de leerlingenraad worden genomen.

Bu 4.2.4 Ik kan een stukje of verslag schrijven over zaken die op school of op stage spelen.

Bu 4.3 Ik ben in staat om met inzicht te (gaan) stemmen bij verkiezingen.

Bu 4.3.1 Ik weet dat Nederland een parlementaire democratie is en kan aangeven wat dat betekent.

Bu 4.3.2 Ik kan (globaal) benoemen wat het parlement doet en wat de regering doet.

Bu 4.3.3 Ik weet dat er bij verkiezingen in Nederland gestemd wordt op partijen en kan een aantal partijen opnoemen.

Bu 4.3.4 Ik kan vertellen op welke partij ik zou willen stemmen en waarom.

Bu 4.4 Ik ken de belangrijkste rechten en plichten van burgers in Nederland.

Bu 4.4.1 Ik kan belangrijke grondrechten benoemen en vertellen waarover die gaan; bijvoorbeeld vrijheid van meningsuiting en vrijheid van godsdienst en levensovertuiging.

Bu 4.4.2 Ik kan plichten van burgers noemen en vertellen waarover die gaan; bijvoorbeeld de leerplicht, belastingplicht, identificatieplicht en de plicht om regels (zoals verkeersregels) en wetten na te leven.

Bu 4.4.3 Ik kan omgaan met afspraken en regels in onze maatschappij.

Bu 4.4.4 Ik kan (globaal / met voorbeelden) aangeven hoe het recht werkt in Nederland.

Bu 4.5 Ik ken de belangrijkste rechten en plichten van een werknemer.

Bu 4.5.1 Ik weet wat een cao is en wat dat (later) betekent voor mijn arbeidsvoorwaarden.

Bu 4.5.2 Ik weet wat vakbonden zijn en wat ze doen voor werknemers.

- Bu 4.5.3 Ik kan belangrijke documenten rondom werk en inkomen (stage -/ arbeidsovereenkomst, salarisspecificatie, uitkeringsbericht) lezen en begrijpen.
- Bu 4.5.4 Ik ken mijn plichten als werknemer en kom ze na.
- Bu 4.5.5 Ik weet bij welke instantie ik me kan melden als ik geen werk (meer) heb.
- Bu 4.5.6 Ik weet op welke uitkering(en) ik eventueel recht heb en waarom.
- Bu 4.5.7 Ik weet hoe en bij wie ik ondersteuning kan krijgen bij werk en/of uitkering.

Bu 4.6 Ik ben in staat om passende keuzes te maken voor werk en/of opleiding.

- Bu 4.6.1 Ik verzamel informatie over stage -, werk - en/of opleidingsmogelijkheden in mijn regio.
- Bu 4.6.2 Ik maak kennis met bedrijven en/of opleidingen in mijn regio.
- Bu 4.6.3 Ik ken en benoem mijn eigen talenten, interesses en mogelijkheden voor werk en/of opleiding.
- Bu 4.6.4 Ik benoem soort(en) werk en/of opleiding dat past bij mijn talenten en interesses.
- Bu 4.6.5 Ik ben in staat om te kiezen voor werk dat bij mij past.

Bu 4.7 Ik kan werk zoeken en solliciteren, en ik weet welke ondersteuning ik daarbij kan krijgen.

- Bu 4.7.1 Ik kan passende vacatures zoeken.
- Bu 4.7.2 Ik kan solliciteren.
- Bu 4.7.3 Ik kan me presenteren bij een werkgever, bijvoorbeeld met mijn portfolio.
- Bu 4.7.4 Ik kan, zo nodig onder begeleiding, met een werkgever praten over mijn arbeidsvoorwaarden.
- Bu 4.7.5 Ik kan contacten op school of privé benutten om werk te krijgen of te behouden.
- Bu 4.7.6 Ik weet bij wie ik na schoolverlaten hulp kan vragen bij het krijgen en behouden van werk.

Bu 4.8 Ik ben in staat om als consument / koper keuzes te maken.

- Bu 4.8.1 Ik kan producten vergelijken op prijs, kwaliteit en duurzaamheid voordat ik iets koop.
- Bu 4.8.2 Ik weet wat reclame is en hoe reclame werkt.

Bu 4.8.3 Ik kan berekenen of ik een bepaalde aankoop kan betalen, binnen mijn budget.

Bu 4.9 Ik kan contact met andere mensen maken en onderhouden.

Bu 4.9.1 Ik kan respectvol en verantwoordelijk omgaan met andere mensen

Bu 4.9.2 Ik kan conflicten en ruzie (helpen) oplossen.

Bu 4.9.3 Ik kan opkomen voor mijn mening, en ik kan andere meningen respecteren.

Bu 4.9.4 Ik kan verantwoordelijkheid nemen voor mijn eigen gedrag.

Bu 4.9.5 Ik kan verschillen in normen en waarden tussen mensen herkennen en kan er respectvol mee omgaan.

Bu 4.9.6 Ik kan mij weren bij discriminatie.

Bu 4.10 Ik kan goed omgaan met mijn eigen gevoelens en wensen.

Bu 4.10.1 Ik kan gevoelens en wensen bij mezelf herkennen en benoemen.

Bu 4.10.2 Ik kan mijn gevoelens op een goede manier uiten.

Bu 4.10.3 Ik kan voor mezelf opkomen.

Bu 4.10.4 Ik kan met kritiek omgaan.

Bu 4.10.5 Ik kan initiatief nemen.

Bu 4.10.6 Ik weet wanneer ik hulp nodig heb en hoe ik hulp kan vragen.

Bu 4.11 Ik weet wat een gezonde leefstijl is en wat ik moet doen om gezond te leven.

Bu 4.11.1 Ik kan vertellen wat een gezonde leefstijl inhoudt.

Bu 4.11.2 Ik kan kennis en vaardigheden toepassen om gezond te leven.

Bu 4.11.3 Ik herken en benoem de risico's van roken, alcohol- en drugsgebruik.

Bu 4.11.4 Ik let op de juiste ergonomische lichaamshouding bij wat ik doe.

Bu 4.11.5 Ik gebruik zo nodig de juiste beschermende kleding en middelen.