



STYRELSEN FOR
UNDERVISNING OG KVALITET

Til dig, der skal i erhvervspraktik

I løbet af 7., 8. eller 9. klasse skal du i erhvervspraktik på en arbejdsplads i minimum fem dage.

Det er din mulighed for at prøve et rigtigt arbejde – afprøve lige det, du drømmer om at arbejde med, eller bare noget andet end at gå i skole. Og det er kun din fantasi, der sætter grænsen.

Du kan få hjælpemidler eller anden støtte med i erhvervspraktikken, hvis du har særlige behov eller handicap. Det vil skolen hjælpe dig med.



"Jeg fandt praktikken inde på
Facebook, hvor der stod, at de søgte
nogle praktikanter"

Aya, 15 år
Praktik på TV Øst

Hvad har du lyst til at prøve?

Når du kommer i erhvervspraktik, får du lov til at prøve dig selv af. Måske finder du ud af, at du

- er rigtig god til at snakke med kunder
- godt kan lide at arbejde med noget nyt hver dag
- gerne vil fordybe dig i opgaver på computer
- vil have et arbejde, hvor man skal være aktiv.

Du kan også bruge erhvervspraktikken til at overveje, hvilket job du måske kunne tænke dig i fremtiden, eller hvilken uddannelse du gerne vil tage. Uanset om din praktik var fantastisk eller måske ikke noget for dig på sigt, får du erfaring og læring, du kan tage med dig videre.

Det laver du i erhvervspraktik

Det er meget forskelligt, hvad du kan komme til at lave, mens du er i erhvervspraktik. Nogle praktiksteder har lavet et program for, hvad du skal i løbet af ugen. Andre har fastlagt et program for den første dag og vil gerne have dig med til at lægge et program for resten af din praktiktid. Der kan også være praktiksteder, som ikke på forhånd har lavet en plan, fordi de gerne vil vide, hvad du kan og hvad du er interesseret i.

De fleste arbejdspladser vil give dig nogle konkrete arbejdsopgaver, som du ofte selv kan få indflydelse på. Samtidig lærer du noget om jobbet og arbejdspladsen generelt. Det kan også være, at du skal følge en eller flere af de ansatte på arbejdspladsen, mens de laver deres arbejde.



Find din egen praktikplads

Du skal som udgangspunkt selv finde en arbejdsplads, hvor du kan komme i erhvervspraktik. Her kan du bruge dit netværk til at finde frem til en spændende arbejdsplads eller et job, du kunne tænke dig at prøve.

Spørg fx:

- Forældre
- Moster/onkel
- Lærer
- Via sociale medier

Du kan også finde inspiration til jobs på www.ug.dk. Hvis du har svært ved at finde en praktikplads, så snak med din lærer eller vejleder. Måske de kender nogen, eller har et netværk af virksomheder, de kan trække på. Lykkes det ikke for dig at finde en praktikplads, skal skolen sørge for, at du får et alternativ til en praktikplads. Det kan være på en arbejdsplads i kommunen, en erhvervsskole eller en FGU. I helt særlige tilfælde vil du kunne blive på din egen skole og følge med pedellen, køkkenlederen eller andet personale på skolen. Det vigtige er uanset hvad, at du bliver klogere på et arbejdsliv og hvad man kan blive efter folkeskolen.

Når du har fundet et sted, er det en god ide selv at tage hen til arbejdspladsen og spørge, om du kan komme i erhvervspraktik ved dem. På den måde kan du fornemme, om det er et rart sted at være, og praktikstedet kan se, hvem du er. Ligger arbejdspladsen langt væk fra, hvor du bor, kan du i stedet prøve at ringe til arbejdspladsen. Før du ringer, kan det være en god ide at skrive det ned, som du gerne vil sige eller spørge om.



HUSK

Tag gerne et CV eller en ansøgning med, hvor du har skrevet lidt om dig selv. På den måde kan arbejdspladsen også bedre kontakte dig bagefter.

"Jeg fandt pladsen ved bare at gå op og spørge, fordi den ligger tæt på der, hvor jeg bor, så det var super dejlig nemt"

Emilie, 14 år
Praktik i tøjbutikken Haff



Det skal du vide om din praktik

Når du har lavet en aftale med en arbejdsplads om praktik, skal du huske at spørge

- hvor og hvornår du skal møde den første dag
- om du selv skal tage madpakke med
- hvem der er din kontaktperson
- kontaktpersonens telefonnummer og e-mailadresse
- om du skal tage særligt tøj på (fx tøj, der må blive beskidt).

Kolofon

Til dig, der skal i erhvervspraktik

Redaktion

Center for Dagtilbud og Folkeskole, Styrelsen for Undervisning og Kvalitet, Børne- og Undervisningsministeriet

Layout

Børne- og Undervisningsministeriet

Foto

Børne- og Undervisningsministeriet

Flyeren kan ikke bestilles, men den kan hentes på Børne- og Undervisningsministeriets hjemmeside

Eventuelle henvendelser af indholdsmæssig karakter rettes til stuk@stukuvm.dk

Udgivet af:

Børne- og Undervisningsministeriet, 2025