

# 1709 – IPO-1

RA1 El mercat laboral i la  
recerca activa de feina.

# Dades administratives

- Hores del mòdul: 99
- Resultats d'aprenentatge:
  - RA1. Distingeix les característiques del sector productiu i defineix els llocs de treball, relacionant-los amb les competències professionals expressades en el títol.
  - RA2. Assoleix les competències necessàries per a l'obtenció del títol de Tècnic Bàsic en Prevenció de Riscos Laborals.
  - RA3. Analitza les seves condicions laborals com a persona treballadora per compte d'altri, identificant-les en els principals tipus de canvis i vicissituds rellevants que es poden presentar en la relació laboral, en la normativa laboral i, especialment, en el conveni col·lectiu del sector.
  - RA4. Analitza i avalua el seu potencial professional i els seus interessos per a guiar-se en el procés d'autoorientació i elabora un full de ruta per a la inserció professional partint de l'anàlisi de les competències, interessos i destreses personals.
  - RA5. Aplica les estratègies per a l'aprenentatge autònom reconeixent el seu valor professionalitzador, dissenyant i optimitzant el seu propi entorn d'aprenentatge fent ús de les tecnologies digitals com a eines d'aprenentatge autònom, sent coherent amb la seva identitat digital i els seus objectius professionals plantejats en el seu pla de desenvolupament individual

# Dades administratives

- Hores del mòdul: 99
- **Avaluació:** cada RA tindrà algun dels següents elements d'avaluació:
  - **Proves** que suposaran un 50% de la nota del RA
  - **Pràctiques** que suposaran un 40% de la nota del RA
  - **Exercicis** que suposaran un 10% de la nota del RA
- **Absentisme**
  - 0-19h

# 1709 – IPO-1

- Elements bàsics
  - Perfil: Autoconeixement i marca personal
  - Currículum / Carta de presentació
  - Anàlisi ofertes de treball / Autocandidatura
  - L'entrevista

# 1709 – IPO-1

- AUTOCONEXIMENT
  - Quan busquem feina, que pretenem???

# 1709 – IPO-1

- MARCA PERSONAL
  - Allò que ens defineix
  - Diferenciar-nos d'altres persones en camps similars
  - Donar una imatge clara de tu mateix (missatge, missió, projecte personal)
  - Donar un component emocional als teus atributs professionals
- Com construir la nostra marca personal:
  - Quina és la paraula que vols que els hi vingui al cap a les persones que escolten el teu nom?
  - Defineix qui ets des de el punt de vista personal
  - Definir els beneficis que proporciona la nostra manera de treballar i els nostres coneixements.
  - Tenir clar quines son les feines que volem desenvolupar
  - Determinar a qui volem transmetre el nostre missatge i veure com arribar als mateixos
  - Crear el teu element diferenciador que t'ajudi a destacar sobre la resta
  - Promocionar-te en la teva xarxa de contactes personals i professionals

# EL CURRICULUM VITAE

ELEMENTS BÀSICS

# Dades imprescindibles:

---

- Dades personals i de contacte
- Dades acadèmiques (títols oficials i altres)
- Dades experiència
- Altres dades (conduir, idiomes, xarxes, aficions, participació cívica, ...)



# Aspectes bàsics a tenir en compte:

- 1 o 2 fulls. Si algú vol més informació ja te la demanaran a l'entrevista. [en el cas del CV presentat a l'examen es una excepció]
- Ordre important (l'ordre dels factors SI altera el producte)
- Ortografia i estètica (posar negretes, pics, tipus de lletra, ...)

# Detalls a tenir en compte:

- Has de definir clarament el teu objectiu professional
- Has de fer èmfasi en els teus projectes més destacats
- La informació dels projectes/èxits (“logros”) han de ser més quantitatius que qualitatius
- Les paraules més buscades en un CV
  - ▣ Solucionar problemes
  - ▣ Lideratge
  - ▣ Comunicació
  - ▣ Treball en equip
  - ▣ Millora de la rendibilitat de l'empresa

# Típics errors en el CV

- Incloure-ho tot (quan tens molta informació acumulada) [excepte en el CV presentat a l'examen]
- Mal organitzat
  - ▣ Que hi hagin salts, per exemple...
- Ortografia
- No posar la data

# Les cartes de presentació / motivació

- Sempre personalitzades
- Compte amb el format de les cartes (destinatari, data, salutació, cos, acomiadament, signatura, PD)
- Aspectes bàsics:
  - Encapçalament
  - Data
  - Salutació
  - Cos
  - Acomiadament
  - Signatura

Informació adicional

# Videocurrículum

- Es un complement del CV
- NO es llegir el CV
- Importància del detalls, anècdotes, música, exemples, originalitat
- Durada entre 2 i 3 minuts, tot i que pot ser variable.
- No es una eina personalitzada en una oferta, centrat sobretot en les teves qualitats.
- Cal "moure'l", enviant-lo a xarxes o llocs on el puguin veure empreses o entitats que els pugui interessar.
- Aspectes tècnics imprescindibles (cal editar-lo i tenir en compte el so, enquadrament, text superposat, canvis de pla...)