

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 54 Советского района Волгограда»

Введен в действие
приказом директора

МОУ СШ №54

от «31» августа 2022г.

приказ № 247

Директор МОУ СШ №54

Н.А. Белибихина

«31» августа 2022г.



Утвержден

решением Педагогического
совета МОУ СШ №54

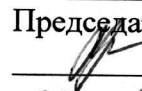
протокол № 1

от «31» августа

Председатель педсовета

Н.А. Белибихина

«31» августа 2022г.



Программа внеурочной
деятельности
«Моя профориентация»
(социальное направление)

Возраст обучающихся: 15-18 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Воробьева Ирина Викторовна,
учитель русского языка и литературы

Волгоград, 2022

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Моя профориентация» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы и предназначена для работы с обучающимися 10-11 классов в рамках социального направления. Образование для современного школьника – это не только овладение базовыми предметными знаниями, но и возможность его дальнейшего самоопределения. В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования данный курс внеурочной деятельности направлен на становление личностных характеристик выпускника - человека, «осознающего свою сопричастность судьбе Отечества, креативного и критически мыслящего, осознающего ценность образования и науки, труда и творчества для человека и общества, умеющего вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать, подготовленного к осознанному выбору профессии, понимающего значение профессиональной деятельности для человека и общества, мотивированного на образование и самообразование в течение всей своей жизни».

В Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года одним из направлений считается трудовое воспитание и профессиональное самоопределение, которое реализуется посредством «воспитания у детей уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям, формирования у детей потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий, содействия профессиональному самоопределению, приобщения детей к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии».

Школа является основным звеном в цепи профориентации, поскольку на её долю выпадает функция помощи обучающимся в навигации во взрослой жизни, их социализации и самоопределении. Таким образом, возникла необходимость курса внеурочной деятельности, который позволил бы реализовать направления Стратегии развития воспитания и ФГОС СОО в области профессиональной самоидентификации школьников.

Целью курса внеурочной деятельности «Моя профориентация» является формирование у школьников профессионального самоопределения в условиях свободы выбора сферы деятельности, в соответствии со своими желаниями, способностями, возможностями, и с учетом требований рынка труда. Достижению этой цели служат следующие **задачи**:

- расширить знания обучающихся в области профориентации (современный рынок труда, средние и высшие учебные заведения, способы поиска работы и трудоустройства);
- сформировать умение выстраивать профессиональную траекторию в соответствии с интересами, способностями, прогнозируемым спросом на рынке труда.

Курс рассчитан на 1 час в месяц (аудиторные и внеаудиторные часы) на протяжении двух лет в 10-11 классе, что составляет 18 часов.

Методическое сопровождение курса представлено данной рабочей программой.

Курс рекомендуется для организации внеурочной деятельности на уровне среднего общего образования. На групповых и индивидуальных занятиях возможно использование

разнообразных видов деятельности: защита мини-проектов, изучение ситуации рынка профессий по вакансиям, Атласу профессий, решение кейсов, составление резюме, экскурсии на предприятия, встреча с людьми разных профессий, посещение Дней открытых дверей профессиональных учебных заведений и т.д.

Программа построена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утверждённого приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. №413 и Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Моя профориентация»

Личностные результаты:

- приобретение социальных знаний;
- самостоятельность и личная ответственность за выбор дальнейшей профессии;
- получение опыта самостоятельного общественного и профессионального действия.
- наличие мотивации к самобразованию и саморазвитию.

Метапредметные результаты:

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей общения;
- владение основами самоконтроля и адекватной самооценки;
- умение самопрезентации;
- умение оценивать правильность выбора, соотнесение его с собственными возможностями;
- умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность в коллективе, работать индивидуально;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свою позицию;
- развитие компетентности в области применения информационно-коммуникационных технологий.

Оценка результативности реализации программы предусматривает следующие показатели: повышение мотивации обучающихся к профориентации, рост личностных достижений обучающихся, а также фиксируемые в портфолио школьников результаты повышения активности обучающихся в олимпиадной и конкурсной деятельности и рост количества школьников - участников профессиональных проб.

Содержание курса внеурочной деятельности «Моя профориентация»

Раздел 1. Определение профессиональных интересов. 2 часа. Тестирование и анкетирование на выявление профессиональных приоритетов.

Раздел 2. Профессиональное образование и рынок труда. 2 часа Начальное профессиональное образование. Среднее профессиональное образование. Высшее профессиональное образование. Профессия. Должность. Квалификация. Специальность. Специализация. Компетенция. Компетентность. Профессии будущего. Исчезающие профессии.

Раздел 3. Человек – природа. 2 часа. Профессии, имеющие дело с растительными и животными организмами, микроорганизмами и условиями их существования: ботаник, ветеринар, агроном, плодоовощевод, биоинженер, и т.д. Особенности профессий типа «человек - природа» (уровни образования, требования к профессионалу, условия труда).

Виды деятельности. Практическая работа по изучению требований к профессиям типа «человек - природа» ЕТКС (<http://bizlog.ru/eks/>, <http://consultant.ru/>) . Мини-проект «Составление каталога профессий типа «человек – природа»» по Атласу профессий. Работа в группах по определению особенностей профессий изучаемого типа. Экскурсии на производства. Лекции.

Раздел 4. Человек – техника. 2 часа Профессии, имеющие дело с техническими объектами труда: слесарь-сборщик, водитель, техник, механик, техник-технолог общественного питания, инженер, изобретатель и т.д. Особенности профессий типа «человек - техника» (уровни образования, требования к профессионалу, условия труда).

Виды деятельности. Практическая работа по изучению требований к профессиям типа «человек - техника» ЕТКС (<http://bizlog.ru/eks/>, <http://consultant.ru/>) .Практическая работа «Составление перечня профессий типа «человек – техника»». Работа в группах по определению особенностей профессий изучаемого типа. Экскурсии на производства. Лекции. Участие в конкурсах и чемпионатах юных профессионалов.

Раздел 5. Человек - знаковая система. 2 часа Профессии, имеющие дело с языками, условными знаками и символами, формулами и цифрами: математик, редактор, программист, переводчик и т.д. Особенности профессий типа «человек - знаковая система» (уровни образования, требования к профессионалу, условия труда).

Виды деятельности. Практическая работа по изучению требований к профессиям типа «человек – знаковая система» ЕТКС (<http://bizlog.ru/eks/>, <http://consultant.ru/>) . Работа в группах по определению особенностей профессий изучаемого типа. Экскурсии на производства. Лекции. Мини-проект «Каталог профессий будущего по типу «человек – знаковая система»» (составление с использованием по Атласу профессий.) Участие в конкурсах и чемпионатах юных профессионалов.

Раздел 6. Человек - художественный образ. 2 часа. Представители этих профессий стремятся найти прекрасное в окружающей их действительности. Такого человека мир интересует, как сфера, которую можно преобразовать, внести красоту и удобство: дизайнер, артист балета, актер театра и кино, художник-декоратор, художник-реставратор, настройщик музыкальных инструментов, литературный критик и т.д. Особенности профессий типа «человек - художественный образ» (уровни образования, требования к профессионалу, условия труда).

Виды деятельности. Практическая работа по изучению требований к профессиям типа «человек – художественный образ» ЕТКС (<http://bizlog.ru/eks/>, <http://consultant.ru/>) . Дискуссия на тему «Сходства и различия областей профессиональной деятельности киноиндустрия, телевидение, театр». Практическая работа «Сходства и различия, особенности областей профессиональной деятельности: изобразительное искусство, фотография»». Работа в группах по определению особенностей профессий изучаемого типа. Экскурсии на производства. Лекции. Участие в конкурсах и чемпионатах юных профессионалов.

Раздел 7. Человек – человек. 2 часа. Областью интересов этих профессий являются социальные системы и сообщества, группы населения, люди разного возраста: врач, учитель, психолог, продавец, парикмахер и т.д. Особенности профессий типа «человек - человек» (уровни образования, требования к профессионалу, условия труда).

Виды деятельности. Лекция с элементами эвристической беседы на тему «Особенности профессий сферы обслуживания. Требования к специалисту, уровень образования, режим и оплата работы. Определение черт личности, присущих специалистам сферы обслуживания, рисков и плюсов профессий сферы обслуживания». Практическая работа по изучению требований к профессиям типа «человек – человек» ЕТКС (<http://bizlog.ru/eks/>, <http://consultant.ru/>) . Лекция с элементами практической работы «Области медицины. Профессии. Требования к уровню образования и качествам личности специалиста». Учебная дискуссия «Востребованность профессий: учитель, врач, учёный». Работа в группах по определению особенностей профессий изучаемого типа. Экскурсии. Лекции. Участие в конкурсах и чемпионатах юных профессионалов.

Раздел 8. Погружение в профессию. 2 часа. Посещение организаций населённого пункта (фельдшерско-акушерский пункт, дом культуры, сельская библиотека, животноводческая ферма, предприятия частных и индивидуальных предпринимателей и т.д.). Посещение организаций районного центра (центр занятости населения, коммунальные службы, почта, мировой суд, Ростелеком, подразделение МЧС, ЦРБ, РЭС, ХПП, предприятия частных и индивидуальных предпринимателей и т.д.). Посещение учебных профессиональных заведений в Дни открытых дверей. Встреча с представителями разных профессий.

Раздел 9. Профессиональные пробы. 1 час. Участие в конкурсах юных профессионалов.

Раздел 10. Самопрезентация. 1 час. Правила составления резюме. Поиск вакансий. Собеседование с работодателем. Соискатель – работодатель.

Виды деятельности. Деловая игра «Моделирование ситуации «Собеседование с работодателем»».

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Моя профориентация»

№ п/п	Количество часов	Тема занятия	Основное содержание	Вид деятельности
10 класс				
1	1	Введение в курс. Определение профессиональных интересов.	Анкетирование с целью выявления профессиональных приоритетов.	Анкетирование
2	1	Профессиональное образование.	Уровни профессионального образования (начальное, среднее, высшее). Понятия: профессия, должность, квалификация, специальность,	Лекция

			специализация, компетенция, компетентность.	
3	1	Человек – природа. Профессии, связанные с животными.	Направления деятельности, связанной с животными (лечение, дрессура, уход, изучение и т.п.). Практическая работа по изучению ЕТКС (http://bizlog.ru/eks/ , http://consultant.ru/)	Практическая работа
4	1	Погружение в профессию	Посещение предприятий данной области изучения	Экскурсия
5	1	Профессии, связанные с растениями.	Профессии, имеющие дело с растительными организмами и условиями их существования: ботаник, агроном, плодоовощевод, лаборант, биоинженер, и т.д.	Работа в группах
6	1	Изучение микроорганизмов и наблюдение за ними.	Профессии, имеющие дело с микроорганизмами и условиями их существования.	Работа в группах
7	1	Генетика и биоинженерия.	Профессии, имеющие дело с биоинженерией, генетикой. Селекция и разведение животных и растительных организмов.	Лекция
8	1	Профессиональные пробы	Участие в конкурсах	Участие в конкурсах
9	1	Профессии будущего	Составление каталога профессий будущего по типу «человек – знаковая система» по Атласу профессий.	Мини-проект
11 класс				
1	1	Определение профессиональных интересов.	Тестирование с целью выявления профессиональных приоритетов.	Тестирование
2	1	Самопрезентация	Правила составления резюме. Поиск вакансий. Соискатель – работодатель. Моделирование ситуации «Собеседование с работодателем».	Деловая игра
3	1	Экскурсии на производства	Посещение предприятий данной области изучения	Экскурсии
4	1	Человек – человек.	Социальные системы и	Лекция с

			сообщества, группы населения, люди разного возраста. Особенности профессий типа «человек - природа» (уровни образования, требования к профессионалу, условия труда). Практическая работа по изучению ЕТКС (http://bizlog.ru/eks/ , http://consultant.ru/).	практической работой
5	1	Сфера обслуживания.	Особенности профессий сферы обслуживания. Требования к специалисту, уровень образования, режим и оплата работы. Определение черт личности, присущих специалистам сферы обслуживания, рисков и плюсов профессий сферы обслуживания.	Лекция с элементами эвристической беседы
6	1	Медицина.	Области медицины. Профессии. Требования к уровню образования и качествам личности специалиста.	Лекция с практической работой
7	1	Наука и образование.	Наука, её области, особенности профессий. Дошкольное, школьное, дополнительное и профессиональное образование. Практическая работа: требования к личностным и профессиональным качествам специалистов.	Лекция с практической работой
8	1	Профессиональные пробы.	Участие в конкурсах, олимпиадах и чемпионатах мастерства.	Участие в конкурсах
9	1	Рынок труда	Экскурсия в Центр занятости, изучение объявлений на сервисах поиска работы, в газетах. Выстраивание собственной траектории профессионального развития.	Экскурсия, практическая работа

Описание

учебно-методического и материально-технического обеспечения

курса внеурочной деятельности «Моя профориентация»

Данный курс обеспечен рабочей программой и методическими рекомендациями.

Для успешной реализации программы необходимо обеспечить возможность обучающихся погрузиться в профессию через встречи с людьми разных профессий, экскурсии на производства, в Центр занятости населения. Для проектной деятельности необходимо наличие компьютера и выхода в Интернет с целью навигации по сайтам профессиональных учебных заведений, изучения рынка труда, вакансий и т.п.

Методические рекомендации

к реализации курса внеурочной деятельности «Моя профориентация»

Курс создан на основе типологии профессий Е.А. Климова, российского психолога, психофизиолога, доктора психологических наук. Климов Е.А. выделил пять объектов труда: человек, техника, художественный образ, знак, природа. В первой части названия типа профессии обозначен субъект труда, которым всегда является человек.

Человек — человек — все профессии, связанные с воспитанием, обслуживанием, обучением людей, общением с ними. К этой группе относятся все педагогические и медицинские профессии, профессии сферы услуг и другие.

Человек — техника — все профессии, связанные с созданием, обслуживанием и эксплуатацией техники. Это такие профессии как: инженер-конструктор, автослесарь, системный администратор и другие.

Человек — художественный образ — все профессии, связанные с созданием, копированием, воспроизведением и изучением художественных образов. К этой группе относятся такие профессии как: художник, актер, певец, реставратор, искусствовед и другие.

Человек — природа — все профессии, связанные с изучением, охраной и преобразованием природы. К этой группе относятся такие профессии как: ветеринар, садовник, агроном, эколог и другие.

Человек — знак — все профессии, связанные с созданием и использованием знаковых систем (цифровых, буквенных, нотных). К этой группе относятся переводчики художественных и технических текстов, аналитики, финансисты и другие.

Особенность применения данной классификации в наше время состоит в том, что простые профессии с одним объектом труда уходят в прошлое и на смену им приходят профессии с несколькими объектами труда, или со сложным объектом труда. Например, профессия ландшафтного дизайнера одновременно относится и к типу человек-природа и к типу человек - художественный образ.

Раздел 1. Определение профессиональных интересов. 2 часа. Тестирование и анкетирование на выявление профессиональных приоритетов. Профориентационный тест представляет собой комплекс вопросов, направленных на выявление эмоциональных и профессиональных предпочтений, что поможет определиться с выбором будущей профессии и позволяет определить свои профессиональные склонности и способности, выявить свойства характера и личностные качества, прояснить уровень развития своих

способностей, выбрать отрасль профессиональной деятельности. Тестирование проводится в режиме онлайн на сайте <https://testometrika.com/business/test-to-determine-career/>. Следующий тест основывается на методике Е.А. Климова и им разработан. Этот тест также можно пройти онлайн на сайте <https://postupi.online/test/klimova/about/>. Результаты тестирования школьник получает сразу вместе с рекомендациями.

Раздел 2. Профессиональное образование и рынок труда. 2 часа.

Виды профессионального образования зависят от уровня получаемого профессионального образования. Различают следующие уровни профессионального образования:

- начальное профессиональное образование (профессиональное училище, учебно-производственный комбинат);
- среднее профессиональное образование (колледж, техникум);
- высшее профессиональное образование (институт, университет, академия,);
- высшее послевузовское образование (докторантура, аспирантура, адъюнктура);
- дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации, профессиональная переподготовка и стажировка).

Все виды профессионального образования решают следующие задачи:

1. Профессиональная подготовка по определённой специальности.
2. Профессиональная переподготовка кадров.
3. Повышение квалификации специалистов.

Какой вид профессионального образования выбрать, каким путем достигать совершенства – коротким или более длинным, но дающим глубокие знания, выбирать конкретному человеку. Не стоит забывать, что при выборе профессионального образования, многие специальности имеют свои специфические виды профессионального образования.

Сориентироваться во всём многообразии профессиональных учебных заведений позволит ресурс <https://postupi.online/>, дающий максимальную информацию не только о специальностях, которые изучаются в учебных заведениях, но и условиях поступления, сроках обучения, наличии бюджетных мест и общежития.

Атлас новых профессий (<http://atlas100.ru/about/>) позволяет изучить исчезающие профессии и профессии будущего, что может позволить школьнику смоделировать свой профессиональный путь.

Следует дать определение ключевым терминам, используемым в профориентации:

- **профессия** — относительно самостоятельный и официально признанный род трудовой деятельности или занятий человека, требующий соответствующего образования и использующийся как источник существования;
- **специальность** — вид трудовой деятельности, который осуществляется на основе существующей профилированной теоретической и практической подготовки;
- **специализация** – совокупность трудовых функций в рамках конкретной профессии или специальности;
- **квалификация** — это уровень овладения работником профессией;
- **компетенция** – это личностная способность специалиста решать определённый класс профессиональных задач. Также под компетенцией понимают формально описанные требования к личностным, профессиональным и т. п. качествам сотрудников компании. В данном понимании компетенция используется при оценке персонала;

- **компетентность** - общий оценочный термин, характеризующий меру соответствия знаний и умений реальному уровню сложностей выполняемых задач и разрешаемых проблем;

- **рынок труда** - это формирующийся спрос и предложения рабочей силы и трудовых услуг. Через рынок труда большинство работающего населения получает работу и доходы. Рынок труда регулируется предложением и спросом рабочей силы.

Раздел 3. Человек – природа. 2 часа. Профессии типа «человек – природа»: агроном, биолог, семеновод, микробиолог, ветеринар, врач, генетик, геодезист, геолог, животновод, зоотехник, кинолог, медицинский лаборант, медсестра (медбрат), океанолог, метеоролог, кондитер, повар, селекционер, провизор, фармацевт, физик, химик, флорист, эколог. Требования к людям этих профессий: наблюдательность, способность ориентироваться в условиях непредвиденности и отсрочки результатов, способность изменять цель в зависимости от условий, выдержка и терпение в условиях недостаточного комфорта. В этих профессиях чаще, чем в других, требуются такие качества, как прогнозирование отдаленных результатов, готовность работать в неблагоприятных погодных условиях, одному или в команде из нескольких человек.

Требования к уровню образования, требования к профессионалу, условия труда.

Раздел 4. Человек – техника. 2 часа. Это самый большой тип профессий., имеющих дело с техническими объектами труда: слесарь-сборщик, водитель, техник, механик, техник-технолог общественного питания, инженер, изобретатель, автослесарь,, автомеханик, бортиженер, лётчик, водитель, машинист, штурман, логист, военнослужащий, гравер, диспетчер, логист, маркшейдер, медицинский лабораторный техник, электрик, монтажник, плотник, столяр, пожарный, программист, веб-мастер, прораб, реставратор, секретарь, системный администратор, сотрудник МЧС, фрезеровщик, фотограф, оператор, швея, ювелир.

При обработке, преобразовании, перемещении или оценке технических объектов от работника требуются точность действий. Так как технические объекты практически всегда создаются самим человеком, в мире техники имеются широкие возможности для технического творчества. Одновременно с творческим подходом к делу в области техники от человека требуется высокая исполнительская дисциплина.

Эти профессии требуют от работника высокого уровня развития наглядно-образного мышления, пространственных представлений, технической осведомленности и сообразительности, ловкости.

Уровни образования, требования к профессионалу, условия труда.

Раздел 5. Человек - знаковая система. 2 часа. Характерной чертой типа профессий типа «человек - знаковая система» является работа с цифрами, расчетами, базами данных, формулами, текстами. Профессионально важные качества данного типа профессий: точность и аналитический склад ума, внимательность, логическое мышление. Для успешной деятельности важно иметь интерес к различным формулам, таблицам, картам, схемам, базам данных. Профессии, имеющие дело с языками, условными знаками и символами, формулами и цифрами: автослесарь, автомеханик, программист, экономист, редактор, аналитик, переводчик, датасайнтист, бухгалтер, адвокат, андеррайтер, археолог, архивариус, архитектор, аудитор, библиотекарь, брокер, маклер, бухгалтер, дипломат, геодезист, диспетчер, журналист, дизайнер, лингвист, филолог, модельер, налоговый инспектор, нотариус, реелтор, режиссер, сценарист и т.д.

Раздел 6. Человек - художественный образ. 2 часа. «Человек - художественный образ» – это профессии, которые направлены на создание, восстановление и модернизацию различных произведений культуры и искусства. Профессии этого типа: реставратор, художник, архитектор, дизайнер, стилист, режиссер, фотограф. Важными качествами для представителей этих профессий являются креативность, творческое нестандартное мышление, развитое воображение.

Представители этих профессий стремятся найти прекрасное в окружающей их действительности. Такого человека мир интересует, как сфера, которую можно преобразовать, внести красоту и удобство: дизайнер, артист балета, композитор, модель, модельер, промоутер, редактор, скульптор, стилист, певец, парикмахер, журналист, актер театра и кино, художник-декоратор, художник-реставратор, настройщик музыкальных инструментов, литературный критик и т.д.

Раздел 7. Человек – человек. 2 часа.

Профессии типа «человек - человек» - это профессии, основное направление которых связано с общением между людьми и их взаимном влиянии. Например, тренер, преподаватель, учитель, психолог, доктор, менеджер, аудитор, визажист, маклер, инспектор ГИБДД, менеджер, продавец, социальный работник, полицейский, врач, учитель, психолог, продавец, парикмахер и т.д. Важным качеством в данных профессиях является не только желание, но и умение активного взаимодействия с людьми и продуктивного общения. Важно спецификой при подготовке специалистов этого типа являются развитые коммуникативные навыки и хорошее знание профессиональной сферы. Областью интересов этих профессий являются социальные системы и сообщества, группы населения, люди разного возраста:

Уровни образования, требования к профессионалу, условия труда профессий типа «человек - человек».

Раздел 8. Погружение в профессию. 2 часа. Посещение организаций населённого пункта (фельдшерско-акушерский пункт, дом культуры, сельская библиотека, животноводческая ферма, предприятия частных и индивидуальных предпринимателей и т.д.). Посещение организаций районного центра (центр занятости населения, коммунальные службы, почта, мировой суд, Ростелеком, подразделение МЧС, ЦРБ, РЭС, ХПП, предприятия частных и индивидуальных предпринимателей и т.д.). Посещение учебных профессиональных заведений в Дни открытых дверей. Встреча с представителями разных профессий. Данную работу можно организовать в сотрудничестве с Центром занятости в рамках акции «Неделя без турникетов» и т.п.

Раздел 9. Профессиональные пробы. 1 час. Участие в конкурсах юных профессионалов World Skills Junior, «Будущий учитель – учитель будущего», «Красота спасёт мир», творческие конкурсы и т.д.

Раздел 10. Самопрезентация. 1 час. Правила составления резюме. Поиск вакансий. Собеседование с работодателем. Соискатель – работодатель.

Резюме - это описание способностей человека, которые делают его конкурентоспособным на рынке труда. Оно должно отображать три основных качества, требуемых от сотрудника: образованность, продуктивность и неограниченность способностей.

Резюме - это официальный документ, правила написания которого регламентированы руководством по делопроизводству.

Необходимо продумать несколько вариантов резюме - для отправления по почте (или вручения лично), по факсу, в электронном виде по E-mail. Однако тексты должны быть идентичными. Различаться может оформление - удачно подобранная фотография украсит резюме, но подумайте, как она будет выглядеть, полученная по факсу.

Правила составления резюме:

- объем резюме не может превышать одной, максимум двух страниц формата А4, ключевая информация должна находиться на первой странице;
- на всех листах, кроме первого печатается номер листа и указывается фамилия;
- необходимо использовать один шрифт;
- строгий стиль оформления;
- каждый раздел резюме должен быть отделен от предыдущего;
- у резюме с ошибками нет шансов.

Резюме должно соответствовать следующим критериям:

- краткость;
- конкретность;
- целенаправленность;
- активность;
- точность и ясность изложения мысли;
- избирательность;
- грамотность.

Средства обучения

1. Атлас новых профессий <http://atlas100.ru/about/>
2. Деловое общение <http://bizlog.ru/eks/>
3. КонсультантПлюс <http://consultant.ru/>
4. Поступи онлайн <https://postupi.online/>
5. Профориентационный тест <https://testometrika.com/business/test-to-determine-career/>