

## РЕЗЮМЕ

– это краткий обзор  
Вашего предыдущего  
опыта работы, знаний,  
навыков, достижений.

### Почему так важно уделить время и усилия на создание качественного резюме?

- ▶ резюме выделит Вас на фоне других соискателей, привлечёт внимание работодателя;
- ▶ качественное резюме станет Вашей визитной карточкой; презентует Вас как специалиста;
- ▶ содержательное резюме значительно облегчит процесс собеседования;
- ▶ наличие фото даст дополнительные преимущества оказаться в числе первых кандидатов на привлекательную должность.



## Воспользуйтесь услугами службы занятости

Обратитесь за помощью  
в заполнении резюме  
к профконсультанту ЦЗН

### Государственное казенное учреждение Центр занятости населения Тамбовской области Мы работаем для Вас!

Адреса и телефоны  
территориальных отделов ЦЗН,  
оказывающих услуги населению,  
размещены на сайте

**цзн-тамбов.рф**

в разделе «Контакты»

### ГОСУДАРСТВЕННЫЕ УСЛУГИ ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ БЕСПЛАТНО

Создайте своё резюме  
на портале  
«Работа в России» –  
и работа Вашей мечты  
найдёт Вас!

**Работа в России**  
Общероссийская база вакансий  
TRUDVSEM.RU

Встать на учет в качестве безработного | Подать заявление

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

**Работа в России**  
Общероссийская база вакансий  
TRUDVSEM.RU

Пермский край

### Конструктор резюме

Основная информация

Фамилия Имя Отчество  
Дата рождения  
Готов приступить к работе с  
Зарплата, руб.  
Сфера деятельности  
Желаемая должность

Выбрать фото

Пожелания к вакансии

График работы  
Полный рабочий день  
Тип занятости  
Полная

Готовность к переобучению  
не указано  
Готовность к переезду  
не указано

Контактная информация

Регион  
Приморский край  
Населенный пункт  
Телефон  
E-mail

## Рекомендации по заполнению резюме

Тамбовская область  
**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр

## Рекомендации по заполнению конструктора резюме на портале «Работа в России»

### ▶ Раздел «Выбрать фото»

▶ Тщательно подберите фото портретной зоны, содержащее распознаваемое изображение лица.

Первое впечатление может стать решающим в вопросе трудоустройства.

### ▶ Поле «Профессия»

Укажите наименование профессии / специальности без сокращений / аббревиатур. Начните вводить и система предложит подходящие значения в соответствии с общероссийским классификатором профессий.

Такие варианты как «любая работа», «удалённая работа», «работа по образованию», «рассмотрю все варианты» и т.п. - не пройдут модерацию. Не допустимы также грамматические и орфографические ошибки.

### ▶ Поле «Сфера деятельности»

Из справочника выберите сферу деятельности соответствующую искомой профессии.

### ▶ Поле «Контактная информация»

Желательно указать все виды связи: телефон, адрес электронной почты или skype.

### ▶ Поле «История трудовой деятельности»

Заполните в обратном хронологическом порядке, начиная с последнего места работы.

При описании основных обязанностей, сделайте акцент на опыте, который имеет отношение к искомой должности.

### ▶ Поле «Образование»

Выберите уровень образования (Среднее, СПО, ВПО). Укажите наименование учебного заведения, год окончания, факультет и т.д.

Обязательно укажите дополнительное образование и краткосрочные курсы непосредственно связанные с искомой должностью.

▶▶ Если Вы прикрепляете к резюме сертификаты о прохождении курсов, участие в таких движениях как «Ворлдскиллз» или волонтерских движениях, обратите внимание, что данные перепроверяются, это может занять дополнительное время.

### ▶ Поле «Социальное положение»

Заполните графы: семейное положение, наличие детей, наличие жилья, отношение к социально незащищенным группам (выберите из списка).

### ▶ Поле «Личные и профессиональные качества»


Напишите не менее трех качеств, характеризующих Вас как работника.

Избегайте шаблонов - креативность и стрессоустойчивость способны заинтересовать не каждого работодателя.

### ▶ Раздел «Рекомендации»

Укажите Ф.И.О. и контактный телефон руководителя организации или непосредственного начальника, который может дать отзыв о Вашей работе.

▶ Вы можете создать дополнительные резюме на портале «Работа в России» по разным специальностям/должностям, уже после регистрации Заявления о постановке на учёт в качестве безработного.

**Внимание!**  
Воспользуйтесь подсказками системы, нажав  справа от поля, доступного к заполнению.