

# РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ



# ВЫБЕРИ СВОЙ ПУТЬ

## Дорогой друг!

Эта Рабочая тетрадь отличается от всех тех, которые ты заполняешь на уроках по школьным предметам. Она подразумевает меньше строгости, больше творчества и свободы. Не существует правильных и неправильных вариантов ответа на поставленные здесь вопросы.

Всё очень индивидуально и должно быть ориентировано только на тебя! Проверять и оценивать эту тетрадь также не будут. Получается, что ты делаешь это только для себя. Но чем качественнее ты подойдешь к делу, тем больше ты поймешь про самого себя и про свое призвание.

**Прочитай короткий список рекомендаций и советов по заполнению Рабочей тетради «Выбери свой путь» и приступай к упражнениям.**

- 1** Просматривай материалы и делай упражнения Рабочей тетради в любом порядке! Но последним должно быть задание № 33.
- 2** Посвящай каждому заданию не меньше 15-20 минут, основательно думай, но не бойся проявлять творчество!
- 3** Задания № 29, № 30, № 31, № 32 посвящены специальному курсу. Пройди его и только после этого выполняй упражнения.
- 4** Рисуй, дорисовывай, зарисовывай! Каждая страница ждет твоего креатива.
- 5** Наблюдай свою реакцию на упражнения в Рабочей тетради. Можешь делать свои комментарии под каждым из них.
- 6** Постарайся отвечать на вопросы честно и выражать свою точку зрения, даже если иногда она звучит нелогично.
- 7** Если какие-то слова и упражнения не понятны тебе, не стесняйся обращаться к взрослым или напиши и задай все необходимые вопросы лично автору.



Вот моя страничка  
[https:// vk.com/clubbteam](https://vk.com/clubbteam)

И, напоследок, будь внимательнее, работа над некоторыми упражнениями может заставить крепко задуматься и натолкнуть на совершенно новые мысли относительно твоей будущей профессии. Если так случилось, значит было все не зря!

*С уважением и с надеждой на совместное творчество, автор!*

# ЗАДАНИЕ № 1. Моё резюме\*



Моё имя

Мой возраст

Мои сильные качества

Мои недостатки и вредные привычки

Мои оценки в школе

В школе мне нравится изучать такие предметы

Моё хобби

У меня лучше всего получается

Мой девиз по жизни

Я хочу стать

Я хочу учиться в учебном заведении

\* Резюме - документ, содержащий информацию о навыках, опыте работы, образовании и другую относящуюся к делу информацию, обычно требуемую при рассмотрении кандидатуры человека для найма на работу, «жизнеописание», автобиография.



## ЗАДАНИЕ № 2



Вспомни, кем ты мечтал стать в детстве?  
Попробуй написать, почему тебе нравилась именно эта профессия.  
Осталась ли эта мечта у тебя сейчас?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ЗАДАНИЕ № 3

Какие комплименты ты чаще всего слышал от своих учителей?  
Составь топ-6 этих качеств.

1

4

2

5

3

6

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ЗАДАНИЕ № 4



Напиши список самых важных для тебя людей.  
Можешь вклеить их фотографии или нарисовать их портрет.  
Укажи, кем они работают.

Это \_\_\_\_\_

Работает \_\_\_\_\_

Это \_\_\_\_\_

Работает \_\_\_\_\_

Это \_\_\_\_\_

Работает \_\_\_\_\_

Это \_\_\_\_\_

Работает \_\_\_\_\_

Это \_\_\_\_\_

Работает \_\_\_\_\_

# Как составить резюме?

## 9 правил профессионального резюме от ресурса superjob.ru!

*Составление резюме - важнейший шаг в процессе поиска работы. Резюме - это Ваша визитная карточка, и от того, насколько грамотно оно будет составлено, во многом зависят Ваши шансы на получение желаемой должности. Superjob.ru - крупнейший ресурс по поиску работы и подбору персонала.*

**Правило создания резюме №1:** четко сформулируйте желаемую должность. Название желаемой должности - один из самых важных пунктов резюме. От того, насколько четко вы его сформулируете, зависит судьба вашего резюме. Не используйте такие варианты, как «любая должность», «специалист» и т. п., поскольку эти формулировки не дадут работодателю представления о том, чего вы хотите. Рассылая резюме на вакансии, в первой строчке указывайте только название должности из понравившегося вам объявления о вакансии.

**Правило профессионального резюме №2:** заранее определитесь с зарплатой. В поле «Уровень дохода» лучше указывать конкретную денежную сумму, на которую вы претендуете. Избегайте вариантов вроде «19 991 руб.» - это не привлечёт внимание работодателя, а, напротив, вызовет непонимание.

**Правило написания резюме №3:** воздержитесь от юмора. Резюме - это деловой документ. Составляя его, избегайте иронии, юмора и сарказма. Пошутите потом, а пока информационный стиль принесет вам куда лучшие результаты, чем даже самая уместная в этом случае шутка.

**Правило грамотного резюме №4:** будьте лаконичны. Не делайте своё резюме похожим на роман-эпопею, помещая туда тексты статей, публикаций, свои размышления о смысле жизни. Всё это лишнее. Резюме должно уместиться на одной странице, максимум - двух.

**Правило компоновки резюме №5:** удалите излишнюю персональную информацию. В целях собственной безопасности не указывайте в резюме личную информацию - номер паспорта, точный адрес проживания и регистрации и т. п.

**Правило хорошего резюме №6:** оцените, нужны ли ссылки на ваши профили в социальных сетях. Не всегда в резюме стоит давать ссылку на свою страничку «Вконтакте» или в других социальных сетях - работодатель может узнать там слишком много лишнего. Если соцсети не характеризуют вас как профессионала, на время поиска работы стоит подумать даже о том, чтобы в настройках видимости ограничить возможность просмотра ваших страниц.

**Правило образцового резюме №7:** проверьте резюме на орфографические ошибки. В резюме не должно быть грамматических ошибок и опечаток - такие биографии производят крайне негативное впечатление на работодателя.

**Правило размещения резюме №8:** проверьте достоверность и актуальность информации. Составляя резюме, будьте честными. Знание конкретных программ, наличие определённых навыков - всё это очень быстро проверяется.

**Правило составления резюме №9:** дополните резюме свежей фотографией. Наличие фото в резюме не является обязательным. Но если вы все же решили сопроводить документ фотографией, помните, что она должна соответствовать целому ряду требований. На снимке должен быть изображён только один человек - вы, при этом должно быть четко видно ваше лицо.

# Резюме Островского Павла Ивановича на должность кондитера ресторана «Новый Саранск»



**Желаемая должность:** Кондитер  
**Стартовый оклад:** По договоренности  
**Тип работы:** Полный рабочий день

## ЛИЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Город:** Саранск  
**Образование:** Среднее специальное образование  
**Дата рождения:** 10 июня 1987 г.  
**Пол:** Мужской  
**Семейное положение:** Не женат

## ОПЫТ РАБОТЫ

**Период работы:**  
С октября 2014 по март 2016 года

### Должность:

Кондитер (Полная занятость)

**В компании:** ООО «Веселая  
Компания», г. Саранск

Ресторан-клуб «Кочерыжка»

### Должностные обязанности:

- Расчет расхода сырья на  
приготовление кондитерских  
изделий.

- Приготовление, оформление  
и отпуск кондитерских и  
хлебобулочных изделий и  
полуфабрикатов в строгом  
соответствии с технологией их  
приготовления и хранения.

Участие в составлении меню.

**Учебное заведение:** ГБПОУ РМ  
«Саранский политехнический  
техникум»

**Дата окончания:** июль 2014 г.

**Специальность:** Повар, кондитер

## КУРСЫ И ТРЕНИНГИ

**Название курса:**

Кулинарная практика

**Учебное заведение:**

Ресторан «Cave Nick» (Москва)

**Дата окончания:** Сентябрь 2015 года

**Название курса:** Курсы барменов

**Учебное заведение:**

«Horovod» (Нижний Новгород)

**Дата окончания:**

Октябрь 2016 года

## ИНОСТРАННЫЕ ЯЗЫКИ И КОМПЬЮТЕРНЫЕ НАВЫКИ

**Английский язык:** Разговорный

**Компьютерные навыки:**

Программы Windows

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Водительские права:** Категория В

**Занятия в свободное время:**

Свободное время уделяю семье.

Своими сильными сторонами

считаю коммуникабельность,  
системное мышление,

ориентированность на результат,

позитивное отношение к жизни,

хорошие управленческие навыки.

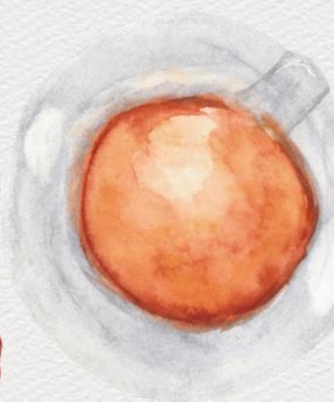
### Наиболее важные достижения:

Знаю основных поставщиков  
продуктов питания.

Разработал авторские кондитерские  
изделия.

### Мой девиз в профессии:

Самые свежие идеи -  
по вашему вкусу!

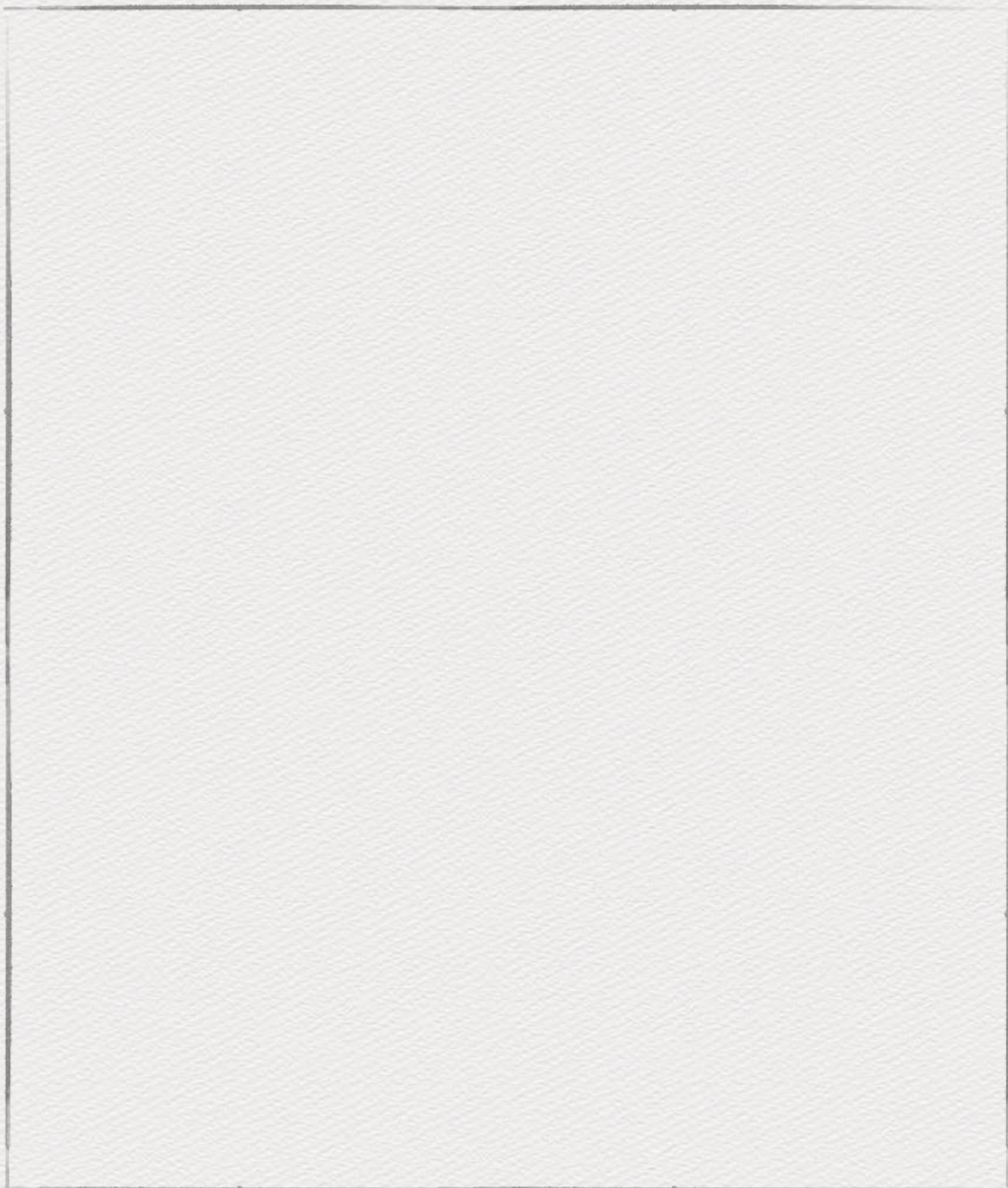




## ЗАДАНИЕ № 5



Попробуй нарисовать свою будущую профессию.  
Не обязательно красиво рисовать, главное - передай смысл,  
содержание и свое отношение к ней.



## ЗАДАНИЕ № 6

Как думаешь, почему важно трудиться?  
Какие плюсы есть у работающего человека? Попробуй их перечислить.  
Чем больше сможешь придумать, тем лучше!

+

+

+

+

+

+

## ЗАДАНИЕ № 7

Как ты думаешь, какая средняя зарплата у обладателей представленных профессий в России. Напиши примерную сумму, а потом сравни со статистикой.

Средняя зарплата водителя по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата слесаря по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата юриста по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата менеджера по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата бухгалтера по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата программиста по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата электрика по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата продавца по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата инженера по России: \_\_\_\_\_

Средняя зарплата преподавателя по России: \_\_\_\_\_



## ЗАДАНИЕ № 8



Сопоставь новейшие профессии и то, чем люди занимаются, их профессиональные обязанности. Правильный ответ ты можешь посмотреть на одной из страниц тетради, в «Словарике новых профессий».

**1**

*Неонщик*

**2**

*Бариста*

**3**

*Вальвеолог*

**4**

*Брейдер*

**5**

*Супервайзер*

**6**

*Клипмейкер*

**7**

*Байер*

**8**

*Мерчендайзер*

**9**

*Колорист*

Формирование команды торговых представителей и дальнейший контроль выполнения поставленных перед ними задач.

Выкладка товара в магазине, согласно стандартам компании-производителя.

Конструирование и монтаж деталей наружной рекламы (вывесок, макетов и пр.).

Формирование модных коллекций для магазинов и анализ их окупаемости.

Занимается вопросами сохранения здоровья человека, работает в области охраны труда, эргономики и психогигиены.

Преобразует пышную шевелюру клиента в тугие ряды косичек, которые, кстати, могут быть разными: дреды, синегальские жгуты, гофре, пони-тейл.

Занимается съемкой коротких музыкальных или рекламных видеороликов (клипов), длительность которых составляет 1-10 минут.

Занимается разработкой новых цветов и рецептуры смешения красителей.

Готовит натуральный кофе из зерен и напитки на его основе (например, ристретто, капучино, латте, американо, различные коктейли и др.).

## «Невредные» советы по выбору профессии

**1** Выбрать профессию можно учитывая несколько важных поворотных моментов. Первый, понять, что тебе нравится больше: делать что-то руками (создавать предметы) или работать мозгами. Второй, понять, что получается у тебя лучше всего и какими качествами обладаешь. Третий, делать упор на востребованные профессии. Такие, что попади ты хоть в город, хоть в деревню, хоть в Россию, хоть за границу, твоим знаниям и умениям нашлось бы применение.  
*Анастасия, 23 года, банковский работник*

**2** Как правило, молодые люди при выборе профессии не учитывают потребности рынка труда, и большинство из них, поступая в учебные заведения, ориентируются на престиж специальности.  
На мой взгляд, лучше выбирать ту профессию, которая будет всегда востребована, независимо от экономической ситуации в стране, а также будет соответствовать вашим способностям, интересам и склонностям.  
*Евгения, 35 лет, начальник отдела Службы занятости*

**3** Выбирайте то, что Вам действительно интересно, потому что работу нужно выполнять не только качественно, но и вкладывать в неё частичку души, тогда отдача выше. Чтобы понять что вам ближе пробуйте различные профессии. Желательно иметь несколько специальностей. Самое главное, не останавливаться на достигнутом, а продолжать заниматься самообразованием с целью поддержания профессионального уровня.  
*Лилия, 30 лет, модельер*

**4** В мире нет сложных работ. Самые высокооплачиваемые и самые низкооплачиваемые сотрудники не считают свою работу сложной, если она доставляет им удовольствие. Главное - не предавать свою мечту, раз в год улучшать её и никому не позволять себя разуверить в ней. Тогда нам захочется взять ответственность за свою жизнь, стать целеустремлёнными, получать радость от каждой простой работы, которая со стороны будет казаться сложной, а нам её «страшная» сложность будет незаметна. Большое здание начинают строить с простых работ и заканчивают строить простыми работами, а чужим людям со стороны результат работы строителя кажется сложным и нереальным «воздушным замком».  
*Владимир, 28 лет, экономист планово-финансового отдела университета*

**5** Дорогие старшеклассники, вас касается в первую очередь выбор будущей профессии! На мой взгляд, сейчас весьма актуальны технические специальности с основой на фундаментальную науку! Рынок труда переполнен менеджерами, экономистами и гуманитариями, острейшая нехватка технически образованных, высококвалифицированных сотрудников на предприятиях уже дает себя знать! Плюс такого выбора - большая зарплата и огромный уровень знаний!  
*Олег, 34 года, организатор праздничных мероприятий*  
*г. Саранск, г. Санкт-Петербург*

**6**

Выбор профессии - это достаточно серьезный вопрос. Нужно учитывать свои личные интересы, оценить собственные способности, проанализировать соответствие своих личностных качеств с теми, которые требует выбранная профессия. Необходимо изучить возможные жизненные перспективы, которые даст та или иная профессия. У вас все обязательно получится!

*Татьяна, 28 лет, менеджер по продажам завода*

**7**

Человек редко знает наверняка, какую профессию выбрать. Даже по происшествии нескольких лет обучения в профессиональных образовательных учреждениях мнение по поводу будущей занятости может кардинально поменяться. В качестве определяющего вектора в выборе профессии важно учитывать свои интересы, мечты, принять во внимание, какие занятия удаются лучше всего. Таким образом, выбрав специальность в образовательном учреждении, вы будете действовать согласно вашему выбору, а в дальнейшем найдете работу по душе.

*Татьяна, 28 лет, системный администратор территориальной избирательной комиссии*

**8**

Сейчас получение профессии - это процесс, который сопровождает человека всю жизнь. В современном мире профессия - это целый букет из знаний, умений, навыков, интересного опыта, идей и мировоззрения. На мой взгляд, главное - пополнять в себе это содержание, развиваться, все время учиться, в том числе у профессиональных людей, прислушиваться и приглядываться, проявлять интерес. Любознательный человек всегда будет востребован и, безусловно, найдет дело по душе.

*Анна, 28 лет, руководитель некоммерческой организации*

**9**

Жизнь устроена так, что нам постоянно необходимо делать выбор. Иногда этот выбор незначителен, а иногда от него зависит вся наша дальнейшая жизнь. Выбор дальнейшего пути в учебе и в будущей профессии - это то, что определит всю вашу дальнейшую жизнь. Именно от него зависит - найдёте вы себя в этой жизни, своё место в ней и будете ли работать с удовольствием, а не только чтобы получить зарплату. Мне тоже когда-то пришлось делать этот выбор, и я очень рад, что мой выбор был удачен.

*Дмитрий, 37 лет, заместитель директора строительной организации по финансовым вопросам*

**10**

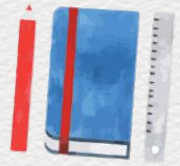
Я в свое время столкнулся с данной дилеммой и многие годы не мог понять - чем же я хочу заниматься? На сегодняшний день лучший ответ на этот вопрос дают древние греки - не нужно искать деятельность для души или денег. А следует делать то, что будет приносить максимальную пользу людям. Это главный критерий в выборе профессии.

Часто люди ошибаются, когда выбирают профессию для заработка, славы и удовольствия. Греческие мудрецы давно знали, как правильно нужно выбирать специальность. Задай себе вопрос «Где я смогу принести много пользы другим людям, природе?» Если каждый день ты сделаешь что-то доброе и хорошее, от чего люди станут счастливее, то и ты сам найдешь море счастья, которого нет в деньгах и славе. Лучшая работа - помогать другим! Чем ты можешь или хочешь помогать? Твои таланты и способности откроются, если ты будешь думать не «Чего хочу я?». А будешь думать «Как мне помогать другим?» Тогда ты будешь любить свое дело, и многие люди полюбят тебя и ты сможешь достичь успеха в жизни!

*Сергей, 41 год, психолог*



## ЗАДАНИЕ № 9



Как ты понимаешь фразу «Карьерная лестница».  
Изобрази ее в рисунке.





## ЗАДАНИЕ № 10



Блиц-опрос. Ответь на предложенные вопросы.

1

*К представителям какой профессии лучше всего подходит пословица «Не место красит человека, а человек место»?*

Ответ: \_\_\_\_\_

2

*Как работают лентяи?* а) подняв воротник; б) расшнуровав ботинки; в) спустя рукава; г) расстегнув пуговицы.

Ответ: \_\_\_\_\_

3

*В какой «зоологической» пословице заключена формула высшего мастерства дипломата?*

Ответ: \_\_\_\_\_

4

*Как говорят о маленькой зарплате или стипендии?* а) котятка намяукала; б) кот заплакал; в) кошка намыла; г) коту на сапоги.

Ответ: \_\_\_\_\_

5

*Вставь пропущенное слово.*

Каков \_\_\_\_\_, такова и обитель!

Хорош \_\_\_\_\_, хорош и крыжовник.

Смелости учишь у \_\_\_\_\_,

осторожности у \_\_\_\_\_ - никогда не ошибёшься.

## ЗАДАНИЕ № 11

В какие офисы, организации, заводы, предприятия, учреждения ты бы хотел сходить на экскурсию?

Перечисли и напиши, что там есть интересного для тебя.

**Место**

**Что там интересного?**

1

2

3

4

5



## ЗАДАНИЕ № 12



Изобрази почерки людей разных профессий.  
Напиши фразу Овидия «Трудитесь, пока позволяют силы и годы».

Врач

---

Учитель

---

Дизайнер

---

И, кстати, как называется человек,  
который изучает разные почерки? Ответ: \_\_\_\_\_



## ЗАДАНИЕ № 13



Расспроси пятерых своих старших знакомых,  
почему они выбрали ту или иную профессию.  
Пусть они ответят тебе одной строчкой. Запиши их ответ ниже.

Имя	Профессия или род деятельности	Причина выбора профессии
1	_____	_____
2	_____	_____
3	_____	_____
4	_____	_____
5	_____	_____



## ЗАДАНИЕ № 14



Соедини профессии и факты о них.

1

Рефери

2

Журналист

3

Летчик

4

Гондольер

5

Дегустатор  
конфет

6

Трамбовщик  
пассажиров  
в метро

7

Стояльщик  
в очереди



У цыган есть «нежелательные» профессии, которые обычно скрываются, чтобы не «выпасть» из цыганского общества. Это, например, .....



В Англии теперь есть новая профессия - .....  
Цена одного часа работы этого человека  
стоит покупателю 20 фунтов.



Люди этой профессии стараются не фотографироваться  
до выхода на работу.



Профессия..... считается исключительно мужской. Сейчас только  
1 женщина в мире занимается этим. Она трудится  
в Венеции. Чтобы овладеть этой профессией, дама проходила  
длительную подготовку и даже сдавала экзамены.



Около ста лет назад появилась эта профессия. Первым смельчаком  
оказался Юджин Кори. Он после работы заявил журналистам:  
«Главное - не попасть под горячую руку!».



12-летний мальчик по имени Гарри попал в настоящую сказку.  
Он выиграл конкурс, после которого его назначили на должность.  
Его обязанности: каждый день описывать свои впечатления от своей  
работы.



Это профессия пока существует лишь в Китае. Работники этой  
профессии нужны для того, чтобы двери смогли полноценно  
закрыться, а никто из людей не получил никаких травм.



## **ЗАДАНИЕ № 15**



Выбери любую профессию, которая тебе нравится, и проанализируй ее следующим образом: выдели сильные стороны профессии, ее сложности и недостатки; подумай, что тебе может помочь получить эту профессию, а что помешает. Запиши все в эту табличку.

*Сильные стороны профессии*

*Сложности и недостатки профессии*

**1**

**1**

**2**

**2**

**3**

**3**

**4**

**4**

**5**

**5**

*Что тебе может помочь  
получить эту профессию*

*Что тебе может помешать  
получить эту профессию*

**1**

**1**

**2**

**2**

**3**

**3**

**4**

**4**

**5**

**5**





## ЗАДАНИЕ № 17



Какие качества нужны настоящим профессионалам.  
Предложенным профессиям присвой по 3 наиважнейших качества.

*Стоматолог*

*Кулинар*

**1**

**1**

**2**

**2**

**3**

**3**

*Парикмахер*

*Учитель*

**1**

**1**

**2**

**2**

**3**

**3**

*Токарь*

*Психолог*

**1**

**1**

**2**

**2**

**3**

**3**

*Бухгалтер*

*Строитель*

**1**

**1**

**2**

**2**

**3**

**3**



## ЗАДАНИЕ № 18

Отгадай, какие профессии являются самыми редкими по своей численности и в каких странах они встречаются.

<i>Профессии</i>	<i>Место в рейтинге</i>	<i>Страна</i>
Повар на подводной лодке (кок)	<input type="checkbox"/>	_____
Ныряльщик за жемчугом	<input type="checkbox"/>	_____
Переворачиватель пингвинов	<input type="checkbox"/>	_____
Автор предсказаний для китайского печенья	<input type="checkbox"/>	_____
Дегустатор чая	<input type="checkbox"/>	_____
Шоколадный инженер	<input type="checkbox"/>	_____
Исследователь панд	<input type="checkbox"/>	_____
Парфюмер	<input type="checkbox"/>	_____
Космонавт	<input type="checkbox"/>	_____
Пиротехник	<input type="checkbox"/>	_____

## ЗАДАНИЕ № 19

Согласен ли ты с фразой «За что бы вы ни взялись, главное – будьте преданы своему делу до конца. Не обязательно достигать какого-то звездного успеха, но быть честным перед самим собой в выбранной профессии – обязательно». Почему да или почему нет?! Запиши ответ.

---



---



---



---



---



---

## «Невредные» советы по выбору профессии

**1** Для любого человека выбор профессии значит очень многое. И поэтому очень важно выбрать профессию по душе. А для этого подумайте какие у вас желания, цели и мечты. И как сказал Конфуций «Начните заниматься тем, что вам нравится, и вам не придется работать ни одного дня в жизни!»

*Зульфья, 31 год, учитель экономики и права*

**2** Чтобы правильно выбрать любимую профессию и стать хорошим специалистом, нужно начинать с нуля в любой специальности. Нельзя стать хорошим врачом, не поработав и не полюбив работу медсестры. Или управляющим розничной сетью, не научившись продавать и не общаясь с покупателями.

*Галина, 28 лет, управляющая магазином*

**3** Хотел бы поделиться с Вами очень полезными наблюдениями:

1. Можно освоить любую профессию, самое главное это стремление и желание развиваться.
2. Ты должен знать, что хочешь получить от образования, это не просто, но нужно увидеть себя в будущем, какие функции будешь выполнять.
3. Твердый характер важнее образования. Бизнес это опыт преодоления трудностей, которые будут всегда. Не сломаться и не сдаваться при этом поможет сила духа. Вы все не избалованы судьбой и это ваше преимущество!
4. Будьте открыты для общения, ведь люди это источники познания нового. Новые знакомства - новые возможности!
5. Помогайте и делайте добрые дела каждый день. Помните, хороших людей больше, чем плохих.
6. Говорите внятно, понятно, четко, слышно. Сила в простоте, так вас поймут больше людей.
7. Занимайтесь спортом. Регулярно. Выработайте привычку. Это энергия для будущих достижений!
8. Когда начнете зарабатывать, не тратьте деньги на крутые телефоны и модную одежду - лучше путешествуйте! В мире много интересного, эмоции бесценны!

*Святослав, 25 лет, разработчик сайтов*

*и менеджер по продвижению рекламы в Интернет*

**4** Первый шаг на пути выбора профессии - поиск себя!

На этом этапе вам нужно взять листок и выписать на него все свои увлечения. Нужно записывать абсолютно все. Например, люблю ухаживать за животными, люблю поправлять людей, люблю бить соседа Ваську по голове... Теперь напротив каждого увлечения вам нужно выписать все подходящие профессии. Любите животных? Тогда вам подойдет профессия ветеринара, зоолога, кинолога... Любите поправлять людей - тогда ваш выбор учитель, лингвист... Любите бить Ваську - тогда ваш выбор тренер по боксу или карате... На этом этапе важно выписать все варианты приемлемых профессий, чтобы потом был выбор. После того, как вы выписали все приемлемые варианты профессий, зачеркните сразу

те, которые по каким-то причинам вам не интересны. Сложнее обстоит дело с творческими профессиями. Ведь если вы любите петь в душе и мечтаете блистать на сцене, но от вашего голоса вянут уши даже у соседского Бобика, то профессию певца лучше сразу вычеркнуть! Конечно же, вы и так знаете, что от выбора будущей профессии многое зависит.

Главное помнить - будущая работа должна приносить не только прибыль, но и удовольствие, позитив, радость. Все профессии нужны, все профессии важны! И какую бы ты профессию не выбрал в жизни, главное не сломайся!

Будь мудр, чтобы отличать хорошее от дурного!

P.S. Найдите себе хобби по душе, занимайтесь им в свое удовольствие, и в один прекрасный день оно тоже начнет приносить прибыль.

*Наталья, менеджер по рекламе*

*(хобби - сувениры и аксессуары ручной работы), 30 лет*

5

Делайте то, что вам нравится. Со временем вы поймете, какая конкретно часть занятия, которым вы занимаетесь, доставляет вам наибольшее удовольствие. Поняв это, вы сможете найти эту составляющую во множестве других занятий. Например, вам нравится собирать модели техники, скорее всего вам нравится творить, создавать что-то из, казалось бы, набора несвязанных деталей. Скорее всего, чтобы результат вашей работы мог, ну скажем, двигаться, его можно было как то использовать. Выяснив это, можно подумать, где получится заняться делом, которое позволит вам также создавать. Это может быть конструкторское дело или архитектура, если вам нравится придумывать новое. А с использованием компьютера вы сможете создавать более сложные, продуманные вещи или оставлять ваши идеи воплощенными в виде программ, для других людей, которые смогут ими пользоваться.

Чем больше вы будете узнавать, что ближе это будет к вам. Возьмите ваше любимое занятие и подумайте, что же вам на самом деле в нем нравится. Потому что занятие, оно состоит многих частей. Найдите ваши любимые части, и вы увидите их во множестве вещей и поступков, которые вас окружают. И после этого вы сможете заниматься почти всем. Каждое дело, будет вам по-своему интересно.

*Михаил, 27 лет, программист*

6

В жизни каждого человека наступает непростой период - время выбора профессии. Очень часто бывает так, что человек не может определиться с местом учебы и направлением деятельности, так как не видит в себе особых склонностей к конкретной профессии. А еще чаще, руководствуясь личным опытом, на наш выбор существенное влияние оказывают взрослые. В этом сложном круговороте перемен важно не потерять своё собственное Я и понять чего вы действительно хотите. Не принимайте поспешных решений, глядя на друзей и подруг. Это ваш выбор, от которого зависит вся ваша дальнейшая жизнь. Изучите все возможные варианты дальнейшего обучения и выберите наиболее приемлемые для вас. Помните, что полученное вами образование будет иметь большую ценность. Приобретенная профессия позволит в дальнейшем найти достойную работу. Если вам кажется, что образование не имеет никакого значения, вы ошибаетесь. В настоящее время сложно найти хорошую работу, не имея диплома. С возрастом пожалеете, что вовремя не учились. Время летит очень быстро, не заметите, как станете старше, создадите свои семьи, а учиться будет совсем некогда. Будете солидными дядями или тетями, а придется учиться с 17-20 летними ребятами и вам будет, мягко говоря, неловко.

*Наталья, 27 лет, преподаватель*



## ЗАДАНИЕ № 20



Запиши 20 профессий, о которых ты знаешь намного больше, чем о других. Чем занимаются люди этих профессий.

1

11

2

12

3

13

4

14

5

15

6

16

7

17

8

18

9

19

10

20

## ЗАДАНИЕ № 21

Соедини стрелкой профессии с их официальными праздниками.  
Помни, что на страничке указаны две лишних даты!



- |                                    |                   |
|------------------------------------|-------------------|
| <u>День учителя</u>                | <u>8 июня</u>     |
| <u>День архитектора</u>            | <u>3 июля</u>     |
| <u>День студента</u>               | <u>12 мая</u>     |
| <u>День бухгалтера</u>             | <u>1 января</u>   |
| <u>День работника науки</u>        | <u>14 февраля</u> |
| <u>День пожарной охраны</u>        | <u>8 февраля</u>  |
| <u>День компьютерщика</u>          | <u>27 августа</u> |
| <u>День космонавтики</u>           | <u>30 апреля</u>  |
| <u>День медицинского работника</u> | <u>25 января</u>  |
| <u>День социального работника</u>  | <u>15 августа</u> |
| <u>День ГАИ</u>                    | <u>30 ноября</u>  |
| <u>День железнодорожника</u>       | <u>1 октября</u>  |
| <u>День строителя</u>              | <u>6 августа</u>  |
| <u>День шахтера</u>                | <u>21 июня</u>    |
| <u>День радио</u>                  | <u>5 октября</u>  |
|                                    | <u>12 апреля</u>  |
|                                    | <u>8 марта</u>    |



## ЗАДАНИЕ № 22

Представь, что ты проводишь собеседование на вакансию .....  
(выбери по своему желанию). Какие вопросы ты задашь кандидату  
на эту должность? Какими свойствами характера он должен обладать?

Вакансия \_\_\_\_\_

Требуется в \_\_\_\_\_

Зарплата \_\_\_\_\_

Список вопросов кандидату

Требуемые качества

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

## ЗАДАНИЕ № 23

Расспроси пятерых своих друзей, с какой профессией  
они тебя ассоциируют, какую посоветуют?

*С какой профессией ты ассоциируешься Совет тебе...*

*Ответ № 1* \_\_\_\_\_

*Ответ № 2* \_\_\_\_\_

*Ответ № 3* \_\_\_\_\_

*Ответ № 4* \_\_\_\_\_

*Ответ № 5* \_\_\_\_\_

Какой совет тебе больше понравился? \_\_\_\_\_



## ЗАДАНИЕ № 24



Представь своё рабочее место, на котором ты будешь трудиться в будущем. Нарисуй его вместе с мебелью, декором, необходимыми предметами, дизайном.





## ЗАДАНИЕ № 25



Пофантазируй. Представь, что прошло 15 лет и ты стал настоящим профессионалом. Каким именно? Напиши свой план дел на день. Можно это сделать по часам!

*Утро*



---

---

---

---

---

---

---

---

*День*



---

---

---

---

---

---

---

---

*Вечер*



---

---

---

---

---

---

---

---



## ЗАДАНИЕ № 26



Определи по профессиональным терминам саму профессию.

*Альвеолит, Бор, Диастема,  
Ортодонтия, Реставрация,  
Фиссуры, Штифт*

*Ответ:*

---

*Баг, коммит, фича, рефакторинг,  
фронтенд, миксин, отладка*

*Ответ:*

---

*Активатор, Басма, Градуирование,  
Кератин, Окантовка, Папильотка,  
Сушуар*

*Ответ:*

---

*Акведук, Комель, Ригель, Сандрик,  
Сиккатив, Филёнка, Надфиль*

*Ответ:*

---

*Абсорбер, Клапан, Протектор,  
Редуктор, Тахометр, Шарнир,  
Цапфа*

*Ответ:*

---

*Дебиторы, Акцепт, Сальдо,  
Субсчета, Реквизиты, Амортизация,  
Корреспондент*

*Ответ:*

---

*Гофра, Зануление, Катод, Контакттор,  
Стартер, Разряд, Пайка*

*Ответ:*

---

*Артишок, Канопе, Ростбиф, Фритюр,  
Шумовка, Панировка, Цедра*

*Ответ:*

---

*Транскрибирование, Адаптация,  
Глоссарий, Контент, Корректурa,  
Транскриэйшн, Термин.*

*Ответ:*

---

*Архив, Дубликат, Бланк,  
Регистрация, Дело, Указатель,  
Фонд пользования.*

*Ответ:*

---

*Удостоверительная подпись,  
Завещание, Отчуждение имущества,  
Рукоприкладчик, Юридическое лицо*

*Ответ:*

---

*Кегль, Переплет, Редактирование,  
Корректурa, Авторский лист,  
Полиграфия, Формат.*

*Ответ:*

---



## ЗАДАНИЕ № 27

Как правильно объяснить, что ты делаешь на работе, если ты...?  
Напиши, чем занимаются люди данных профессий.

Ветеринар...

---

---

Менеджер социальных сетей...

---

---

Переводчик...

---

---

Архитектор...

---

---

Геолог...

---

---

Электронщик...

---

---

Спортивный директор...

---

---

Банкир...

---

---













## Словарь НОВЫХ ПРОФ

**Аналитик** - производит сбор, систематизацию, интерпретацию и анализ конъюнктурной информации, составление обзоров и прогнозов в различных сферах трудовой деятельности.

**Аудитор** - проводит внутренний и внешний (независимый) контроль предприятий, осуществляет проверку счетов, ревизию отчетности на ее достоверность и законность совершаемых операций.

**Байер** - работает в определенной сфере товарооборота, имеющей отношение исключительно к реализации одежды, обуви, аксессуаров и т.д. Его деятельность направлена на осуществление эффективных агентских или представительских услуг между изготовителями продукции и торговыми представителями.

**Бариста** - человек, работающий за барной стойкой, кофевар, специалист по приготовлению кофе, умеющий правильно приготовить кофе или напитки на его основе и подать посетителю.

**Брейдер** - специалист в области парикмахерского искусства, занимающийся плетением жгутов, дредов, косичек.

**Вальвеолог** - специалист, занимающийся вопросами сохранения здоровья человека; работает в области охраны труда, эргономики и психогигиены.

**Верстальщик** - занимается компьютерной версткой рекламных или издательских материалов; необходимы знания компьютерных графических программ, художественные способности.

**Гид** - проводник, сопровождающий туристов, путешественников при осмотре ими достопримечательностей.

**Гипполог** - изучает анатомию и физиологию лошадей. Разрабатывает методики и рекомендации по разведению, содержанию, кормлению, улучшению экстерьера (внешнего вида) и использованию лошадей.

**Дегустатор** - специалист по оценке качества какого-либо пищевого и вкусового продукта по виду, вкусу и запаху.

**Делопроизводитель** - принимает и регистрирует поступившие документы, передает их на исполнение. Контролирует прохождение и исполнение документов. Систематизирует и хранит документы текущего архива, сдает в архив организации законченные дела, регистрационную картотеку и компьютерные банки данных.

**Дистрибьютор** - лицо (фирма), осуществляющее прямые продажи, обычно фирма реализует товар через целую сеть работников (дистрибьюторов).

**Клипмейкер** - специалист по работе с видео и звуком; трансформирует рекламные идеи в короткие видеосообщения, создает и осуществляет монтаж видеоклипов и заставок, участвует в планировании рекламной кампании.

**Колорист** - специалист по расцветке тканей, квалифицированно использует и сочетает краски.

**Логистик** - менеджер по таможене и транспорту, управляющий поставками, занимается организацией грузопотока, работает с грузоперевозчиками и грузоотправителями, осуществляет контроль приема-сдачи грузов.

**Маркетолог** - исследующий рынок: изучает, прогнозирует и формирует спрос на товары и услуги, определяет перспективы сбыта, отслеживает конкурентную среду и т.д.

**Мерчендайзер** - торговый представитель, занимается подготовкой товаров к продаже, распространяет товары розничным фирмам (магазинам, ресторанам и пр.), поддерживает деловые контракты, привлекает новых покупателей.

**Метрдотель** - специалист-управляющий, осуществляет контроль и управление персоналом низшего звена (официантами).

**Неонщик** - специалист по наружной рекламе, осуществляет конструирование и монтаж деталей наружной рекламы (вывесок, макетов и пр.), необходимо знать особенности оборудования данной техники, иметь допуск к работе с высоким напряжением.

**Рекрутер** - находит работодателей, имеющих вакансии и заинтересованных в наборе персонала, заключает договора. Производит поиск и отбор возможных кандидатов на свободные рабочие места.

**Спичрайтер** - работает в рекламных агентствах, редакциях журналов, отделах маркетинга; требуется умение быстро и хорошо писать релизы, статьи.

**Супервайзер** - обеспечивает контроль и надзор за деятельностью персонала, обычно отвечает за работу отдельной группы. В обязанности супервайзера входит организация работы персонала, распределение задач и контроль выполнения заданий, оценка качества работы каждого сотрудника.

**Треjder** - специалист по организации и контролю внутренней или внешней торговли, представляет интересы банка, фирмы или фирмы-производителя; работает на бирже без участия маклера. Производит биржевые операции на основе технического анализа и прогноза рынка.

**Фармацевт** - специалист с высшим (провизор) или средним (помощник провизора) фармацевтическим образованием, занимается хранением, приготовлением и проверкой лекарственных средств.

**Флорист** - специалист по работе с растениями, уход, составление композиций, привязка к интерьеру, требуются агротехнические знания.

**Юрисконсульт** - специалист, работающий в различных организациях. Занимается составлением договоров, различных протоколов, намерений, разногласий; организует и ведет претенциозную работу, арбитражные дела. Задача юрисконсульта - свести к минимуму возможности возникновения конфликтных дел и прочее, предупредить возможное правонарушение в организации, защитник интересов в судебных и других инстанциях.

## Средняя зарплата по России представителей различных профессий\*

<i>Профессия, род деятельности, должность</i>	<i>Заработная плата в руб.</i>	<i>Профессия, род деятельности, должность</i>	<i>Заработная плата в руб.</i>
Программист	59 000	Повар	28 000
Электросварщик	57 000	Оператор	28 000
Директор	55 000	Терапевт	27 000
Руководитель	54 000	Менеджер по рекламе	27 000
Начальник отдела	53 000	Администратор	27 000
Архитектор	49 000	Товаровед	27 000
Эксперт	42 000	Электрик	26 000
Главный бухгалтер	42 000	Слесарь	26 000
Зам. директора	42 000	Продавец	26 000
Маляр	42 000	Кассир	26 000
Тренер	41 000	Врач	25 000
Арматурщик	41 000	Медсестра	25 000
Плотник	40 000	Секретарь	24 000
Менеджер по продажам	39 000	Экспедитор	22 000
Водитель	37 000	Диспетчер	22 000
Монтажник	37 000	Мерчандайзер	22 000
Сметчик	37 000	Преподаватель	22 000
Инженер	36 000	Электромонтер	21 000
Дизайнер	36 000	Сторож	21 000
Тракторист	35 000	Слесарь-сантехник	19 000
Экономист	34 000	Автослесарь	17 000
Грузчик	31 000	Разнорабочий	16 000
Бетонщик	30 000	Подсобный рабочий	14 000
Менеджер по персоналу	29 000	Уборщик	12 000
Охранник	29 000	Воспитатель	11 000
Продавец-консультант	28 000	Дворник	11 000



## Куда пойти учиться? Учебные заведения Мордовии.



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
МОРДОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н. П. ОГАРЕВА

### МОРДОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. Н. П. ОГАРЕВА

**Адрес:** 430005, Мордовия Республика, г. Саранск,  
ул. Большевистская, д. 68

**Сайт:** [www.mrsu.ru](http://www.mrsu.ru)

**Телефон:** 24-48-88, 24-49-15, 24-49-34

#### **Статус и характеристики:**

Государственный. С бюджетными местами.

**Средний балл ЕГЭ:** 59.79

#### **Факультеты, институты, специальности**

**Аграрный институт:** Ветеринария, Зоотехния, Ландшафтная архитектура, Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции.

**Архитектурно-строительный факультет:** Архитектура, Дизайн архитектурной среды, Менеджмент, Строительство, Строительство уникальных зданий и сооружений.

**Биологический факультет:** Биоинженерия, Биология, Биотехнология.

**Географический факультет:** География, Землеустройство и кадастры, Картография и геоинформатика, Туризм, Экология и природопользование.

**Институт механики и энергетики:** Агроинженерия, Теплоэнергетика и теплотехника, Техносферная безопасность, Эксплуатация транспортно-технологических машин и комплексов, Электроэнергетика и электротехника.

**Институт национальной культуры:** Библиотечно-информационная деятельность, Дизайн, Искусство народного пения, Народная художественная культура, Реклама и связи с общественностью.

**Институт физики и химии:** Радиоэлектронные системы и комплексы, Физика, Фундаментальная и прикладная химия, Химия, Химия, физика и механика материалов.

**Историко-социологический институт:** История, Политология, Психология, Социальная работа, Социология.

**Медицинский институт:** Лечебное дело, Педиатрия, Стоматология, Фармация.

**Светотехнический факультет:** Сервис, Стандартизация и метрология, Электроника и наноэлектроника.

**Факультет иностранных языков:** Лингвистика.

**Факультет математики и информационных технологий:** Математика и компьютерные науки, Прикладная математика и информатика, Программная инженерия, Фундаментальная информатика и информационные технологии.

**Факультет электронной техники:** Инфокоммуникационные технологии и системы связи, Информатика и вычислительная техника, Приборостроение, Электроника и нанoeлектроника, Электроэнергетика и электротехник.

**Филологический факультет:** Журналистика, Филология.

**Экономический факультет:** Бизнес-информатика, Гостиничное дело, Государственное и муниципальное управление, Менеджмент, Торговое дело, Управление качеством, Экономика, Экономическая безопасность.

**Юридический факультет:** Юриспруденция.

**Рузаевский институт машиностроения:** Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств.



**МОРДОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМ. М.Е. ЕВСЕВЬЕВА**

**Адрес:** 430007, Мордовия Республика, г. Саранск,  
ул. Студенческая, д. 11а

**Сайт:** [www.mordgpi.ru](http://www.mordgpi.ru)

**Телефон:** 32-19-25, 33-92-50, 33-92-51

**Статус и характеристики:**

Государственный. С бюджетными местами.

**Средний балл ЕГЭ:** 53.45

**Факультеты, институты, специальности**

**Биолого-химический факультет:** Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

**Факультет иностранных языков:** Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), Перевод и переводоведение.

**Факультет истории и права:** Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

**Факультет педагогического и художественного образование:** Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

**Факультет психологии и дефектологии:** Психология, Психолого-педагогическое образование, Специальное (дефектологическое) образование.

**Факультет физической культуры:** Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), Туризм, Физическая культура, Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

**Физико-математический факультет:** Менеджмент, Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

**Филологический факультет:** Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).



## **ВСЕРОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ЮСТИЦИИ - ФИЛИАЛ В Г. САРАНСК**

**Адрес:** 430003, Мордовия Республика, г. Саранск,  
ул. Федосеенко, д. 6

**Сайт:** [www.saransk2.rpa-mu.ru](http://www.saransk2.rpa-mu.ru)

**Телефон:** 24-05-23, 47-35-25, 35-81-80

**Статус и характеристики:**

Государственный. С бюджетными местами.

**Средний балл ЕГЭ:** 59.93

**Факультеты, институты, специальности**

Правовое обеспечение национальной безопасности.

Правоохранительная деятельность.

Юриспруденция.

Среднее профессиональное образование: Право и организация социального обеспечения.



## **РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РФ - ФИЛИАЛ В Г. САРАНСК**

**Адрес:** 430000, Мордовия Республика, г. Саранск,  
ул. Васенко, 3

**Сайт:** [www.srn.ranepa.ru](http://www.srn.ranepa.ru)

**Телефон:** 27-07-82

**Статус и характеристики:**

Государственный. С бюджетными местами.

**Средний балл ЕГЭ:** 61.84

**Факультеты, институты, специальности**

Государственное и муниципальное управление.

Экономика.

Юриспруденция.

Среднее профессиональное образование:

Экономика и бухгалтерский учет

(по отраслям).



**Саранский  
кооперативный  
институт**

## **РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ - ФИЛИАЛ В Г. САРАНСК**

**Адрес:** 430027, Мордовия Республика, Саранск,  
ул. Транспортная, д.17.

**Сайт:** [www.saransk.ruc.su](http://www.saransk.ruc.su)

**Телефон:** 8 (83423) 5-49-45

**Статус и характеристики:**  
Негосударственный

**Средний балл ЕГЭ:** 58.09

### **Факультеты, институты, специальности**

**Торгово-технологический факультет:** Бизнес-информатика, Информационные системы и технологии, Прикладная информатика, Продукты питания из растительного сырья, Технология продукции и организация общественного питания, Товароведение.

**Факультет международных экономических отношений:** Менеджмент, Туризм.

**Экономический факультет:** Экономика.

**Юридический факультет:** Юриспруденция.

---

## **АЛЕКСЕЕВСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ**

**Адрес:** 431722, Республика Мордовия, Чамзинский район,  
р.п. Комсомольский, микрорайон 1, д. 48

**Сайт:** <http://ait-teh.ucoz.ru/>

**Телефон:** 8 (83437) 3-16-80

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

### **Факультеты, институты, специальности**

Начальное профессиональное образование (НПО):

**Сварщик (электросварочные и газосварочные работы)** - срок обучения 3 года.

Среднее профессиональное образование (СПО):

**Монтаж и техническая эксплуатация промышленного оборудования (по отраслям)** - срок обучения 3 года 10 месяцев;

**Производство тугоплавких неметаллических и силикатных материалов и изделий** - срок обучения 3 года 10 месяцев;

**Монтаж, наладка и эксплуатация электрооборудования промышленных и гражданских зданий** - срок обучения 3 года 10 месяцев.

## **АРДАТОВСКИЙ АГРАРНЫЙ ТЕХНИКУМ ИМЕНИ И.А. ПОЖАРСКОГО**

**Адрес:** 431860, Мордовия Республика, р.п. Ардатов, ул. Полевая, д. 49

**Сайт:** <http://agrotehnikumard.edurm.ru/>

**Телефон:** 8 (83431) 33-480

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

**Механизация сельского хозяйства**

**Сварщик (электросварочные и газосварочные работы)**

**Мастер сельскохозяйственного производства**

**Тракторист-машинист сельскохозяйственного производства.**

**Хозяйка(ин) усадьбы.**

**Технология продукции общественного питания**

Сроки обучения от 10 месяцев до 3 лет 10 месяцев.

---

## **АРДАТОВСКОЕ МЕДИЦИНСКОЕ УЧИЛИЩЕ**

**Адрес:** 431860, Мордовия Республика, р.п. Ардатов, пер. Луначарского, д. 10

**Сайт:** <http://amcol-rmardatov.ru>

**Телефон:** 3-22-81

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

**Медицинская сестра/ Медицинский брат.**

Среднее общее образование - 2 года 10 месяцев.

Основное общее образование - 3 года 10 месяцев.

---

## **ДУБЕНСКИЙ АГРАРНЫЙ ТЕХНИКУМ**

**Адрес:** 431770, Мордовия Республика, с. Дубенки, ул. Боровцева, д. 139

**Сайт:** <http://datex.edurm.ru>

**Телефон:** 8 (83447) 2-31-05

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

**Хозяйка (ин) усадьбы (повар, учетчик).**

**Сварщик (электросварочные и газосварочные работы).**

**Механизация сельского хозяйства (техник).**

**Повар.**

**Слесарь по ремонту автомобилей.**

## **ЗУБОВО-ПОЛЯНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ**

**Адрес:** 431110, Мордовия Республика, пгт. Зубова Поляна,  
ул. Новикова-Прибоя, д. 23

**Сайт:** <http://www.zppk.edurm.ru>

**Телефон:** 2-19-54

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

Учитель физической культуры.

Воспитатель детей дошкольного возраста.

Учитель начальных классов.

Техник-программист.

Юрист.

---

## **ИЧАЛКОВСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ**

**Адрес:** 431658, Мордовия Республика, с. Рождественно, ул. Первомайская, д. 138

**Сайт:** <http://mich.edurm.ru>

**Телефон:** 8 (83433) 2-12-35

**Статус и характеристики:** Учреждение среднего профессионального образования

**Факультеты, институты, специальности**

Преподавание в начальных классах.

Дошкольное образование.

Изобразительное искусство и черчение.

Физическая культура.

Прикладная информатика.

Дизайн.

---

## **КЕМЛЯНСКИЙ АГРАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ**

**Адрес:** 431640, Мордовия Республика, с. Кемля, ул. Советская, д. 68

**Сайт:** [агроколледж.рф](http://агроколледж.рф)

**Телефон:** 8 (83433) 2-15-99

**Статус и характеристики:** Учреждение среднего профессионального образования

**Факультеты, институты, специальности**

Механизация сельского хозяйства.

Зоотехния.

Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Ветеринария.

Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта.

## КОВЫЛКИНСКИЙ АГРАРНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ

**Адрес:** 431350, Мордовия Республика, г. Ковылкино, ул. Фролова, д. 2

**Сайт:** [www.spoksk.ru](http://www.spoksk.ru)

**Телефон:** 8 (83453) 2-28-56

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

На базе основного общего образования: 3 года 10 месяцев.

Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Монтаж и эксплуатация оборудования и систем газоснабжения.

Дизайн (по отраслям).

Механизация сельского хозяйства.

На базе среднего общего образования: от 10 месяцев до 5 лет.

Земельно-имущественные отношения.

Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)).

Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

---

## КРАСНОСЛОБОДСКИЙ АГРАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ

**Адрес:** 431290, Мордовия Республика, п. Преображенский, ул. Лесная, д. 18

**Сайт:** [kr1agrokol.ucoz.ru](http://kr1agrokol.ucoz.ru)

**Телефон:** 8 (83443) 2-05-71

**Статус и характеристики:**

Учреждение среднего профессионального образования

**Факультеты, институты, специальности**

Агрономия.

Механизация сельского хозяйства.

Электрификация и автоматизация сельского хозяйства.

Ветеринария.

Зоотехния.

Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

---

## КРАСНОСЛОБОДСКИЙ ЗООВЕТЕРИНАРНЫЙ ТЕХНИКУМ

**Адрес:** 431260, Мордовия Республика, г. Краснослободск, Советская пл., д. 9

**Сайт:** [mipugachev.nsknet.ru](http://mipugachev.nsknet.ru)

**Телефон:** 8 (83443) 2-21-31

**Статус и характеристики:**

Учреждение среднего профессионального образования

Факультеты, институты, специальности  
Ветеринар.  
Зоотехник.  
Коммерция.

---

### КРАСНОСЛОБОДСКОЕ МЕДИЦИНСКОЕ УЧИЛИЩЕ

**Адрес:** 431340, Мордовия Республика, г. Краснослободск, Больничный пер., д. 4

**Сайт:** [krslmedcolledg.ru](http://krslmedcolledg.ru)

**Телефон:** 8 (83443) 3-01-08, 2-47-68

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

Факультеты, институты, специальности

Медицинская сестра/ Медицинский брат.

Среднее общее образование - 2 года 10 месяцев.

Основное общее образование - 3 года 10 месяцев.

Фельдшер.

Среднее общее образование - 3 года 10 месяцев.

---

### САРАНСКИЙ АВТОМЕХАНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ

**Адрес:** 430017, Мордовия Республика, г. Саранск, ул. Солнечная, д. 25

**Сайт:** <http://samtrm.ru>

**Телефон:** 8 (8342) 75-45-10

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

Факультеты, институты, специальности

Автомеханик.

Повар, кондитер.

Повар (адаптированная программа профессиональной подготовки).

Мастер по обработке цифровой информации.

Машинист дорожных и строительных машин.

Сварщик (электросварочные и газосварочные работы).

---

### САРАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПРОМЫШЛЕННО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

**Адрес:** 430000, Мордовия Республика, г. Саранск, просп. Ленина, д. 24

**Сайт:** [www.sgpek.ru](http://www.sgpek.ru)

**Телефон:** 8 (8342) 24-33-42

**Статус и характеристики:** Учреждение среднего профессионального образования

Факультеты, институты, специальности  
Технология машиностроения.  
Сварочное производство.  
Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования.  
Программирование в компьютерных системах.  
Компьютерные сети.  
Информационные системы (по отраслям).  
Операционная деятельность в логистике.  
Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).  
Право и организация социального обеспечения.

---

### САРАНСКИЙ ТЕХНИКУМ ЭНЕРГЕТИКИ И ЭЛЕКТРОННОЙ ТЕХНИКИ ИМЕНИ А.И. ПОЛЕЖАЕВА

**Адрес:** 430000, Мордовия Республика, г. Саранск, просп. Ленина, д. 10

**Сайт:** <http://steet.edurm.ru>

**Телефон:** 8 (8342) 24-54-10

**Статус и характеристики:** Среднего профессионального образования

Факультеты, институты, специальности  
Программирование в компьютерных системах.  
Электрические станции, сети и системы.  
Компьютерные системы и комплексы.  
Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям).  
Экономика и бухгалтерский учет.  
После 9 кл. - 3 года 10 мес.  
После 11 кл. - 2 года 10 мес.

---

### САРАНСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

**Адрес:** 430011, Мордовия Республика, г. Саранск, ул. Ст. Разина, д. 21

**Сайт:** <http://смкол.рф>

**Телефон:** 8 (8342) 24-51-59

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

Факультеты, институты, специальности  
Акушерское дело (базовая подготовка).  
Лабораторная диагностика (базовая подготовка).  
Лечебное дело (углубленная подготовка).  
Сестринское дело (базовая подготовка).  
Фармация (базовая подготовка).

## САРАНСКИЙ ЭЛЕКТРОМЕХАНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

**Адрес:** 430027, Мордовия Республика, г. Саранск, ул. Транспортная, д. 11

**Сайт:** [www.semk.edurm.ru](http://www.semk.edurm.ru)

**Телефон:** 8 (8342) 35-77-29, 35-77-55

**Статус и характеристики:** Учреждение среднего профессионального образования

**Факультеты, институты, специальности**

Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).

Земельно-имущественные отношения.

Гостиничный сервис.

Компьютерные системы и комплексы.

Техническое обслуживание и ремонт радиоэлектронной техники (по отраслям)

Техническое обслуживание и ремонт радиоэлектронной техники (по отраслям).

Многоканальные телекоммуникационные системы.

Электроизоляционная, кабельная и конденсаторная техника.

Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям).

---

## САРАНСКОЕ МУЗЫКАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ ИМ. Л.П. КИРЮКОВА

**Адрес:** 430027, Мордовия Республика, Саранск, ул. Гагарина, д. 108

**Сайт:** [vk.com/smu\\_kirukova](https://vk.com/smu_kirukova)

**Телефон:** 8 (8342) 35-73-17

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

Инструментальное исполнительство.

Вокальное искусство.

Сольное и хоровое народное пение.

Хоровое дирижирование.

Теория музыки.

---

## САРАНСКОЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ ИМЕНИ Ф.В. СЫЧКОВА

**Адрес:** 430001, Мордовия Республика, Саранск, ул. Федосеенко, д. 19

**Сайт:** [www.shusaransk.ru](http://www.shusaransk.ru)

**Телефон:** 8 (8342) 47-29-34

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

**Факультеты, институты, специальности**

Дизайн ( культура и искусство).

Живопись ( Станковая живопись) .

Декоративно - прикладное искусство и народные промыслы ( по видам).

## ТЕМНИКОВСКИЙ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ

**Адрес:** 431220, Мордовия Республика, г. Темников, ул. Советская, д. 45

**Сайт:** [www.tcxc-rm.ru](http://www.tcxc-rm.ru)

**Телефон:** 8 (83445) 2-19-53

**Статус и характеристики:** Учреждение среднего профессионального образования

Факультеты, институты, специальности  
Экономика и бухгалтерский учет сельского хозяйства.  
Землеустройство.  
Земельно-имущественные отношения.  
Механизация сельского хозяйства.  
Мастер сельскохозяйственного производства.  
Хозяйка (ин) усадьбы.

---

## ТЕМНИКОВСКОЕ МЕДИЦИНСКОЕ УЧИЛИЩЕ

**Адрес:** 431220, Мордовия Республика, д. Русское Тювеево, ул. Лесная, д. 1

**Сайт:** <http://temmk.ucoz.ru>

**Телефон:** 8 (83445) 2-28-60

**Статус и характеристики:** Среднее специальное учебное заведение

Факультеты, институты, специальности  
Сестринское дело.  
Лечебное дело.

---

## ТОРБЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ МЯСНОЙ И МОЛОЧНОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

**Адрес:** 431030, Мордовия Республика, р.п. Торбеево, ул. Студенческая, д. 45

**Сайт:** <http://tkmmp.ru>

**Телефон:** (83456) 2-00-96

**Статус и характеристики:** учреждение среднего профессионального образования

Факультеты, институты, специальности  
Информационные системы (по отраслям).  
Монтаж и техническая эксплуатация промышленного оборудования (по отраслям).  
Технология молока и молочных продуктов.  
Технология мяса и мясных продуктов.  
Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта.  
Мастер сельскохозяйственного производства.  
Хозяйка(ин) усадьбы.  
Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям).



**МОРДОВСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНОГО СПОРТА,  
ФИЛАНТРОПИИ И ПОДДЕРЖКИ ДЕТСТВА  
"ТЕРЕНТИЧ ТИМ"**



Автор благодарит всех,  
кто помогал, вдохновлял и предлагал идеи

Рисунок обложки был определен жюри детского конкурса  
«Все профессии важны, все профессии нужны»,  
победителем которого стала Лиза Напалкова.

**Рабочая тетрадь издана в рамках реализации проекта  
«Навигатор профессий»,  
при поддержке Фонда Президентских грантов.**



Дизайн и макет К. Мельникова.

Рабочая тетрадь «Выбери свой путь» / Авт.-сост.  
А. Солдатова; МРОО «Терентич Тим». – Саранск:  
ООО «Типография Полиграф», 2024г.



**Саранск 2024**