



בלשנא" - برنامج لإعداد شباب ناجحين
في العمل

نموذج لكتابة سيرة ذاتية

נספח 11א' - פורמט לכתיבת קורות חיים

أمامكم نموذج لكتابة سيرة ذاتية، مبني على أساس المتطلبات المتبعة لكتابة سيرة ذاتية بهدف القبول للعمل. النموذج عام ومعد لمن يرغب في الترشح للقبول للعمل دون تمييز بين الجنسين أو بحسب الخصائص المميزة لكل إنسان. عند كتابة السيرة الذاتية عليكم اختيار التفاصيل الملائمة لكم، وعند كتابتها ليس من الضروري أن تتضمن كل التفاصيل المقترحة في النموذج، ولكن يجب أن تتضمن الأجزاء الأول، الثاني، والثالث. من المهم أن تتذكروا أن السيرة الذاتية يجب أن تعكس القدرات في المجالات المختلفة. يجب الاهتمام بالتشديد عليها في جميع الأجزاء. يوصى إرفاق السيرة الذاتية برسالة؛ يظهر مثال لرسالة في الصفحة 9.

قواعد لكتابة سيرة ذاتية:

- أ) يجب أن تكون السيرة الذاتية قصيرة وموضوعية، ويمكن التطرق في الرسالة المرفقة إلى نقاط شخصية.
 - ب) يجب كتابة السيرة الذاتية بصيغة الغائب. مثلا - بالنسبة للدراسة في مدرسة "النجاح" علينا أن نكتب "دراسة في مدرسة النجاح"، وليس "درست في مدرسة النجاح".
 - ج) عدد الصفحات - صفحة واحدة - صفحتين على الأكثر. يجب الحرص على كتابة سيرة ذاتية مطبوعة، دون أخطاء إملائية.
 - د) كتابة السنوات من اليمين إلى اليسار. مثلا، الدراسة في الثانوية بين عامي 2010 و 2013، تُكتب: "2010 - 2013 الدراسة الثانوية".
 - هـ) يجب الكتابة من النهاية حتى البداية. مثلا، إذا درستم دورتين، تُكتب أولا الدورة الأخيرة التي درستموها، ثم الدورة الأولى.
- مثال آخر: نذكر أولا الدراسة الثانوية، ثم الدراسة الإعدادية.

1 : التفاصيل الشخصية



| |
|---|
| الاسم الشخصي واسم العائلة: |
| رقم بطاقة الهوية: |
| سنة الولادة (بالأرقام): تاريخ الولادة العبري (اختياري): |
| مكان الولادة: |
| سنة القدوم إلى البلاد (للمولودين في دول غير إسرائيل): |
| عنوان السكن: |
| عنوان البريد الإلكتروني: |
| أرقام الهواتف للاتصال: |
| الحالة الشخصية (أعزب/ متزوج/ مطلق/ أرمل)، يجب كتابة عدد الأولاد لمن لديه أولاد: |



2 الثقافة

اسم المؤسسة التعليمية الأخيرة التي تعلمت فيها أو التي تتعلم فيها اليوم، مكانها، والسنوات التي تعلمتها فيها.
مثلاً: 2012 - اليوم - مدرسة التربية الخاصة "قلوب"، حيفا؛ أو:
2002 - 2011 - المدرسة الثانوية آفاق، حيفا

اسم المؤسسة التعليمية قبل الأخيرة التي تعلمت فيها، مكانها، والسنوات التي درستها فيها.
مثلاً: 2002 - 2010 - المدرسة الإعدادية "آفاق"، حيفا.
مثال آخر: 2002 - 2002 مدرسة التربية الخاصة "قلوب"، حيفا

اسم المؤسسة التعليمية قبل الأخيرة التي تعلمت فيها، مكانها، والسنوات التي درستها فيها.
مثلاً: 2000 - 2002 - المدرسة الابتدائية "جسور"، حيفا.
مثلاً: 2001 - 2002 - مدرسة التربية الخاصة "قلوب"، حيفا.



دورات مهنية شاركت فيها. عليك كتابة اسم الدورة، السنوات التي تعلمت الدورة خلالها، اسم المؤسسة التي أقامت الدورة، ومكانها. إذا تعلمت عددا من الدورات، عليك كتابتها بحيث تكتب الدورة الأخيرة وصولاً إلى الأولى.
مثلاً: 2013 - الآن - دورة للعناية بالحيوانات، مدرسة التربية الخاصة "قلوب"، حيفا.
أو: 2011 - 2012 - دورة طبخ، فندق هيلتون، حيفا.



3 الخبرة في العمل

اسم مكان العمل الأخير الذي عملت فيه في المجتمع/ في ورشات عمل مدرسية، أو عمل تقوم به اليوم، مكانه، اسم الوظيفة التي قمت بها، والسنوات أو الأشهر التي عملت فيها.

مثلاً: 2012 - اليوم - دفيئة لتربية النباتات، صيانة الدفيئة، مدرسة التربية الخاصة "قلوب"، حيفا. مثال آخر: 2011 - 2012 - دار المسنين "يركا"، في يركا، العمل في مغسلة دار المسنين.

اسم مكان العمل قبل الأخير الذي عملت فيه، مكانه، اسم الوظيفة التي عملت فيها، وذكر السنوات أو الأشهر التي عملت خلالها.

مثلاً: 2010 - 2012 - روضة "الورود" حيفا، مساعدة حاضنة. مثال آخر: 2010 - 2011 - ورشات عمل كراميك، مصنع مدرسة "الأرجوان"، بئر السبع.

اسم مكان العمل قبل الأخير الذي عملت فيه، مكانه، اسم الوظيفة التي عملت فيها، والسنوات أو الأشهر التي عملت خلالها.

مثلاً: 2002 - 2010 - المدرسة الابتدائية آفاق، حيفا، مساعدة سكرتيرة.

مثلاً: 2002 - 2002 - مقهى "العشاق"، الحارة الألمانية، حيفا، نادل.



4 النشاطات التطوعية

اسم مكان التطوع الأخير الذي تطوعت فيه في المجتمع المحلي/ المدرسة / مكان آخر، أو الذي تتطوع فيه اليوم، الوظيفة التي قمت بها أثناء التطوع، مكان التطوع، والسنوات أو الأشهر التي تطوعت خلالها.

مثلاً: 2012 - اليوم - شرطة الناصرة، مساعد في الحرس المدني، مرة في الأسبوع.

مثلاً: 2011 - 2012 - دار المسنين "يركا" في يركا، حفلات وعروض بمناسبة الأعياد.

اسم مكان التطوع قبل الأخير الذي تطوعت فيه، الوظيفة التي قمت بها أثناء التطوع، مكان التطوع، والسنوات أو الأشهر التي تطوعت خلالها.

مثلاً: 2010 - 2012 - روضة "الورود"، حيفا، مرافقة طفل أثناء السفر إلى الحضانة.

مثلاً: 2010 - 2011 - عائلة نجار، الرينة، مربية خاصة لطفل مع احتياجات خاصة، مرة في الأسبوع.

5: الخدمة العسكرية أو الخدمة الوطنية

تفاصيل شروط الخدمة العسكرية أو الخدمة الوطنية، المكان، سنوات الخدمة.

مثلاً: 2010 - 2011 - الخدمة العسكرية في قاعدة ألون، سلاح الذخيرة، مكتب الضابط.



6: معرفة الحاسوب

تفاصيل معرفة استخدام الحاسوب، أسماء البرامج التي تعرفونها، مستوى معرفة استخدام تلك البرامج

مثلا: معرفة بمستوى عالٍ في استخدام برنامج إكسل.

مثال آخر: معرفة بمستوى أساسي في الطباعة على الحاسوب.

7: معرفة اللغات

معرفة التعبير الشفهي، القراءة، والكتابة في لغات مختلفة. إلى جانب كل لغة مذكورة، يجب ذكر مستوى معرفة تلك اللغة.

مثال: العربية كلغة أم.

مثال: العبرية بمستوى جيد جدا في الحديث، القراءة، والكتابة.



مثال: الإنجليزية بمستوى أساسي.

8: معرفة ومهارات خاصة تُذكر في السيرة الذاتية

معرفة خاصة أو مهارات مميزة يمكن أن تساعد في القبول للعمل المطلوب.

مثال: لدي معرفة في عالم الموضة، المكياج، وتصنيف الشعر.

مثال: لدي معرفة واسعة في الموسيقى وخبرة في ترتيب الموسيقى في الحفلات.

مثال: أهتم كثيرا بالرياضة، خصوصًا الركض.



رسالة مرفقة بالسير الذاتية

هدف الرسالة المرفقة هو التعبير عن الرغبة في القبول في العمل المطلوب، وكذلك التشديد على القدرات الخاصة التي يمكن أن تلائم العمل. يجب أن تثير الرسالة رغبة المدير في قراءة السيرة الذاتية المرفقة والتعمق فيها، وتجعله يأخذ انطباعًا إيجابيًا عن مقدمها. تُصاغ الرسالة عادةً بأسلوب شخصي حر، خلافًا للسيرة الذاتية، ويمكن أن تتضمن أساليب مختلفة. يجب أن تكون الرسالة قصيرة، واضحة، ومركزة.

أمثلة على جمل مناسبة للرسالة المرفقة:

تحية طيبة وبعد،

أطلب منكم العمل في شركتكم بمنصب _____.

خلال دراستي في المدرسة وتجربتي في العمل، اكتسبت خبرة ومعرفة في المجال، وأؤمن أنني قادر على المساهمة في الشركة والنجاح في الوظيفة.

لدي القدرة على المواظبة، العمل مع الآخرين والزبائن، التواصل الجيد، ومظهري الخارجي جيد جدا.

أعتقد أنني ملائم للوظيفة، وأستطيع أن أستخدم قدراتي هذه في العمل في الشركة.

يسرني توفير المزيد من المعلومات أثناء المقابلة الشخصية أو عبر المحادثة الهاتفية.

مرفقة سيرتي الذاتية.

باحترام

الاسم الكامل ورقم الهاتف



كتابة سيرة ذاتية – وصف حالة

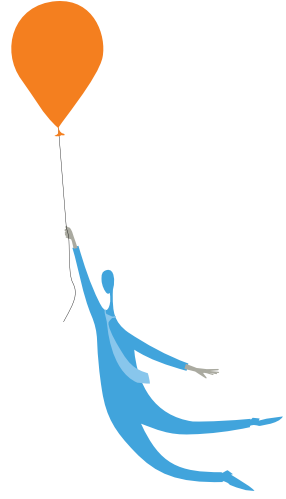
נספח 11ב' – תיאור מקרה כתיבת קורות חיים

وصف حالة لتجربة كتابة سيرة ذاتية.

أمامكم وصف لربيع، 22 عاما.

الوصف مبني من جمل مختلفة؛ إلى جانب كل جملة، اكتبوا إن كانت ملائمة لتُشمل في كتابة سيرة ذاتية.

1. وُلِدْتُ قبل 22 عاما بالقرب من البحر. (ملائمة/ غير ملائمة)
2. رقم الهاتف في منزلي: 04/1122085. (ملائمة/ غير ملائمة)
3. أحب كثيرا استخدام العطور ومزيلات العرق. (ملائمة/ غير ملائمة)
4. تعلمت في الإعدادية والثانوية في مدرسة "الرحمة" للتربية الخاصة (ملائمة/ غير ملائمة)



5. לדייִ خبرة في العناية بالحيوانات بين عامي 2005 و 2007 (ملائمة/ غير ملائمة)
6. لדיي معرفة في تشغيل الحاسوب واستخدام برامج مختلفة (ملائمة/ غير ملائمة)
7. وُلدت بتاريخ 16.12.84. (ملائمة/ غير ملائمة)
8. لדי صديقة اسمها مي (ملائمة/ غير ملائمة)
9. أنا متفوق في كرة السلة، وألعب مع أصدقائي في المدرسة (ملائمة/ غير ملائمة)
01. رقم هاتفي الخلوي 050/0803007 (ملائمة/ غير ملائمة)
11. تعلمت في صف صغير للتربية الخاصة في مدرسة "النجاح" الابتدائية في حيفا (ملائمة/ غير ملائمة)
21. لدي خبرة مدتها سنة في العمل في مخبز (ملائمة/ غير ملائمة)
31. أتحدث العربية والرومانية في البيت (ملائمة/ غير ملائمة)
41. في السنوات الثلاث الأخيرة، أ تطوع في جمعية الرفق بالحيوان في مدينتي الناصرة وأعتني بالحيوانات التي لا بيت لها. (ملائمة/ غير ملائمة)
51. اسم عائلتي هو نعمان. (ملائمة/ غير ملائمة)
61. اسم الدلع الخاص بي هو "قمورة" لأنني أصغر بنت في العائلة (ملائمة/ غير ملائمة)
71. أسكن في شارع الجبل 21 في حيفا. (ملائمة/ غير ملائمة)



81. رقم بطاقة هويتي هو 321098765 (ملائمة/ غير ملائمة)

91. أحب كثيرًا مشاهدة البرامج الرياضية، وخاصة مشاهدة برامج سباق السيارات.

(ملائمة/ غير ملائمة)

20. تعلمتُ في المدرسة دورة للاعتناء بالحيوانات وعملت في موقع للعناية بالكلاب (ملائمة/ غير ملائمة)

في النهاية: رتبوا الجمل وفق الترتيب المتبع عند كتابة السيرة الذاتية.
بالقرب من كل جملة تكون ملائمة لذكرها في السيرة الذاتية الخاصة بربيع، اذكروا مكانها الصحيح في السيرة الذاتية.