

Дагестанский базовый медицинский колледж им. Р.П. Аскерханова

ЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ: «Автобиография. Основные правила написания»

Составители: Давудова Х.М.

Для кого: Выпускников, студентов, соискателей работы, родителей, помогающих детям.

Цель: Научиться коротко и ясно рассказать о себе так, чтобы произвести хорошее впечатление.

Махачкала, 2025

ЧАСТЬ 1: Зачем нужна автобиография?

«Рассказ о себе» — это ваш уникальный шанс продемонстрировать свои сильные стороны и создать первое благоприятное впечатление. Этот документ может быть запрошен в различных ключевых ситуациях:

1

При устройстве на работу

В государственные учреждения (больницы, поликлиники, администрация) или серьезные частные компании, где ценится порядочность и ответственность.

2

При поступлении в учебное заведение

После окончания колледжа или для дальнейшего обучения, чтобы оценить вашу зрелость и целеустремленность.

3

В военкомате

В некоторых случаях для формирования полного личного дела при прохождении службы.

Главная задача: не просто перечислить даты, а кратко показать, что вы надежный, ответственный и честный человек, которому можно доверять.



ЧАСТЬ 2: Как правильно составить автобиографию?

Автобиография — это ваш официальный документ, который должен быть выполнен безупречно. Придерживайтесь следующих правил оформления:

Формат

Пишется от руки на **белом листе формата А4** (это помогает оценить вашу аккуратность и грамотность) или набирается на компьютере, если этого требуют условия работодателя.

Объем

Идеальный объем — **одна страница**. Краткость и содержательность — залог успеха.

Структура

Следуйте простой, логичной структуре, чтобы ваш документ был легко читаем и информативен.

Каждый пункт должен быть изложен четко и лаконично, без излишних подробностей, но с достаточной полнотой для создания цельного образа.



Подробный план написания автобиографии

1. Заголовок

Посередине строки напишите: «Автобиография».

2. Начало

Я, [Ваша Фамилия] [Ваше Имя] [Ваше Отчество],
родился(ась) [число, месяц, год] в [населенный пункт,
район, республика].

*Пример: Я, Алиев Магомед Расулович, родился 15
марта 2003 года в селе Хунзах Хунзахского района
Республики Дагестан.*

3. Образование (по порядку)

- Школа: В [год] поступил и в [год] окончил МКОУ «Хунзахская СОШ №1».
- Колледж/техникум: В [месяц] [год] поступил в Дагестанский базовый медицинский колледж им. Р.П. Аскерханова по специальности «Лечебное дело». Окончил обучение в [год].
- Добавьте важное: грамоты, олимпиады, волонтерство (кратко).

4. Опыт работы (если есть)

- С [месяц] [год] по [месяц] [год] проходил практику в [название организации] в должности [должность].
- Если опыта нет: Опыт работы на данный момент отсутствует. В период обучения активно осваивал практические навыки.

5. Служба в армии (для мужчин)

- С [год] по [год] проходил срочную военную службу в ВС РФ.
- Если не служили, пропустите этот пункт.

6. Семья (кратко)

- Не женат/Не замужем. Проживаю вместе с родителями.
- Или: Женат/Замужем. Имею [количество] детей. Супруга (Супруг) [Имя], не работает/работает [кем].
- Родители: отец, [ФИО], [год рождения], работает [кем]; мать, [ФИО], [год рождения], работает [кем].

7. Дополнительные сведения (по желанию)

- Водительские права (категория).
- Владение иностранными или родными языками Дагестана.
- Хобби, связанное с профессией или демонстрирующее хорошие качества.

8. Контакты и подпись

- Проживаю по адресу: [Ваш адрес]. Контактный телефон: [Ваш номер].
- В конце справа поставьте **Дату** и свою **Личную подпись**.

ЧАСТЬ 3: Чего следует избегать? 4 главные ошибки

Чтобы ваша автобиография произвела наилучшее впечатление, крайне важно избегать распространенных ошибок, которые могут подорвать доверие и испортить имидж.

Неправдивая информация

Ложь легко проверяется. Ваша честность — главное достоинство.



Исправления и поправки

Любые исправления недопустимы. Если ошиблись, лучше перепишите документ заново.



Излишние детали

Работодателю важна ваша учебная и профессиональная траектория, а не подробности детства.



Неформальный язык

Используйте деловой, четкий и уважительный стиль изложения, как положено в официальных документах.

- ❑ Соблюдение этих простых правил поможет вам создать **безупречный документ**, который подчеркнет ваш профессионализм и внимание к деталям.

ЧАСТЬ 4: Образец автобиографии (для выпускника колледжа)

АВТОБИОГРАФИЯ

Я, Ибрагимова Айшат Курбановна, родилась 10 сентября 2004 года в городе Махачкала Республики Дагестан. В 2011 году поступила и в 2022 году окончила МБОУ «Гимназия №1» г. Махачкалы. В 2022 году поступила и в 2025 году окончила Дагестанский базовый медицинский колледж им. Р.П. Аскерханова по специальности «Сестринское дело». Во время учебы принимала участие в волонтерских акциях колледжа по профилактике ЗОЖ, награждена грамотой за активную общественную работу. С апреля по июнь 2024 года проходила производственную практику в ГБУ РД «Городская больница №1» г. Махачкалы в отделении терапии. Не замужем. Проживаю с родителями. Отец: Ибрагимов Курбан Магомедович, 1975 г.р., работает водителем. Мать: Ибрагимова Патимат Саидовна, 1978 г.р., работает медсестрой. Владею русским и аварским языками. Имею водительское удостоверение категории В. В свободное время занимаюсь рукоделием. Проживаю по адресу: г. Махачкала, ул. Гамидова, д. 15, кв. 42. Контактный телефон: +7 (900) 123-45-67.

10 сентября 2025 года _____ /Ибрагимова А.К./

- ☐ **СОВЕТ ДЛЯ ВСЕХ:** Перед тем как нести документ, покажите его старшим — родителям, уважаемому родственнику или бывшему преподавателю. Со стороны всегда виднее ошибки. Удачно составленная автобиография — это ваш первый шаг к доверию и хорошей работе. Удачи!