

Индивидуальная карта



Мои сильные стороны

Три моих сильных качества, которые выделяют меня среди других:

1. _____
2. _____
3. _____

Мои основные навыки и умения:

Что мне больше всего удавалось в учёбе:

Чему я научился(лась) за этот год:

Мои профессиональные интересы

Какие предметы мне были наиболее интересны в школе: _____

Три профессии, которые я рассматриваю:

(Проранжируйте от 1 до 3, где 1 — самая предпочтительная)

Ранг	Профессия	Причина выбора

Что меня привлекает в выбранных профессиях: _____

Что меня беспокоит в выбранных профессиях: _____

Варианты действий после окончания школы



(Отметьте три наиболее вероятных варианта и проранжируйте их)

Ранг	Вариант	Конкретные шаги
	☐ Поступление в вуз	
	☐ Поступление в колледж	
	☐ Работа с последующим поступлением	
	☐ Служба в армии	
	☐ Трудоустройство	
	☐ Открытие своего дела	
	☐ Творческая деятельность	
	☐ Волонтерство/стажировка	
	☐ Другое: _____	

Конкретный план действий



Шаги, которые я планирую предпринять этим летом:



Учебные заведения, в которые я планирую подавать документы:

Название _____

Факультет/специальность _____

Форма обучения _____

Приоритет _____



Нужна ли мне дополнительная подготовка/курсы:

☐ Да

☐ Нет

Если да, то какая/какие:

Рефлексия



Что я узнал(а) о себе за этот год профориентации: _____



Какие сомнения у меня остались: _____



Какая помощь/информация мне ещё нужна: _____
