



LTB – STAGII DE PRACTICĂ

Cod proiect: 308824

Liceul Tehnologic Brătianu Drăgășani

Expert selecție și menținere grup țintă: Buta Carmen Liliana

Material pentru activități suport în cadrul proiectului

Cum îți construiești un parcurs profesional în domeniul tău?



Te apropii de finalul liceului, iar următorul pas important este direcția profesională pe care o vei urma. Fie că îți dorești un job sau vrei să continui studiile, este important să înțelegi ce îți oferă domeniul tău de pregătire și cum îți poți construi un drum realist și motivant.

Parcursul profesional nu începe „după școală”, ci **acum**: în modul în care te raportezi la învățare, la responsabilitate, la viitor.

◆ Cum arată cariera în domeniul Economic?

Un absolvent de profil economic poate lucra în:

- contabilitate primară;
- activități de birou și documente;
- vânzări și promovare;
- logistică;
- recepție și relații cu clienții;
- introducere și validare date.

Abilități importante:

- organizare, atenție la detalii;
- comunicare corectă, atât orală cât și în scris;
- utilizarea calculatorului;
- responsabilitate și seriozitate.

◆ Cum arată cariera în Industrie Alimentară?

Domeniul este tehnic, practic, reglementat și foarte ofertant. Poți lucra în:

- laboratoare de analize alimentare;
- secții de producție;
- unități de procesare;
- controlul calității;
- depozite și centre logistice.

Abilități esențiale:

- atenție la norme de igienă;
- rigurozitate;
- echipament tehnic;
- capacitatea de a urma proceduri clare.



◆ **Cum îți construiești traseul profesional?**

✓ **Cunoaște domeniul**

Caută informații reale despre profesia ta: ce face un tehnician, ce atribuții are, cât câștigă, ce abilități sunt necesare.

✓ **Observă ce îți place**

Preferi activitățile practice sau pe cele teoretice?

Îți plac cifrele sau lucrul cu oamenii?

Te simți confortabil în medii dinamice sau stabile?

✓ **Setează obiective realiste**

Exemple:

- „Îmi găsesc un job în domeniul economic până la finalul verii.”
- „Fac un curs suplimentar de contabilitate.”
- „Învăț să utilizez un soft folosit în industrie.”

✓ **Învăță continuu**

Indiferent de domeniu, trebuie să te adaptezi. În profesii precum contabilitatea și industria alimentară, procedurile se schimbă. Fiți pregătiți să vă perfecționați.



◆ **Studiu de caz**

■ **„Alexandra își găsește direcția”**

Alexandra, elevă în XII, nu era sigură ce meserie îi place. Tutorele de practică i-a observat atenția la detalii și i-a sugerat să exploreze „asistent contabil”.

A urmărit câteva tutoriale și a testat un program de evidențe. A descoperit că îi place ordinea, structura și munca organizată.

După absolvire, a obținut un job într-un mic birou de contabilitate, unde se descurcă excelent.

Ce învățăm?

- Îți clarifici direcția explorând și întrebând.
- Practica îți poate dezvălui abilități pe care nu știai că le ai.
- Un plan simplu te poate duce departe.

◆ **Autoevaluare**

1. Ce meserie îmi doresc în domeniul meu?
2. Ce calități am?
3. Ce trebuie să îmbunătățesc?
4. Ce pas concret pot face luna aceasta?

◆ **Moment de reflecție**

„Drumul profesional nu se descoperă într-o zi. Se construiește prin curiozitate, disciplină și dorința de a deveni mai bun.”

Expert selecție și menținere grup țintă: Buta Carmen Liliana



LTB – STAGII DE PRACTICĂ

Cod proiect: 308824

Liceul Tehnologic Brătianu Drăgășani

Expert selecție și menținere grup țintă: Buta Carmen Liliana

Material pentru activități suport în cadrul proiectului

Pregătirea pentru primul tău job: cum îți formezi abilități practice solide



Meseriile practice necesită exercițiu, răbdare, perseverență. Nimeni nu se naște ospătar, mecanic sau lucrător în alimentație. Toți învață treptat.

Primul job îți va testa disciplina, ambiția și responsabilitatea.

◆ Diferența dintre „a ști” și „a ști să faci”

La școală înveți teorie.

În practică înveți **cum se aplică** teoria.

În job înveți **ritmul real al meseriei**.

◆ De ce ai nevoie pentru primul tău job?



✓ Exersare

Repetă tehnici simple (aranjarea mesei, montarea unei piese).

✓ Întrebări

Este normal să nu știi. Întreabă.

✓ Curaj

Prima greșală e firească. A doua se corectează.

✓ Respectarea procedurilor

Siguranța este esențială în bucătărie, service auto, mecanică agricolă.



◆ **Studiu de caz**

■ **„Mara învață prin practică”**

Mara era foarte emoționată la început. La prima zi a spart un pahar și a greșit o comandă. A vrut să renunțe.

Tutorele i-a spus:

„Toți am trecut prin asta. Important e să repeți.”

Mara a început să exerseze:

- a învățat aranjarea mesei;
- a repetat dialoguri cu clienții;
- a practicat până a prins încredere.

După o lună, a fost recomandată pentru un job part-time.

Ce învățăm?

- Practica = progres.
- Perseverența este cheia.
- În meseriile de contact, încrederea se construiește în timp.

◆ **Autoevaluare**

1. Ce abilitate practică vreau să îmbunătățesc luna aceasta?
2. De cine pot cere ajutor?
3. Ce pași concreți pot face?

◆ **Reflecție**

„Nu devii bun peste noapte. Devii bun exersând.”

Expert selecție și menținere grup țintă: Buta Carmen Liliana