

KLAR for arbeidslivet

CV Lærlingen Lars



Hva er en CV?

En CV (Curriculum Vitae) er et dokument som gir en oversikt over dine kvalifikasjoner, erfaringer og ferdigheter. Den brukes til å presentere deg selv til potensielle arbeidsgivere når du søker jobb.

En god CV skal være oversiktlig, tydelig og inneholde relevant informasjon som viser hvorfor du er en god kandidat for stillingen.

Nedenfor finner du en mal du kan bruke for å lage din egen CV.

EKSEMPEL LARS LÆRLING

CV

LARS LÆRLING

Lærling industrimekaniker



Jeg er en motivert og lærevillig ung mann som nylig har fullført VG2 Industriteknologi. Jeg søker nå en lære plass som industrimekaniker for å utvikle mine ferdigheter og få praktisk erfaring. Jeg er teknisk anlagt, nøye og liker å jobbe både selvstendig og i team.

Personalia

Navn: Lars Lærling

Adresse: Industriegata 23, 5542 Haugesund

Telefon: 427 25 542

E-post: lars.lærling@eksempel.no

Fødselsdato: 10.02.2004

Nasjonalitet: Norsk

Nøkkelkvalifikasjoner

- God teknisk forståelse og praktisk anlagt.
- Erfaring med vedlikehold og reparasjon av maskiner.
- Gode ferdigheter i bruk av verktøy og maskiner.
- Lærevillig og evne til å tilpasse meg nye arbeidsoppgaver.
- Gode samarbeidsevner og pålitelig.

Arbeidserfaring

Sommerjobb, Mekanikken AS, Haugesund

Juli 2022 – August 2022

- Hjalp til med vedlikehold og reparasjon av maskiner.
- Assisterte erfarne mekanikere med diverse oppgaver.
- Lærte grunnleggende prinsipper for mekanisk arbeid.

Praksisplass, Industriell Teknikk, Karmøy

Oktober 2022 – Desember 2022

- Deltok i daglig vedlikehold av produksjonsutstyr.
- Assisterte med montering og demontering av maskiner.
- Fikk erfaring med feilsøking og problemløsning.

Utdanning

VG2 Industriteknologi, Industriskolen Videregående Skole, Haugesund

August 2022 – Juni 2023

- Fag: Teknologi og forskningslære, verkstedarbeid, produksjon

VG1 Teknikk og Industriell Produksjon, Industriskolen Videregående Skole, Haugesund

August 2021 – Juni 2022

Ferdigheter

- **Tekniske ferdigheter:** Bruk av verktøy, maskiner og utstyr
- **Språk:** Norsk (morsmål), engelsk (godt nivå)
- **IT-ferdigheter:** Grunnleggende bruk av datamaskiner og programvare

Personlige egenskaper

- Ansvarsfull og pålitelig
- Nøyaktig og detaljorientert
- God på å samarbeide med andre
- Positiv innstilling og lærevillig

Referanser

Kari Mekaniker

Verkstedleder, Mekanikken AS

Telefon: 987 65 433

E-post: kari.mekaniker@mekanikken.no

Ole Teknikk

Lærer, Industriskolen Videregående Skole

Telefon: 987 65 434

E-post: ole.teknikk@industriskolen.no



Oppgave 1: Lars CV

1. Fortell om Lars. Hvilket inntrykk fikk du av han?
2. Hvordan beskriver Lars seg selv?
3. Hvilke typer jobber kan Lars søke på?
4. Har du forslag til hva Lars kunne gjort for å forbedre CV-en sin?

Hvordan lage en god CV?



Klaus Kristiansen

Klaus er lærlingansvarlig i et opplæringskontor.

Har du noen gode råd til hvordan man skriver en god CV som lærling?

Ja, selvfølgelig! Hold CV-en enkel og tydelig. Prøv å holde den til én side. Tilpass CV-en til jobben du søker på, og fremhev relevante erfaringer og ferdigheter. Del CV-en inn i seksjoner som kontaktinformasjon, profil, utdanning, arbeidserfaring, ferdigheter og referanser. Bruk konkrete eksempler når du beskriver erfaringene dine.

Unngå skrivefeil, og få noen til å lese gjennom CV-en før du sender den.

Har du et godt tips?

Har du lite arbeidserfaring og/eller utdanning, er det lurt å fortelle om andre egenskaper som kan si noe om deg som person.

Har du erfaring fra idrett, organisasjoner eller frivillig arbeid, så er det viktig å få frem.

"En god CV må være ryddig, oversiktlig og helst uten skrivefeil."



Ordbank

- CV
- Sivilstand
- Nøkkel-kvalifikasjoner
- Utdanning
- Arbeidserfaring
- Referanse
- Førstehjelp
- Profil
- Ferdigheter
- Personlige egenskaper

Hva betyr disse ordene?