ВНИМАНИЕ. Документ сформирован на основе автоматизированного шаблона и не является окончательной юридической рекомендацией. Перед использованием рекомендуем проверить его у своего юриста с учётом конкретных обстоятельств.

Петрова Мария Ивановна

менеджер

Телефон	+7 900 000-00-00
Электронная почта	ivanov@example.com
Город	Екатеринбург
Дата рождения	12.04.1985
Ожидаемый доход	проверочное значение

ОБРАЗЕЦ

О себе

проверочное значение

Опыт работы

проверочное значение

Образование

проверочное значение

Навыки

проверочное значение

Памятка: что важно в резюме

Раздел справочный, в отправляемом резюме его нужно удалить.

Что работодатель не вправе требовать

Запрещается **необоснованный отказ** в заключении трудового договора. Какое бы то ни было прямое или косвенное ограничение прав при приёме на работу в зависимости от пола, расы, национальности, языка, происхождения, имущественного, семейного, социального и должностного положения, возраста, места жительства, отношения к религии, убеждений и других обстоятельств, не связанных с деловыми качествами, — **не допускается**. Исключения возможны, только если их прямо устанавливает федеральный закон: например, к работе с детьми и к педагогической работе не допускаются люди с определёнными судимостями (статьи 331 и 351.1 Трудового кодекса). Отказывать женщине из-за беременности или наличия детей запрещено отдельно.

По письменному требованию соискателя работодатель обязан сообщить причину отказа **в письменной форме в течение семи рабочих дней**. Отказ можно обжаловать в суд.

Основной перечень документов при приёме на работу — в статье 65 Трудового кодекса. Требовать другие документы нельзя, если их не предусматривают Трудовой кодекс, другие федеральные законы, указы Президента или постановления Правительства.

Персональные данные

ОБРАЗЕЦ

Отправляя резюме, соискатель передаёт свои персональные данные. Работодатель обязан обрабатывать их только в целях трудоустройства, хранить не дольше необходимого и уничтожить не позднее 30 дней после того, как цель подбора достигнута, если кандидат не принят и не дал согласия на хранение резюме в базе (кадровом резерве). С 1 сентября 2025 года такое согласие оформляется отдельно от других документов.

Указывать в резюме паспортные данные, ИНН, СНИЛС и адрес регистрации **не нужно**: на этапе отбора они не требуются, а риск утечки создают.

Дата рождения тоже не обязательна. Возраст не относится к деловым качествам работника, а прямое или косвенное ограничение прав при приёме на работу в зависимости от возраста не допускается, кроме случаев, прямо установленных федеральным законом. Если в отказе сослались на возраст, причину можно потребовать письменно и обжаловать отказ, как сказано выше.

Как устроен полезный текст

Опыт — от последнего места к раннему, с датами, должностью и результатом, а не перечнем обязанностей. Числа убедительнее прилагательных: «сократил срок обработки заявки с 3 дней до 4 часов» вместо «повысил эффективность».

Навыки — те, что относятся к желаемой должности, и те, которые можно подтвердить на собеседовании.

Правовое основание: статьи 3, 64, 65, 86–88 Трудового кодекса Российской Федерации; Федеральный закон «О персональных данных».

ОБРАЗЕЦ