

JE PRÉPARE MON ORIENTATION POST 3ÈME

NOM :

Prénom :

Classe :

MIEUX SE CONNAÎTRE

Mieux se connaître est essentiel pour bien construire son projet personnel. Quelles sont vos motivations ? Quels sont vos points forts, vos points faibles ?

Les activités suivantes vous amènent à vous interroger sur ce qui vous caractérise et sur les valeurs que vous recherchez au travers d'un métier.

Mes qualités

Je pense et on dit de moi que je suis plutôt :

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Pratique | <input type="checkbox"/> Méthodique | <input type="checkbox"/> Sociable |
| <input type="checkbox"/> Observateur(trice) | <input type="checkbox"/> Organisé(e) | <input type="checkbox"/> Imaginatif(ive) |
| <input type="checkbox"/> Sûr(e) de moi | <input type="checkbox"/> Autoritaire | <input type="checkbox"/> Ordonné(e) |
| <input type="checkbox"/> Curieux(euse) | <input type="checkbox"/> Observateur(trice) | <input type="checkbox"/> Compréhensif(ive) |
| <input type="checkbox"/> Énergique | <input type="checkbox"/> Généreux(euse) | <input type="checkbox"/> Persuasif(ive) |
| <input type="checkbox"/> Rapide | <input type="checkbox"/> Précis(e) | <input type="checkbox"/> Convaincant(e) |
| <input type="checkbox"/> Ingénieux(euse) | <input type="checkbox"/> Adroit(e) | <input type="checkbox"/> Indépendant(e) |
| <input type="checkbox"/> Communicatif(ive) | <input type="checkbox"/> Logique | <input type="checkbox"/> Soigneux(euse) |
| <input type="checkbox"/> Conscientieux(euse) | <input type="checkbox"/> Créatif(ive) | <input type="checkbox"/> Minutieux(euse) |
| <input type="checkbox"/> Attentif(ive) aux autres | <input type="checkbox"/> Sérieux(euse) | |

Mes valeurs professionnelles

Quelles sont les valeurs professionnelles que je recherche dans un métier ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Avoir un métier sans risque de chômage (sécurité) | <input type="checkbox"/> Résoudre des problèmes (stimulation intellectuelle) |
| <input type="checkbox"/> Gagner beaucoup d'argent (avantage économique) | <input type="checkbox"/> Résoudre des problèmes concrets (pratique) |
| <input type="checkbox"/> Voyager, se déplacer (voyage - style de vie) | <input type="checkbox"/> Aider les autres (altruisme) |
| <input type="checkbox"/> Rencontrer beaucoup de monde (relations) | <input type="checkbox"/> Faire quelque chose de beau (esthétique) |
| <input type="checkbox"/> Avoir un métier prestigieux, que l'on admire (prestige) | <input type="checkbox"/> Prendre des initiatives (responsabilité) |
| <input type="checkbox"/> Avoir des activités variées (variété) | <input type="checkbox"/> Poursuivre une formation, apprendre, se perfectionner (stimulation intellectuelle) |
| <input type="checkbox"/> Être indépendant (autonomie) | <input type="checkbox"/> Avoir suffisamment de loisirs (loisirs - style de vie) |
| <input type="checkbox"/> Diriger de nombreuses personnes (management) | |

1 - Cochez les cases qui vous caractérisent le mieux.

2 - Cochez les matières scolaires dans lesquelles vous vous sentez à l'aise et notez vos compétences.

Mes matières préférées

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Français | <input type="checkbox"/> Histoire-géographie | <input type="checkbox"/> SVT |
| <input type="checkbox"/> Langues vivantes | <input type="checkbox"/> Mathématiques | <input type="checkbox"/> Arts plastiques |
| <input type="checkbox"/> Langues anciennes | <input type="checkbox"/> Physique-chimie | <input type="checkbox"/> Education physique et sportive |
| <input type="checkbox"/> Découverte professionnelle | | |

Mes compétences

- Animation :
- Activités sportives :
- Activités artistiques :
- Activités manuelles :
- Bénévolat :
- Autres :

3 - Cochez vos centres d'intérêts, les domaines qui pourraient vous attirer.

Mes centres d'intérêt

Demain, je me verrais bien :

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> M'occuper d'handicapés | <input type="checkbox"/> Faire du commerce | <input type="checkbox"/> Être ingénieur, cadre ou technicien |
| <input type="checkbox"/> M'occuper de voyages et de loisirs | <input type="checkbox"/> Travailler en contact avec la nature | <input type="checkbox"/> Exercer un métier artistique |
| <input type="checkbox"/> M'occuper d'enfants | <input type="checkbox"/> M'occuper d'animaux | <input type="checkbox"/> Travailler à l'étranger |
| <input type="checkbox"/> Surveiller, défendre, secourir | <input type="checkbox"/> Travailler dans un bureau | <input type="checkbox"/> Enseigner et éduquer |
| <input type="checkbox"/> Exercer une activité sportive | <input type="checkbox"/> Manier des chiffres | <input type="checkbox"/> Réparer, contrôler, entretenir |
| <input type="checkbox"/> Me déplacer souvent | <input type="checkbox"/> Travailler en laboratoire | <input type="checkbox"/> Soigner |
| <input type="checkbox"/> Être en contact avec un public | <input type="checkbox"/> Faire un travail de précision | <input type="checkbox"/> Fabriquer, construire |
| <input type="checkbox"/> Pratiquer les langues vivantes | | <input type="checkbox"/> Travailler un matériau |

4 - Cochez les domaines professionnels dans lesquels vous imaginez pouvoir travailler.



Mes domaines professionnels

J'aimerais travailler dans quels domaines professionnels ?

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Agriculture, forêt, élevage | <input type="checkbox"/> Enseignement | <input type="checkbox"/> Mécanique |
| <input type="checkbox"/> Agro-alimentaire | <input type="checkbox"/> Environnement | <input type="checkbox"/> Mode |
| <input type="checkbox"/> Arts plastiques, graphiques, appliqués | <input type="checkbox"/> Géologie, géophysique, océanologie | <input type="checkbox"/> Physique, chimie |
| <input type="checkbox"/> Audiovisuel | <input type="checkbox"/> Gestion, commerce | <input type="checkbox"/> Psychologie |
| <input type="checkbox"/> Automatique | <input type="checkbox"/> Histoire de l'art, archéologie | <input type="checkbox"/> Santé |
| <input type="checkbox"/> Banque, bourse, assurance | <input type="checkbox"/> Histoire, géographie | <input type="checkbox"/> Secrétariat |
| <input type="checkbox"/> Bâtiment, architecture, paysage | <input type="checkbox"/> Information, communication | <input type="checkbox"/> Social |
| <input type="checkbox"/> Biologie | <input type="checkbox"/> Informatique industrielle | <input type="checkbox"/> Sport |
| <input type="checkbox"/> Comptabilité, informatique de gestion | <input type="checkbox"/> Langues étrangères | <input type="checkbox"/> Théâtre, cinéma, spectacles |
| <input type="checkbox"/> Droit, immobilier | <input type="checkbox"/> Lettres, philosophie | <input type="checkbox"/> Tourisme, hôtellerie, restauration |
| <input type="checkbox"/> Documentation, bibliothèque | <input type="checkbox"/> Maintenance | <input type="checkbox"/> Transport, logistique |
| <input type="checkbox"/> Électronique, électrotechnique | <input type="checkbox"/> Matériaux | |
| | <input type="checkbox"/> Mathématiques | |

BILAN

5 - Reprenez succinctement sur la fiche suivante les différents éléments que vous avez pu noter à partir des questions précédentes.

Cette fiche bilan pourra vous aider à établir votre profil et ainsi démarrer des recherches plus ciblées.

Mes qualités : Je suis

Mes valeurs professionnelles : Ce qui est important pour moi dans un métier c'est

Mes matières préférées :

Mes compétences extrascolaires :

Mes centres d'intérêt : Demain je me vois bien

Mes domaines professionnels : Je suis intéressé(e) par les secteurs professionnels suivants

6 - Les différents pôles d'activités sont identifiés par une couleur. Utilisez la fiche suivante pour noter un ou plusieurs grands pôles d'activités qui vous attirent. Vos futures recherches s'appuieront sur ce bilan.

JE PRÉPARE MON ORIENTATION POST 3ÈME

• Agriculture, environnement

Préserver l'environnement, travailler dehors, travailler en contact avec la nature, m'occuper d'animaux.

Idées métiers : Chargé(e) d'études en aménagement - Ingénieur(e) en environnement - Mécanicien(enne) réparateur(trice) de machines agricoles - Ouvrier(ère) paysagiste - Technicien(enne) d'exploitation de l'eau - Vétérinaire...

• Sciences, industrie, recherche, maintenance

Utiliser les technologies nouvelles, faire de la recherche, faire un travail de précision, réparer, contrôler, entretenir, faire des expériences.

Idées métiers : Chercheur(euse) - Développeur(euse) multimédia - Dessinateur(trice) industriel(elle) - Électricien(ne) - Informaticien(ne) industrielle - Technicien(ne) maintenance en micro informatique - Technicien(ne) en automatismes...

• Bâtiment, travaux publics

Fabriquer, construire, travailler un matériau.

Idées métiers : Architecte - Carreleur(euse) - Chef(fe) de chantier - Conducteur(trice) de travaux - Couvreur(euse) - Géomètre topographe - Maçon(ne) - Plombier(ère)...

• Santé, social, éducation

Être utile aux autres, enseigner, être en contact avec un public, m'occuper de personnes âgées, d'enfants ou d'adolescents, de personnes handicapées, soigner, pratiquer une activité physique et sportive.

Idées métiers : Aide à domicile - Aide-soignant(e) - Éducateur(trice) spécialisé(e) - Éducateur(trice) sportif(ve) - Masseur(euse)-kinésithérapeute - Professeur(e) des écoles - Orthophoniste...

• Arts, communication

Exercer une activité artistique ou créative, me lancer dans la communication, pratiquer les langues vivantes.

Idées métiers : Chargé(e) des relations publiques - Graphiste - Journaliste - Musicien(enne) - Styliste - Traducteur(trice) - Webdesigner...

• Droit, Sécurité, Défense

Défendre, secourir, surveiller.

Idées métiers : Commissaire de police - Gardien(ne) de la paix - Militaire - Sous-officier(ère) de gendarmerie...

• Commerce, Transport, Logistique

Négocier, faire du commerce, me déplacer souvent, vendre, être en contact avec le public.

Idées métiers : Chef(fe) de rayon - Commercial(e) export - Conducteur(trice) de train - Conducteur(trice) routier - Magasinier(ère) cariste - Responsable logistique...

• Hôtellerie, restauration, tourisme

Pratiquer les langues vivantes, travailler dans le secteur du tourisme et des loisirs, être en contact avec le public.

Idées métiers : Cuisinier(ère) - Billettiste - Directeur(trice) d'agence de voyage - Guide-interprète - Hôtesse de l'air/steward - Réceptionniste - Sommelier(ère)...

• Gestion, Finance

Diriger, décider, avoir des responsabilités, manier les chiffres, travailler dans un bureau.

Idées métiers : Assistant(e) de direction - Assistant(e) de ressources humaines - Chargé(e) de recrutement - Chef(fe) d'entreprise - Comptable - Conseiller(ère) financier(ière) ...