

KIT PÉDAGOGIQUE

APPRENDRE À ORIENTER

Niveau Lycée



SOMMAIRE



ATELIER

A LA RECHERCHE DES VERBES D'ACTION



ATELIER

J'IDENTIFIE MES FORCES



ATELIER

J'APPRENDS À AVOIR CONFIANCE
EN MOI



ATELIER

JE PRÉPARE UN CV EFFICACE



ATELIER

JE RÉDIGE UNE LETTRE DE
MOTIVATION PERSONNELLE



ATELIER

COMMENT RÉDIGER UNE LETTRE DE
MOTIVATION SUR PARCOURSUP

ATELIER : A LA RECHERCHE DES VERBES D'ACTION

Administrer	Gérer	Diriger
Agencer	Administrer	Animer
Archiver	Affecter	Commander
Attribuer	Analyser	Coordonner
Classer	Anticiper	Conduire
Compiler	Budgétiser	Confier
Consigner	Calculer	Choisir
Constituer	Chiffrer	Définir
Contrôler	Comptabiliser	Déterminer
Documenter	Consolider	Déléguer
Ecrire	Déléguer	Gouverner
Effectuer	Estimer	Guider
Elaborer	Evaluer	Impulser
Enregistrer	Optimiser	Inspirer
Envoyer	Ordonnancer	Instituer
Exécuter	Organiser	Manager
Extraire	Planifier	Mener
Inscrire	Prévoir	Piloter
Inspecter	Projeter	Présider
Inventorier	Prioriser	Prioriser
Mettre en œuvre	Réguler	Trancher
Mettre sur pied	Rendre compte de	Superviser
Normaliser	Réorganiser	Arrêter
Organiser	Vérifier	Fixer
Présenter	Réguler	Juger
Produire		Régler
Réceptionner		
Recenser		
Répertorier		
Réorganiser		
Simplifier		
Trier		
Traiter		

ATELIER : A LA RECHERCHE DES VERBES D'ACTION

Organiser	Communiquer	Créer/construire/rénover
Aménager	Animer	Adapter
Anticiper	Comprendre	Améliorer
Arranger	Correspondre	Concevoir
Coordonner	Déclarer	Découvrir
Distribuer	Echanger	Imaginer
Etablir	Ecouter	Innover
Mettre en place	Ecrire	Inventer
Planifier	Entretenir	Renouveler
Préparer	Exploiter	Transformer
Prévoir	Exposer	Trouver
Programmer	Exprimer	Dessiner
Répartir	Formuler	Assembler
Structurer	Identifier	Construire
	Influencer	Moderniser
	Informer	Manier
	Interviewer	Manœuvrer
	Motiver	Mettre en œuvre
	Négocier	Mettre en pratique
	Partager	Bâtir/rebâtir
	Persuader	Rénover
	Présenter	Réparer
	Promouvoir	Régler
	Publier	Remplacer
	Rassembler	
	Recruter	
	Rédiger	
	Renseigner	
	Sonder	
	Traduire	
	Traiter	
	Transmettre	

[illegible]

ATELIER : A LA RECHERHCE DES VERBES D'ACTION

Chercher	Produire	Vendre
Chercher	Appliquer	Ecouter
Clarifier	Bâtir	Analyser
Comprendre	Concevoir	Diagnostiquer
Déterminer	Construire	Négocier
Diagnostiquer	Effectuer	Argumenter
Documenter	Exécuter	Persuader
Enquêter	Elaborer	Proposer
Estimer	Faire	Suggérer
Etudier	Réaliser	Développer
Evaluer	Réparer	Prospecter
Examiner	Mettre en oeuvre	Recommander
Extraire		Echanger
Générer		Développer
Inspecter		Accroître
Intensifier		Commercialiser
Interpréter		Déclencher
Interroger		Implanter
Interviewer		Promouvoir
Inventer		Arbitrer
Organiser		Conclure
Publier		Sélectionner
Recueillir		Cibler
Résumer		Démarcher
Réviser		Interroger
Sonder		Enquêter
Standardiser		
Tester		
Vulgariser		

[illegible]



Consigne : complète le tableau en réfléchissant à tout ce que tu as pu faire depuis tout petit à aujourd'hui

Champ d'exploration	Ce que je SAIS / SAIS FAIRE	Ce que J'AIME/J'AIME FAIRE
Matières préférées <i>Ex : Français</i>	<i>Réciter une poésie</i>	<p>Beauté des mots, émotions, belles pensées.</p> <p>Rendre le texte et les émotions vivantes. Le réciter en transportant les autres. Délivrer un message qui me tient à cœur.</p>
Activités extrascolaires et associatives <i>Ex: Badminton</i>	<i>Renvoyer le volant</i>	<p>La compétition qui amène à se dépasser.</p> <p>Courir, anticiper, comprendre le jeu de l'autre, mettre en place une stratégie.</p>

ATELIER : J'APPRENDS À AVOIR CONFIANCE EN MOI

Consigne : repense à ce que tu as vécu comme des échecs et remplis ce tableau

Ce que j'ai vécu comme un échec	Ce qui m'a manqué, ce dont j'aurais eu besoin pour y arriver	Ce que j'ai appris et ce que je ferai différemment aujourd'hui
<i>A l'école</i>		
<i>A la maison</i>		
<i>En dehors (sports, sorties, voyages, etc...)</i>		
<i>Dans mes relations</i>		

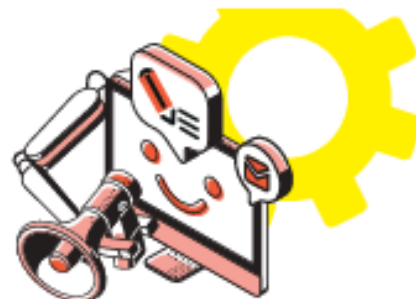


Transformes tes échecs en apprentissage

ATELIER : JE PRÉPARE UN CV EFFICACE

ATELIER

Je prépare un CV efficace



Répondez aux questions portant sur les 4 thèmes suivants sur un brouillon en vous inspirant des travaux menés lors de l'atelier 1 et en apportant des réponses personnelles. Vous utiliserez vos réponses pour remplir chacun des paragraphes correspondants en page de droite.



Je m'interroge

Savoirs

- Quelles formations ai-je suivies ? Quelles certifications ou quels brevets ai-je passés ?
- Quelles sont les matières dans lesquelles je suis à l'aise ou qui me plaisent ?
- Quelles sont les langues que je parle ou que je comprends ?

Savoir être

- Ai-je déjà participé à des projets collectifs (scolaires, personnels ou professionnels) ?
Quelles qualités ont été nécessaires pour les mener à bien ?
- Parmi les compétences suivantes, quelles sont celles que je possède ?
Facilité à communiquer • Capacité à travailler en équipe • Sens de l'initiative •
Résolution des problèmes • Flexibilité • Sens de l'organisation • Curiosité •
Capacité d'adaptation • Résistance au stress • Autonomie

Savoir-faire

- Suis-je expérimenté(e) dans un domaine particulier ?
- Les outils multimédias et les logiciels qui me sont familiers...
- Les méthodes qui me sont familières...
- Les petits boulots que j'ai déjà exercés (baby-sitting, ménage, livraisons, vente, distribution de tracts, recrutement de donateurs, manutention, vendanges ou récoltes, etc.). Tout travail peut être intéressant à valoriser.
- Qu'ai-je appris lors de ces expériences ? Quelles difficultés ai-je surmontées ?
- Au fur et à mesure de mes stages, ai-je évolué ?

Centres d'intérêt

- Ce que je fais pour me détendre...
- Ce que j'aime faire avec mes ami(e)s...
- Mes passions...
- Mes engagements...

ATELIER : JE RÉDIGE UNE LETTRE DE MOTIVATION PERSONNELLE

ATELIER

Je rédige une lettre de motivation personnelle



Évitez d'envoyer une lettre identique à plusieurs entreprises.

Pour mettre toutes les chances de votre côté, respectez la méthode suivante :

- Je me renseigne sur l'entreprise visée.
- Je mets en avant mes points forts.
- Je montre ma motivation.

Votre lettre se construit en 3 paragraphes : Vous / Moi / Nous. Rassemblez vos réponses aux questions ci-dessous sur un brouillon avant de les reporter sur la page de droite.

1 VOUS = l'entreprise visée

● Pourquoi avoir choisi cette entreprise ?

Qu'est-ce qui vous attire ? Que savez-vous d'elle (secteur d'activité, taille, situation...) ? Son rayonnement ? Ses clients ? Sa dernière actualité ?

→ Rédigez 5 lignes avec les aspects positifs de l'entreprise.

● Quel poste visez-vous ? Vérifiez quelles sont les qualifications et compétences (professionnelles et transversales) exigées.

● Si vous répondez à une annonce, **quels sont les mots-clés** ? Vous devez employer des synonymes dans votre lettre pour montrer que vous correspondez au profil recherché.

→ En mentionnant le contenu du poste qui vous intéresse, construisez une phrase de liaison qui vous permettra ensuite de vous présenter.

2 MOI = mes points forts

● Quel est votre parcours ?

Quelle est votre formation actuelle ?

● Avez-vous déjà pratiqué une des activités suivantes (= savoir-faire liés à l'annonce du stage) ?

- baby-sittings : sens des responsabilités et des priorités, bon relationnel.
- activité sportive : dynamisme, esprit

d'équipe, combativité, endurance.

- activité associative : esprit solidaire, empathie, ouverture d'esprit, détermination.
- cours de soutien scolaire : pédagogie, patience, bon relationnel.
- projet personnel ou scolaire : esprit entrepreneurial, ambition, organisation.
- loisirs (musique, cinéma, théâtre, etc.) : passion, engagement, implication.

→ Dans ce deuxième paragraphe, développez une de vos qualités, en lien avec le poste. Apportez des précisions invisibles dans votre CV : des faits, des résultats, des projets.

3 NOUS = créer le lien et se rencontrer

● Pourquoi cette entreprise a-t-elle besoin de vous ? Que lui apporteriez-vous (motivation, disponibilité, expérience...) ?

● Qu'attendez-vous de ce stage (vous former, rencontrer des professionnels, découvrir un secteur...) ?

● Précisez la durée de votre stage et la période.

● Proposez un rendez-vous pour exprimer votre motivation.

→ Dans ce troisième paragraphe, vous devez susciter la curiosité de votre interlocuteur, lui expliquer ce que vous pouvez vous apporter mutuellement.

ATELIER : COMMENT RÉDIGER UNE LETTRE DE MOTIVATION SUR PARCOURSUP

Comment rédiger une lettre de motivation sur Parcoursup ?

Comment construire sa lettre de motivation ?

Madame, Monsieur,

Paragraphe 1 : Je suis élève/étudiant en... au sein de
l'établissement... à Ville...
Je souhaiterais poursuivre mes études dans le domaine de...
en...

Paragraphe 2 : Votre école...
Dire ici pourquoi tu choisis cette école et pas une autre :
organisation, équipe, cursus...
Préciser si tu as visité leur site internet, consulté leur
plaquette, rencontré des professeurs de l'équipe
pédagogique, et/ou si tu t'es rendu à une journée portes
ouvertes

Paragraphe 3 : Dire pourquoi cette école aurait intérêt à te choisir :
- Ton projet professionnel
- Les principales qualités que tu as développées et qui
pourraient t'aider dans ton projet
- Justifier en quoi ton profil correspond à cette
formation, cette école (à relier avec les qualités
attendues du métier visé)

Paragraphe 4 : Conclusion sur ta candidature : tu espères qu'ils
retiendront ta candidature, tu peux proposer de les
rencontrer pour exprimer ta motivation de vive voix

Quelques conseils :

Une lettre de motivation est limitée à 1500 caractères en comptant les espaces
Attention à l'orthographe et à la syntaxe
N'hésite pas à faire relire ton projet motivé à un professionnel

Apprendre à orienter - Lycée



DÉCOUVREZ LE PASS'PRO

Un carnet de suivi et d'orientation pour les élèves de lycée.



DÉCOUVREZ LE PASS'ORIENTATION - LYCÉE

Un carnet de suivi et d'orientation pour les élèves de lycée.



CONTACT :



www.rencontres2e.com/



[contact @rencontres2e.com](mailto:contact@rencontres2e.com)

