ACADÉMIE
DE NANCY-METZ
*Liberté*
*Égalité*
*Fraternité*

**Année 2023/2024**

# DOSSIER DE PREPARATION A L'ORIENTATION

## Classe de 1ère

*Votre support pour l'entretien de Première*

**Ce dossier est un document de support pour l'orientation**. Il s'intègre dans la réflexion et les démarches que vous avez à poursuivre en terminale dans le cadre de **Parcoursup**.

**Un entretien d'orientation vous sera proposé au cours de cette année avec votre professeur principal** pour :

- Faire le point sur vos projets d'études et/ou professionnels,
- Vous donner des pistes pour élargir et/ou approfondir votre réflexion et vos recherches,
- Vous inciter à chercher des informations sur les poursuites d'études dans les secteurs professionnels que vous envisagez,
- Vous engager dans des activités de découverte des métiers ou des études (stages, rencontres, visites).

**Le (la) Psychologue de l'Education Nationale de votre lycée, M. ou Mme** ....., est là pour vous guider dans votre réflexion.
Jour(s) de permanence : ..... Prendre RV auprès de :.....

***En cas de réorientation pour un changement vers une autre série de Baccalauréat ou une autre voie de formation****, vous devez suivre une procédure comportant des stages d'immersion et/ou stages passerelle, et compléter un dossier spécifique. (se renseigner auprès de votre professeur principal)*

**NOM :**.....**Prénom :**.....

**Date de naissance :** / /

**Responsable légal :** ..... **Tél. resp. légal :** .....

| **Classe :** |
|---|
| Enseignements de spécialité choisis :<br>……...<br>……...<br>……...<br>……... |

Ce que je pense de mes enseignements de spécialité : ☹ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☺

Expliquer pourquoi : .....
.....
.....
.....
.....

Mon année se passe : ☹ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☺

Parce que :.....
.....
.....
.....
.....

A la fin de la classe de première je vais devoir choisir pour l'année de terminale, deux enseignements de spécialité parmi les trois que je suis actuellement. En fonction de mes compétences, résultats et projets, mon choix se porte à l'heure actuelle sur les enseignements de spécialité suivants :

Mon 1er enseignement de spécialité est :
……

Mon choix est motivé par : .....
.....
.....
.....
.....

Mon 2ème enseignement de spécialité est :

……

Mon choix est motivé par : .....
.....
.....
.....
.....

## 1 - EXPLORATION DE MES INTERETS ET DE MES PROJETS PROFESSIONNELS

Pour vous informer, vous pouvez consulter le site de l'Onisep, www.onisep.fr, onglet « *Métier* » dans la rubrique *« des métiers selon mes goûts » ainsi que le site https://www.orientest.fr/ :*

- **Quels sont les secteurs que j'ai explorés ? Je choisis parmi ces secteurs deux ou trois métiers qui m'intéressent puis je note pour chacun d'eux les formations et diplômes permettant d'y accéder.**

| Secteur d'activité (ex : aimer bouger) | Métiers | Formation/ diplôme |
|---|---|---|
| 1er secteur : | | |
| | | |
| | | |
| 2ème secteur : | | |
| | | |
| | | |
| 3ème secteur : | | |
| | | |
| | | |

- **Sur le site www.onisep.fr, d'autres activités sont proposées :**

*Visionner des vidéos* (https://oniseptv.onisep.fr/) *--Découvrir un « dossier du mois » -- Faire un « quizz » -- Participer à un « chat » -- Découvrir des MOOC.*

- **Des ressources sont également disponibles sur le site du conseil régional** *https://www.orientest.fr/*.

## 2 – MON PROJET ACTUEL

En dehors du temps scolaire je pratique : .....
.....
.....
.....
.....

Les études après-bac que j'envisage actuellement :.....
.....
.....
.....
.....

Mes compétences scolaires et extrascolaires (je suis capable de …) : .....
.....
.....
.....
.....
.....

Mes points faibles scolaires et extrascolaires, (je suis freiné(e) par …) :.....
.....
.....
.....

Avis des parents sur mon projet après-bac : (à compléter par les parents) .....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

**De quoi ai-je besoin ?**

J'ai besoin d'informations sur (en précisant vos besoins) :

- ☐ Les formations : .....
- ☐ Les professions : .....
- ☐ L'insertion professionnelle : .....

**J'ai besoin d'aide pour :**

- ☐ Faire le point sur : .....
- ☐ Choisir entre : .....
- ☐ Améliorer mes résultats en : .....

## 3 – L'ENTRETIEN D'ORIENTATION AVEC LE PROFESSEUR PRINCIPAL

*A compléter par l'élève au cours de l'entretien avec le professeur principal.*

**Pour aller plus loin dans mon projet, je peux :**

Expérimenter des activités (stages, jobs, bénévolat) : .....
.....
.....
.....

Rencontrer des interlocuteurs (étudiants, professionnels, organismes de formation) : .....
.....
.....

.....

Faire des recherches Internet et documentaires : .....
.....
.....
.....

Participer à des manifestations (Forums, salons, portes ouvertes, journées d'immersion…) : .....
.....
.....
.....

Explorer d'autres pistes (études, secteurs professionnels, métiers) : .....
.....
.....
.....

Pour faciliter votre réussite, votre professeur principal vous conseille :
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

***Pour aller plus loin :***

***Web →*** ***https://lycee-avenirs.onisep.fr/***
***https://www.terminales2023-2024.fr/***
***http://www.monorientationenligne.fr/qr/index.php****, les fiches métier disponibles sur onisep.fr*
***https://www.parcoursup.fr/***
***http://www.horizons21.fr/***
***https://www.orientest.fr/***

## *12 avril 2024*

***Participer à l'opération « Cap sur l'enseignement supérieur »***

« Cap' sup » est l'événement qui permet chaque année aux élèves de 1ère générale et de 1ère technologique de **découvrir les objectifs et les modalités de formation du supérieur** (licence, BUT, BTS, CPGE…), à travers des ateliers thématiques (le droit, la santé, le sport…).

Au cours de cette journée, toutes les formations du supérieur sont présentées aux élèves qui peuvent poser leurs questions afin de **préparer leurs choix d'orientation de Terminale**.