

Orientation 3ème

CONNAISSANCE DE SOI

Pour faire des choix d'orientation qui vous correspondent, vous devez apprendre à mieux vous connaître

Interroger-vous sur vos qualités, vos goûts, vos capacités, et sur ce que vous attendez d'un métier.

Dans les pages qui suivent :

- 1) Je me présente
- 2) Mes qualités
- 3) Mes goûts
- 4) Mes valeurs
- 5) Mes résultats scolaires : points forts et points faibles
- 6) Fiche bilan
- 7) Des métiers selon mes goûts (site ONISEP)

1 / Je me présente

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Classe :

2 / Mes qualités

Dans le tableau, choisis trois qualités qui te correspondent

Habile, adroit.e	Curieux.se	Esprit critique
Empathique	Proactif.ve (prendre des initiatives)	Patient
Prévenant.e	Sensible	Observateur.trice
Persévérant.e	Enthousiaste	Organisé.e
Indépendant.e	Créatif.ve	Sociable
Sérieux.se	Spontané.e	Volontaire
Confiant.e	Dynamique	Honnête
Rêveur.se	Résistant.e	Autonome
Calme	Responsable	Drôle
Eloquent.e (facilité à s'exprimer à l'oral)	Réaliste	Efficace
Convaincant.e	Inventif.ve	Tolérant.e
Discrèt.e	Réfléchi.e	Minutieux.se
Tolérant.e	Leader	Adaptable

Note sur la fiche bilan (page6) les 3 qualités que tu as retenues.

3 / Mes goûts

Dans le tableau, choisis les trois goûts qui te caractérisent le mieux

Aimer bouger	Avoir un bon coup de crayon	Aimer la mode
Aimer la nature	Aimer les langues	Travailler dans le commerce
Aimer le sport	Aimer les sensations fortes	Aimer communiquer
Avoir le sens du contact	Conduire, piloter	Etre accroc au numérique
Etre aux commandes	Se passionner pour les nouvelles technologies	Etre utile aux autres
Faire des expériences	Faire respecter la loi	Jongler avec les chiffres
Protéger la planète	Réparer, bricoler, J'adore ça	S'occuper d'animaux
S'occuper d'enfants	Soigner	Travailler dans le bâtiment
Travailler dans le spectacle	Travailler dans l'audiovisuel	Travailler avec ses mains

Note sur la fiche bilan (page 6) les 3 goûts que tu as retenus.

4 / Mes valeurs

*Chacun d'entre nous attend quelque chose d'un emploi : de l'argent, du prestige, la sécurité...
Ces attentes reflètent nos valeurs personnelles. Elles sont donc différentes selon les gens.*

Pour chaque valeur proposée ci-dessous, indique par une croix dans la colonne correspondante, le degré d'importance que tu lui accordes

Pour moi, travailler c'est :	Peu important	Moyennement important	Très important
Créer de belles choses			
Gagner avant tout un salaire			
Etre mon propre patron ou être indépendant.e			
Rendre service aux autres			
Développer mes capacités, progresser			
Avoir d'abord la sécurité de l'emploi			
Diriger les autres			
Avoir des responsabilités, prendre des initiatives			
Devenir quelqu'un d'admiré.e et d'envié.e			
Avoir des activités très variées			
Travailler avec d'autres personnes			
Avoir des horaires réguliers			

Parmi les valeurs que tu estimes très importantes note sur la fiche bilan les 2 que tu trouves les plus importantes.

5 / Mes résultats scolaires : points forts et points faibles

A partir de tes résultats scolaires des années antérieures, quelles sont les matières scolaires les plus fortes et le plus faibles ?

Les deux matières scolaires où je suis le/la plus fort.e	
Les deux matières scolaires où je suis le/la plus faible	

Note sur la fiche bilan les 2 matières scolaires où tu es le/la plus fort.e.

6 / Ce que je sais de moi : récapitulatif (fiche bilan)

Mes deux qualités principales	
Mes trois goûts principaux	
Mes deux valeurs dominantes	
Les deux matières scolaires où je suis le/la plus fort.e	

7 / Des métiers selon mes goûts

Je vais sur la page « des métiers selon mes goûts » du site ONISEP pour découvrir des métiers correspondant à mes goûts.



- En utilisant le padlet « l'orientation après la classe de 3^{ème} (colonne 6, vignette 3)
- Ou en allant directement sur le site ONISEP : <https://www.onisep.fr/metier/des-metiers-selon-mes-gouts>

Pour chacun de mes goûts je note dans le tableau plusieurs métiers qui pourraient m'intéresser plus tard.

Les 3 goûts qui me caractérisent (page 3)	Des métiers qui correspondent à mes goûts
<u>Goût no. 1</u>	
<u>Goût no. 2</u>	
<u>Goût no. 3</u>	

Dans cette liste quels sont les 3 métiers qui t'attirent le plus ?

.....

.....

.....