

➔ FICHE DES RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

PRÉPAREZ LE VOILET **ORIENTATION DU GRAND ORAL EN BAC TECHNOLOGIQUE**

RESSOURCES
EN AUTONOMIE

FÉVRIER 2021

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Lancée en 2013 par le ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation, la plateforme **FUN** accompagne, mutualise et facilite le développement des **MOOC** conçus par des universitaires et des formateurs des grandes écoles françaises.

Découvrez-la, avec les MOOC mis à votre disposition pour vous aider dans vos démarches et projets d'orientation.

Le grand oral approche peu à peu... Vous avez le trac ? Ou bien vous ne savez pas vraiment par quoi commencer ? Et si vous regardiez l'antisèche de Cyrus ? Relevez les trucs et astuces qu'il vous donne et vous verrez : bien préparé, tout se passera bien !

<http://quandjepasselebac.education.fr/comment-reussir-son-oral-decouvrez-la-video-de-cyrus/>



Donc, plus vous serez préparé, plus vous aurez confiance en vous et meilleure sera votre réussite.

Commençons maintenant avec ce livret, conçu pour vous accompagner dans vos choix d'orientation selon les compétences attendues, qui concernent **les 5 dernières minutes du Grand oral**, sur les 20 au total.

Commencez à compléter ce livret dès la fin de l'année de 1^{re} jusqu'à l'épreuve du Grand oral. Conservez-le bien, le jury pourrait vous poser les mêmes questions !

Ce livret s'organise en cinq grandes parties :

- A- Les points forts, qualités et compétences développés au cours de votre scolarité
- B- Les points forts, qualités et compétences développés en dehors du cadre scolaire
- C- Les temps forts dédiés à l'orientation au cours de votre scolarité
- D- Les divers projets auxquels vous avez participé
- E- Votre projet d'études

NOM :

Prénom :

Classe :

→ **A - VOS POINTS FORTS, QUALITÉS ET COMPÉTENCES DÉVELOPPÉS AU COURS DE VOTRE SCOLARITÉ**

1 - Comment vous sentez-vous dans la voie technologique ?

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

2- Quelles sont les matières que vous préférez et pourquoi ?

3- Dans quelles matières réussissez-vous le mieux ?

4- Dans quelles spécialités de votre filière avez-vous les meilleures notes ?

5- Quelles méthodes de travail avez-vous acquises au cours de votre scolarité ?

- la prise de notes
- l'exposé oral
- la synthèse
- le compte rendu
- la fiche de révision

6- En ce qui concerne les outils numériques, avez-vous appris, au cours de votre scolarité, à maîtriser :

- la création d'un support de présentation (diaporama)
- la saisie sur outil de traitement de texte
- la navigation sur le Web
- l'évaluation de la fiabilité de l'information sur le Web
- la programmation
- l'utilisation de logiciels en particulier (lesquels ?)

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

7- En ce qui concerne les langues vivantes, quelles langues avez-vous apprises et quel est votre niveau ?

Langues	Compréhension écrite	Expression écrite	Compréhension orale	Expression orale

8- Quelles sont, selon vous, les principales qualités que vous avez développées au cours de votre scolarité ?

9- Avez-vous été délégué de classe ? Oui Non

Si oui, en quelle classe ?

10- Avez-vous participé à une instance telle que le CVC (conseil de la vie collégienne) ou le CVL (conseil de la vie lycéenne) ? Oui Non

Lesquels ?

11 - Avez-vous suivi des options durant votre scolarité ? Oui Non

Si oui, lesquelles et en quelle année ?

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

12- Avez-vous été inscrit à l'association sportive ? Oui Non

Si oui, quels sports avez-vous pratiqués dans ce cadre ?

13- Avez-vous participé à des clubs ou ateliers proposés dans vos établissements en dehors des cours ?

- journal
- artistique (photo, peinture, danse...)
- théâtre
- scientifique
- autre :

→ **B - VOS POINTS FORTS, QUALITÉS ET COMPÉTENCES DÉVELOPPÉS EN DEHORS DU CADRE SCOLAIRE**

1- Quelles sont, selon vous, vos cinq principales qualités ? Vous pouvez vous aider de la liste d'adjectifs ci-dessous.

- 1 -
- 2 -
- 3 -
- 4 -
- 5 -

Propositions d'adjectifs : accueillant, adroit, aidant, aimable, ambitieux, amusant, appliqué, astucieux, autonome, calme, compatissant, courageux, créatif, discret, dynamique, efficace, énergique, fiable, fort, franc, généreux, gentil, habile, honnête, intrépide, inventif, logique, minutieux, optimiste, ordonné, organisé, ouvert, pacifique, patient, persévérant, poli, ponctuel, rapide, responsable, sensible, serviable, tolérant, travailleur.

2- Quels sont, selon vous, vos points faibles ?

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

3- À votre avis, comment les autres (camarades, famille, professeurs...) vous perçoivent-ils ?

4- Qu'aimez-vous faire en dehors du cadre scolaire ?

5- Êtes-vous inscrit à une ou plusieurs activités sportives ? Oui Non

Si oui, lesquelles ?

6- Avez-vous appris à jouer d'un instrument de musique ? Oui Non

Si oui, lequel ?

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Évaluez vos compétences suivantes :

	Très	Moyennement	Peu	Pas du tout
Capacité à être autonome				
Capacité à prendre des initiatives				
Capacité à s'adapter facilement à une nouvelle situation				
Capacité à se rendre mobile (changement de région ou de pays)				
Confiance en soi				
Créativité				
Capacités à communiquer, à s'exprimer clairement, à communiquer				
Réactivité face à une demande ou une urgence				
Travail en équipe : capacités à coopérer, sens de l'écoute				
Encadrement de personnes : compétences à gérer un groupe, capacités de décision, capacité à fédérer ou encore à s'exprimer et à faire face aux imprévus				
Sens des responsabilités (avoir les bons gestes et réflexes afin d'éviter un risque, par exemple)				
Capacité à maintenir une attention dans la durée				
Capacité à maîtriser ses émotions, à gérer le stress et à prendre du recul				
Capacités d'organisation (rigueur, planification, gestion, priorisation)				

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

→ C- LES TEMPS FORTS DÉDIÉS À L'ORIENTATION AU COURS DE VOTRE SCOLARITÉ

Au collège ou au lycée, vous avez assisté à certains événements liés à la construction de votre orientation ? Cochez ceux concernés et indiquez les précisions nécessaires : ces informations pourraient être très utiles pour votre grand oral !

	Au collège	Au lycée	Précisions (date, lieu...)
Une journée portes ouvertes			
Un forum des métiers			
Un salon de l'orientation			
Un forum des anciens élèves			
Une rencontre avec des élèves ambassadeurs des lycées			
Une semaine de l'orientation			
La visite d'une entreprise ou d'une administration			
La venue d'un professionnel en classe			
Une période de stage			
Une journée d'immersion dans un établissement du secondaire ou du supérieur			
Autre (précisez) :			

Vous avez effectué des stages en entreprise ou dans une administration ? Bravo !

Le grand oral est le moment idéal pour valoriser ces expériences. Listez-les dans ce tableau :

Nom et lieu de la structure d'accueil	Année	Durée	Tâches principales observées Compétences développées

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

→ **D- VOS PROJETS DIVERS ET VOS JOBS**

Toutes vos activités extrascolaires peuvent se traduire en compétences et enrichir votre grand oral et votre CV ! Aussi, répondez attentivement aux questions suivantes :

1- Avez-vous déjà fait du bénévolat ? Oui Non

Si oui, auprès de quel organisme ?

Si oui, était-ce organisé : dans le cadre scolaire dans le cadre privé

2- Avez-vous déjà participé à un projet humanitaire ? Oui Non

Si oui, auprès de quel organisme ?

Si oui, était-ce organisé : dans le cadre scolaire dans le cadre privé

3- Avez-vous déjà effectué un voyage à l'étranger ? Oui Non

Si oui,

Où ? (ville, pays)	Quand ? (année)	Durée	Dans un cadre scolaire ou privé ?

4- Avez-vous un brevet ou une certification en particulier ?

- PSC1 (formation aux premiers secours)
- BAFA (brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur)
- Autres :

5- Avez-vous déjà un ou plusieurs job(s) ? Oui Non

Si oui, lesquels ?

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

6- Êtes-vous scolarisé dans votre lycée de secteur ? Oui Non

Si non, pour quelles raisons ?

→ **E- VOTRE PROJETS D'ÉTUDES**

1- Vos résultats scolaires vous semblent-ils correspondre aux attendus de la voie technologique ?
Pourquoi ?

2- Que pensez-vous de la spécialité de votre bac technologique ? Quelles compétences y développez-vous ?

3- À l'issue de votre année de terminale, envisagez-vous plutôt...

- une licence à l'université
- un BTS (brevet de technicien supérieur) en lycée
- un BUT (bachelor universitaire de technologie, anciennement DUT) en IUT
- un DEUST (diplôme d'études universitaires scientifiques et techniques) à l'université
- une école spécialisée
- une école d'ingénieurs ou de commerce post-bac
- une classe préparatoire (CPGE, CPES)
- un DN MADE (diplôme national des métiers d'art et du design)
- un DCG (diplôme de comptabilité et gestion)
- de vous insérer sur le marché de l'emploi
- autre (une année de césure, une année à l'étranger, un service civique...) ?

Pour quelles raisons ?

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Si vous hésitez entre plusieurs cursus, précisez ce qui vous plaît dans chacun et exprimez vos points de doute :

4- Envisagez-vous de suivre le cursus [en apprentissage](#) ? Oui Non
Pourquoi ?

→ **CONCLUSION :**

Pendant les 5 dernières minutes du grand oral, présentez votre projet post-bac en cohérence avec les compétences développées en bac technologique.




Vous l'avez compris, les **trois maîtres mots** pour ce grand oral sont : votre **projet post-bac**, vos **compétences** (y compris celles que vous allez continuer d'acquérir) et les **attendus** de chaque parcours.

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Résumons le livret que vous venez de compléter :

Rappelez ici ce que vous envisagez de faire après le bac ; vous pouvez émettre plusieurs choix :

- poursuite d'études insertion professionnelle année de césure

<p>- Si votre projet porte sur la poursuite d'études, indiquez la ou les formation(s) souhaitée(s) et les attendus. Référez-vous au site Onisep.fr (rubrique « Après le bac »), ou encore à celui de Parcoursup (rubrique « Les formations »)</p>  <p>Parcoursup</p>	 <p>Onisep.fr</p>  <p>Onisep.fr et Parcoursup Préparer votre projet d'orientation Questions - Réponses</p>
---	---

Envisagez-vous de vous éloigner de votre famille pour suivre une formation post-bac ?

- Oui Non

Pour quelles raisons ?

Indiquez la ou les formation(s) souhaitée(s), les attendus et le ou les métier(s) visé(s) :

S'il y a lieu, précisez les options auxquelles vous aimeriez vous inscrire dans ce cursus de formation après le bac :

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Cochez les modalités d'enseignement qui semblent vous convenir dans ce cursus :

- cours magistraux en amphithéâtre, dans lesquels on écoute le professeur et on prend des notes
- cours en petits effectifs dans lesquels il est possible d'interagir avec l'enseignant
- cours théoriques
- cours pratiques (professionnels ou techniques)
- avec stages
- sans stage
- travail en mode projet
- travail sans mode projet
- contrôle continu (au fur et à mesure de l'année)
- partiels (examens ponctuels)
- concours
- études courtes (bac + 2 ou + 3)
- études longues (bac + 5 ou plus)
- spécialisation immédiate
- spécialisation en cours de formation

Précisez pourquoi.

À votre avis, **lesquelles de vos qualités** vous permettraient de vous engager et de réussir dans ce cursus au regard de votre parcours au lycée, des spécialités de votre filière et de vos points d'appui recensés en parties A, B, C et D ?

En quoi les spécialités de votre filière vous permettraient de réussir dans ce cursus ? Cette question est essentielle pour les 5 minutes du volet orientation du grand oral. Faites le lien avec les points forts recensés dans les parties A, B, C et D du livret.

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

- Si votre projet porte sur l'insertion professionnelle, indiquez le ou les métier(s) envisagé(s) et les compétences attendues. Référez-vous au site [Onisep.fr](https://www.onisep.fr), rubrique « Cap vers l'emploi ».



Envisagez-vous de vous éloigner de votre famille pour exercer votre profession ?

Oui Non

Pour quelles raisons ?

Indiquez le ou les métier(s) visé(s) ainsi que les compétences attendues :

Comment **vos qualités** vous permettraient d'exercer et de réussir dans ce ou ces métier(s), au regard de votre parcours au lycée, des spécialités de votre filière et de vos points d'appui recensés en parties A, B, C et D ?

En quoi les spécialités de votre filière vous permettraient de réussir dans ce ou ces métier(s) ? Cette question est essentielle pour les 5 minutes du volet orientation ou professionnel du grand oral.

Faites le lien avec les points forts recensés dans les parties A, B, C et D du livret.

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

- Si votre projet porte sur une année de césure, décrivez votre projet et réfléchissez aux compétences attendues et à celles que vous devrez mettre en œuvre.

Référez-vous au site [Onisep.fr](https://www.onisep.fr) et menez une recherche par mots-clés, du type « année de césure », ou « étudier à l'étranger ».

Pensez à saisir votre année de césure sur [Parcoursup](https://www.parcoursup.fr) !



Parcoursup



Onisep.fr



Onisep.fr et Parcoursup

Préparer votre projet d'orientation
Questions - Réponses

Décrivez votre projet de césure :

Comment **vos qualités** vous permettraient de mettre en œuvre et de réussir votre année de césure, au regard de votre parcours au lycée, des spécialités de votre filière et de vos points d'appui recensés en parties A, B, C et D ?

Pensez-vous que les spécialités de votre filière vont vous permettre de réussir votre année de césure et votre projet post-césure ? Cette question est essentielle pour les 5 minutes du volet orientation du grand oral.

Faites le lien avec les points forts recensés dans les parties A, B, C et D du livret.

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Enfin, quel que soit votre projet post-bac, pensez-vous que celui-ci soit genré (plutôt pour les filles ou plutôt pour les garçons) et cela vous pose-t-il un problème ? Oui Non
Pourquoi ?

POUR FINIR ET ÊTRE EN CONFIANCE:



5 conseils pour le grand oral

• **Je prépare l'épreuve:**

Déroulement, objectifs, jury... Je sais ce qui m'attend et ce que l'on attend de moi.

• **Je travaille mes sujets:**

Je choisis mes questions, ma présentation
Je mémorise l'essentiel de ma présentation
Je précise mon projet d'avenir.

• **Je prépare l'échange avec les jury:**

J'anticipe les questions possibles en préparant mes réponses
J'apprends à gérer le silence entre les phrases
J'anticipe les moments où je ne saurai pas répondre en prévoyant comment réagir.

• **Je me prépare physiquement et mentalement:**

J'apprends à gérer mon stress et ma concentration avec des exercices de respiration
Je trouve la bonne posture
Je prends conscience de ma gestuelle et je la maîtrise
Je rends mon propos vivant.

• **Je m'entraîne:**

Seul et/ou avec les autres, j'apprends à gérer mon temps
Je prends conscience de mes qualités et de mes limites
Je m'appuie sur mon expérience pour progresser et construite un projet
Je m'habitue à faire l'exercice devant le regard des autres
J'accepte la critique pour progresser.

Source : <http://quandjepasselebac.education.fr/fag-grand-oral/>

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Pour approfondir

Les conseils de Lumni pour préparer le Grand Oral :



Voir plus de vidéos



Source : <https://youtu.be/2M47ioZE6TY>

→ 1^{re} et terminale LGT - ressources en autonomie

Félicitations pour tout ce travail accompli ! Vous êtes maintenant prêt à présenter votre projet post-bac au grand oral, et, surtout, vous avez bien construit votre orientation. Vous avez aussi réfléchi aux compétences et aux attendus des parcours possibles : tout un cheminement que vous pouvez valoriser sur votre CV dès maintenant et tout au long de votre vie !

ENFIN, N'OUBLIEZ PAS, VOUS N'ÊTES PAS SEUL !

Vos professeurs et les psychologues de l'Éducation nationale sont à votre écoute en établissement et au CIO.



Par téléphone, tchat ou mail,
les conseillers de [MOEL \(Mon orientation en ligne\)](#)
sont également à votre disposition.

Soyez fier de votre travail et échangez avec vos proches !

Pensez à conserver une trace de vos séances en les déposant par exemple dans [FOLIOS](#) via votre ENT ou dans un fichier dédié sur votre ordinateur.

→ Vous avez aimé cette activité ? Partagez-la autour de vous !