**Se projeter du lycée vers l’enseignement supérieur**

*Fiche élève*

1. **Listez vos points forts, loisirs et expériences (professionnelles, de voyage…) et repérez les compétences\* qu’ils vous ont permis de développer. Voir des exemples de compétences en annexe 1.**

***Exemples de cas :***

* ***Entraineur dans mon club de basket-ball*** *: prendre des décisions, être autonome, avoir l'esprit d'équipe, être capable d'encadrer, transmettre un savoir, avoir le sens des responsabilités…*
* ***Club théâtre*** *: savoir s'exprimer oralement, traduire des émotions, gérer son stress, mémoriser, se déplacer avec aisance, développer des connaissances culturelles…*

|  |  |
| --- | --- |
| Points forts, loisirs, expériences | Compétences développées |
|  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |
|  |
|  |

\****Compétences****: ensemble des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être pour réaliser des actions ou des tâches dans un contexte donné. Les compétences s’acquièrent dans tous vos cadres de vie : durant vos études, vos activités sportives, culturelles ou familiales, lors de stages ou de voyage par exemple.*

* ***Un savoir*** *: connaissance acquise par l'apprentissage ou l'expérience. Par exemple : je connais (une langue étrangère, un logiciel ou un langage informatique, les règles du basket…)*
* ***Un savoir-faire*** *: expérience pratique qui témoigne de la maîtrise technique. Par exemple : je sais faire (m’exprimer en public, concevoir un programme informatique, faire une recherche documentaire, rédiger un argumentaire…)*
* ***Un savoir-être*** *: façon d'être, lié à l'attitude ou aux valeurs. Par exemple : je suis (curieux, autonome…)*
* **Parmi les attendus nationaux, repérez vos compétences les plus pertinentes**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Attendus nationaux | Vos compétences | Compétences à développer  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**ANNEXE 1 : QUELQUES EXEMPLES DE COMPÉTENCES**

* Aptitudes en expression écrite et orale en français ou dans une ou plusieurs langues étrangères
* Compétences en bureautique et en informatique (préciser)
* Créativité
* Capacités à communiquer, à s’exprimer clairement, à argumenter
* Réactivité face à une demande ou une urgence.
* Travail en équipe : capacités à coopérer, à travailler en équipe, 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
* Capacité à prendre des initiatives.
* Sens des responsabilités (avoir les bons gestes et réflexes afin d’éviter les risques par exemple).
* Capacité à maintenir une attention dans la durée.
* Capacité à maîtriser ses émotions, à gérer le stress et à prendre du recul.
* Capacité d’adaptation
* Capacités d’organisation (rigueur, planification, gestion, priorisation…)
* …