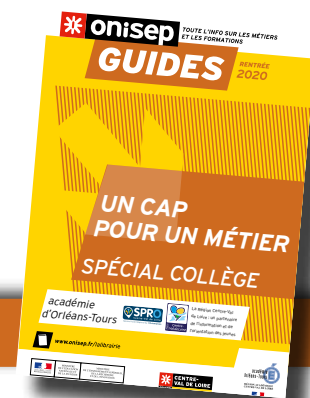


Nom.....
Prénom.....
Classe

Date.....

Découvrir le guide "UN CAP POUR UN MÉTIER"

Document interactif



Cette année, vous poursuivez votre recherche sur les métiers et les formations pour approfondir votre projet de formation.

Pour cette recherche, vous disposez du guide de l'Onisep "UN CAP POUR UN MÉTIER".

À la rentrée prochaine, vous allez suivre une formation pour préparer un **CAP** (Certificat d'Aptitude Professionnelle) ou un **CAPa** (Certificat d'Aptitude Professionnelle agricole) **en 2 ans**.

Ce diplôme conduit à un métier précis qui vous permettra d'entrer dans le monde professionnel.

Il existe de nombreux **CAP** dans différents secteurs (alimentation, commerce, bâtiment, restauration, industrie...) et des **CAPa** (agriculture).

Cette fiche d'activité élève **Découvrir le guide "UN CAP POUR UN MÉTIER"** a été conçue pour vous aider à approfondir votre projet. Elle est à compléter en suivant les indications et doit être utilisée avec le guide "UN CAP POUR UN MÉTIER" rentrée 2020.

Nous vous rappelons que votre professeur/e principal/e, le ou la psychologue de l'Education nationale sont à votre disposition et à celle de vos parents pour vous informer et vous donner tous les conseils nécessaires pour votre orientation scolaire.

Le guide "UN CAP POUR UN MÉTIER" est disponible :

→ en ligne sur www.onisep.fr/Pres-de-chez-vous/Centre-Val-de-Loire/Orleans/Publications-de-la-region/Guides-d-orientation/Un-CAP-pour-un-metier

1 Se repérer dans le guide ➡ aller au sommaire au début du guide

➡ **Après avoir feuilleté le guide "UN CAP POUR UN MÉTIER", consultez le sommaire qui se trouve au début du guide et répondez aux questions suivantes :**

1. À quelle page se trouve le titre : Pourquoi préparer un CAP ou un CAPa ?

page :

2. Précisez le titre de la page 6 :

.....

3. À partir de quelle page trouve-t-on les CAP et les CAPa en région Centre-Val de Loire ?

à partir de la page :

4. À partir de quelle page trouve-t-on les adresses ?

à partir de la page :

5. Précisez le titre de la page 40 :

Sommaire	
S'informer pour construire son avenir	p. 2
Pourquoi préparer un CAP ou un CAPa ?	p. 2
Le calendrier de l'orientation	p. 4
Quelles sont les aides financières ?	p. 5
Des lieux ressources pour vous aider	p. 7
Je construis mon projet personnel	p. 8
Les formations	p. 10
Mode d'emploi du guide	p. 10
Les CAP et les CAPa en région Centre-Val de Loire	p. 11
Arts, Culture, Communication, Lettres, Média	p. 13
BTP, Industries, Transport	p. 16
Économie, Commerce, Gestion, Tourisme, Restauration, Loisirs, Hôtellerie	p. 23
Nature, Agriculture, Environnement	p. 28
Santé, Social, Droit, Fonction publique	p. 30
Les adresses	p. 32
Les lycées professionnels publics	p. 32
Les établissements régionaux d'enseignement adapté	p. 34
Les lycées professionnels privés	p. 35
Les maisons familiales rurales (MFR)	p. 35
Les centres de formation d'apprentis (CFA)	p. 36
Les centres d'information et d'orientation (CIO)	p. 37
Les missions locales	p. 38
Les centres d'aide à la décision des chambres de métiers et de l'artisanat (CAD)	p. 39
Les points A des chambres de commerce et d'industrie	p. 39
Les chambres d'agriculture	p. 39
Bilan personnel : je fais mon bilan	p. 40
Avertissement	
La carte des formations et la capacité d'accueil des établissements connaissent des évolutions ou des adaptations pendant l'année scolaire. Pour en savoir plus sur ces dernières en temps réel, consultez www.onisep.fr/lor .	

2 Pourquoi préparer un CAP ou un CAPa ? ➡ aller à la page 2

➡ **Lisez l'introduction en haut de la page 2 et répondez aux questions suivantes :**

1. Le CAP est une formation : courte longue

2. Que veut dire le sigle* CAP ?

3. Comment appelle-t-on les CAP dans le secteur agricole ?

.....

4. Le CAP est un diplôme professionnel qui permet d'apprendre un en ans.

5. Dans quels types d'établissements peut-on préparer un CAP ou CAPa ? (4 réponses)

.....

.....

.....

6. Que peut-on faire après un CAP ou un CAPa ?

.....

* **Définition de sigle : initiales d'un groupe de mots (ex : CFA qui signifie Centre de Formation d'Apprentis)**

3 Construire votre projet personnel ➡ aller aux pages 8 et 9 du guide

1. Afin de connaître vos goûts, cochez ce qui vous intéresse dans le tableau pages 8 et 9 du guide "UN CAP POUR UN MÉTIER" :

ARTS CULTURE COMMUNICATION LETTRES MÉDIA	BTP INDUSTRIES TRANSPORT	ECONOMIE COMMERCE GESTION TOURISME RESTAURATION LOISIRS HÔTELLERIE	NATURE AGRICULTURE ENVIRONNEMENT	DROIT FONCTION PUBLIQUE SANTÉ SOCIAL	
<input type="checkbox"/> créer, imaginer <input type="checkbox"/> innover <input type="checkbox"/> fabriquer des objets <input type="checkbox"/> travailler différents matériaux (tissu, pierre...)	<input type="checkbox"/> créer, entretenir et réparer des bâtiments <input type="checkbox"/> trouver les panneaux et réparer des vélos, vélocycle, motos <input type="checkbox"/> peindre les toiles <input type="checkbox"/> régler les moteurs <input type="checkbox"/> faire fonctionner des machines <input type="checkbox"/> réceptionner, stocker, expédier <input type="checkbox"/> vendre, conseiller et gérer	<input type="checkbox"/> construire, bâtir <input type="checkbox"/> entretenir des bâtiments <input type="checkbox"/> fabriquer, restaurer <input type="checkbox"/> poser des portes, fenêtres <input type="checkbox"/> peindre des murs, des plafonds <input type="checkbox"/> installer la plomberie, l'électricité <input type="checkbox"/> réaliser les finitions	<input type="checkbox"/> accueillir et servir les clients <input type="checkbox"/> organiser la salle <input type="checkbox"/> cuisiner, préparer des aliments, des plats <input type="checkbox"/> vendre, conseiller et gérer <input type="checkbox"/> apporter des soins esthétiques	<input type="checkbox"/> pratiquer une activité proche de la nature <input type="checkbox"/> travailler la terre, faire des semis <input type="checkbox"/> planter et faire pousser des fleurs, des légumes <input type="checkbox"/> vous occuper des animaux <input type="checkbox"/> créer, entretenir et réparer	<input type="checkbox"/> vous occuper d'enfants <input type="checkbox"/> vous occuper de personnes <input type="checkbox"/> être utile aux autres <input type="checkbox"/> assurer la sécurité

Ensuite, en fonction des centres d'intérêt sélectionnés, cochez le métier ou les métiers que vous aimeriez exercer plus tard :

<input type="checkbox"/> Bijoutier, joaillier, bijoutière <input type="checkbox"/> joaillière p. 13 <input type="checkbox"/> Céramiste p. 13 <input type="checkbox"/> Couturier, couturière p. 13 <input type="checkbox"/> Ebéniste p. 13 <input type="checkbox"/> Horloger, horlogère p. 13 <input type="checkbox"/> Tapissier, tapissière d'ameublement en décor p. 14 <input type="checkbox"/> Tapissier, tapissière d'ameublement en siège p. 14 <input type="checkbox"/> Vitrailliste p. 13	<input type="checkbox"/> Agent, agente de maintenance des bâtiments p. 16 <input type="checkbox"/> Canalisateur, canalisatrice p. 19 <input type="checkbox"/> Carreleur, carreleuse mosaïste p. 21 <input type="checkbox"/> Carrossier, carrossière p. 17 <input type="checkbox"/> Charpentier, charpentière bois p. 17 <input type="checkbox"/> Chaudronnier, chaudronnière p. 17 <input type="checkbox"/> Chauffagiste p. 21 <input type="checkbox"/> Constructeur, constructrice de routes p. 17 <input type="checkbox"/> Couvreur, couveuse p. 19 <input type="checkbox"/> Electricien installateur, électricienne installatrice p. 20 <input type="checkbox"/> Maçon, maçonne p. 19 <input type="checkbox"/> Mécanicien, mécanicienne p. 16 <input type="checkbox"/> Constructeur, constructrice de routes p. 17 <input type="checkbox"/> Mécanicien, mécanicienne en engins de travaux publics p. 16	<input type="checkbox"/> Mécanicien, mécanicienne moto p. 16 <input type="checkbox"/> Mécanicien, mécanicienne poids lourds p. 16 <input type="checkbox"/> Mécanicien réparateur, mécanicienne réparatrice en matériel agricole p. 16 <input type="checkbox"/> Mécanicien réparateur, mécanicienne réparatrice en matériel d'espaces verts p. 16 <input type="checkbox"/> Menuisier, menuisière p. 19-20 <input type="checkbox"/> Opérateur, opératrice logistique p. 22 <input type="checkbox"/> Peintre en bâtiment p. 21 <input type="checkbox"/> Plâtrier, plâtrière p. 21 <input type="checkbox"/> Plombier plombière p. 21 <input type="checkbox"/> Serrurier métallier, serrurière p. 20 <input type="checkbox"/> Tailleur, tailleuse de pierre p. 17 <input type="checkbox"/> Vendeur magasinier, vendeuse magasinnière en fournitures automobiles p. 22	<input type="checkbox"/> Boucher, bouchère p. 24 <input type="checkbox"/> Boulanger, boulangère p. 24 <input type="checkbox"/> Charcutier traiteur, charcutière traiteuse p. 24 <input type="checkbox"/> Coiffeur, coiffeuse p. 27 <input type="checkbox"/> Cordonnier, cordonnière p. 25 <input type="checkbox"/> Cuisinier cuisinière p. 24 <input type="checkbox"/> Employé, employée de commerce p. 25 <input type="checkbox"/> Employé, employée de pressing p. 26 <input type="checkbox"/> Employé, employée de restaurant p. 23 <input type="checkbox"/> Esthéticien, esthéticienne p. 27 <input type="checkbox"/> Fleuriste p. 26 <input type="checkbox"/> Pâtissier, pâtissière p. 25 <input type="checkbox"/> Réceptionniste p. 23 <input type="checkbox"/> Serveur, serveuse p. 23 <input type="checkbox"/> Vendeur, vendeuse p. 25-26 <input type="checkbox"/> Vendeur, vendeuse de fruits et légumes p. 26	<input type="checkbox"/> Conducteur, conductrice d'installations de production p. 29 <input type="checkbox"/> Éleveur, éleveuse p. 29 <input type="checkbox"/> Horticulteur, horticultrice p. 28 <input type="checkbox"/> Jardinier, jardinière p. 28 <input type="checkbox"/> Ouvrier, ouvrière agricole p. 28 <input type="checkbox"/> Ouvrier forestier, ouvrière forestière p. 28 <input type="checkbox"/> Palefrenier, palefrenière p. 29 <input type="checkbox"/> Viticulteur, viticultrice p. 28	<input type="checkbox"/> Agent, agente d'entretien p. 30 <input type="checkbox"/> Agent, agente de propreté p. 31 <input type="checkbox"/> Agent, agente de sécurité p. 31 <input type="checkbox"/> Assistant maternel, assistante maternelle p. 30 <input type="checkbox"/> Employé, employée en milieu rural p. 30 <input type="checkbox"/> Podologue p. 30
--	---	---	--	--	--

2. Choisissez un métier parmi ceux cochés et répondez aux questions suivantes :

Exemple : Employé, employée de commerce p. 25 Si j'ai coché ce métier, je vais voir la fiche métier à la page 25 du guide

■ Quel est le métier que vous avez choisi ?

■ Que fait la personne qui exerce ce métier ?

■ Quel est le nom du diplôme pour exercer ce métier ?

■ Combien d'établissements préparent à ce métier ?

■ Existe-t-il un ou des établissements dans votre département ? oui* non**

*Si oui, précisez le nom et la ville de l'établissement se trouvant à côté de votre domicile :

**Si non, précisez le nom de l'établissement le plus proche de votre domicile :

4 Découvrir que tous les métiers peuvent être exercés

par les hommes et par les femmes



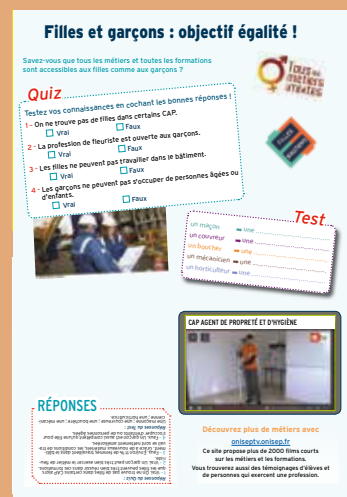
N'oubliez pas que tous les métiers sont accessibles aux filles comme aux garçons, et que tous les métiers peuvent être exercés aussi bien par les hommes que par les femmes. C'est la raison pour laquelle, dans ce guide, vous rencontrerez ces logos, et que tous les noms de métiers sont rédigés au féminin et au masculin. N'hésitez pas à vous informer et à envisager tous les métiers qui vous intéressent !

1. Complétez le tableau en utilisant les pages 8 et 9 du guide "UN CAP POUR UN MÉTIER" :

Nom du métier occupé par un homme	Nom du métier occupé par une femme	Précisez le secteur dans lequel ils ou elles travaillent (voir le tableau pages 8 et 9)
<i>Exemple : Un agent de sécurité</i>	<i>Une agente de sécurité</i>	<i>Santé - Social - Services</i>
Un jardinier	Une
Un	Une mécanicienne automobile
Un coiffeur	Une
Un tailleur de pierre	Une
Un	Une menuisière

Pour aller plus loin, réalisez le **quiz et le test** proposés à la fin du guide "UN CAP POUR UN MÉTIER".

Complétez les informations directement sur le guide.



5 Découvrir les familles de métiers et les secteurs d'activité

1. Dans chaque cadre, cochez le métier qui ne correspond pas à la famille de métiers :

Exemple :

- Plombier ou Plombière
- Maçon ou Maçonne
- Menuisier ou Menuisière
- Fleuriste

- Assistant maternel ou Assistante maternelle
- Tailleur ou Tailleuse de pierre
- Couturier ou Couturière
- Tapissier d'ameublement ou Tapissière d'ameublement

- Jardinier ou Jardinière
- Serveur ou Serveuse
- Éleveur ou Éleveuse
- Horticulteur ou Horticultrice

- Mécanicien ou Mécanicienne
- Carrossier ou Carrossière
- Agent d'entretien ou Agente d'entretien
- Opérateur ou opératrice en logistique cariste

2. À côté de chaque métier, précisez son secteur d'activité : voir pages 8 et 9 du guide

Secteurs d'activité : Social - Automobile - Agriculture - Bâtiment - Restauration - Art

Les métiers

Ex : Ouvrier agricole ou ouvrière agricole Agriculture

Cuisinier ou Cuisinière

Ébéniste

Carrossier ou Carrossière

Peintre en bâtiment

Assistant maternel ou Assistante maternelle

6 Quel CAP mène vers quel métier ? ➡ aller de la page 13 à la page 31 du guide

➡ Reliez chaque nom de métier au CAP ou CAPa qui permet de l'exercer.

- | | | | |
|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------|--|
| Jardinier ou Jardinière | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAP Art et techniques du verre |
| Employé ou Employée de restaurant | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAPa Palefrenier soigneur |
| Palefrenier ou Palefrenière | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAP Etancheur du bâtiment et des travaux publics |
| Vitrailiste | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAP Agent de sécurité |
| Podo-orthésiste | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAPa Jardinier paysagiste |
| Agent ou Agente de sécurité | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAP Podo-orthésiste |
| Etancheur ou Etancheuse | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | CAP Agent polyvalent de restauration |

7 VRAI ou FAUX ?

➔ Afin de vérifier vos connaissances sur des formations après la classe de 3^e et des métiers, pour chaque phrase cochez la bonne réponse.

	VRAI	FAUX
1. Pour devenir plombier ou plombière je dois préparer le CAP Monteur en installations sanitaires.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Je peux préparer un CAP uniquement en apprentissage.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Le CAP ou le CAPa dure deux ans.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Après le CAP ou le CAPa, je peux continuer mes études dans l'enseignement supérieur.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Le CAP permet de devenir ouvrier ou ouvrière, employé qualifié ou employée qualifiée.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Le ou la psychologue de l'Education nationale peut m'aider à élaborer mon projet d'orientation scolaire et professionnelle.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Tous les métiers ne sont pas mixtes, c'est-à-dire accessibles uniquement aux filles ou aux garçons.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Le CAPa Métiers de l'agriculture permet d'exercer le métier d'horticulteur ou d'horticultrice.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Certains CAP font l'objet de conditions de recrutement (âge, tests d'aptitude, entretien.....)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8 Réalisez votre bilan ➡ aller à la page 40 du guide

Après avoir répondu aux questions se trouvant dans le guide "UN CAP POUR UN MÉTIER" et aux questions de cette fiche d'activité, réalisez et complétez le bilan qui se trouve à la page 40.

Je fais mon bilan

Après avoir sélectionné vos centres d'intérêt et les métiers susceptibles de vous intéresser dans la partie "Le contenu mon projet" (pages 8 et 9), faites le bilan de votre projet.

➤ Quels sont les trois métiers qui vous plaisent le plus ? (voir pages 8 et 9)

Métier n°1	Métier n°2	Métier n°3

➤ Quels sont les CAP qui pourraient vous mener aux métiers qui vous intéressent ?

Pour le métier n°1	Pour le métier n°2	Pour le métier n°3

➤ Vous pensez préparer votre CAP :

- dans un lycée professionnel (LP) public ? oui non
- dans un établissement régional d'enseignement adapté (EREA) ? oui non
- dans un lycée professionnel (LP) privé ? oui non
- dans une maison familiale rurale (MFR) ? oui non
- dans un centre de formation d'apprentis (CFA) par apprentissage ? oui non

➤ Dans quels établissements se prépareront les CAP que vous avez choisis ?

Formation n°1	Formation n°2	Formation n°3
CAP	CAP	CAP
Etablissement :	Etablissement :	Etablissement :

N'hésitez pas à rencontrer le ou la psychologue de l'Éducation nationale dans votre établissement ou au centre d'information et d'orientation (CIO) qui vous aidera à préciser vos choix.

40 Le contenu de la page 40