



N° 11 – Février 2021

JE DÉFENDS MES CANDIDATURES



AU SOMMAIRE

1. Je rédige mes projets de formation motivés p. 2 – 7
2. Je rédige la rubrique « Activités et centres d'intérêt » p. 8 – 11

1. Je rédige mes projets de formation motivés

--> **OBLIGATOIRE** pour confirmer chacun de mes vœux.

Pour chaque vœu formulé, vous devez expliquer, en quelques lignes, **pourquoi** vous avez retenu **cette formation**, quels sont **vos atouts** pour y réussir : **qualités et compétences, intérêt, démarches effectuées** (entretiens, portes ouvertes, immersion, recherches sur Internet, etc.) pour connaître cette formation.

Le projet de formation motivé doit être rédigé dans un **encart spécialement prévu à cet effet** sur la plateforme. Il est limité à **1500 caractères** (hormis quelques rares formations qui peuvent demander une rédaction plus longue).

Ce projet de formation motivé équivaut à une lettre de motivation sans le format classique (ni nom, ni adresse, par exemple).

Il s'agit d'une **expression personnelle** qui sera d'autant plus utile qu'elle sera rédigée avec des **éléments concrets pouvant informer sur votre motivation et vos souhaits**.

Lorsque le vœu est confirmé, le projet de formation motivé est intégré au dossier transmis par Parcoursup aux établissements des formations demandées, qui peuvent, en particulier si elles ont notifié dans leurs critères généraux d'examen des vœux qu'elles prenaient en compte la motivation des candidats, faire le choix de l'étudier lors de l'examen des candidatures, au même titre que les autres pièces constitutives du dossier du lycéen.



Le projet de formation motivé doit être saisi sur Parcoursup **au plus tard le 8 avril**, mais il est souhaitable qu'il puisse, autant que possible, être terminé avant le 11 mars, date-limite pour la formulation des vœux. En effet, dans les lycées, le projet de formation motivé pourra éclairer, dans le cadre du 2^{ème} conseil de classe, les professeurs principaux et le chef d'établissement, qui porteront une appréciation sur la capacité à réussir du lycéen dans les formations demandées, consignée dans la fiche « Avenir ».



Respectez les consignes qui vous sont données par les établissements !

De nombreuses formations utilisent les consignes suivantes...

i Au regard des caractéristiques de la formation que vous demandez, décrivez en quelques lignes (1500 caractères maximum) pourquoi vous souhaitez vous inscrire dans cette formation et quels sont vos atouts pour y réussir. Nous vous conseillons de le rédiger dans un premier temps dans un document que vous pourrez ensuite copier/coller dans la zone ci-dessous.

... mais certaines formations ont des consignes qui leur sont propres.



<http://techdecobordeaux.fr/parcoursup-consignes-pour-le-projet-de-formation-motive/>

Des exemples ci-dessous...

► **BUT Techniques de commercialisation Bordeaux (en formation initiale sous statut étudiant)**

Le projet de formation motivé est un travail personnel que vous rédigerez clairement et de façon argumentée.

Consignes de rédaction :

Les mots clés suivants définissent le BUT Tech de Co : « **Marketer, Vendre, Communiquer, Entreprendre, Digitaliser, Acheter, Distribuer, Manager** ». Sélectionnez en **2** qui répondent le plus à votre projet professionnel. Justifiez. Enfin, lequel de ces mots « **Entreprise, Internationalisation, Associations, Initiatives** » correspond selon vous le mieux à Tech de Co Bordeaux. Justifiez. **Ne pas dépasser 500 mots**

► **BUT Techniques de commercialisation Bordeaux (en alternance)**

Le projet de formation motivé est un travail personnel que vous rédigerez clairement et de façon argumentée.

Consignes de rédaction :

Parmi les mots suivants : « **professionnalisation, compétences, licence, commerce, entreprise, projet, autonomie** ».

Sélectionnez en **2** qui caractérisent selon vous le mieux la formation BUT Tech de Co Bordeaux en alternance. Justifiez.

Expliquez vos démarches de recherche d'un contrat en alternance pour cette rentrée 2021. **Ne pas dépasser 500 mots.**

CONSEILS POUR LA RÉDACTION DES PROJETS DE FORMATION MOTIVÉS

↳ Les conseils du CIDJ

Mis à jour le 21.01.2020



<https://www.cidj.com/etudes-formations-alternance/avant-le-bac/parcoursup-soignez-votre-projet-de-formation-motive>

Parcoursup : soignez votre projet de formation motivé

- Soyez clair et concis
- Prenez le temps de réfléchir à votre motivation
- Parlez de vous et de votre projet professionnel
- Parlez de la formation
- Relisez-vous et faites le relire par au moins une personne

↳ Les conseils de l'Étudiant

Publié le 03.02.2021



<http://etudiant.aujourd'hui.fr/etudiant/info/parcoursup-projet-de-formation-motive.html>

Parcoursup : conseils pour rédiger son projet de formation motivé

Phase d'information

- Quel contenu ? Une rédaction en 3 parties : une introduction directe et accrocheuse, la partie personnelle : qui êtes-vous et la partie explication : pourquoi ce choix de formation ?
- Exemple de « projet de formation motivé »

↳ Les conseils de l'Onisep



<https://www.onisep.fr/Entrer-dans-le-superieur/Parcoursup-les-fiches-eleves>

Rédiger son projet de formation motivé

Sur Parcoursup, pour chaque vœu formulé, vous devez expliquer en quelques lignes ce qui vous motive pour cette formation. Cette démarche vous permettra avant tout de réfléchir à ce qui vous intéresse dans telle ou telle formation, au moment de la formulation d'un vœu. Voici quelques conseils pour vous aider dans la rédaction. N'hésitez pas à en parler avec vos professeurs principaux ou, si vous êtes étudiant.e, au service orientation de votre établissement.

>>> Les informations nécessaires pour rédiger son argumentaire

Le « projet de formation motivé » doit être décrit dans un encart spécialement prévu à cet effet sur la plateforme. Limité à 1500 caractères, il équivaut à une lettre de motivation qui ne pourra donc pas être exigée par ailleurs, au titre des « pièces demandées » par l'établissement. Faites le point sur les informations dont vous aurez besoin pour bien rédiger l'argumentaire de votre projet. **Il n'est ni nécessaire ni souhaitable de mentionner votre identité (nom, prénom...) dans votre projet de formation motivé.**

INFORMATIONS NÉCESSAIRES

Les caractéristiques de la formation visée (cf. fiche de présentation de la formation sur Parcoursup):

- contenu et organisation des enseignements;
- compétences et connaissances (cf. attendus nationaux et/ou complémentaires);
- possibilités de poursuite d'études et/ou de débouchés professionnels;
- conseils sur les parcours recommandés au lycée.

Vos compétences et vos résultats scolaires en relation avec les compétences et connaissances attendues par la formation.

Les démarches entreprises pour mieux connaître la formation souhaitée (journées portes ouvertes (JPO), salons, échanges avec des enseignants, professionnels et/ou étudiants ambassadeurs...).

Les expériences scolaires et/ou extra-scolaires en lien avec la formation demandée: portfolio de productions personnelles (dessins, photos...), stages, jobs, participation à des dispositifs de type cordées de la réussite.

A savoir: les formations pour lesquelles vous allez formuler des vœux peuvent tenir compte de votre participation à une cordée de la réussite dans l'examen et le classement des candidatures.

>>> Rédiger son projet de formation motivé

L'argumentation du projet de formation motivé doit donner envie à l'équipe enseignante de vous accepter dans la formation choisie.

Repères : 1500 caractères maximum, soit environ 200/250 mots en calibre 11, soit plus d'1/4 d'une page A4.

- Il s'agit d'un texte, sans date et sans entête.
- Structure du texte : une introduction courte d'une phrase, un développement et une phrase de conclusion.

> CONSIGNES DE RÉDACTION

- **Adaptez vos contenus** à chaque formation demandée. Pas de copier/coller ! Veillez à mettre en relation vos compétences, intérêts et projets **avec les attendus de la formation visée**. Donc, lisez bien les connaissances et compétences attendues indiquées dans la fiche de présentation de la formation sur Parcoursup.
- **Construisez un plan logique** en vous appuyant sur la liste des informations du tableau et l'exemple ci-après.
- **Utilisez les termes appropriés** à la situation (« étudiant ou étudiante » et non pas « élève » ; « BUT » si vous parlez du diplôme et non pas « IUT », qui désigne l'établissement...) ainsi que **le bon intitulé de la formation**.
- Avant de renseigner l'encart spécialement prévu dans Parcoursup, **rédigez un brouillon** en évitant les répétitions, en soignant la syntaxe et en vérifiant l'orthographe.
- **Faites relire** par votre entourage ou un membre de l'équipe éducative au lycée.

> Les projets de formation motivés doivent être saisis sur Parcoursup au plus tard le **8 avril 2021** mais il est souhaitable qu'ils soient finalisés avant le **11 mars 2021** à minuit (heure de Paris), date limite pour la formulation des vœux.

Le projet de formation motivé pourra ainsi être pris en compte par les professeurs principaux et par votre chef.fe d'établissement qui renseignent la fiche Avenir lors du 2^e conseil de classe (ou lors du 1^{er} s'il s'agit d'un conseil de classe semestriel).

Il est également transmis aux formations de l'enseignement supérieur que vous avez demandées. Il pourra être utilisé au moment de l'examen des candidatures.

> Le projet de formation motivé constitue un bon entraînement pour la 3^e partie de l'épreuve du Grand oral du bac. Vous pourrez en effet utiliser les informations nécessaires à la rédaction de votre projet de formation motivé pour parler de votre projet d'orientation au Grand oral.

>>> Aides à la formulation EXPRESSIONS/FORMULATIONS

> EXPRIMER SA DEMANDE

- Je sollicite (quelqu'un ou quelque chose)

> EXPRIMER SA MOTIVATION (PRÉCISER CE QUI VOUS MOTIVE DANS LA FORMATION)

- Je suis fortement/très intéressé.e par
- Désireux.se de participer à
- Passionné.e par
- Je souhaite avec beaucoup d'intérêt intégrer/suivre les enseignements
- Mon désir, mon attrait pour
- Ce qui m'enthousiasme dans votre formation

> LIEN COMPÉTENCES-EXPÉRIENCES AVEC LA FORMATION VISÉE

- Au cours de mon stage/emploi
- Compte tenu de ma formation/mes expériences/mes compétences
- Souhaitant continuer/poursuivre dans ce domaine
- Mon expérience acquise en/dans... m'a donné une pratique certaine dans ce domaine
- Dans le cadre de ma scolarité, je me suis engagé.e au service des autres en réalisant... ce qui m'a donné envie de...
- Parce que je dispose d'une expérience professionnelle/associative/sportive ou artistique
- Parce que mon expérience... m'a permis d'acquérir des compétences transposables
- J'ai développé de réelles compétences
- Je possède une expérience/des compétences
- Les activités que j'ai réalisées
- J'ai intégré pendant ma scolarité un dispositif d'ouverture sociale (cordées de la réussite, parcours d'excellence) qui m'a donné envie de...

> MONTRER SA CONNAISSANCE DE LA FORMATION VISÉE

- Lors des journées portes ouvertes/salons, j'ai pu m'informer
- Sur votre site, vous indiquez que
- L'école... est une référence dans le domaine
- Intégrer votre école/formation sera l'occasion
- Le programme de formation/les cours/les thèmes abordés au programme
- Étudier dans votre université me permettrait
- Cette spécialisation est en lien avec
- Les cours de... et de... à l'université de... m'intéressent particulièrement parce que

> MOBILITÉ

- Les partenariats que votre école a mis en place à l'étranger/en (mettre les pays qui vous intéressent)
- La dimension internationale de votre école m'intéresse
- Titulaire du TOEIC/TOEFL/niveau B1
- J'ai le projet de partir... car ...pour

➤ PARLER DE SOI

- Pour ma part
- Je pense
- Personnellement
- En ce qui me concerne
- À mes yeux
- À proscrire: « Moi, je... »

➤ FORMULE DE POLITESSE EN FIN DE LETTRE :

- Je vous remercie par avance de l'attention que vous porterez à ma candidature
- Dans l'attente de votre réponse
- Souhaitant que ma candidature retienne votre attention
- En espérant qu'à travers cette lettre ma candidature réponde à vos attentes

VOCABULAIRE ET SYNONYMES

➤ ADJECTIFS

- **Sérieux.se**: réfléchi.e, consciencieux.se, soigneux.se, sincère, appliqué.e, diligent.e
- **Dynamique**: actif.ve, entreprenant.e, énergique
- **Créatif.ve**: innovant.e, inventif.ve, ingénieux.se
- **Ouvert.e d'esprit**: curieux.se, sociable, ouvert.e
- **Concret.ète**: tangible, réel.le, pratique, réaliste, appliqué.e, expérimental.e
- **Théorique**: conceptuel.le
- **Organisé.e**: prévoyant.e, ordonné.e
- **Motivé.e**: stimulé.e, enthousiaste, passionné.e

➤ NOMS

- **Expérience**: pratique, usage, apprentissage, fréquentation
- **Formation**: apprentissage, éducation, connaissance, savoir, bagage, culture
- **Intérêt**: attention, curiosité, passion
- **Choix**: sélection, option, préférence
- **Réputation**: notoriété, renom, renommée
- **Exemple**: modèle, idéal, preuve
- **Projet**: idée, intention, programme
- **Adaptation**: appropriation, acclimatation, accoutumance
- **Opportunité**: possibilité, circonstance, pertinence, occasion

➤ VERBES

- **Aimer**: affectionner, adorer, apprécier
- **Créer**: concevoir, écrire, inventer, imaginer, constituer
- **Organiser**: mettre en œuvre, prévoir, ordonner, gérer, planifier, régler
- **Animer**: mener, conduire, agir, promouvoir, guider, encourager, éveiller, stimuler
- **Diriger**: mener, piloter, guider, orienter, conduire
- **Décider**: choisir, fixer, régler, résoudre, arbitrer, déterminer
- **Convaincre**: persuader, prouver
- **Pratiquer**: expérimenter, appliquer, manier, recourir à, user de, cultiver, s'adonner à
- **Participer**: prendre part, aider, collaborer, faire partie de, se joindre à, coopérer, concourir
- **S'engager**: s'impliquer, adhérer, s'associer

2. Je rédige la rubrique « Activités et centres d'intérêt »

--> FACULTATIF, **mais conseillé**

Cette rubrique à **renseigner avant le 8 avril (23h59)** est composée de **quatre sous-rubriques** que vous pouvez saisir librement pour compléter votre dossier avec des éléments qui ne sont pas liés à votre scolarité.

- ⊙ **Expériences d'encadrement ou d'animation**
- ⊙ **Engagement citoyen et bénévolat**
- ⊙ **Expérience professionnelle et stages**
- ⊙ **Ouverture au monde (pratiques sportives et culturelles, parcours spécifiques)**



Chaque sous-rubrique est limitée à **1 500 caractères** : le propos doit être illustré mais concis.

Cette rubrique est un véritable atout supplémentaire pour votre dossier : elle permet de **se démarquer**, de **parler davantage de soi** et mettre en avant des **qualités** qui ne transparaissent pas dans les bulletins scolaires.

Elle peut être utilisée par tous types de formation mais elle revêt une importance plus particulière pour les formations qui attachent une **importance particulière à votre motivation**.

Peuvent y être mentionnées des **activités péri- ou extra-scolaires**, des **stages** ou des **emplois** comme des **engagements associatifs** ou de **service civique**, des **participations à des concours**, toute **pratique culturelle ou sportive** ...

Les certifications éventuellement obtenues comme le **BAFA** (brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur), la **formation aux premiers secours** ou tout autre titre ou diplôme y ont toute leur place. Dans cette rubrique, vous pouvez également mentionner des cours suivis à distance (**MOOC**), l'apprentissage ou l'approfondissement d'une **langue hors de l'école**, des **séjours linguistiques**.

Attention, lors de votre inscription dans l'établissement, des justificatifs peuvent vous être demandés pour vérifier la validité des titres ou diplômes que vous avez indiqué posséder.

↳ **Les conseils de l'Onisep**

Extraits de la fiche Onisep téléchargeable sur :



<https://www.onisep.fr/Choisir-mes-etudes/Au-lycee-au-CFA/Entrer-dans-le-superieur/Parcoursup/Parcoursup-les-fiches-eleves>

FICHE ÉLÈVE/ÉTUDIANT.E


Entrez dans l'enseignement supérieur

Rédiger sa rubrique Activités et centres d'intérêt

Sur Parcoursup, dans cette rubrique, vous pouvez décrire et valoriser vos activités et vos centres d'intérêt afin qu'ils soient pris en compte par les formations lors de l'examen de votre dossier de candidature.

>>> Qu'est-ce que la rubrique Activités et centres d'intérêt ?

Cette rubrique vous permet de mettre en avant votre personnalité, vos valeurs et vos qualités. C'est aussi l'occasion pour vous de faire le point sur tout ce que vous savez faire, même si cela n'est pas en lien direct avec la formation que vous visez. Cette rubrique est un atout supplémentaire pour votre dossier : **elle n'est pas obligatoire mais nous vous invitons à la compléter.**

Voici quelques conseils pour vous aider dans la rédaction. N'hésitez pas à solliciter vos professeurs principaux ou les psychologues de l'Éducation nationale en charge de l'orientation (Psy-EN). Pensez à faire relire cette rubrique par un membre de votre entourage ou par votre professeur.e principal.e. À l'université, vous pouvez contacter le service d'information et d'orientation si besoin.

Vous pouvez compléter et modifier cette rubrique jusqu'au **8 avril 2021** (23h59, heure de Paris).

>>> Les informations nécessaires pour renseigner cette rubrique

4 rubriques sont proposées :

- mes expériences d'encadrement ou d'animation ;
- mon engagement citoyen ;
- mon expérience professionnelle ;
- ouverture au monde (pratiques sportives et culturelles, parcours spécifiques)

Dans chacune des catégories de la rubrique, vous pouvez écrire jusqu'à 1500 caractères, ce qui équivaut à une quinzaine de lignes.

Vous pouvez mentionner des expériences ou des projets d'engagement menés dans votre établissement (scolaire ou universitaire) ou en dehors, des activités péri- ou extra-scolaires, des stages ou des emplois, des pratiques culturelles ou sportives, des participations à des concours ou votre engagement au sein d'un dispositif d'ouverture sociale. Vous pouvez en particulier valoriser votre participation à des cordées de la réussite depuis votre entrée au lycée. **Toutes les expériences comptent et peuvent être valorisées.**

Vous pouvez également indiquer des diplômes, des attestations, des certifications. Dans ce cas, vous devrez pouvoir en justifier l'obtention, à la demande de la formation, au moment de l'inscription administrative dans l'établissement choisi.

> MES EXPÉRIENCES D'ENCADREMENT OU D'ANIMATION

Décrivez ici vos expériences d'encadrement ou d'animation (1500 caractères maximum). Vous pouvez par exemple les mentionner, en valorisant vos compétences et vos qualités :

- J'encadre des enfants dans un centre de loisirs de l'école de mon quartier car j'ai obtenu ou je prépare le BAFA (brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur).
- Je participe à l'animation d'un club sportif.
- J'aide des élèves à faire leurs devoirs dans le cadre d'une association ou dans mon lycée.
- Je participe à des activités de soutien aux élèves inscrits dans des cordées de la réussite.

...

> MON ENGAGEMENT CITOYEN

Décrivez ici votre engagement citoyen ou bénévole dans une association, dans votre établissement ou dans un autre cadre (1500 caractères maximum).

Vous pouvez mentionner en expliquant vos motivations :

- Je suis engagé.e dans une association (sportive, culturelle, de lutte contre les exclusions, dans le domaine environnemental...).
- Je participe à un projet citoyen en dehors ou dans mon établissement (y compris les projets menés dans le cadre d'un dispositif d'excellence ou de cordée de la réussite).
- Je m'implique au sein du conseil de la vie lycéenne de mon établissement ou de mon académie, en tant que délégué.e ou éco-délégué.e de votre classe.
- J'ai suivi une formation aux premiers secours (précisez le niveau, les dates d'obtention...).
- Si je suis étudiant.e, je suis impliqué.e dans des actions de soutien auprès des lycéens ou d'autres étudiants : ambassadeurs étudiants, mission de tutorat, etc.

...



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



➤ MON EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

Décrivez ici vos expériences professionnelles ou les stages que vous avez effectués (1500 caractères maximum).

Vous pouvez préciser les stages que vous avez déjà effectués depuis la classe de 3^e (ou encore des jobs d'été) et indiquer les démarches accomplies qui sont en lien avec votre projet professionnel.

Par exemple, vous pouvez mentionner :

- J'ai eu des jobs d'été ou des emplois étudiants, tels que...
- J'ai participé à des événements en lien avec mon orientation : forums sur les métiers, conférences, entretiens d'orientation avec le psychologue de l'Éducation nationale, journées portes ouvertes dans des établissements, rencontres avec des professionnels...
- Si vous reprenez vos études ou êtes en recherche d'une réorientation, vous pouvez détailler de manière concise votre parcours et vos expériences professionnelles.

...

➤ OUVERTURE AU MONDE (PRATIQUES SPORTIVES ET CULTURELLES, PARCOURS SPÉCIFIQUES)

Décrivez ici vos pratiques sportives et culturelles et/ou les parcours spécifiques que vous avez suivis (exemple : cordées de la réussite, parcours d'excellence). Il peut également s'agir de la pratique d'une pratique sportive avec l'UNSS, d'une langue étrangère non étudiée au lycée, de séjours à l'étranger ou d'un intérêt particulier pour une culture étrangère (1500 caractères maximum).

Toute activité ou pratique liée à vos centres d'intérêt peut être valorisée. N'hésitez pas à préciser le nombre d'années de pratique, la fréquence et éventuellement si vous avez participé à un concours.

Par exemple, vous pouvez mentionner :

- Je pratique/j'ai pratiqué la musique dans le lycée, dans un conservatoire, une école.
- Je pratique le sport... avec l'association sportive du lycée (UNSS) ou dans le club... (je peux préciser si je participe aussi à des compétitions).
- Je participe à des projets culturels, linguistiques, à des colloques, à des séjours thématiques (ou toute autre activité ayant contribué à votre ouverture sur le monde).
- J'ai intégré un dispositif d'ouverture sociale (cordées de la réussite, parcours d'excellence).

...



MINISTRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA RECHERCHE

MINISTRE
DE L'EMPLOI
DE LA SOLIDARITÉ
ET DE LA COHÉSION
SOCIÉTALE



onisep

TOUTE L'INFO SUR LES MÉTIERS
ET LES FORMATIONS

- 0 - 0 - 0 - 0 - 0 -