

Kit d'accompagnement

Immersion dans l'enseignement supérieur

Transforme ta journée d'immersion en informations utiles pour ton orientation. Remplis ce document avant, pendant et après ton immersion.

CE KIT APPARTIENT À

Nom : _____ Prénom : _____

Lycée : _____ Date : _____

Filière découverte : _____

INTRODUCTION

Une immersion est une **expérience de découverte**. Ce n'est ni un test, ni une évaluation, ni une décision définitive. **Elle te permet de :**

- 1 comprendre concrètement comment fonctionnent les études supérieures.
- 2 découvrir un nouvel environnement de travail.
- 3 commencer à imaginer ton parcours après le bac.

Ce kit t'accompagne :

AVANT

pour préparer ta visite

PENDANT

pour observer et comprendre ce qui se passe sur place.

APRÈS

pour réfléchir à ce que tu as appris.

Je t'accompagne tout au long de ce kit.
Je suis là pour t'aider à comprendre, te donner des astuces et t'encourager. Pas de stress : ce n'est pas un test, il suffit juste d'observer et de te poser les bonnes questions.

Salut,
moi c'est Orio!



Kit d'accompagnement Immersion



À retenir — L'objectif n'est pas de tout comprendre immédiatement. L'orientation se construit progressivement : chaque immersion est une étape pour avancer dans ta réflexion.

MES PREMIÈRES NOTES

Ce que j'aimerais découvrir ou les questions que je me pose avant d'y aller :

RESSOURCES & ACCOMPAGNEMENT



Informations nationales sur les formations, diplômes et métiers.

[onisep.fr](https://www.onisep.fr)



Ressources régionales pour découvrir les métiers et les formations.

[orientation.bretagne.bzh](https://www.orientation.bretagne.bzh)



Plateforme nationale de préinscription dans l'enseignement supérieur.

[parcoursup.fr](https://www.parcoursup.fr)

UN ÉCHANGE AVEC UN PSY-EN

Les Centres d'Information et d'Orientation (CIO) et les Services Communs Universitaires d'Information et d'Orientation (SCUIO) peuvent t'accompagner. Un échange avec un ou une psychologue de l'Éducation nationale peut t'aider à faire le point sur ton projet.



Liste des CIO de France

Scanne pour trouver le CIO près de chez toi.

lannuaire.service-public.gouv.fr/navigation/cio



Liste des SCUIO de France

Scanne pour trouver le SCUIO d'une université.

lannuaire.service-public.gouv.fr/navigation/suio

MES RESSOURCES & QUESTIONS À CREUSER

Les sites, contacts ou questions que je veux garder en tête après l'immersion :



PARTIE 1

Tu n'as pas besoin de tout comprendre ! L'objectif est surtout de découvrir **comment on apprend dans l'enseignement supérieur**. Une immersion ne sert pas à tester ton niveau scolaire, ni à tirer des conclusions définitives.

L'immersion peut t'aider à :

- › comprendre l'organisation des études
- › découvrir un nouvel environnement
- › vérifier si tu peux te projeter dans cette formation

Selon les filières, tu peux assister à différents types de séances :

CM

Cours Magistral

Cours avec beaucoup d'étudiants. L'enseignant explique, les étudiants prennent des notes.

TD

Travaux Dirigés

Groupes plus petits avec exercices, échanges et questions. C'est ce qui ressemble le plus au lycée.

TP

Travaux Pratiques

Séances plus concrètes : manipulations, expérimentations ou mise en pratique.

LEXIQUE EXPRESS — LE VOCABULAIRE DES ÉTUDES SUPÉRIEURES

Licence — diplôme en 3 ans après le bac (L1, L2, L3).

UE — Unité d'Enseignement : un bloc de matières regroupées.

ECTS — crédits validés à chaque UE (180 pour une licence).

Partiels — les examens de fin de semestre.

Semestre — l'année est découpée en deux semestres.

Amphi — amphithéâtre : grande salle pour les cours.

BU — Bibliothèque Universitaire : emprunts d'ouvrages, travail et révisions.

Campus — le site qui regroupe la vie universitaire.

1 Pourquoi fais-tu cette immersion, maintenant ?

- ☐ confirmer un choix déjà bien avancé
- ☐ lever un doute précis
- ☐ comparer avec un autre choix / parcours
- ☐ mieux comprendre l'université en général



PARTIE 1

À la fin de la journée, j'aimerais surtout avoir compris :

2 À quoi t'attendre pendant l'immersion ?

Essaie surtout de te situer par rapport :

- au rythme des études
- au niveau d'autonomie attendu
- à l'organisation générale des études
- à ton ressenti personnel (ce qui t'attire, te freine ou te questionne)



Il ne s'agit pas de juger, mais de **te positionner**.

3 Pendant la journée, prête attention à...

...comment fonctionnent concrètement les études supérieures : le rythme, l'autonomie, la manière d'apprendre et ton ressenti au fil de la journée.

4 Échanger avec des étudiants

Si tu en as l'occasion, échanger avec des étudiants peut t'aider à mieux comprendre la réalité des études. Leur expérience est personnelle, mais elle peut te donner des repères utiles.

5 Et après l'immersion ?

À l'issue de la journée, tu pourras :

- › confirmer ton intérêt pour la formation
- › ajuster ton projet
- › identifier ce qu'il te manque encore pour décider
- › réorienter ton projet vers d'autres formations



Une immersion est une **étape** du parcours d'orientation.
Pas une conclusion !



PARTIE 2

Cette partie t'aide à observer comment fonctionnent les études dans l'enseignement supérieur et à réfléchir à ce que cela signifie pour toi.

1 Les études : comment ça fonctionne concrètement ?

Types de cours proposés (CM, TD, TP, autres) :

Par rapport au lycée, ce qui change le plus :

- ☐ le rythme
 ☐ la quantité de travail personnel
 ☐ la manière d'apprendre
☐ le changement d'espace d'apprentissage (classe vs. amphi)
 ☐ la place de l'enseignant
☐ autre : _____

2 Organisation du travail et du temps

Ce que j'ai compris de l'organisation des études (emploi du temps, travail personnel, évaluations...) :

Le rythme des études te semble plutôt :

- ☐ plus soutenu
 ☐ comparable
 ☐ différent mais motivant
 ☐ difficile à suivre pour l'instant

Par rapport au lycée, l'autonomie demandée est :

- ☐ plus importante
 ☐ comparable
 ☐ difficile à estimer sur une journée

Ce qui me semble le plus facile / le plus difficile à gérer :



La question d'Orio — Est-ce que tu te vois t'organiser de cette manière pour travailler ?

Il ne s'agit pas de juger ni d'évaluer, mais de repérer ce que tu observes et ce que tu ressens.



PARTIE 2

3 L'ambiance et l'environnement de travail

Les lieux où j'ai passé du temps :

- ☐ un amphithéâtre ☐ une salle de TD ou de TP ☐ la bibliothèque / un espace de travail
☐ des espaces communs (cafétéria, couloirs)

L'ambiance générale m'a semblé plutôt :

- ☐ calme et studieuse ☐ dynamique ☐ impersonnelle
☐ accueillante ☐ difficile à cerner

Ce que j'ai ressenti dans cet environnement : _____

4 Les personnes et les interactions

Pendant la journée, j'ai pu échanger avec :

- ☐ des étudiants ☐ un enseignant ☐ un personnel d'accueil ou d'orientation
☐ personne pour l'instant

Ce que ces échanges m'ont appris : _____

Une question que j'aimerais encore poser : _____

5 Moi, dans ce contexte

Dans ce contexte, je me suis senti plutôt :

- ☐ à l'aise ☐ curieux ☐ un peu perdu ☐ motivé ☐ en décalage

Ce qui m'a donné envie de continuer : _____

Ce qui m'a freiné ou questionné : _____

6 Ce que je retiens de cette immersion

En une phrase, ce que je retiens aujourd'hui : _____

Mon niveau d'intérêt après cette séance :

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5



Tu n'as pas à tout retenir : note simplement ce qui te marque.
 Quelques observations honnêtes suffisent pour avancer dans ta réflexion.

Décodeur d'enseignement

Je décode ma séance (CM/TD/TP)

BONUS

À QUOI ÇA SERT ?

T'aider à comprendre ce que tu vis (même si tu es perdu), à repérer ce que ça dit du fonctionnement des études, et à éviter les conclusions rapides du type « ce n'est pas pour moi ».

RÈGLES DU JEU

Fais les mini-missions pendant ou juste après la séance. **Chaque mission accomplie = 1 point.** Additionne-les à la fin : plus tu remplis, plus tu décodes. Tu t'arrêtes quand tu veux — même 2 missions, c'est déjà gagné.

1 Check-in express « Je prends la météo de mon cerveau » · 1 min

+1 pt

Niveau d'énergie : ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Je coche ce qui est vrai pour moi aujourd'hui :

☐ curieux ☐ motivé ☐ un peu stressé ☐ fatigué ☐ perdu ☐ indifférent ☐ à l'aise

Aujourd'hui, j'ai assisté à :

☐ un CM (groupe nombreux) ☐ un TD (groupe moyen) ☐ un TP (mise en pratique)



Astuce — Si tu coches « stressé / fatigué », ça ne dit rien de ton niveau. Ça dit juste « conditions du jour »

2 Je nomme l'obstacle · 2 min

+1 pt

La difficulté venait surtout du :

☐ vocabulaire / notions nouvelles ☐ rythme / vitesse ☐ prérequis supposés ☐ stress / enjeu
☐ format (écoute longue / consignes / manipulation) ☐ moment de la journée / fatigue

3 Je capture 3 indices sur le cours · 3 min

+1 pt

Le sujet général en 5 mots : _____

Un mot-clé / une idée que je retiens : _____

Un exemple / une manipulation vue : _____

Décodeur d'enseignement

Je décode ma séance (CM/TD/TP)

BONUS

4 Je repère la règle du jeu de la séance · 3 min

+1pt

si CM

Je repère ce qui structure le cours :

- ☐ un plan / des parties
- ☐ des exemples
- ☐ des définitions
- ☐ un raisonnement pas à pas

si TD

Ce qui est attendu de l'étudiant :

- ☐ participer
- ☐ appliquer
- ☐ résoudre
- ☐ poser des questions
- ☐ travailler en groupe

si TP

Ce qu'on apprend en faisant :

- ☐ manipuler
- ☐ tester / mesurer
- ☐ programmer
- ☐ expérimenter / produire

5 Joker anti-décrochage

+1pt

Si je me perds, je choisis un joker :

- ☐ « Plan » — je cherche le titre / la question du moment
- ☐ « Mot-clé » — j'écris 3 mots que j'entends souvent
- ☐ « Exemple » — je note un exemple, même sans la théorie
- ☐ « Question » — je formule UNE question à poser plus tard

Ma question : _____

6 Réalité vs interprétation

+1pt

Faits observables : _____

Mon interprétation : _____

Je coche : ☐ plutôt vraie ☐ je ne sais pas encore
☐ peut-être juste trop rapide

7 Mon bilan : ce que cette séance m'apprend



Attention — Cette séance **ne permet PAS** de conclure « je n'ai pas le niveau » ou « je ne réussirai jamais là-dedans ». Elle aide plutôt à se demander si j'ai envie d'apprendre progressivement ce type de contenu.

Mon décodeur — ma reco selon le score

MON TOTAL

____ / 6

1 point par mission
cochée

0-2

J'ai surtout **observé**. → Reprends une info qui t'a marqué-e et creuse-la (Onisep, Parcoursup).

3-4

J'ai commencé à **décoder** la séance. → Note tes questions et va chercher les réponses auprès d'un prof ou d'un étudiant.

5-6

J'ai **décodé la séance en entier**. → Passe à l'action : teste un cours en ligne, un MOOC ou des portes ouvertes.

Peu importe le score : il mesure ton observation, pas ton niveau.

La prochaine fois, je veux tester : _____



PARTIE 3

Cette fiche t'aide à transformer ton immersion en éléments utiles pour ton orientation. Elle sert à clarifier ce que tu as vécu et à préparer la suite — sans décider définitivement.

1 Ce que j'ai appris (sur la formation et sur moi)

Ce qui m'a le plus surpris : _____

Ce qui m'a plu ou donné envie : _____

Ce qui m'a mis en difficulté ou en doute (et pourquoi) : _____

2 Ce que l'immersion confirme... et ce qu'elle ne permet pas de conclure

Ce que l'immersion confirme pour moi : _____

Ce qui reste à vérifier avant de décider : _____

3 Mon niveau de projection

Aujourd'hui, je me situe plutôt ici :

- ☐ je me projette clairement dans cette voie
- ☐ je m'y projette partiellement (besoin d'informations complémentaires)
- ☐ je ne me projette pas pour l'instant, mais je veux comprendre pourquoi
- ☐ je pense que ce n'est pas la bonne voie pour moi

Une phrase pour expliquer : _____

4 Comparer pour mieux choisir

Je prévois de :

- ☐ faire une 2^e immersion dans une autre filière
- ☐ échanger avec un étudiant d'une autre formation
- ☐ rechercher une alternative proche

Ce que je veux comparer entre les deux voies : _____



PARTIE 3

5 Mes prochaines actions (2 à 4 semaines)

Je prévois de :

- | | |
|---|---|
| ☐ participer à une Journée Portes Ouvertes | ☐ aller sur un salon d'orientation |
| ☐ consulter les programmes et attendus de la formation choisie | ☐ échanger avec un enseignant ou un psy-EN |
| ☐ faire une nouvelle immersion / visite | ☐ autre : _____ |

Action prioritaire : _____ Date : _____

6 Lien avec Parcoursup

Ce que je peux déjà préparer :

- | | |
|--|--|
| ☐ identifier 2 à 3 formations qui m'intéressent | ☐ identifier ce que je dois renforcer au lycée |
| ☐ repérer les attendus et compétences demandés | ☐ comprendre les différences entre les formations |

7 Ma conclusion provisoire

Un point qui me rassure : _____

Un point à explorer encore : _____

Ma prochaine étape concrète : _____



Astuce — Une immersion ne donne pas toutes les réponses. Mais elle peut t'aider à mieux comprendre ce qui **TE** correspond !
Pense à consulter les ressources de la 2ème page pour continuer à construire ton projet d'orientation.