

3ème

Découverte des métiers et Orientation

Rentrée scolaire 2026/2027

86% de satisfaction en 2025



MFR
CULTIVONS LES RÉUSSITES
Formation par alternance

SCOLAIRE EN ALTERNANCE

PRÉSENTATION & OBJECTIFS

Le cycle 3ème "Découverte des métiers et Orientation" a pour but de :

- Contribuer à l'acquisition des compétences du socle commun des connaissances, des compétences et de culture ;
- Contribuer à l'élaboration du projet personnel et/ou professionnel et/ou d'orientation ;
- Obtenir le niveau d'entrée pour une seconde professionnelle, technologique ou générale ou un CAP en apprentissage ;
- Choisir un métier et une formation dans un secteur d'activité connu grâce aux stages ;
- Développer son autonomie et la prise de responsabilité, acquérir davantage de maturité en étant confronté au monde professionnel.

PROGRAMME DE LA FORMATION

Les enseignements généraux :

- Français - Histoire/Géographie - EMC
- Mathématiques - Sciences Physiques
- Éducation Physique et Sportive
- Anglais
- Bio-écologie
- Éducation Socio-Culturelle
- Technologie de l'Informatique et du Multimédia

Les enseignements complémentaires :

- Enseignements Pratiques Interdisciplinaires (EPI) :
 - L'éducation à l'autonomie et à la responsabilité
 - Les activités de loisirs
 - Le cadre de vie et les activités de restauration

PRÉREQUIS

Avoir 14 ans avant le 31 décembre et sortir de 4ème.

MODALITÉS D'ACCÈS

Satisfaire à l'entretien préalable à l'inscription.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscription à partir de janvier 2026.
Pour une rentrée différée, nous consulter.

DURÉE & DATES

Formation en 1 an
De septembre 2026 à juin 2027

18 semaines de cours de 32h - Soit 576h

18 semaines de stage de 32 à 35h (en fonction de l'âge) - Soit de 576 à 630h

ÉVALUATION DE LA FORMATION

Examens en classe de 3ème :

- Passage du Certificat de Formation Générale (CFG)
 - Validation du Livret Scolaire Unique (LSU)
 - Passage du Diplôme National du Brevet (DNB)
 - Validation du projet d'orientation

Évaluation de l'action :

- Évaluation de la prestation de formation "à chaud"
 - Enquête du devenir (poursuite d'étude)

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Les moyens pédagogiques :

- Enseignements en présentiel
 - Plateaux techniques variés
 - Visites et interventions en milieu professionnel
 - Mise en place de projets professionnels répondant aux besoins du territoire
 - Périodes en milieu socioprofessionnel pour découvrir les métiers et valider le projet d'orientation professionnel

COÛT DE LA FORMATION

Consulter la grille tarifaire : le coût de la formation est pris en charge en partie par l'État. Une participation aux frais de formation est demandée aux familles.

Les frais de restauration et éventuellement d'hébergement restent à la charge des familles.

PASSERELLES ET DÉBOUCHÉS POSSIBLES

Poursuite d'études :

En apprentissage ou en lycée professionnel :

- CAP
 - CAP Agricole
 - 2nde Bac Professionnel ou technologique (en fonction du niveau scolaire)



MODALITÉS D'ACCÈS AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

L'ensemble de l'établissement est accessible aux personnes en situation de handicap et aux personnes présentant des difficultés d'apprentissage. Elles peuvent entrer en formation sous réserve d'être déclarées aptes par le médecin traitant.

(Référent handicap - Hadidja ABBOU -
hadidja.abbou@mfr.asso.fr)

LIEU - CONTACTS

Responsable de la formation: Marine IWACH

MFR-CFA La Grange Colombe
5, rue de la Grange Colombe
78120 RAMBOUILLET

01 34 57 15 60

01.54.57.15.80
e : mfr rambouillet@mfrasso.fr

site : www.mfr-rambouillet.fr