



Orientation **Scolaire**.net

— Vous informer, Vous conseiller, Vous orienter ! —

Depuis 1982

LYCÉENS
SECONDE · PREMIÈRE ·
TERMINALE



100 % en visioconférence

Partout en France,
métropole et outre-mer

LE GUIDE DES LYCÉENS ET DE LEURS PARENTS

Au lycée : bien choisir sa **voie**

Seconde, voies générale, technologique ou professionnelle, spécialités, projet post-bac : **tous les repères** pour faire les bons choix, de la seconde à la terminale.

Votre parcours en 4 temps

SECONDE

PREMIÈRE

TERMINALE

APRÈS LE BAC

**2^{de} générale et
technologique**

Se découvrir, choisir sa
voie

1^{re} générale
3 spécialités

1^{re} technologique
Une série

Terminale générale
Bac général

Terminale techno.
Bac technologique

**Études
supérieures**
via Parcoursup

2^{de} pro · CAP
Vers un métier

1^{re} professionnelle
Stages en entreprise

Terminale pro
Bac professionnel

Emploi ou BTS
Insertion ou poursuite

● Voie générale ● Voie technologique ● Voie professionnelle

1 Je fais le point

2 J'explore

3 Je compare

4 Je décide

PAR

Daniel HAMIMI

Professeur Agrégé

Directeur d'établissement d'enseignement supérieur

Conseiller Expert en orientation scolaire

45 ans

d'enseignement
et de conseil en
orientation



**Palmes
académiques**

*Chevalier dans l'Ordre
des Palmes académiques*

Au lycée, chaque choix prépare le suivant. Autant les faire en connaissance de cause.

Voie générale, technologique ou professionnelle, choix des spécialités, épreuves anticipées, Parcoursup : en trois ans, le lycéen prend des décisions qui orientent ses études supérieures. Pour les familles, il n'est pas toujours facile de s'y retrouver.

Professeur Agrégé et directeur d'établissement d'enseignement supérieur, j'ai consacré **45 ans** à l'enseignement et à l'orientation. Je connais de l'intérieur le lycée, ses voies et ce que le supérieur attend des élèves.

Ce guide donne tous les repères, de la seconde à la terminale. Pour que chaque choix corresponde vraiment au profil de votre enfant, je vous propose un accompagnement personnalisé.



Daniel HAMIMI

Professeur Agrégé
Conseiller en orientation scolaire

Titres, distinctions et expertise



Chevalier dans l'Ordre des Palmes académiques

Distinction qui honore les services rendus à l'Éducation nationale.



Professeur Agrégé



Directeur d'établissement d'enseignement supérieur



Certifié Formateur Expert



Certifié Conseiller en formation Expert



Certifié Responsable pédagogique Expert



45 ans d'enseignement et de conseil en orientation

Daniel HAMIMI

Au sommaire

Suivez le guide !

L'éditorial de votre conseiller	02
PARTIE 1 Comprendre	
Pourquoi le lycée est une étape clé	04
Les trois voies du lycée	05
PARTIE 2 Voies générale et techno.	
La seconde générale et technologique	06
La voie générale : les spécialités	07
Réussir la 1re, la terminale et le bac général	08
La voie technologique	09
PARTIE 3 Voie pro	
La voie professionnelle et le CAP	10
PARTIE 4 Construire	
Construire son projet d'études et de métier	11
Après le bac : les poursuites d'études	12
Le calendrier du lycéen	13
Le rôle des parents	14
ET APRÈS Mon accom- pagnement	
Mes formules et leurs témoignages	15
Prendre rendez-vous	16

LE GUIDE EN BREF

4 parties

pour comprendre, choisir et
construire son parcours, de la
seconde au bac.

POUR QUI ?

Pour les **lycéens de seconde, de première et de terminale...** et pour leurs **parents**, qui les accompagnent dans chacun de leurs choix.

Pourquoi le lycée est une étape clé

Le lycée permet d'affiner ses centres d'intérêt, de développer ses compétences et de transformer progressivement ses envies en **projet d'études**. Il ne s'agit pas de choisir tout de suite un métier définitif.

LE LYCÉE EN BREF

3 ans

pour passer de l'envie au projet d'études, une étape après l'autre.

Trois années, trois étapes

2de

Comprendre et découvrir

On découvre les voies et les enseignements, et l'on prépare les choix pour la première.

1re

Explorer et préciser

On approfondit ses spécialités ou sa série, on explore les études supérieures et on précise son projet.

Tle

Décider et candidater

On construit sa stratégie post-bac, on formule ses vœux sur Parcoursup et on prépare le bac.

Les objectifs de ce guide

- ✓ Comprendre le fonctionnement du lycée et de ses parcours.
- ✓ Faire le point sur ses intérêts, ses acquis et ses motivations.
- ✓ Choisir sa voie ou ses spécialités en connaissance de cause.
- ✓ Découvrir les formations et les métiers qui correspondent à son profil.
- ✓ Préparer sereinement Parcoursup et les éventuels entretiens.



À RETENIR — une orientation réussie est une démarche progressive : chaque choix doit être compris, argumenté... et pouvoir évoluer.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Les choix de seconde et de première pèsent sur les possibilités d'études après le bac. Mieux vaut les anticiper que les subir : c'est tout l'enjeu d'un accompagnement dès la seconde.

Les trois voies du lycée

Trois voies, quatre chemins

des passerelles existent entre les voies



Voie générale

BAC GÉNÉRAL

Un tronc commun et des enseignements de spécialité : trois en première, deux en terminale.

Après le bac : surtout des études longues — licence, classes prépa, écoles, BUT.

Voie technologique

BAC TECHNOLOGIQUE

Des enseignements généraux et appliqués à un domaine : management, industrie, santé-social, laboratoire, design...

Après le bac : BTS et BUT le plus souvent, mais aussi licences, écoles, classes prépa dédiées.

Voie professionnelle

BAC PRO · CAP

Des compétences professionnelles, grâce aux enseignements et aux périodes en entreprise.

Après le bac : l'emploi, ou une poursuite d'études, notamment en BTS.

APRÈS LA 3^e

Deux portes d'entrée

La seconde générale et technologique ouvre sur les voies générale et technologique ; la seconde professionnelle ou le CAP ouvrent la voie professionnelle.

DES PASSERELLES

Rien n'est figé

Des passages entre voies restent possibles, sous conditions et souvent avec une adaptation : ils se préparent avec l'équipe du lycée.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Il n'y a pas de « bonne » ou de « mauvaise » voie : il y a celle qui correspond à la façon d'apprendre et aux projets de chaque élève. C'est ce que je m'attache à révéler.

La seconde générale et technologique

Une année de **découverte et de détermination**, commune à tous, avant de choisir en fin d'année entre la voie générale et la voie technologique.

LA SECONDE EN BREF

1 an

pour découvrir, se tester et choisir entre voie générale et voie technologique.

LES ENSEIGNEMENTS COMMUNS

Français Mathématiques Histoire-géographie Langues vivantes A et B
Sciences économiques et sociales Physique-chimie SVT Sciences numériques et technologie
EPS Enseignement moral et civique

DES OPTIONS, SELON LES LYCÉES

Latin, grec Langue vivante C Arts Management et gestion Santé et social
Biotechnologies Sciences de l'ingénieur Création et culture design

Tests de positionnement

En début d'année, en français et en mathématiques, pour repérer les besoins.

Aide à l'orientation

Des temps dédiés pour découvrir les voies, les formations et les métiers.

Stage de seconde

Deux semaines d'observation en milieu professionnel, en juin.

Les choix de fin de seconde

- ✓ Au 2^e trimestre, la famille exprime ses **intentions** : voie générale (avec des spécialités envisagées) ou série technologique.
- ✓ Au 3^e trimestre, elle formule ses **choix définitifs** ; le conseil de classe fait sa proposition.
- ✓ Les spécialités dépendent de l'offre du lycée : certaines peuvent nécessiter un changement d'établissement.



L'ŒIL DE L'EXPERT

La seconde est l'année où tout se prépare. Les choix de spécialités ou de série se font à rebours : on part des études envisagées, puis on vérifie ce qu'elles attendent.

→ **Formule Orientation, page 15**

La voie générale : les spécialités

En première, l'élève suit **trois enseignements de spécialité**, en plus du tronc commun. En fin de première, il en conserve **deux** pour la terminale.

LES SPÉCIALITÉS

3 → **2**

trois spécialités en première, deux conservées en terminale.

LES 13 SPÉCIALITÉS, SELON L'OFFRE DES LYCÉES

Mathématiques Physique-chimie Sciences de la vie et de la Terre Sciences de l'ingénieur
 Numérique et sciences informatiques Sciences économiques et sociales
 Histoire-géo, géopolitique et sciences politiques Humanités, littérature et philosophie
 Langues, littératures et cultures étrangères Littérature, langues et cultures de l'Antiquité Arts
 Éducation physique, pratiques et culture sportives Biologie-écologie

Comment bien les choisir ?

1

Ses goûts

Les matières dans lesquelles on aime vraiment apprendre.

2

Ses résultats

Les disciplines où l'on réussit, ou progresse nettement.

3

Ses projets

Les attendus des études visées, affichés sur Parcoursup.

4

Les combinaisons

Certaines associations ouvrent plus de portes que d'autres.



À RETENIR — toutes les formations ne demandent pas des spécialités précises, mais certaines (santé, ingénierie, économie...) apprécient nettement les mathématiques et les sciences.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Abandonner les mathématiques, choisir par élimination ou suivre ses amis : ces erreurs se paient souvent deux ans plus tard. Je les évite avec chaque élève, spécialité par spécialité.

Réussir la 1re, la terminale et le bac général

1re Consolider et explorer

Trois spécialités à approfondir, des méthodes à consolider et les premières explorations des études supérieures, pour choisir les deux spécialités de terminale.

Tle Réussir et se projeter

Deux spécialités devenues centrales, des résultats réguliers à maintenir, et un projet post-bac à construire en parallèle.

Comment se construit la note du bac général

40 % contrôle continu

60 % épreuves finales

EN FIN DE PREMIÈRE

Épreuves anticipées de **français** (écrit et oral) et, depuis juin 2026, de **mathématiques** (coefficient 2).

EN TERMINALE

Les deux **spécialités**, la **philosophie** et le **Grand oral**, qui s'appuie sur les spécialités.

Les clés de la réussite

- ✓ Travailler régulièrement, dès la première
- ✓ Maîtriser les méthodes : dissertation, commentaire, problème
- ✓ Préparer tôt les épreuves écrites

- ✓ S'entraîner à l'oral pour le Grand oral
- ✓ Soigner les bulletins : ils comptent pour Parcoursup
- ✓ Garder l'équilibre entre travail et repos



À RETENIR — les bulletins de première et de terminale, comme les notes des épreuves anticipées, figurent dans le dossier Parcoursup : tout compte dès la première.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Le Grand oral et les entretiens d'admission se préparent de la même façon : clarté du propos, structure, aisance. Je propose aux lycéens des entraînements en conditions réelles.

→ **Formule Préparation aux oraux, page 15**

La voie technologique

En première technologique, l'élève entre dans une **série** correspondant à un domaine. Les enseignements y sont plus appliqués : on relie la théorie à des situations concrètes, avec des projets.

LA VOIE TECHNO

8 séries

de STMG à STAV, pour relier la théorie à des situations concrètes.

Les huit séries

STMG	Management, gestion, marketing, ressources humaines
STI2D	Industrie, innovation, développement durable
STL	Sciences de laboratoire : biotechnologies, physique-chimie
ST2S	Santé, social, relations humaines
STD2A	Design et métiers d'art
STHR	Hôtellerie, restauration
S2TMD	Théâtre, musique, danse
STAV	Agronomie, vivant, environnement (lycées agricoles)

RÉUSSIR LE BAC TECHNOLOGIQUE

Un travail régulier des enseignements généraux et technologiques, la capacité à mobiliser ses connaissances dans des situations concrètes et une préparation méthodique des épreuves, dont le Grand oral.

APRÈS LE BAC

BTS et BUT sont des poursuites fréquentes, avec des places réservées aux bacheliers technologiques. Licences, écoles et classes prépa dédiées (ECT, TSI, TPC, TB...) sont aussi possibles.



L'ŒIL DE L'EXPERT

La voie technologique est une vraie voie de réussite pour les élèves qui ont besoin de concret. Le choix de la série doit s'appuyer sur un intérêt réel pour son domaine.

La voie professionnelle et le CAP

Un **engagement fort vers un métier** : des enseignements généraux et professionnels, et des périodes de formation en milieu professionnel tout au long du parcours.

LA VOIE PRO

2 ou 3 ans

CAP en deux ans, bac pro en trois, avec des périodes en entreprise.

2de pro

Découvrir une famille de métiers

Les premiers gestes professionnels, des enseignements généraux consolidés et des périodes en entreprise pour confirmer son choix.

1re pro

Approfondir sa spécialité

Plus d'autonomie et de compétences professionnelles : l'implication en atelier et en entreprise prépare le diplôme... et la suite.

Tle pro

Préparer l'après-bac

Consolider son métier et préparer soit l'insertion professionnelle, soit une poursuite d'études, notamment en BTS.

CAP

Un métier précis, en 2 ans

Très professionnalisant, il mène à l'emploi ou à une poursuite d'études, par exemple vers un bac pro.

RÉUSSIR LE BAC PRO

Un travail régulier dans les matières générales et professionnelles, une préparation sérieuse des épreuves, et la capacité à mobiliser les compétences acquises en entreprise.

APRÈS LE BAC PRO

L'emploi, ou une poursuite d'études : les BTS réservent des places aux bacheliers professionnels. L'apprentissage est possible à chaque étape.



L'ŒIL DE L'EXPERT

La voie professionnelle réussit aux élèves qui ont besoin de concret et de sens. Choisie plutôt que subie, elle ouvre de vraies perspectives, jusqu'au BTS et au-delà.

Construire son projet d'études et de métier

Ne pas savoir encore n'est pas un problème : c'est le point de départ. Un projet se construit en **transformant l'incertitude en exploration**, étape par étape.

CONSTRUIRE

5 étapes

pour transformer l'incertitude en exploration, à son rythme.

1

Mieux se connaître

Centres d'intérêt, points forts, valeurs, motivations, manière d'apprendre : ce qui donne vraiment envie de s'investir.

2

Découvrir les métiers

Activités, compétences attendues, conditions de travail, perspectives : les échanges avec des professionnels dépassent les clichés.

3

Explorer les formations

Contenus, admission, durée, exigences, débouchés : une même idée de métier se prépare souvent par plusieurs parcours.

4

Faire des expériences

Portes ouvertes, immersions, stages, salons, projets personnels : confronter une idée à la réalité.

5

Affiner son projet

Croiser les informations, retenir plusieurs pistes réalistes et définir les prochaines actions.



À RETENIR — un projet n'est pas figé : il se précise à mesure que le lycéen apprend à mieux se connaître et à mieux connaître les possibilités.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Pour les étapes 1 et 3, mon accompagnement apporte ce qui manque souvent : des tests psychométriques, une analyse des bulletins, et une connaissance précise des formations.

→ **Formule Orientation, page 15**

Après le bac : les poursuites d'études

Chaque bac ouvre des portes différentes. Voici les poursuites d'études **les plus fréquentes** selon la voie suivie au lycée : d'autres parcours restent possibles selon le dossier et le projet.

	BAC GÉNÉRAL	BAC TECHNO	BAC PRO
Études courtes (bac +2 / +3)	BUT, BTS selon les spécialités	BTS et BUT : les poursuites les plus fréquentes	BTS, avec des places réservées
Université	Licences : le débouché le plus large	Licences, en choisissant une filière liée à sa série	Plus exigeant : bien se préparer
Classes prépa	Scientifiques, économiques, littéraires	Prépas dédiées : ECT, TSI, TPC, TB...	Prépas ATS après un BTS
Écoles	Ingénieurs, commerce, IEP, art, santé...	Écoles post-bac selon la série	Écoles spécialisées, souvent après un BTS
Vie active	Rare directement après le bac	Possible, plus souvent après un BTS ou un BUT	L'insertion est une vraie option

S'approprier la démarche Parcoursup

1

S'informer tôt

Dès la première, explorer les familles de formations et aller aux portes ouvertes.

2

Comparer les formations

Contenus, critères d'analyse, accès, débouchés, localisation, coûts.

3

Diversifier ses vœux

Plusieurs voies mènent à un même domaine : ne pas tout miser sur un seul type de formation.

4

Soigner son dossier

Vérifier les informations, respecter les échéances, rédiger soi-même ses motivations.



L'ŒIL DE L'EXPERT

En terminale, l'accompagnement Parcoursup prend le relais : stratégie de vœux, projets de formation motivés, suivi des réponses jusqu'à l'inscription.

→ **Formule Accompagnement Parcoursup, page 15**

Le calendrier du lycéen

Les grands rendez-vous de l'orientation, année par année. Les dates précises sont fixées chaque année par l'Éducation nationale et le lycée.

2de Découvrir et choisir	1re Approfondir et explorer	1le Décider et réussir
SEPTEMBRE Tests de positionnement en français et en mathématiques	TOUTE L'ANNÉE Salons, portes ouvertes, rencontres : explorer le supérieur	DÉCEMBRE Consultation des formations sur Parcoursup
DANS L'ANNÉE Temps d'aide à l'orientation, découverte des voies et des métiers	2E TRIMESTRE Voie générale : choix des deux spécialités gardées en terminale	JANVIER → MARS Inscription et formulation des vœux
2E TRIMESTRE Intentions : voie générale et spécialités, ou série technologique	3E TRIMESTRE Choix définitifs pour la terminale	AVANT DÉBUT AVRIL Dossier complété et vœux confirmés
3E TRIMESTRE Choix définitifs et proposition du conseil de classe	JUIN Épreuves anticipées de français et de mathématiques	JUIN Réponses Parcoursup ; épreuves de spécialité, philosophie et Grand oral
JUIN Stage d'observation de deux semaines en milieu professionnel	JUILLET Résultats des épreuves anticipées	JUILLET Résultats du bac, inscription dans le supérieur



BON À SAVOIR — en voie professionnelle, le calendrier suit le rythme des périodes en entreprise : les choix de poursuite d'études se préparent dès la première.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Chaque année a son « moment clé » : le choix de fin de seconde, celui des spécialités en première, Parcoursup en terminale. Je vous conseille de me consulter quelques semaines avant.

Le rôle des parents

Les parents apportent un **cadre rassurant** : écouter, questionner, encourager les recherches et aider à respecter les échéances... sans choisir à la place du jeune, pour qu'il s'approprie son projet.

LES PARENTS

5 attitudes

pour accompagner le lycéen sans choisir à sa place.

1

Écouter avant de conseiller

Laisser s'exprimer les envies, même floues, avant de proposer des solutions.

2

Questionner

Aider à préciser : qu'est-ce qui te plaît ? pourquoi ? qu'en sais-tu ?

3

Encourager les recherches

Portes ouvertes, salons, rencontres avec des étudiants ou des professionnels.

4

Confronter au réel

Contenu des études, mobilité, coût, organisation : les questions pratiques comptent.

5

Tenir le calendrier

Rappeler les échéances, sans prendre la main sur les démarches.

3 QUESTIONS À POSER CE SOIR

« Qu'est-ce qui t'a plu cette semaine ? »

« Qu'aimerais-tu découvrir ? »

« De quoi as-tu besoin pour avancer ? »



À RETENIR — laisser au lycéen la responsabilité d'exprimer ses préférences et d'argumenter ses choix : c'est ce qui le fera réussir.



L'ŒIL DE L'EXPERT

Un regard extérieur apaise souvent les échanges en famille. Je rencontre le lycéen, puis je restitue mes conclusions aux parents et à l'élève ensemble, lors d'un entretien de restitution.

Trois formules, une même exigence

FORMULE 1 L'orientation

idéale de la seconde à la terminale



EN TERMINALE

FORMULE 2 L'accompagnement Parcoursup

Choix des formations, stratégie de vœux, projets de formation motivés, suivi des réponses jusqu'à l'inscription.

FORMULE 3 Entretiens et oraux

BTS, écoles, classes prépa, alternance : travail du discours, simulations d'entretien, retours personnalisés.



Toutes les formules se déroulent en visioconférence, partout en France, métropole et outre-mer : aucun déplacement, des échanges aussi riches qu'en face à face, restitution comprise. Du lundi au samedi, de 9 h à 20 h (heure de Paris). Tarifs et modalités sur orientationscolaire.net.

Ils m'ont fait confiance

Leurs mots, pas les miens

[Texte du témoignage n° 1, avec l'accord de son auteur]

[Prénom N.]

[Situation, ex. : élève de seconde, choix des spécialités]

[Texte du témoignage n° 2, avec l'accord de son auteur]

[Prénom N.]

[Situation, ex. : lycéenne de première générale]

[Texte du témoignage n° 3, avec l'accord de son auteur]

[Prénom N.]

[Situation, ex. : élève de terminale technologique]

[Texte du témoignage n° 4, avec l'accord de son auteur]

[Prénom N.]

[Situation, ex. : parent d'un lycéen de seconde]



L'ŒIL DE L'EXPERT

Chaque accompagnement commence par un premier échange : nous faisons le point sur votre situation, puis nous choisissons ensemble la formule la plus adaptée.

Votre avenir mérite un regard expert

Et si on en parlait ?

Choix de la voie, des spécialités, projet d'études : faisons le point ensemble et construisons un parcours au lycée qui vous ressemble.

PREMIER ÉCHANGE

Réservez votre rendez-vous
orientationscolaire.net

☎ 07 69 83 25 35

✉ contact@orientationscolaire.net



Scannez-moi !



En visioconférence, partout en France

Du lundi au samedi, de 9 h à 20 h (heure de Paris).

Créneaux adaptés aux fuseaux horaires de l'outre-mer.

LES SITES OFFICIELS À CONNAÎTRE

- **Secondes-Premières 2026-2027** · le site Onisep pour choisir sa voie
- Le professeur principal · premier interlocuteur au lycée
- **onisep.fr** · formations et métiers
- Le psychologue de l'Éducation nationale du lycée



Orientation Scolaire.net

— Vous informer, Vous conseiller, Vous orienter ! —

Depuis 1982

*Anticiper aujourd'hui,
réussir demain.*