

ÉVALUATION DU PROGRÈS :
Phase 3 – MÉTA-Phare
Évaluation du métier que tu as choisi

Imprime ces pages pour les conserver dans ta trousse.
Coche les réponses en étant honnête avec toi-même.

Métier choisi : _____

Évaluation du métier choisi	Très bien	Bien	Très peu
Mon choix de métier me convient.			
Mon choix de métier correspond à mes goûts et à mes capacités.			
Je connais mes capacités par rapport aux exigences de ce métier.			
Voici mes capacités :			
Je connais mes limites par rapport à ce métier.			
Voici mes limites :			
Je sais ce qu'il faut faire pour m'améliorer face à ce métier.			
Voici ce que je dois faire pour mieux exercer mon métier :			
Je connais les différents aspects du métier que j'ai choisi.	Très bien	Bien	Très peu
▪ tâches régulières			
▪ conditions de travail			
▪ critères d'embauche			
▪ débouchés possibles			

Je peux mettre en place un plan d'action pour devenir plus compétitif dans ce métier.

▪ stages			
▪ contacts			
▪ compétences			
▪ qualités personnelles			

Attitudes et comportements

Coche les éléments qu'il te faut soit améliorer, soit acquérir.

Personnalité	
▪ image de soi	
▪ équilibre émotif	
▪ confiance en soi, assurance	
▪ honnêteté, franchise	
▪ sincérité, loyauté	
▪ détermination, volonté	
▪ énergie, dynamisme	
▪ imagination, créativité	
▪ tenue, apparence	
Quels moyens peux-tu prendre pour acquérir ou améliorer les éléments que tu as identifiés?	

Entregent : rapport avec les autres	
▪ sociabilité, contact avec les autres	
▪ esprit d'équipe, collaboration	
▪ diplomatie, tact	
▪ disponibilité, serviabilité	
▪ compréhension des autres	

▪ capacité de bien exprimer ses idées, communication	
▪ leadership, influence positive sur les autres	
▪ maîtrise de soi, contrôle des émotions	
▪ capacité d'accepter la critique	
▪ sens de l'humour	
▪ courtoisie, politesse	
Quels moyens peux-tu prendre pour acquérir ou améliorer les éléments que tu as identifiés?	

Aspect fonctionnel : les tâches au travail	
▪ souci d'être compétent	
▪ capacité d'adaptation, ouverture au changement	
▪ motivation au travail	
▪ débrouillardise, sens pratique	
▪ sens des responsabilités	
▪ méthodes d'organisation	
▪ discipline personnelle	
▪ ponctualité, assiduité	
▪ exécution des directives	
▪ capacité d'accepter des contraintes et de travailler en fonction de celles-ci	
▪ habiletés de résolution de problèmes	
▪ relations avec ses supérieurs	
▪ relations avec ses collègues de travail	
Quels moyens peux-tu prendre pour acquérir ou améliorer les éléments que tu as identifiés?	

Réflexions personnelles

Complète les phrases suivantes.

J'ai appris... _____

J'ai aimé... _____

Pour moi, le plus difficile a été... _____

Pour moi, les éléments qui me seront le plus utiles sont... _____

Coche les énoncés qui te représentent.

Tout au long de cette phase

j'ai pu prendre des décisions par rapport à mes tâches.	
j'ai découvert de nouvelles façons d'aborder mes problèmes.	
j'ai pu trouver des solutions à mes problèmes.	
j'ai réalisé les objectifs que je m'étais fixés.	
j'ai consulté mon mentor pour faire la mise à jour de mon dossier.	

Cette phase terminée, je sens que j'ai amélioré davantage la compétence essentielle _____ et que je dois mieux développer la compétence essentielle _____.

Cette phase terminée, je me sens :

mieux outillé.	
plus compétent.	
plus confiant.	
plus autonome.	
plus motivé.	

ÉVALUATION SOMMATIVE
Phase 3 – MÉTA-Phare
Évaluation de divers aspects du monde du travail

Exercice 1 Pistes à suivre dans la recherche d'emploi

Associe les mots de l'encadré aux actions ci-dessous.

Annuaire téléphonique	Annonces classées	Centre d'emploi
Réseautage	Pages jaunes	

Pistes à suivre pour mieux réussir une recherche d'emploi :

1. Consulter sa liste de contacts personnels.
2. Trouver les coordonnées d'entreprises.
3. Lire les journaux.
4. Recevoir de l'aide pratique dans une recherche d'emploi.
5. Trouver des entreprises à contacter, selon l'emploi recherché.

Exercice 2 Types de risques

Indique si le facteur mentionné représente un risque d'accident, un risque biologique ou un risque chimique.

Facteur	Type de risque
Les bruits intenses	
Les moisissures	
Les produits de nettoyage	
Le gaz propane	
Le travail en hauteur sur des échelles	
Les produits qui s'enflamment facilement	
Les liquides sur les planchers	
Les insectes qui piquent	
Le sang, la salive, l'urine	
Les cordons électriques endommagés	

Exercice 3 Droits et responsabilités

1. Indique si l'énoncé est vrai (V) ou faux (F). (Deux points sont accordés pour chaque bonne réponse.)
2. Lorsque l'énoncé est faux, rédige une phrase complète pour le corriger. (Deux points sont accordés pour chaque bonne correction.)

	Énoncé	V	F	Correction
1	En vertu de la loi, l'employeur ou le superviseur doit informer son employé de tout ce qui est dangereux sur les lieux de travail.			
2	L'employé a la responsabilité d'éliminer les risques au travail.			
3	L'employé a la responsabilité de travailler de façon sécuritaire.			
4	La loi stipule qu'un employé n'a pas le droit de refuser d'exécuter une tâche au travail.			
5	La loi oblige l'employé à porter l'équipement de protection exigé par son travail.			
6	L'employé a la responsabilité de lire l'étiquette d'un produit avant de l'utiliser.			
7	Travailler dans une garderie, un hôpital ou une clinique vétérinaire est très sécuritaire.			
8	L'employé a la responsabilité de signaler toute condition dangereuse à son employeur ou à son superviseur.			
9	Répéter sans cesse les mêmes mouvements physiques ne peut pas causer de blessures.			
10	Un rapport d'accident n'est pas nécessaire lorsqu'un employé se blesse au travail.			

Exercice 4 Symboles SIMDUT

Identifie les symboles du SIMDUT en associant le bon terme à chaque image.
Écris ta réponse à côté de l'image.

- | | |
|---|--------------------------------------|
| A. Gaz comprimés | B. Liquides inflammables |
| C. Matières comburantes | D. Matières dangereusement réactives |
| E. Matières ayant des effets toxiques immédiats et graves | F. Matières corrosives |
| G. Matières ayant d'autres effets toxiques | H. Matières infectieuses |

















Exercice 5 Actions proactives ou réactives

Au travail, comme dans la vie quotidienne, il est préférable d'agir de façon proactive, c'est-à-dire de prévoir les problèmes éventuels et leur solution.

Les actions suivantes sont-elles proactives ou réactives?

Action	Proactive	Réactive
Répéter une consigne donnée afin de s'assurer qu'on l'a bien comprise.		
Poser des questions lorsqu'on n'est pas sûr d'avoir compris le processus à suivre.		
Accuser son collègue d'avoir fait une erreur au travail.		
Faire sa part dans un projet d'équipe.		
Se disputer avec ses collègues de travail.		
Critiquer les décisions de son patron devant ses collègues de travail.		
Garder les choses en ordre à son poste de travail.		
Être ponctuel au travail.		
Être honnête avec son patron et ses collègues de travail.		
Voir les choses d'un œil défavorable.		
Dire continuellement aux autres comment faire leur travail.		
Faire preuve de débrouillardise et de persévérance quand les choses vont mal.		

ÉVALUATION SOMMATIVE
Phase 3 – MÉTA-Phare
Évaluation de divers aspects du monde du travail

Exercice 1 Pistes à suivre dans la recherche d'emploi

Associe les mots de l'encadré aux actions ci-dessous.

Annuaire téléphonique Réseautage	Annonces classées Pages jaunes	Centre d'emploi
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------

Pistes à suivre pour mieux réussir une recherche d'emploi :

- | | |
|---|-----------------------|
| 1. Consulter sa liste de contacts personnels. | Réseautage |
| 2. Trouver les coordonnées d'entreprises. | Annuaire téléphonique |
| 3. Lire les journaux. | Annonces classées |
| 4. Recevoir de l'aide pratique dans une recherche d'emploi. | Centre d'emploi |
| 5. Trouver des entreprises à contacter, selon l'emploi recherché. | Pages jaunes |

Exercice 2 Types de risques

Indique si le facteur mentionné représente un risque d'accident, un risque biologique ou un risque chimique.

Facteur	Type de risque
Les bruits intenses	Risque d'accident
Les moisissures	Risque biologique
Les produits de nettoyage	Risque chimique
Le gaz propane	Risque chimique
Le travail en hauteur sur des échelles	Risque d'accident
Les produits qui s'enflamment facilement	Risque chimique
Les liquides sur les planchers	Risque d'accident
Les insectes qui piquent	Risque biologique
Le sang, la salive, l'urine	Risque biologique
Les cordons électriques endommagés	Risque d'accident

Exercice 3 Droits et responsabilités

- Indique si l'énoncé est vrai (V) ou faux (F). (Deux points sont accordés pour chaque bonne réponse.)
- Lorsque l'énoncé est faux, rédige une phrase complète pour le corriger. (Deux points sont accordés pour chaque bonne correction.)

	Énoncé	V	F	Correction
1	En vertu de la loi, l'employeur ou le superviseur doit	V		

	informer son employé de tout ce qui est dangereux sur les lieux de travail.			
2	L'employé a la responsabilité d'éliminer les risques au travail.		F	L'employeur ou le superviseur a la responsabilité d'éliminer les risques au travail.
3	L'employé a la responsabilité de travailler de façon sécuritaire.	V		
4	La loi stipule qu'un employé n'a pas le droit de refuser d'exécuter une tâche au travail.		F	La loi stipule qu'un employé a le droit de refuser d'exécuter une tâche dangereuse au travail.
5	La loi oblige l'employé à porter l'équipement de protection exigé par son travail.	V		
6	L'employé a la responsabilité de lire l'étiquette d'un produit avant de l'utiliser.	V		
7	Travailler dans une garderie, un hôpital ou une clinique vétérinaire est très sécuritaire.		F	Travailler dans une garderie, un hôpital ou une clinique vétérinaire peut comporter des risques biologiques pour un employé.
8	L'employé a la responsabilité de signaler toute condition dangereuse à son employeur ou à son superviseur.	V		
9	Répéter sans cesse les mêmes mouvements physiques ne peut pas causer de blessures.		F	Répéter sans cesse les mêmes mouvements physiques peut provoquer des maux de dos ou d'épaules.
10	Un rapport d'accident n'est pas nécessaire lorsqu'un employé se blesse au travail.		F	Un rapport d'accident est nécessaire lorsqu'un employé se blesse au travail.

Exercice 4 Symboles SIMDUT

Identifie les symboles du SIMDUT en associant le bon terme à chaque image.

Écris ta réponse à côté de l'image.

- | | |
|---|--------------------------------------|
| A. Gaz comprimés | B. Liquides inflammables |
| C. Matières comburantes | D. Matières dangereusement réactives |
| E. Matières ayant des effets toxiques immédiats et graves | F. Matières corrosives |
| G. Matières ayant d'autres effets toxiques | H. Matières infectieuses |



B



D



E



H



F



G



A



C

Exercice 5 Actions proactives ou réactives

Au travail, comme dans la vie quotidienne, il est préférable d'agir de façon proactive, c'est-à-dire de prévoir les problèmes éventuels et leur solution.

Les actions suivantes sont-elles proactives ou réactives?

Action	Proactive	Réactive
Répéter une consigne donnée afin de s'assurer qu'on l'a bien comprise.	X	
Poser des questions lorsqu'on n'est pas sûr d'avoir compris le processus à suivre.	X	
Accuser son collègue d'avoir fait une erreur au travail.		X
Faire sa part dans un projet d'équipe.	X	
Se disputer avec ses collègues de travail.		X
Critiquer les décisions de son patron devant ses collègues de travail.		X
Garder les choses en ordre à son poste de travail.	X	
Être ponctuel au travail.	X	
Être honnête avec son patron et ses collègues de travail.	X	
Voir les choses d'un œil défavorable.		X
Dire continuellement aux autres comment faire leur travail.		X
Faire preuve de débrouillardise et de persévérance quand les choses vont mal.	X	