

SOMMAIRE

PRÉSENTATION DE L'OUVRAGE

Page 5

LE METIER D'ORTHOPTISTE

Page 8

CHAPITRE 1 - LA PREPARATION INTELLECTUELLE : MOBILISER ET ORGANISER SES CONNAISSANCES

I-1 Les sources d'information

Page 12

A- Ou trouver des informations

- A-1 Internet
- A-2 Média
- A-3 Presse
- A-4 Environnement personnel

B- Exploiter ses sources

- B-1 Le classement
- B-2 La création de fiches
- B-3 La revue de presse

I-2 Être et savoir être

Page 18

- A- La construction de la personnalité
- B- L'estime de soi

I-3 Savoirs et savoir-faire

Page 22

- A- Les savoirs
- B- Le savoir faire

CHAPITRE 2 - LA PREPARATION PHYSIQUE : CONNAITRE ET GERER SON CORPS

II-1- Le langage corporel

Page 27

- A- L'apparence physique
- B- Le regard
- C- Les gestes et les postures

II-2- Le potentiel physique

Page 30

- A- L'alimentation
- B- L'entretien physique

II-3- La prise de parole

Page 32

- A- La respiration
- B- La voix

- C- L'humour
- D- La langue française

II-4- La gestion du stress	Page 37
A- Qu'est ce que le stress ?	
B- Ses manifestations	
C- A chacun son stress	
D- Comment maîtriser son stress	

CHAPITRE 3 – LA LETTRE DE MOTIVATION

III-1- Qu'est ce qu'une lettre de motivation ?	Page 44
III-2- La composition de la lettre	Page 45
A- Choix et ses orientations	
B- Motivations	
III-3- la rédaction de la lettre	Page 48
A- La forme	
B- Le fond	

CHAPITRE 4 - L'EPREUVE ORALE

IV-1- Objectifs de l'entretien	Page 54
IV-2- Mieux se connaître	Page 54
A- savoir parler de soi	
B- Se présenter	
C- Exercices d'application	
D- Questions d'épreuve	
IV-3- Elaborer son projet professionnel	Page 62
A- Chercher et questionner	
B- Observer sur le terrain	
C- Exposer son projet professionnel	
IV-4- Questions d'épreuve	Page 70