



Institut National  
PrépaPolis

## Formation à l'épreuve orale du jury

### Programme

**Objectif global** : Préparer les candidats à l'épreuve orale du jury en leur apportant des outils pour structurer leurs réponses, gérer leur stress, et démontrer leurs compétences et leur motivation.

**Public cible** : Candidats au concours de gardien-brigadier et aux concours administratifs, notamment ceux de catégorie C, préparant l'épreuve orale d'admission.

**Durée** : 1 journée (6h)

**Introduction : Présentation des objectifs de la formation**

**9h00 - 9h15**

- Présentation des objectifs de l'épreuve orale :
  - Apprécier la personnalité, la motivation, et les connaissances institutionnelles du candidat.
- Déroulement de la journée et attentes des participants.

### Module 1 : Comprendre les attentes du jury

**9h15 - 10h30 (1h15)**

1. Présentation de l'épreuve orale :
  - Règlement et cadrage de l'épreuve.
  - Structure de l'entretien : personnalité, motivation, connaissances.
2. Les critères d'évaluation :
  - Qualités de communication (clarté, écoute, reformulation).
  - Gestion du temps et cohérence des réponses.
  - Comportement et attitude face au jury.
3. Décryptage des attentes :
  - Approche professionnelle et respect de la hiérarchie.
  - Curiosité intellectuelle et esprit critique.

**Pause : 10h30 - 10h45**

### Module 2 : Structurer ses réponses et gérer son stress

**10h45 - 12h30 (1h45)**

1. Techniques pour organiser ses réponses :
  - Modèle STAR (Situation, Tâche, Action, Résultat).
  - Différencier réponse brève et réponse développée.
  - Prioriser l'essentiel face aux questions ouvertes.
2. Gestion du stress :
  - Techniques de respiration et de recentrage.
  - Pratique de la visualisation positive avant l'épreuve.
  - Stratégies pour reprendre confiance en cas de difficulté.
3. Atelier pratique : Mise en situation :
  - Simulation d'une question simple, suivie d'un feedback collectif.

**Pause déjeuner : 12h30 - 13h30**

## **Module 3 : Travailler la présentation personnelle et la motivation**

**13h30 - 15h00 (1h30)**

1. Présentation personnelle :
  - Structurer une présentation en 2 à 3 minutes : parcours, compétences, objectifs.
  - Insister sur les éléments en lien avec le poste visé.
  - Posture professionnelle : savoir-faire et savoir-être.
2. Mettre en avant sa motivation :
  - Connaitre les missions du poste (exemple : police municipale, responsabilités).
  - Lien entre le parcours personnel et les attentes du métier.
3. Atelier pratique : Simulation de la présentation personnelle :
  - Chaque participant réalise une présentation face au groupe.
  - Feedback individualisé sur les points forts et les axes d'amélioration.

**Pause : 15h00 - 15h15**

## **Module 4 : Exercices de prise de parole en public**

**15h15 - 16h30 (1h15)**

1. Techniques de prise de parole :
  - Travail sur la voix : volume, articulation, modulation.
  - Utilisation du langage corporel pour renforcer le message (gestes, posture).
  - Adapter son discours à son auditoire (clarté, structuration).
2. Exercices pratiques :
  - Exercice 1 : Présentation improvisée sur un sujet simple.
    - Chaque participant choisit un sujet et s'exprime pendant 1 à 2 minutes.
  - Exercice 2 : Lecture expressive.
    - Lire un texte à voix haute en adoptant un ton adapté au contexte.
  - Exercice 3 : Simulation d'une réponse à une question du jury.
    - Travail sur l'interaction et le maintien de la confiance.
3. Feedback :
  - Analyse des points forts et des axes d'amélioration pour chaque participant.

## **Conclusion et synthèse**

**16h30 - 17h00 (30 minutes)**

1. Synthèse des outils et conseils clés :
  - Importance de la préparation et de la pratique régulière.
  - Savoir valoriser ses expériences et compétences.
2. Questions/réponses :
  - Temps d'échange pour aborder les dernières interrogations des participants.
3. Supports pédagogiques :
  - Distribution d'un guide de préparation à l'épreuve orale :
    - Fiches méthodologiques pour structurer les réponses.
    - Liste des questions types posées par les jurys.