

=====

SCRIPT ORAL COMPLET – EXPOSÉ MÉTIER
CUISINIER / CHEF DE CUISINE

=====

Élève : Anton Soltani
Classe : 4ème
Durée totale : 5 minutes (environ)
Nombre de diapositives : 8
Fichier PowerPoint : Exposé_Cuisinier_Anton_Soltani_8slides.pptx

INSTRUCTIONS GÉNÉRALES DE LECTURE / PRÉSENTATION

- Apprends le texte par cœur ou presque (ne lis pas les diapositives).
- Regarde TOUJOURS le public, pas l'écran (sauf pour pointer un élément).
- Souris naturellement, surtout sur les diapositives 1, 7 et 8.
- Parle clairement, à un rythme calme mais vivant (ni trop vite, ni monotone).
- Fais des pauses courtes (2-3 secondes) aux endroits indiqués [PAUSE].
- Utilise un pointeur ou ta main pour montrer les cartes ou les images importantes.
- Teste la présentation complète devant ta famille (comme demandé dans les consignes).
- En cas de stress : respire profondément avant de commencer.

=====

SCRIPT PAR DIAPOSITIVE

=====

####

DIAPOSITIVE 1 – TITRE (Durée : 0:00 → 0:40)

####

[Ouvre la présentation, regarde le public, souris largement]

Bonjour à tous !

Je m'appelle Anton Soltani et je suis en 4ème.

Aujourd'hui, je vais vous présenter le métier de cuisinier, ou plus précisément celui de chef de cuisine.

C'est un métier qui m'intéresse beaucoup parce que j'aime créer des plats et faire plaisir aux gens.

J'ai fait mes recherches sur le site ONISEP et je vais vous expliquer tout ça en 5 minutes.

[PAUSE 2 secondes – regarde le public]

####

DIAPOSITIVE 2 – MISSIONS ET COMPÉTENCES (Durée : 0:40 → 1:30)

####

[Parle calmement, montre les deux cartes avec la main]

Le cuisinier a plusieurs missions importantes.

Il conçoit les plats, choisit les meilleurs produits frais et de saison, et élabore les menus.

Le chef, lui, supervise toute l'équipe de la brigade et répartit les tâches.

Il faut aussi respecter strictement les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire : c'est la norme HACCP.

[PAUSE courte]

Les compétences clés sont la maîtrise des techniques de cuisine, la créativité pour dresser de beaux plats, mais aussi l'organisation et la capacité à gérer le stress pendant les services, car c'est très intense en cuisine !

####

DIAPOSITIVE 3 – AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS (Durée : 1:30 → 2:15)

####

[Regarde alternativement les deux colonnes, parle avec nature]

Comme tout métier, celui de cuisinier a des avantages et des inconvénients.

Parmi les avantages : c'est un métier très créatif, on peut exprimer sa passion tous les jours. C'est gratifiant de voir les clients apprécier les plats qu'on a préparés.

Le travail est varié et on peut évoluer ou même travailler à l'étranger.

[PAUSE 2 secondes]

Mais il y a aussi des inconvénients importants : les horaires sont très contraignants avec beaucoup de soirs, week-ends et jours fériés. C'est un travail physique et mentalement stressant pendant les services.

Il faut vraiment avoir la vocation et bien réfléchir à l'équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle.

####

DIAPOSITIVE 4 – LIEU D'EXERCICE (Durée : 2:15 → 2:55)

####

[Montre la photo de la brigade avec la main]

Le cuisinier peut exercer dans de nombreux endroits : restaurants classiques ou étoilés, hôtels, mais aussi dans la restauration collective comme les cantines scolaires, les hôpitaux ou les entreprises.

L'environnement de travail est une cuisine professionnelle. C'est un travail en intérieur, souvent debout, dans la chaleur et le bruit.

On travaille en « brigade », c'est-à-dire en équipe avec des postes précis : commis, chef de partie, second, chef de cuisine.

C'est un métier où on est toujours en mouvement et où l'entraide est essentielle.

####

DIAPOSITIVE 5 – CARRIÈRE ET SALAIRE (Durée : 2:55 → 3:40)

####

[Montre l'évolution avec la main de gauche à droite]

Pour évoluer dans ce métier, on commence généralement comme commis de cuisine après le CAP. Avec de l'expérience et du talent, on devient cuisinier, puis chef de partie, second, et enfin chef de cuisine. Certains ouvrent même leur propre restaurant.

Concernant les salaires : un débutant gagne environ 1 500 à 1 800 euros net par mois. Un cuisinier expérimenté peut monter à 2 500 euros, et un chef de cuisine confirmé dans un bel établissement peut gagner 3 000 à 4 000 euros net ou plus, surtout à Paris ou dans le luxe.

Il y a parfois aussi des pourboires et des repas fournis.

####

DIAPOSITIVE 6 – ACCÈS AU MÉTIER (Durée : 3:40 → 4:20)

####

[Parle avec conviction, montre les formations]

Pour accéder à ce métier, le diplôme de base est le CAP Cuisine, que l'on peut préparer après la 3ème, souvent en apprentissage. C'est le diplôme fondamental.

Ensuite, on peut faire un Bac Pro Cuisine en 3 ans, ou des mentions complémentaires pour se spécialiser.

Pour monter plus haut, il existe le BP Arts de la cuisine ou un BTS Hôtellerie-Restauration.

Mais dans la cuisine, ce qui compte le plus, c'est l'expérience, le talent et la passion. Beaucoup de grands chefs ont commencé par un CAP et ont gravi les échelons grâce à leur travail acharné.

####

DIAPOSITIVE 7 – MON AVIS APRÈS CETTE RECHERCHE (Durée : 4:20 → 5:00)

####

[Parle avec sincérité, regarde le public dans les yeux]

Pour conclure, après avoir étudié ce métier, je peux dire que oui, le métier de cuisinier m'attire vraiment. J'aime l'idée de créer des plats, d'être créatif et de faire plaisir aux gens avec mon travail.

Mais je ne me cache pas les difficultés : les horaires sont durs pour la vie de famille, c'est physique et il faut gérer le stress. Il faut vraiment avoir la vocation.

Pour l'instant, je pense que c'est une piste sérieuse pour moi. Je vais essayer de faire des stages en cuisine pour voir si ça me plaît vraiment au quotidien.

[PAUSE 2 secondes]

Merci de votre attention !

####

DIAPOSITIVE 8 – CONCLUSION FINALE (Durée : 5:00 → 5:10)

####

[Regarde le public, souris largement, dis la phrase avec conviction et énergie]

Cuisiner avec passion, servir avec le cœur !

[Montre rapidement les 4 images du bas avec la main]

Merci de votre attention !

[Fin de la présentation – reste souriant et prêt pour les questions]

=====

FIN DU SCRIPT

=====

CONSEILS DERNIERS MINUTES

- Respire profondément avant de commencer.
- Si tu oublies un mot : continue, ne t'excuse pas, le public ne s'en rendra pas compte.
- Parle un peu plus fort que d'habitude.
- Termine toujours par un grand sourire sur la diapositive 8.

Bonne présentation Anton ! Tu vas très bien le faire. ☺

=====