

# 14 modèles de lettre de stage de 3e + un modèle de CV

Mise à jour du 2 octobre 2026 — [lettres-types-gratuites.com](https://lettres-types-gratuites.com)

Ce pack regroupe les 14 modèles de lettre de stage de 3e publiés sur [lettres-types-gratuites.com](https://lettres-types-gratuites.com), classés par lieu de stage, ainsi qu'un modèle de CV pour un élève sans expérience. Remplacez les mentions entre crochets, vérifiez les dates, et imprimez-en plusieurs exemplaires pour les déposer en personne.

## À retenir avant d'envoyer

- Récupérez les dates exactes de la semaine de stage auprès du professeur principal dès la rentrée.
- Mettez les dates dans l'objet ET dans le corps de la lettre : c'est l'information qui manque le plus.
- Écrivez que la convention est fournie par le collège et qu'une signature suffit : cela lève le frein administratif.
- Visez dix structures, pas trois, et vérifiez le trajet en transport avant de postuler.
- Déposez en personne dans les commerces : l'élève se présente lui-même, le parent attend à l'écart.
- Durée : 1 semaine maximum, 7 heures par jour et 35 heures par semaine au maximum.
- Si rien n'aboutit à trois semaines de l'échéance, prévenez le collège par écrit.

## Sommaire

- 1. Lettre de motivation de stage de 3e : le modèle de base
- 2. Mail de demande de stage de 3e
- 3. Lettre de demande de stage de 3e en mairie
- 4. Lettre de motivation de stage de 3e en école maternelle ou primaire
- 5. Lettre de motivation de stage de 3e en salon de coiffure
- 6. Lettre de motivation de stage de 3e à la gendarmerie ou au commissariat
- 7. Lettre de motivation de stage de 3e chez un vétérinaire
- 8. Lettre de motivation de stage de 3e en boulangerie, commerce ou restaurant
- 9. Lettre de motivation de stage de 3e en hôpital, cabinet médical ou pharmacie
- 10. Lettre de motivation de stage de 3e chez les sapeurs-pompiers
- 11. Lettre de motivation de stage de 3e en garage ou en atelier
- 12. Lettre de motivation de stage de 3e en informatique ou dans le numérique
- 13. Lettre de motivation de stage de 3e en médiathèque, musée ou club sportif
- 14. Lettre de motivation quand on ne sait pas encore quel métier on veut faire
- Annexe — Modèle de CV pour un stage de 3e

## 1. Lettre de motivation de stage de 3e : le modèle de base

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom de l'entreprise]

À l'attention de [Madame / Monsieur] [Nom], ou de Madame, Monsieur

[Adresse de l'entreprise]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège], à [ville]. Dans le cadre de ma scolarité, je dois effectuer une séquence d'observation en entreprise d'une semaine, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais réaliser ce stage dans votre [entreprise / structure / magasin] parce que [raison simple et vraie : le métier de [métier] m'intéresse / je voudrais comprendre comment fonctionne [activité] / j'aimerais découvrir ce que fait un [métier] dans une journée].

Je serais attentif(ve) et respectueux(se) des consignes qui me seraient données, et je sais que mon rôle est d'observer.

La convention de stage est fournie par mon collège : il vous suffirait de la signer, sans autre démarche de votre part.

Je vous remercie de l'attention portée à ma demande. Mes parents et moi restons joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 2. Mail de demande de stage de 3e

Objet : Demande de stage d'observation de 3e — du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je m'appelle [Prénom Nom] et je suis élève en 3e au collège [nom], à [ville].

Je dois faire un stage d'observation d'une semaine, du [date de début] au [date de fin], et j'aimerais beaucoup le faire chez vous, parce que [raison en une phrase].

C'est un stage d'observation : je n'aurais pas de travail à faire, seulement à regarder et à poser des questions.

La convention est fournie par mon collège, vous n'auriez qu'à la signer.

Si ma demande vous intéresse, vous pouvez joindre mes parents au [téléphone] ou répondre à ce message.

Je vous remercie beaucoup,

[Prénom Nom]

Élève de 3e au collège [nom]

[Téléphone d'un parent]

### 3. Lettre de demande de stage de 3e en mairie

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Monsieur le Maire / Madame la Maire] de [commune]

Mairie de [commune]

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

[Monsieur le Maire / Madame la Maire],

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois effectuer une semaine d'observation en milieu professionnel, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais découvrir le fonctionnement d'une mairie et les métiers du service public. Les services qui m'intéressent le plus sont [l'état civil / l'urbanisme / les espaces verts / le service technique / la médiathèque / le centre communal d'action sociale], mais je suis prêt(e) à être affecté(e) au service qui pourra m'accueillir.

Je sais qu'il s'agit d'un stage d'observation et je respecterai la confidentialité des informations dont je pourrais avoir connaissance.

La convention de stage est établie par mon collège et n'exige qu'une signature de votre part.

Je vous remercie de l'attention portée à ma demande. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, [Monsieur le Maire / Madame la Maire], l'expression de ma considération respectueuse.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 4. Lettre de motivation de stage de 3e en école maternelle ou primaire

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

À l'attention de [Madame la Directrice / Monsieur le Directeur]

École [maternelle / élémentaire] [nom]

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

[Madame la Directrice / Monsieur le Directeur],

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois réaliser une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais effectuer ce stage dans votre école car je voudrais découvrir les métiers de [l'enseignement / l'animation / la petite enfance]. J'aimerais comprendre comment se prépare une journée de classe et comment on s'occupe d'un groupe d'enfants.

Je sais que ma place serait uniquement d'observer et d'aider si on me le demande, et que je devrais rester discret(ète) sur ce que je verrais.

Si des documents particuliers sont nécessaires pour entrer dans un établissement scolaire, je les fournirai sans difficulté.

La convention est fournie par mon collège et il suffirait de la signer.

Je vous remercie de votre attention. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, [Madame la Directrice / Monsieur le Directeur], mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 5. Lettre de motivation de stage de 3e en salon de coiffure

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

Salon [nom du salon]

À l'attention de [Madame / Monsieur] [Nom]

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois faire une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

Le métier de coiffeur m'intéresse beaucoup et j'aimerais le découvrir dans un vrai salon : voir comment se passe une journée, comment on accueille les clients et quelles techniques sont utilisées.

Je sais qu'il s'agit d'un stage d'observation : je ne toucherais ni aux clients ni aux produits, et je resterais en retrait pendant les prestations.

Je peux aider à ranger, à accueillir ou à préparer le poste de travail si cela vous arrange, et je serai ponctuel(le) et discret(ète).

La convention de stage est fournie par mon collège : une simple signature suffit.

Je vous remercie beaucoup. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 6. Lettre de motivation de stage de 3e à la gendarmerie ou au commissariat

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

À l'attention de [Monsieur le Commandant de la brigade de gendarmerie / Monsieur le Commissaire]

[Brigade de gendarmerie / Commissariat] de [commune]

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège], à [ville]. Je dois effectuer une semaine de stage d'observation en milieu professionnel, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais réaliser ce stage au sein de votre [brigade / commissariat] car les métiers de la [gendarmerie / police nationale] m'intéressent, et je voudrais comprendre en quoi consiste réellement le travail au quotidien, au-delà de ce que l'on en voit.

Je mesure les exigences de discrétion liées à vos missions et je m'engage à respecter strictement les consignes qui me seraient données, ainsi que la confidentialité de tout ce dont je pourrais avoir connaissance.

Je fournirai sans difficulté tous les documents que vous jugeriez nécessaires. La convention de stage est établie par mon collège.

Je vous remercie de l'attention portée à ma demande. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de ma respectueuse considération.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 7. Lettre de motivation de stage de 3e chez un vétérinaire

[Prénom Nom]  
[Adresse]  
[Code postal Ville]  
[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

Cabinet vétérinaire [nom]  
À l'attention de [Docteur [Nom] / Madame, Monsieur]  
[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois effectuer une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

Le métier de vétérinaire m'intéresse depuis [élément concret : nous avons un animal à la maison / j'aide à la ferme de [lien] / j'ai fait un exposé sur ce métier], et j'aimerais découvrir à quoi ressemble réellement une journée dans un cabinet.

Je sais que je ne pourrais pas assister à tous les soins et que ma place serait d'observer, à distance, ce que vous jugerez possible. L'accueil, la préparation du matériel ou le suivi administratif m'intéresseraient tout autant que les consultations.

La convention de stage est fournie par mon collège et ne demande qu'une signature.

Je vous remercie beaucoup de l'attention portée à ma demande. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]  
[Signature]

## 8. Lettre de motivation de stage de 3e en boulangerie, commerce ou restaurant

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom du commerce]

À l'attention de [Madame / Monsieur] [Nom], ou du responsable

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège], à [ville], et je dois faire un stage d'observation d'une semaine, du [date de début] au [date de fin].

J'aimerais le faire chez vous pour découvrir le métier de [boulangier / pâtissier / vendeur / cuisinier / serveur] et comprendre comment s'organise une journée, de la préparation à l'accueil des clients.

Je sais que je ne pourrais pas utiliser les machines ni manipuler les produits sans surveillance, et que mon rôle serait d'observer. Je peux aider sur des tâches simples si vous le souhaitez.

Je peux être présent(e) aux horaires qui vous conviennent, dans la limite de 7 heures par jour, et je suis prêt(e) à commencer tôt le matin si c'est le rythme de votre métier.

La convention est fournie par mon collège : une signature suffit.

Je vous remercie beaucoup. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 9. Lettre de motivation de stage de 3e en hôpital, cabinet médical ou pharmacie

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom de l'établissement]

À l'attention de [la direction des ressources humaines / Docteur [Nom] / Madame, Monsieur]

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois effectuer une semaine d'observation en milieu professionnel, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais découvrir les métiers de la santé, en particulier [infirmier / aide-soignant / pharmacien / médecin / sage-femme], et comprendre comment s'organise le travail d'une équipe au quotidien.

Je suis conscient(e) que je ne pourrais pas assister aux soins ni approcher les patients, et que je devrais respecter le secret professionnel sur tout ce que je pourrais voir ou entendre. Je m'y engage sans réserve.

Je fournirai tous les documents demandés, notamment mes vaccinations si cela est nécessaire. La convention est fournie par mon collège.

Je vous remercie de l'attention portée à ma demande. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 10. Lettre de motivation de stage de 3e chez les sapeurs-pompiers

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

À l'attention de Monsieur le Directeur

Service départemental d'incendie et de secours

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège], à [ville], et je dois réaliser une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais découvrir le métier de sapeur-pompier, que je connais surtout de l'extérieur. J'aimerais comprendre comment s'organise une garde, comment se prépare le matériel et en quoi consiste le travail en dehors des interventions.

Je sais que je ne pourrais pas participer aux interventions ni manipuler le matériel de secours, et que ma place serait strictement celle d'un observateur, dans le respect total des consignes de sécurité.

Si votre service dispose d'un dossier de candidature ou de conditions particulières, je les respecterai. La convention est fournie par mon collège.

Je vous remercie de votre attention. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de ma respectueuse considération.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 11. Lettre de motivation de stage de 3e en garage ou en atelier

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom du garage ou de l'atelier]

À l'attention de [Madame / Monsieur] [Nom], ou du responsable d'atelier

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois effectuer une semaine de stage d'observation en entreprise, du [date de début] au [date de fin].

La [mécanique / carrosserie / maintenance] m'intéresse et je voudrais voir comment on travaille vraiment dans un atelier : le diagnostic d'une panne, l'organisation d'une journée, et les outils utilisés.

Je sais que je ne pourrai ni utiliser les machines ni intervenir sur les véhicules, et que je devrai rester à distance et porter les équipements de protection que vous me donnerez. Je resterai en observation.

La convention de stage est fournie par mon collège, et il vous suffirait de la signer.

Je vous remercie de l'attention portée à ma demande. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 12. Lettre de motivation de stage de 3e en informatique ou dans le numérique

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom de l'entreprise]

À l'attention de [Madame / Monsieur] [Nom], ou de Madame, Monsieur

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège] et je dois faire une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

L'informatique m'intéresse et j'ai déjà [élément concret : créé un petit site, programmé avec Scratch ou Python au collège, monté un ordinateur, réalisé une vidéo, appris les bases du code en autodidacte]. J'aimerais voir comment on travaille dans une vraie entreprise du secteur.

Je voudrais surtout comprendre comment un projet se construit à plusieurs, et quels métiers existent en dehors du développement.

Je sais que mon rôle serait d'observer et de poser des questions, et je respecterai la confidentialité des projets sur lesquels vous travaillez.

La convention de stage est fournie par mon collège : une signature suffit.

Je vous remercie beaucoup. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

### 13. Lettre de motivation de stage de 3e en médiathèque, musée ou club sportif

[Prénom Nom]

[Adresse]

[Code postal Ville]

[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom de la structure]

À l'attention de [Madame la Directrice / Monsieur le Directeur / Madame, Monsieur]

[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e au collège [nom du collège], à [ville], et je dois effectuer une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

Je souhaiterais réaliser ce stage dans votre [médiathèque / musée / club / association] parce que [raison : je fréquente votre structure depuis [durée] / je pratique [activité] / les métiers de [la culture, du sport, de l'animation] m'intéressent].

J'aimerais découvrir ce qui se passe en dehors de ce que voit le public : la préparation des activités, l'organisation d'une journée, et les différents métiers de l'équipe.

Je peux participer à des tâches simples si cela vous aide, et je serai ponctuel(le) et respectueux(se) du public accueilli.

La convention de stage est fournie par mon collège et n'exige qu'une signature.

Je vous remercie de votre attention. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]

[Signature]

## 14. Lettre de motivation quand on ne sait pas encore quel métier on veut faire

[Prénom Nom]  
[Adresse]  
[Code postal Ville]  
[Téléphone d'un parent] — [Adresse mail]

[Nom de la structure]  
À l'attention de [Madame / Monsieur] [Nom], ou de Madame, Monsieur  
[Adresse]

À [ville], le [date]

Objet : demande de stage d'observation de 3e du [date de début] au [date de fin]

Madame, Monsieur,

Je suis élève en classe de 3e [prépa-métiers, le cas échéant] au collège [nom du collège], à [ville]. Je dois effectuer une semaine de stage d'observation, du [date de début] au [date de fin].

Je ne sais pas encore quel métier je veux faire, et c'est précisément pour cela que ce stage compte pour moi. Je dois choisir mon orientation cette année et j'aimerais voir de près à quoi ressemble le travail dans votre [entreprise / structure], avant de décider.

Ce qui m'attire chez vous, c'est [élément simple et vrai : votre activité, un métier que j'ai vu de l'extérieur, le fait que plusieurs métiers différents y cohabitent].

Je viendrais pour observer, écouter et poser des questions, en respectant les consignes qui me seraient données.

La convention de stage est fournie par mon collège : il suffirait de la signer.

Je vous remercie beaucoup de l'attention portée à ma demande. Mes parents sont joignables au [téléphone].

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, mes salutations respectueuses.

[Prénom Nom]  
[Signature]

## Annexe — Modele de CV pour un stage de 3e

[PRÉNOM NOM]

[Âge] ans — [Ville]

Téléphone : [téléphone d'un parent] — Mail : [prenom.nom@...]

### RECHERCHE

Stage d'observation de 3e d'une semaine, du [date de début] au [date de fin], dans le domaine de [domaine ou « découverte des métiers »].

### SCOLARITÉ

[Année en cours] : classe de 3e [prépa-métiers, le cas échéant], collège [nom], à [ville]

[Année] : brevet d'études préparé en [année]

Langues étudiées : [anglais, niveau scolaire] — [deuxième langue, niveau scolaire]

### CE QUE JE SAIS FAIRE

Informatique : [traitement de texte, tableur, présentation, Scratch, Python, montage vidéo, retouche d'image]

Autres : [vélo, permis internet, attestation scolaire de sécurité routière, premiers secours si vous l'avez]

### CENTRES D'INTÉRÊT

[Activité sportive] : [club, nombre d'années de pratique]

[Activité artistique ou culturelle] : [précision]

[Autre centre d'intérêt précis : animaux, cuisine, mécanique, lecture, jeux de construction]

### EXPÉRIENCES ET ENGAGEMENTS

[Délégué(e) de classe en [année] / Membre du conseil de vie collégienne / Bénévole lors de [événement] /

Garde d'enfants dans la famille / Aide dans le commerce familial / Participation à [projet scolaire]]

### DISPONIBILITÉ

Du [date de début] au [date de fin], [nombre] heures par jour au maximum, convention fournie par le collège.

Duree, horaires, convention et assurance verifiees le 3 octobre 2026 sur [service-public.gouv.fr](https://service-public.gouv.fr) (fiche F1882, mise a jour au 21 octobre 2025) et sur l'actualite du 12 fevrier 2026 relative a la plateforme [1eleve1stage](https://1eleve1stage.com). Document gratuit - [lettres-types-gratuites.com](https://lettres-types-gratuites.com)