

# COMMENT ÊTRE AU TOP POUR RÉUSSIR VOS CONCOURS.

**IDRAC**  
BUSINESS SCHOOL

**DEVENEZ  
REMARQUABLE**

|| BTS | BACHELORS | PROGRAMME GRANDE ÉCOLE | MBA ||

# ÉDITO

Chaque année, des milliers d'étudiants passent les concours d'entrée en écoles de commerce en France. Ces derniers assurent le principe d'égalité des chances entre les candidats et permettent ainsi aux Business School françaises, à l'instar d'IDRAC Business School, de recruter les profils les plus méritants.

Assiduité, travail régulier, organisation, mode de vie sain et actif, etc., sont de mise pour réussir ces épreuves. Néanmoins, certains candidats éprouvent des difficultés à adopter une méthodologie minutieuse et un programme focalisé sur la préparation des épreuves. Or une bonne organisation associée à une bonne dose de motivation et à une volonté de fer constitue la recette miracle du succès ! Il est tout à fait normal de stresser et d'être angoissé à l'approche du jour J. Néanmoins, le stress ne doit pas vous paralyser et vous empêcher de vous préparer.

Grâce à une bonne préparation en amont, vous parviendrez à le gérer et à canaliser votre énergie dans le bon sens. Les conseils et recommandations proposés dans la suite de cet article visent à vous aider et à vous préparer aux concours d'entrée en école de commerce sous les meilleurs auspices.



# SOMMAIRE

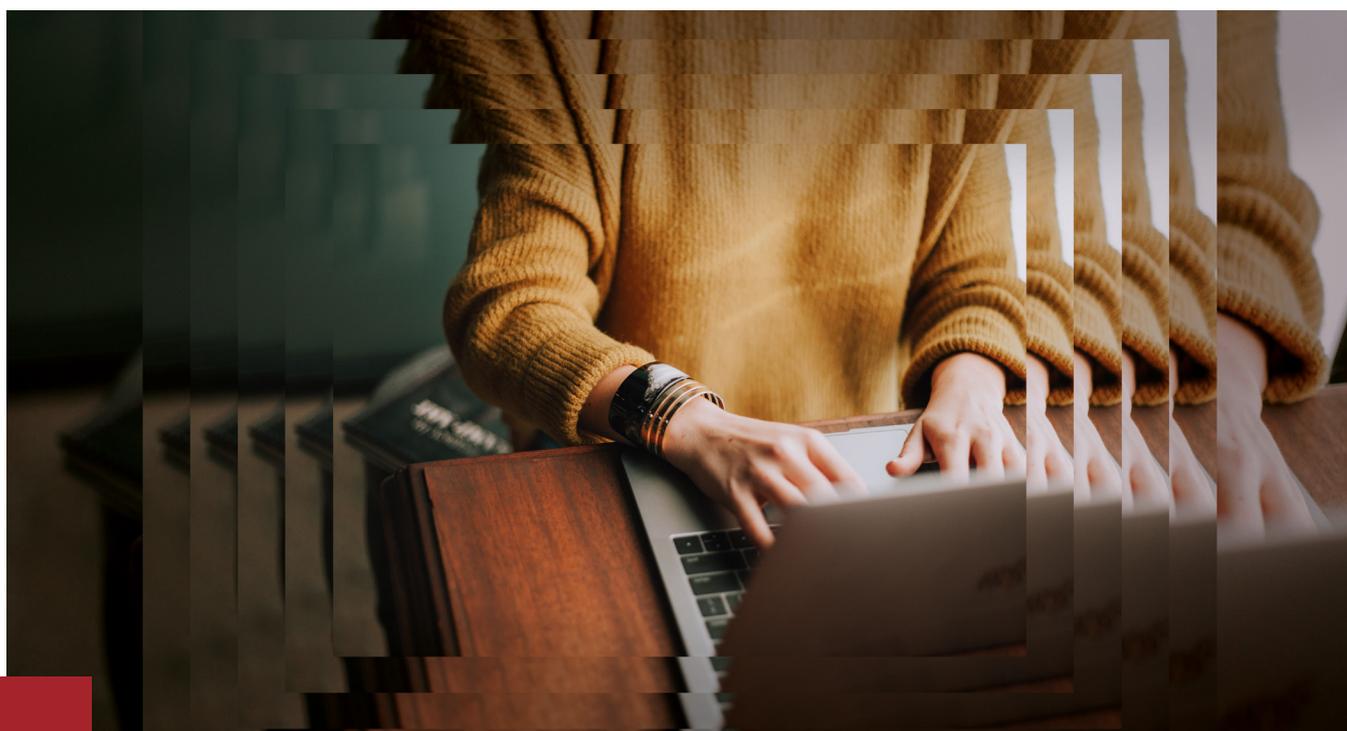
- 1 LIRE LE RÈGLEMENT DU CONCOURS**
- 2 GÉRER LE STRESS**
- 3 BÂTIR UN PLANNING DE RÉVISIONS DYNAMIQUE**
- 4 AMÉLIORER VOTRE RYTHME DE VIE**
- 5 S'ENTRAÎNER SEUL OU EN GROUPE**
- 6 LE JOUR J : GARDER LES BONS**
- 7 RÉFLEXES, PAS DE PANIQUE !**
- 8 ABORDER L'ORAL AVEC CONFIANCE**
- 9 INTÉGRER LES PROGRAMMES  
IDRAC BUSINESS SCHOOL**

# LIRE LE RÈGLEMENT DU CONCOURS

Vous êtes tenu de respecter toutes les instructions qui figurent dans le règlement du concours dès votre inscription. Lisez-le minutieusement afin de vous assurer de répondre aux critères d'admissibilité et de participation. Le règlement contient également des informations détaillées sur le déroulement des épreuves écrites et orales, il expose notamment :

- **les conditions d'admission et les dispositions générales du concours ;**
- **les modalités d'inscription ;**
- **des informations sur la protection des données personnelles du candidat ;**
- **l'organisation des épreuves ;**
- **le déroulement des épreuves écrites et orales ;**
- **le jury d'admission ;**
- **etc.**

En lisant les différentes consignes à respecter, ainsi que les informations détaillées sur le déroulement de chaque étape du concours, les inquiétudes et zones d'ombre seront dissipées. Vous participerez ainsi au concours efficacement et à tête reposée.



# GÉNERER LE STRESS

La procrastination est votre ennemi juré. En reportant à plus tard vos préparations, vous risquez de vous surcharger et de travailler dans l'urgence. Vous allez ainsi stresser, vous culpabiliserez et vous finirez peut-être par perdre le moral.

Ne comptez pas sur la chance pour réussir votre concours car celui-ci ne s'improvise pas. Pour ne pas en rester aux bonnes résolutions, adoptez et appliquez plutôt les bonnes pratiques. L'organisation du temps et du travail est l'unique moyen de vous préparer à votre concours sans stress. Placez vos priorités en ligne de mire dans votre planning car l'emploi-du-temps scolaire à lui seul ne suffit pas. Pour être sûr que les points qui vous causent un blocage sont clairement et parfaitement organisés, planifiez en détail votre emploi du temps, du lundi au dimanche, du matin au soir : cours, temps de travail personnel, activités extra-scolaires, transports, loisirs, etc. Tout doit y figurer ! Pour cela, tous les outils sont bons pour vous simplifier la tâche, du tableau mémo aux logiciels téléchargeables gratuitement sur internet, en passant par les agendas papier traditionnels.

“

**Planifiez en détail votre emploi du temps, du lundi au dimanche, du matin au soir : cours, temps de travail personnel, activités extra-scolaires, transports, loisirs, etc. Tout doit y figurer !**

”



**Les capacités de concentration de l'être humain sont limitées. Ceci est d'autant valable pour les jeunes entre 17 et 21 ans, qui ont tendance à se lasser du travail au bout de 40 ou 50 minutes.**

Changez de sujet d'étude pour reposer l'esprit et recouvrer une meilleure concentration sur un autre type d'exercice. Pour éviter de vous disperser, il n'y a pas de mal à redéfinir vos priorités pour mieux les adapter à vos objectifs. Parfois, vous aurez à faire des choix difficiles, comme renoncer à une activité qui vous tient à cœur. Au lieu de stresser, dites-vous que la période de préparation est passagère et que vous pourrez reprendre votre activité favorite après avoir réussi le pari des épreuves. Faire chaque chose en son temps est un vrai soulagement et une libération. Vous allez ainsi pouvoir fermer les yeux la veille des épreuves en ayant la conscience apaisée.

## LE CONSEIL

**Faites des petites pauses d'entre 6 et 10 minutes, toutes les heures, voire toutes les 2 heures, selon ce qu'il vous convient.**

# BÂTIR UN PLANNING DE RÉVISION DYNAMIQUE

Pour être paré à toutes les éventualités le jour des épreuves et ne pas souffrir de leucosélophobie (syndrome de la page blanche), c'est simple ! Il suffit d'établir une liste des cours et matières à réviser, mais le plus important est de vous tenir aux plannings pour ne pas vous disperser. Organisez votre temps en fonction du résultat escompté. Cela implique une programmation des révisions qui prend en considération les objectifs tracés. Notez sur un calendrier les soirées que vous souhaitez réserver aux révisions. Lisez les ouvrages du programme et construisez des fiches au fur et à mesure de votre avancement. Aucune impasse n'est tolérée, car vous risquez de tomber sur un sujet auquel vous ne vous êtes pas préparé. C'est une erreur fatale !

**Le planning détaillé de vos journées permet de :**

- consacrer le temps nécessaire à chaque activité ;
- créer des automatismes : une activité programmée est plus facile ;
- ordonner votre quotidien et libérer la tête des tracas.

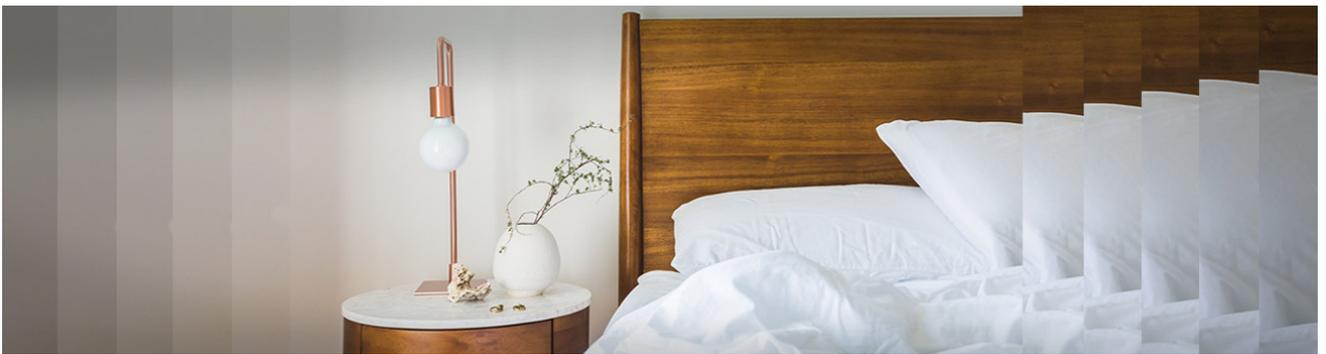


## LE CONSEIL

**Doublez d'efforts pour assimiler des thèmes ou les matières qui vous posent problème.**

# AMÉLIOREZ VOTRE RYTHME DE VIE

Une bonne organisation doit tenir compte de vos rythmes personnels. Pour avoir la pêche et être au top de votre forme à l'arrivée du grand jour, vous devez adopter une hygiène de vie irréprochable. Du régime alimentaire à la qualité du sommeil, en passant par l'activité physique, lorsque vous prenez soin de votre corps et de votre esprit, ils vous le rendront lors des épreuves. Vous aurez une plus grande capacité de concentration, une meilleure mémoire et un état d'esprit très positif. Bref, vous vous sentirez bien dans votre peau et cela se reflètera sans nul doute sur vos performances, et par ricochet sur vos résultats.



**Le manque de sommeil serait source de stress pour 20% des étudiants !**



Laissez de côté les sorties en discothèques, les jeux vidéo, les soirées dvd et autres loisirs nocturnes, afin d'essayer d'améliorer la qualité de votre sommeil. Sachez que le manque de sommeil serait source de stress pour 20% des étudiants ! Pour récupérer le manque de sommeil, il faut plusieurs jours, d'où l'importance d'adopter un rythme de vie plus sain le plus tôt possible, au risque de souffrir de difficultés de concentration et de mémorisation.

---

**La moyenne recommandée est de 7 à 9 heures de sommeil, celles avant minuit étant les plus récupératrices.**

**Faites une activité sportive soutenue de 40 minutes par jour au moins et privilégiez un nourriture équilibrée et variée. Évitez les boissons énergisantes et les stupéfiants, il va sans dire !**

# S'ENTRAÎNER SEUL OU EN GROUPE



“ Le travail en groupe est stimulant, favorise la concentration et permet de maintenir le cap et aplanir les difficultés rencontrées en cours de chemin. ”

S'entraîner seul ou en groupe, en répétant plusieurs fois les mêmes exercices, est un excellent moyen de se préparer aux épreuves. Si vous accumulez souvent les retards pour réaliser votre travail, vous êtes le mieux placé pour en repérer les raisons. De même, si vous êtes long à effectuer un travail, privilégiez alors les séances de travail courtes.

Si vous préférez le travail en groupe, alors rien ne vous empêche de travailler avec un ou des amis. Néanmoins, leur organisation doit vous convenir. Si vous êtes du genre compétitif, fixez-vous des challenges susceptibles de vous motiver et de vous donner l'envie de persévérer.

**Des groupes de 2 ou 3 suffisent largement pour insuffler cet esprit à la fois solidaire et compétitif extrêmement bénéfique.**



Ainsi, vous pouvez progresser tous ensemble en partageant informations, explications et astuces. Le travail en groupe est stimulant, favorise la concentration et permet de maintenir le cap et aplanir les difficultés rencontrées en cours de chemin grâce au partage et à l'échange des points de vue et des réflexions. La mise en situation reste la meilleure approche pour un entraînement en bonne et due forme. Au début, il n'est pas nécessaire de fixer une durée, mais au fur et à mesure que vous avancez, vous devriez limiter le temps en fonction de la durée de l'épreuve. Ainsi, vous serez en mesure d'évaluer votre niveau et remédier aux points faibles si nécessaire.

# LE JOUR J : GARDER LES BONS RÉFLEXES

Un bon candidat doit faire preuve de curiosité et d'audace pour mener à bien sa préparation et être en mesure d'exploiter ses idées avec la manière adéquate. Encore une fois, vous ne voulez pas être envahi par un sentiment de panique et d'impuissance ? C'est simple :

## Les règles d'or



1

Ne laissez rien à la dernière minute, et c'est valable à l'écrit, comme à l'oral. De cette manière, le jour J vous aurez entière confiance en vous et vous ne serez pas dans l'attente de ce qui va vous être demandé, car vous vous serez préparé à toutes les éventualités sans rien laisser au hasard.

2

Lisez et relisez bien les questions et les sujets proposés avant de répondre. Chaque mot utilisé pour formuler une question a son importance.

Surtout ne vous précipitez pas ! Certains étudiants sont obsédés par l'idée de vouloir terminer leur épreuve dans un temps record, et s'il y a bien des candidats particulièrement brillants qui parviennent à le faire, ce n'est pas le cas de tout le monde. Nous n'avons pas tous le même rythme et certains ont besoin de plus de temps pour accomplir leur épreuve, cela n'est pas perçu comme un défaut, bien au contraire, cela démontre un signe de sagesse et de patience. Alors ne vous laissez pas entraîner dans cette course contre la montre et exploitez chaque seconde du temps qui vous est accordé pour achever votre travail et répondre à toutes les questions ! Exit donc les parties qui manquent, les fins bâclées, les réponses faites à la va-vite, qui plus est dans un style qui laisserait à désirer !

Même si personne n'est à l'abri des fautes d'orthographe, veuillez néanmoins à éviter celles d'inattention au maximum en veillant à utiliser le vocabulaire spécifique à chaque matière.

## LE CONSEIL

**Pour que votre travail soit évalué à sa juste valeur, vous devez le présenter sous son plus beau jour. Cela implique que l'orthographe et la présentation doivent être irréprochables !**

# ABORDER L'ORAL

## AVEC CONFIANCE

Attendre d'avoir passé les épreuves écrites pour se préparer aux épreuves orales serait une grave erreur. Car l'oral compte autant que les épreuves écrites. Il faut donc s'y préparer dès le début de l'année pour maximiser toutes vos chances. Après avoir réussi vos épreuves écrites, offrez-vous un break de quelques jours, puis remettez-vous au travail.

L'entretien avec le jury fait partie intégrante de l'évaluation et le temps consacré à chaque candidat est limité, d'où l'importance de s'y préparer rigoureusement pour pouvoir développer ses idées sans être interrompu. Vous pouvez vous aider d'une montre à poser sur le bureau pour être sûr de rester dans les temps impartis. À l'oral, le jury attend de vous que vous montriez vos capacités et vos compétences, en occupant l'espace d'une manière intelligente. Se retrouver seul devant un jury composé de six ou sept personnes peut être intimidant et stressant mais le jury en est bien conscient, donc pas de panique !

Ce dernier accorde une grande importance à la communication non verbale.



“

Se retrouver seul devant un jury composé de six ou sept personnes peut être intimidant et stressant mais le jury en est bien conscient, donc pas de panique !

”



La manière dont vous agissez leur donne des informations sur votre capacité à gérer le stress ou sur votre sincérité. Certains gestes peuvent vous porter préjudice. Alors, restez vous-même ! Ne cherchez pas à imiter une personne que vous connaissez ou à avoir une personnalité différente de la vôtre.

Pour finir, il convient de dire que vous seul pourrez trouver le rythme et l'organisation qui vous conviennent. Si au bout de quelques jours vous vous apercevez que vous n'arrivez pas à tenir le rythme, alors il n'y a aucun mal à apporter au planning les modifications qui vous conviennent. En effet, il ne s'agit pas là de vous torturer mais de trouver un certain équilibre qui vous permettra de vous préparer sans pour autant vous épuiser ou tomber dans la dépression. Lorsque vous aurez trouvé cet équilibre, les préparations se dérouleront sans encombre et surtout sans stress.

## LE CONSEIL

**Évitez de regarder ailleurs, ne croisez pas les bras et les jambes, ne jouez pas avec votre crayon, n'adoptez pas une mauvaise posture, ne vous touchez pas le visage trop souvent, évitez de faire trop de gestes avec les mains, et éliminez les tics gênants : balancements, va et viens, grimaces, etc.**

**INTÉGRER LES**  
**PROGRAMMES**  
**IDRAC**  
**BUSINESS**  
**SCHOOL**

# PROGRAMME GRANDE ÉCOLE

- L'admission en 1<sup>ère</sup> année du Programme Grande École se fait via PARCOURSUP<sup>®</sup> sur concours.
- L'admission en 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> année du PGE se fait sur concours écrit et oral. Les candidats sont invités à s'inscrire sur le site [ecoles-idrac.com](http://ecoles-idrac.com) et à remplir le dossier de candidature IDRAC Business School.
- En cycle master l'admission est ouverte aux titulaires ou candidats d'une Licence (ou d'un Bachelor) à dominante tertiaire et internationale, maîtrisant deux langues étrangères et ayant obtenu un minimum de 700 points au TOEIC. Ceux-ci doivent remplir le dossier de candidature IDRAC Business School pour passer le concours. Si le niveau est entre 600 et 700 au TOIEC, le candidat réalisera l'English intensive seminar la première année, ainsi que des cours d'anglais.



**AVEC LE PROGRAMME GRANDE ÉCOLE,  
VOUS AVEZ 5 ANS POUR DEVENIR  
QUI VOUS VOULEZ.**

Les années 2 et 4 du Programme Grande École sont accessibles via un processus d'admission sur critères d'excellences. Pour l'entrée en 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> année, une moyenne supérieure ou égale à 14/20 au cours des trois derniers semestres du cursus sera demandée aux candidats. Les candidats sélectionnés n'ont pas à passer d'épreuves écrites. Après réception et étude du dossier, le candidat est convoqué à l'entretien oral.

# BACHELOR

## BACHELOR MARKETING & BUSINESS

- Le concours d'entrée en 1<sup>ère</sup> année est accessible aux candidats français et étrangers titulaires, ou futurs titulaires, d'un Baccalauréat français ou d'un diplôme équivalent. La rentrée de septembre est pré-organisée par le biais du portail PARCOURSUP®. La rentrée de février est conditionnée par un concours autonome et indépendant de celui organisé pour la rentrée de septembre.
- Le concours d'entrée en 2<sup>e</sup> année s'adresse aux candidats français et étrangers titulaires, ou en voie de le devenir, d'une année universitaire et justifiant de 60 crédits ECTS ou équivalent.
- Enfin, le concours d'entrée en 3<sup>e</sup> année est dédié aux candidats français et étrangers qui ont, ou sont en passe, d'avoir à leur actif deux années universitaires ou un Diplôme Bac+2, et justifiant de 120 crédits ECTS ou équivalent.

**AVEC LE BACHELOR IDRAC, VOUS  
N'ALLEZ PAS TROUVER VOTRE VOIE,  
VOUS ALLEZ LA CHOISIR**



# BACHELOR

## BACHELOR TECHNICO-COMMERCIAL

- L'admission est ouverte aux titulaires d'un Bac+2 scientifique ou technique (120 crédits ECTS). Un niveau en langue minimum est demandé.
- Les candidats au Bachelor Technico-commercial doivent remplir le dossier de candidature IDRAC Business School. Après réception et étude du dossier, le candidat est convoqué à passer un entretien oral.
- Ce parcours est 100% en alternance.

**SI VOUS NE SAVEZ PAS QUOI FAIRE,  
CHEZ NOUS, VOUS SEREZ LIBRE DE  
TOUT ESSAYER.**



## BACHELOR MANAGEMENT & SALES ( 100% ONLINE)

Le Bachelor Management & Sales (100% online) est accessible uniquement en Bac+3. L'admission est ouverte aux titulaires d'un BTS, DUT, classe préparatoire ou Licence 2 à dominante tertiaire et internationale (120 ECTS). Il est également possible de candidater via la VAE ou par le biais du CPF.

## MBA IDRAC BS : BIEN PLUS QU'UNE LIGNE SUR VOTRE CV, UNE EXPÉRIENCE.



- Les candidats sont reçus sur le campus de leur choix pour passer les épreuves orales. Celles-ci se composent d'un atelier collaboratif au cours duquel les candidats sont amenés à résoudre ensemble une problématique, ainsi que d'un entretien individuel centré sur le projet et le profil du candidat. Les jurys sont composés de professionnels et de membres du corps professoral. Pour une entrée en 4<sup>e</sup> année, les candidats sont invités à remplir le dossier de candidature IDRAC Business School et à s'inscrire aux épreuves d'admission.
- Pré-requis pour intégrer un MBA : avoir un diplôme niveau Bac+3.
- Pour le MBA Supply Chain, Achats & RSE et le MBA International Project Management, un niveau d'anglais est requis : 700 au TOIEC. Si le niveau est entre 600 et 700 au TOIEC, le candidat réalisera l'English intensive seminar la première année, ainsi que des cours d'anglais.

### Détails des prérequis pour les étudiants :

- **BAC+3 validé : ouvert aux étudiants provenant de toutes les filières de formation confondues (littéraire, scientifique, histoire de l'art...)**
- **BAC+4 validé : ouvert aux étudiants issus de sciences de gestion.**
- **BAC+5 validé : ouvert aux étudiants de toutes origines de formation.**

# BTS

## **BTS MCO, NDRC, GPME & CI**

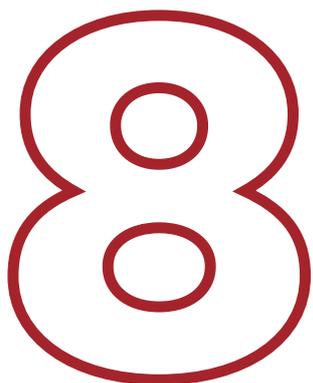
L'admission en BTS MCO (Management Commercial Opérationnel), NDRC (Négociation et Digitalisation de la Relation Client), GPME (Gestion de la PME) et CI (Commerce International) est conditionnée par la réussite du candidat à l'entretien de motivation.

Les candidats qui souhaitent intégrer l'un de ces BTS en initial sont conviés à s'inscrire à l'une des sessions d'admission spécifique proposée par IDRAC Business School. Il suffit pour cela de s'inscrire en ligne et de compléter directement le dossier de candidature BTS IDRAC Business School.

En apprentissage, l'admission en 1ère année se fait via PARCOURSUP®.

Retrouvez plus d'informations sur notre site **[ecoles-idrac.com](https://www.ecoles-idrac.com)**.





# CAMPUS IDRAC BUSINESS SCHOOL EN FRANCE

## **BORDEAUX**

114 Rue Lucien Faure  
33300 Bordeaux

Tél. : 05 57 92 93 03  
[info@idracbordeaux.com](mailto:info@idracbordeaux.com)

## **LYON**

47 Rue du Sergent Michel Berthet  
CP 607 - 69258 Lyon  
Cedex 09

Tél. : 04 72 85 72 72  
[info@idraclyon.com](mailto:info@idraclyon.com)

## **NANTES**

16, boulevard Général de Gaulle  
44200 Nantes

Tél. : 02 40 29 38 14  
[info@idracnantes.com](mailto:info@idracnantes.com)

## **PARIS**

20 bis Jardin Boieldieu  
92071 La Défense Cedex

Tél. : 01 44 40 80 40  
[info@idracparis.com](mailto:info@idracparis.com)

## **GRENOBLE**

3 bis rue de la Condamine  
38610 GIERES

Tél. : 04 76 09 15 72  
[info@idracgrenoble.com](mailto:info@idracgrenoble.com)

## **MONTPELLIER**

Parc Euromédecine  
499, rue de la croix verte  
34196 Montpellier Cedex 5

Tél. : 04 67 52 04 66  
[info@idracmontpellier.com](mailto:info@idracmontpellier.com)

## **NICE**

1200 Avenue Maurice Donat  
Natura 4 - Sophia Antipolis  
06250 Mougins

Tél. : 02 40 29 38 14  
[info@idracnice.com](mailto:info@idracnice.com)

## **TOULOUSE**

4 rue Paul Bernières  
31200 Toulouse

Tél. : 05 62 21 01 98  
[info@idractoulouse.com](mailto:info@idractoulouse.com)

**PLUS D'INFORMATIONS**  
**ECOLES-IDRAC.COM**



**@idrac.business.school**



**linkedin.com/school/idrac/**



**@ecole.idrac**



**@IDRAC\_BS**



**DEVENEZ  
REMARQUABLE**

**|| BTS | BACHELORS | PROGRAMME GRANDE ÉCOLE | MBA ||**

**Compétences  
et  
Développement**  
Réseau d'écoles et de centres de formation

[www.competences-developpement.com](http://www.competences-developpement.com)  
[contact@reseau-cd.fr](mailto:contact@reseau-cd.fr)

3A  
EPSI  
ESAIL  
ICL  
IDRAC

IET  
IEFT  
IFAG  
IGEFI  
IHEDREA

ILERI  
SUP'DE COM  
WIS