

Modèle pour les séances de définition d'objectifs suivant le modèle SMART

Objectif spécifique	Résultat quantifiable	Caractère réalisable	Importance	Défini dans le temps
Perfectionner ses compétences en rédaction de dissertations	Obtenir une note supérieure pour les dissertations d'ici la fin du semestre	Réalisable : En se basant sur les performances passées et les retours reçus, fixer un objectif d'amélioration réaliste	Pertinent : Améliorer les compétences de rédaction correspond aux aspirations académiques et professionnelles	Défini dans le temps : Atteindre cette amélioration au cours du semestre actuel
Améliorer les compétences de présentation	Faire une présentation sans utiliser de tics verbaux (par exemple, « euh », « hum »)	Réalisable : S'entraîner et répéter les présentations en se concentrant sur l'élimination des tics verbaux	Pertinent : Des compétences de présentation efficaces sont cruciales pour la réussite académique et professionnelle	Défini dans le temps : Faire une présentation sans tics verbaux dans les deux prochaines semaines
Maîtriser les concepts difficiles	Obtenir un score de 85 % ou plus au prochain examen portant sur un concept difficile	Réalisable : Allouer du temps d'étude dédié et rechercher des ressources supplémentaires pour comprendre les concepts difficiles	Pertinent : La maîtrise des concepts difficiles est essentielle pour réussir le cours	Défini dans le temps : Atteindre le score cible lors du prochain examen dans trois semaines
Augmenter la participation en classe	Participer aux discussions en classe au moins trois fois par semaine	Réalisable : Préparer les points de discussion à l'avance et s'engager activement avec le matériel de cours	Pertinent : La participation active contribue à une compréhension plus approfondie du sujet	Défini dans le temps : Atteindre l'objectif de participation de manière constante pour le reste du semestre
Améliorer la gestion du temps	Soumettre les devoirs avant les dates limites avec au moins une journée de marge	Réalisable : Mettre en œuvre des techniques de gestion du temps telles que la priorisation et la création d'un emploi du temps d'étude	Pertinent : Une gestion efficace du temps réduit le stress et améliore les performances académiques générales	Défini dans le temps : Prendre l'habitude de terminer les devoirs en avance dans le mois à venir