



Cours interentreprises – Jour en présentiel 8

Mes objectifs personnels pour aujourd'hui

Directive de travail « Tableau de motivation »

Situation initiale

Ce matin, vous avez du temps pour travailler sur les unités d'apprentissage. L'après-midi, vous vous consacrez à votre projet ou à votre documentation de projet.

Formulez des objectifs pour cette journée. Consignez vos objectifs dans le tableau de motivation.

Définition de la tâche

Étape 1 Définissez un à deux objectifs personnels que vous souhaitez atteindre aujourd'hui.

Utilisez la méthode SMART pour formuler les objectifs. Pour rappel :

- S : spécifique
- M : mesurable
- A : ambitieux
- R : réaliste
- T : temporel

Étape 2 Notez vos objectifs sur des fiches. Placez les fiches au bon endroit dans le tableau de motivation.

Étape 3 En classe, répondez à la question : pourquoi me suis-je fixé cet objectif ?

Important : consignez vos progrès tout au long de la journée de CI dans le tableau de motivation. Rédigez une fiche à chaque fois que vous avez franchi une étape. Placez la fiche au bon endroit dans le tableau de motivation.

À la fin de journée, vérifiez quels objectifs de l'étape 1 vous avez atteints. Analysez vos résultats et formulez des learnings personnels sur cette base. Vous recevrez une directive de travail distincte pour cela à la fin de la journée de CI.



Attentes

- Définir un à deux objectifs SMART personnels pour cette journée de CI.
- En classe, expliquer pourquoi on s'est fixé ces objectifs.
- Documenter ses progrès tout au long de la journée de CI sur le tableau de motivation.

Conditions-cadres

Durée : 20 minutes

Méthode de travail : travail individuel, séance plénière

Outils : fiches, crayons