

INSTRUCTION COMMUNE

PHASE UN

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 2

OCOM M103.02 – ÉTABLIR UN OBJECTIF PERSONNEL POUR L'ANNÉE D'INSTRUCTION

Durée totale :	30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans la publication A-CR-CCP-601/PG-002, *Norme de qualification et plan de la phase un*, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier et remettre à chaque cadet le document de cours sur les objectifs SMART qui se trouve à l'annexe A.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Aucun.

APPROCHE

L'exposé interactif a été choisi pour le PE 1 parce que c'est une façon efficace de stimuler l'intérêt et de motiver les cadets à établir des objectifs pour eux-mêmes.

Une activité en classe a été choisie pour le PE 2 parce que c'est une façon interactive de stimuler l'esprit et l'intérêt des cadets.

INTRODUCTION

RÉVISION

Aucune.

OBJECTIFS

À la fin de la leçon, le cadet devra avoir établi un objectif personnel pour l'année d'instruction.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets établissent des objectifs qui encourageront le développement personnel et les motiveront à accomplir leurs tâches.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 1 **Expliquer le concept de l'établissement d'un objectif.**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

DÉFINITION D'UN OBJECTIF

Un objectif est un but qu'une personne ou un groupe vise à atteindre; c'est le but d'une ambition ou d'un effort.

DIFFÉRENCE ENTRE DES OBJECTIFS À COURT TERME ET DES OBJECTIFS À LONG TERME

Les objectifs à court terme sont ceux qui peuvent être atteints en une courte période et sont souvent établis pour permettre d'atteindre ceux à long terme. Par exemple, si une personne veut être capable de courir cinq kilomètres à la fin de l'année, son objectif à court terme pourrait être de courir deux kilomètres dans deux mois. En établissant des objectifs à court terme réalisables, on peut mesurer les progrès réalisés en vue d'atteindre des objectifs à long terme.

COMMENT ÉLABORER DES OBJECTIFS

Les objectifs doivent être établis en fonction d'un but précis. Ils doivent être mesurables et atteignables, permettant ainsi de suivre les progrès réalisés. Un objectif devrait être quelque chose de motivant pour la personne qui désire l'atteindre.

ÉTABLISSEMENT D'UN OBJECTIF SMART



Distribuer le document de cours sur les objectifs SMART qui se trouve à l'annexe A. Discuter avec les cadets de ce que représente chaque lettre de l'acronyme « SMART » et donner un exemple d'un objectif SMART.

Les cadets doivent établir un objectif spécifique à atteindre. L'acronyme SMART est un outil que les cadets peuvent trouver utile.

S signifie spécifique : le but de l'objectif doit être défini avec précision.

M signifie mesurable : identifie une norme par rapport à laquelle la réalisation est évaluée.

A signifie atteignable : s'assurer que les ressources nécessaires sont accessibles pour réaliser l'objectif.

R signifie réaliste : s'assurer que l'objectif est intéressant pour le cadet.

T signifie traçable dans le temps : c'est la date d'achèvement de l'objectif.

Poser les questions suivantes aux cadets pour aider à obtenir des objectifs SMART.

Spécifiques. Quelles sont les activités que vous pouvez faire pour vous aider à atteindre votre objectif. Votre objectif doit être concis et centré sur un résultat spécifique (votre objectif ne peut pas être trop vague).

Mesurable. Aurais-je à travailler souvent pour atteindre mon objectif? Pendant combien de temps devrais-je me consacrer à des activités qui m'aident à atteindre mon objectif? Comment puis-je suivre ma progression dans l'atteinte de mon objectif? Mesurer votre progression vous aidera à suivre vos succès et à maintenir votre motivation.

Atteignable. Comment puis-je atteindre mon objectif? Y a-t-il des personnes qui peuvent m'aider à atteindre mon objectif? Y a-t-il des attitudes que je dois changer afin d'atteindre mon objectif? Identifier les ressources et les soutiens qui sont disponibles pour aider à atteindre un objectif est important pour demeurer sur les rails.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Réaliste. Puis-je réellement atteindre mon objectif? Mon objectif est-il trop grand? Est-ce qu'un objectif moindre serait plus réaliste et m'aiderait à réussir? Courir un marathon est un grand objectif et ne sera vraisemblablement pas atteint par plusieurs; cependant, devenir membre d'un club de course ou courir de plus petites distances représente des objectifs réalistes atteignables.

Limité dans le temps. Quand vais-je commencer à travailler pour atteindre mon objectif? Quand est-ce que je veux que mon objectif soit atteint? Les objectifs sont plus efficaces si on leur attribue un temps d'atteinte.



Exemple d'objectif SMART

OBJECTIF SMART	Lors de la parade du commandant de décembre, tous mes insignes seront cousus au bon endroit sur mon uniforme.
Spécifique :	Mes insignes seront tous cousus au bon endroit sur mon uniforme. Mon uniforme ne sera pas effiloché.
Mesurable :	J'obtiendrai un exemplaire des instructions sur la tenue qui indiquent où les insignes seront cousus sur mon uniforme. Je demanderai à ma mère de m'aider à coudre les insignes sur mon uniforme. Je travaillerai à perfectionner mon habileté à coudre tous les mardis soirs jusqu'à ce que mes insignes soient correctement cousus. Je rencontrerai mon maître divisionnaire la semaine précédant la parade du commandant de décembre pour m'assurer que mes insignes sont cousus au bon endroit sur mon uniforme. Je passerai le lundi soir précédant la parade du commandant à corriger toute erreur trouvée par mon maître divisionnaire concernant les insignes de mon uniforme.
Atteignable :	Je vérifierai auprès des cadets membres de la phase un pour m'assurer que mon uniforme est correct. Je chercherai aussi à obtenir des conseils de mon maître divisionnaire.
Limité dans le temps :	Je commencerai par demander un exemplaire des instructions sur la tenue lors de la soirée d'instruction de cette semaine. Je travaillerai à atteindre mon objectif chaque jeudi soir jusqu'à la parade du commandant.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

Q1. Qu'est-ce qu'un objectif?

Q2. Quelle est la différence entre les objectifs à court terme et les objectifs à long terme?

Q3. Que signifie l'acronyme SMART?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RÉPONSES PRÉVUES

R1. Un objectif est un but qu'une personne ou un groupe vise à atteindre; c'est le but d'une ambition ou d'un effort.

R2. Les objectifs à court terme sont ceux qui peuvent être atteints en une courte période et sont souvent établis pour permettre d'atteindre ceux à long terme.

R3. Spécifique, mesurable, atteignable, réel et limité dans le temps.

Point d'enseignement 2 **Diriger une activité visant à établir un objectif.**

Durée : 15 min Méthode : Activité en classe

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est que les cadets établissent un but personnel pour l'année d'instruction.

RESSOURCES

- Le document de cours intitulé Objectif SMART qui se trouve à l'annexe A; et
- des stylos et des crayons.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Aucun.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Demander aux cadets d'effectuer un remue-méninges et d'écrire sur une feuille volante une liste d'objectifs atteignables pour l'année d'instruction.

2. Demander à chaque cadet de choisir un objectif dans la liste.

3. Demander aux cadets de remplir le document de cours Objectif SMART en utilisant l'objectif auquel ils se sont identifiés.

4. S'assurer que chaque cadet a rempli le formulaire.

5. Les cadets conserveront leur formulaire rempli.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets' à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CONCLUSION

DEVOIR /LECTURE /PRATIQUE

Aucun.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

Aucune.

OBSERVATIONS FINALES

Vous aurez de nombreuses occasions d'établir des objectifs au cours du programme des cadets. Rappelez-vous l'acronyme SMART lorsque vous établirez des objectifs!

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Aucun.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-021 ISBN 1-58062-513-4 Adams, B. (2001). *The Everything Leadership Book*. Avon, MA, Adams Media.

C0-022 ISBN 0-02864-207-4 Cole, K. (2002). *The Complete Idiot's Guide to Clear Communication*. Indianapolis, Indiana, Alpha Books.

C0-431 Santé Canada. (2011). *Eat Well and Be Active Education Toolkit*. Extrait le 29 septembre 2011 du site http://hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/educ-comm/toolkit-trousse/plan-3a-fra.php

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

OBJECTIF SMART

	Définition	Mon objectif SMART
Spécifique	**Qu'est-ce que je veux faire?** Quelles sont les activités que vous pouvez faire pour vous aider à atteindre votre objectif? Votre objectif doit être concis et centré sur un résultat spécifique (votre objectif ne peut pas être trop vague).	
Mesurable	**Quelle est son envergure et à quelle fréquence est-ce que je le ferai?** Aurais-je à travailler souvent pour atteindre mon objectif? Pendant combien de temps devrais-je me consacrer à des activités qui m'aident à atteindre mon objectif? Comment puis-je suivre ma progression à atteindre mon objectif? Mesurer votre progression vous aidera à suivre vos succès et à maintenir votre motivation.	
Atteignable	**Comment est-ce que je le ferai?** Comment puis-je atteindre mon objectif? Y a-t-il des personnes qui peuvent m'aider à atteindre mon objectif? Y a-t-il des attitudes que je dois changer afin d'atteindre mon objectif? Identifier les ressources et les soutiens qui sont disponibles pour aider à atteindre un objectif est important pour demeurer sur les rails.	
Réaliste	**Est-ce que je peux l'atteindre?** Puis-je réellement atteindre mon objectif? Mon objectif est-il trop grand? Est-ce qu'un objectif moindre serait plus réaliste et m'aiderait à réussir? Les grands objectifs peuvent être divisés en plus petits objectifs qui sont plus facilement atteignables et suivis.	
Limité dans le temps	**Quand est-ce que je l'atteindrai?**	

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf. Verify against the official publication.

	Quand vais-je commencer à travailler pour atteindre mon objectif? Quand est-ce que je veux que mon objectif soit atteint? Les objectifs sont plus efficaces si on leur attribue un temps d'atteinte.	

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-601/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-601-PF-002/A-CR-CCP-601-PF-002.pdf. Verify against the official publication.