

| Intitulé | Durée (heures) | Théorique ou pratique | Objectifs pédagogiques de la séquence | Contenu de la séquence | Méthodes, moyens pédagogiques |
|----------|----------------|-----------------------|---------------------------------------|------------------------|-------------------------------|
|----------|----------------|-----------------------|---------------------------------------|------------------------|-------------------------------|



**JOUR 1 Vendredi 8 novembre 2024**

|     |   |   |                      |   |   |  |
|-----|---|---|----------------------|---|---|--|
| 11h | Objectifs SMART-ER                              | 1 | Pratique             | - S'approprier les approches SMART-ER, selon "Inspiré de Thésèz-vous"               | - Définition de l'acronyme "SMART"<br>- Définition de l'acronyme complémentaire "ER"<br>- Définition d'objectifs individuels de rédaction à court terme<br>- Estimation du temps requis/disponible pour chaque objectif | Méthode expérientielle, régulation par les formateurs, post-its  |
| 12h | Pause repas                                     |   |                      |   |   |  |
| 15h | Rédaction scientifique                          | 1 | Pratique             | - S'approprier les approches SMART-ER et Pomodoro, selon "Inspiré de Thésèz-vous"   | - Définition des objectifs de rédaction à court terme<br>- Rédaction supervisée<br>- Créneaux de 50/10 minutes (rédaction/débriefing ou pause)<br>- Evaluation et ajustement des objectifs à court terme                | Méthode expérientielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs), régulation par les formateurs |
| 16h | Pause et activités "team building"              |   |                      |   |   |  |
| 18h | Rédaction                                       | 2 | Pratique             | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée, avec retours individualisés (à la demande)  | Méthode expérientielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs)                                |
| 19h | Rédaction (selon choix du créneau de formation) |   |                      |   |   |  |
| 21h | Rédaction - session nocturne                    | 2 | Pratique (optionnel) | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée  | Méthode expérientielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs)                                |

**JOUR 2 Samedi 9 novembre 2024**

|     |   |   |                      |   |  |   |
|-----|---|---|----------------------|---|--|---|
| 6h  | Rédaction - session aux aurores                 | 2 | Pratique (optionnel) | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée   | Méthode expérientielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |
| 8h  | Petit-déjeuner                                  |   |                      |   |  |   |
| 9h  | Rédaction                                       | 3 | Pratique             | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée, avec retours individualisés (à la demande) | Méthode expérientielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |
| 10h | Rédaction (selon choix du créneau de formation) |   |                      |   |  |   |
| 11h | Pause repas                                     |   |                      |   |  |   |
| 12h | Pause repas                                     |   |                      |   |  |   |

|     |  |   |                      |   |  |  |
|-----|--|---|----------------------|---|--|--|
| 14h | Rédaction<br>(selon choix du créneau de formation) | 3 | Pratique             | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire                                 | Plages de rédaction supervisée, avec retours individualisés (à la demande) | Méthode expérimentielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |
| 15h |  |   |                      |   |  |  |
| 16h |  |   |                      |   |  |  |
| 17h | Pause et activités "team building"                 |   |                      |   |  |  |
| 19h | Rédaction - session tardive                        | 1 | Pratique             | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire                                 | Plages de rédaction supervisée   | Méthode expérimentielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |
| 20h | Pause repas  |   |                      |   |  |  |
| 21h | Rédaction - session nocturne                       | 2 | Pratique (optionnel) | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon "Inspiré de Thésée-vous", selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée   | Méthode expérimentielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |

### JOUR 3 Dimanche 10 novembre 2024

|       |                                       |   |                      |   |  |  |
|-------|---------------------------------------|---|----------------------|---|--|--|
| 6h    | Rédaction - session matinale          | 1 | Pratique (optionnel) | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée   | Méthode expérimentielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |
| 7h    | Petit-déjeuner                        |   |                      |   |  |  |
| 8h    |                                       |   |                      |   |  |  |
| 9h    | Rédaction                             | 3 | Pratique             | Application des approches SMART-ER et Pomodoro, selon le projet de chaque stagiaire | Plages de rédaction supervisée, avec retours individualisés (à la demande) | Méthode expérimentielle, post-its, chronomètre, matériels de rédaction (feuilles, stylos, ordinateurs) |
| 10h   | (selon choix du créneau de formation) |   |                      |   |  |  |
| 12h30 | Fin de l'évènement                    |   |                      |   |  |  |