

Le plan de cours



Diane Aumond B. Éd., M. Sc.

Conseillère prédagogique
Responsable du Soutien à l'apprentissage
et à la réussite

diane.aumond@uqo.ca
reussir@uqo.ca

Suivez-nous sur les réseaux

SEPTEMBRE 2026

L’importance du plan de cours

1

Comprendre les exigences attendues

2

Comprendre la progression des apprentissages

3

Diminuer le stress/anxiété

4

Organiser son temps

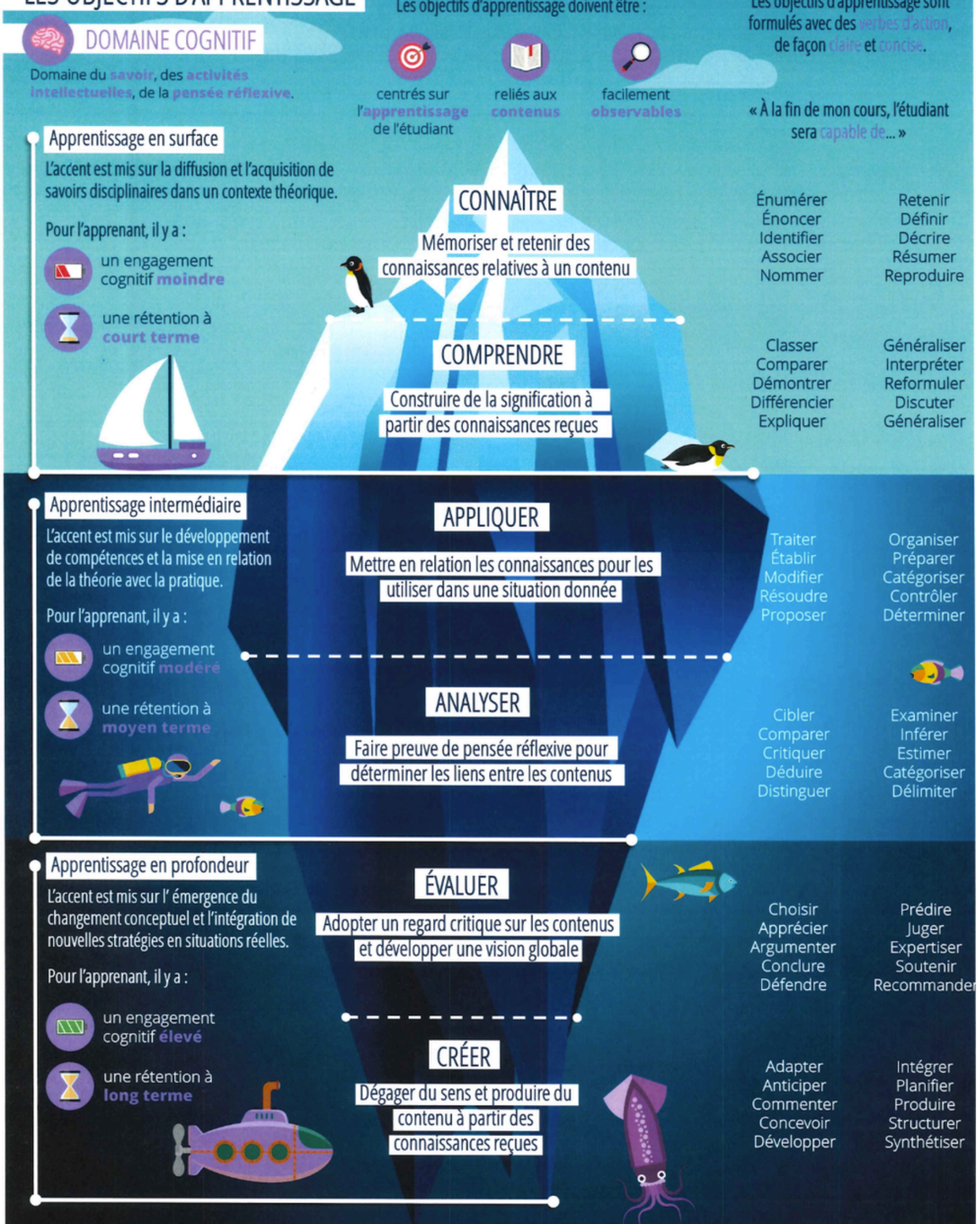
5

Planifier du temps de qualité

6

Apprécier son expérience à l’UQO

SEPTEMBRE 2026



À lire en premier : Les objectifs

Apprentissage en surface

Apprentissage intermédiaire

Apprentissage en profondeur

SEPTEMBRE 2026

Encercler les verbes d'action

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Au terme de cette activité, l'étudiant et l'étudiante sera en mesure de connaître et d'expliquer les théories du développement de l'adulte; d'approfondir sa compréhension du développement biopsychosocial à l'âge adulte et des différents changements qui s'opèrent chez l'individu sur les plans biologique, physique, cognitif, identitaire, affectif, social, sexuel et spirituel, d'identifier les divers enjeux, défis et difficultés auxquels l'adulte peut être confronté à chacun des stades de son développement, dans différentes sphères de sa vie: personnelle, familiale et professionnelle; de connaître, définir et comprendre les interactions entre les facteurs de risque et de protection qui influencent les trajectoires de vie à l'âge adulte.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

À la fin de la séquence de cours, l'étudiante, l'étudiant devrait être capable de :

- Définir ce qu'est le développement humain et connaître les approches théoriques ;
- Connaître le développement du jeune adulte de vingt à quarante ans ;
- D'approfondir le développement de l'adulte d'âge mûr de quarante à soixante-cinq ans ;
- Identifier les divers enjeux au niveau du développement de l'adulte d'âge avancé de soixante-cinq ans à la fin de la vie ;
- Comprendre l'étape de la mort et du deuil.

SEPTEMBRE 2026

Merci
à vous



Pour toute question, écrivez-nous à reussir@uqo.ca

Nos personnes tutrices et nous sommes là pour vous aider!

SOUTIEN À L'APPRENTISSAGE ET À LA RÉUSSITE

UQO
CENTRE DE SOUTIEN ET D'INNOVATION EN PÉDAGOGIE UNIVERSITAIRE