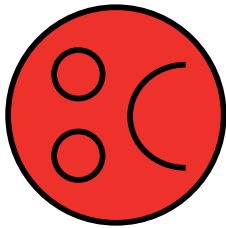
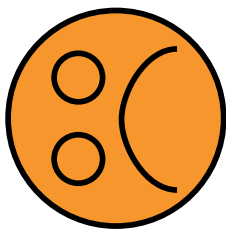
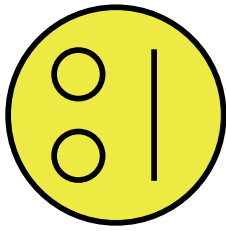
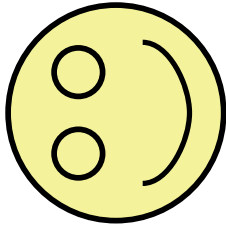
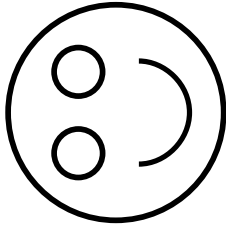
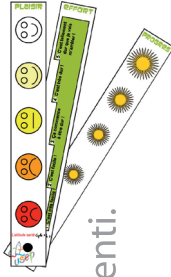


PLAISIR



L'attitude santé Cycle 3



Découpez et assemblez les réglettes à l'aide d'une attache parisienne.
Sur chaque réglette, clippez un trombone et positionnez-le selon votre ressenti.

EFFORT

5 C'est tellement dur que je vais m'arrêter !

4 C'est très dur !

3 Ça commence à être dur !

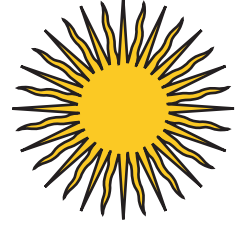
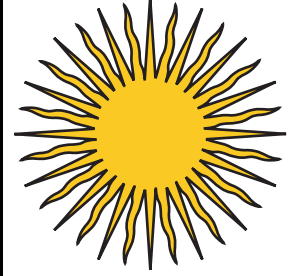
2 C'est facile !

1 C'est très facile !

L'attitude santé Cycle 3



PROGRÈS



L'attitude santé Cycle 3



PLAISIR

Avant l'activité
Est-ce que tu crois
que tu vas te faire plaisir ?

Après l'activité
Est-ce que tu as
ressenti du plaisir ?

EFFORT

Avant l'activité
Comment imagines-tu
l'effort que tu vas faire ?

Après l'activité
Comment as-tu ressenti
cet effort ?

PROGRÈS

Avant l'activité
Est-ce que tu as
envie de progresser ?

Après l'activité
Est-ce que tu as
l'impression de progresser ?