

La liste de vérification pour la planification et l'autonomie

Compétences métacognitives visées : planification de l'apprentissage, gestion du temps

Quand utiliser cet outil ?

Après la fin d'une activité, comme méthode d'auto-évaluation.

Qu'est-ce que tu vas faire ?

Une fois l'activité terminée, tu vas lire les questions de la liste de vérification et donner ton avis honnête sur la façon dont tu as fait l'activité. Cela t'aidera à comprendre ton niveau de réussite.

De quoi as-tu besoin ?

Le tableau de planification et la liste de vérification réglementaire.

Comment l'utiliser ?

1. Lis les questions de la liste de vérification pour la planification et l'autonomie
2. Réfléchis aux questions
3. Remplis la liste de vérification

À propos de cet outil

Pour remplir le tableau, coche la case correspondant à ta réponse pour chaque question. Il est important de répondre à toutes les questions.

Conseils de réutilisation / Conseils pour la suite

Essaie de trouver les solutions qui te conviennent le mieux pour les réponses où tu as coché « À améliorer ».

LISTE DE VÉRIFICATION POUR LA PLANIFICATION ET L'AUTONOMIE

Liste de vérification	Oui	Un peu	Non
J'ai suivi les instructions.			
J'ai évité les distractions.			
J'ai terminé le travail à temps.			
J'ai utilisé des stratégies d'apprentissage planifiées.			
Je suis resté(e) concentré(e) sur l'activité.			
J'ai respecté le temps prévu.			
J'ai réfléchi aux étapes à suivre pour réaliser l'activité.			
J'ai fait des pauses pendant l'activité.			
Je suis resté(e) motivé(e) pendant l'activité.			
J'ai atteint mon objectif final.			