

Cartes de réflexion 2

Est-ce que je me sens bien à l'école ?

Compétences métacognitives visées : réflexion sur soi, émotions

Quand utiliser cet outil ?

Pendant et après le processus d'apprentissage

Qu'est-ce que tu vas faire ?

Les cartes de réflexion t'aideront à prendre du recul sur tes sentiments pendant la leçon ou le processus d'apprentissage. Elles te permettront aussi d'utiliser des repères visuels et un langage simple pour identifier et exprimer ce que tu ressens. Grâce à elles, tu pourras également réfléchir à tes méthodes actuelles et commencer à t'engager dans une démarche métacognitive.

De quoi as-tu besoin ?

Les cartes de réflexion









Comment l'utiliser ?

1. Choisis une carte dans un jeu
2. Lis la question
3. Réfléchis à la question posée sur la carte de réflexion
4. Partage tes réflexions avec la classe

Conseils de réutilisation / Conseils pour la suite

Les cartes de réflexion peuvent aussi être utilisées avec les membres de la famille.

CARTES DE RÉFLEXION 2 - EST-CE QUE JE ME SENS BIEN À L'ÉCOLE ?

  EN CE MOMENT, JE ME SENS -----	  ----- M'A RENDU(E) HEUREUX/ HEUREUSE À L'ÉCOLE.	  QUAND JE SUIS AVEC MES AMIS À L'ÉCOLE, JE ME SENS -----	  LA MEILLEURE CHOSE ARRIVÉE À L'ÉCOLE CETTE SEMAINE ÉTAIT -----
---	--	---	--

CARTES DE RÉFLEXION 2 - EST-CE QUE JE ME SENS BIEN À L'ÉCOLE ?

 **CogniQuest**

JE DEMANDE
GÉNÉRALEMENT
DE L'AIDE
LORSQUE

 **CogniQuest**

ME REND
TRISTE À
L'ÉCOLE.

 **CogniQuest**

EN FAISANT
CETTE ACTIVITÉ
À L'ÉCOLE, JE
ME SENS

 **CogniQuest**

AUJOURD'HUI A
ÉTÉ UNE
RÉUSSITE
PARCE QUE

CARTES DE RÉFLEXION 2 - EST-CE QUE JE ME SENS BIEN À L'ÉCOLE ?

 CogniQuest

QUAND
QUELQU'UN
M'AIDE, JE
ME SENS

 CogniQuest

M'A FAIT
SOURIRE À
L'ÉCOLE
AUJOURD'HUI.

 CogniQuest

JE SUIS FIER/
FIÈRE DE MOI
AUJOURD'HUI
PARCE QUE

 CogniQuest

QUAND JE
SUIS FACE À
UN PROBLÈME,
JE ME SENS
