

Compétences personnelles – Autoréflexion: Fixation d'objectifs réalistes

Chacun doit pouvoir, compte tenu des compétences qu'il se reconnaît, se fixer des buts qui représentent un défi tout en restant accessibles. Le moyen didactique ci-joint offre la grille d'analyse pour cette facette.

Pour atteindre leurs buts, les élèves doivent agir de façon adéquate et prendre les décisions nécessaires, et pouvoir aussi attribuer leur succès, non pas au hasard ou aux circonstances extérieures, mais à leurs compétences et aux efforts qu'ils ont fournis.

L'éducation physique et sportive donne régulièrement l'occasion aux élèves de se fixer individuellement des objectifs réalistes ainsi que de réfléchir aux résultats obtenus.



Thème transversal: Fixation d'objectifs réalistes

Source: geps.ch – Qualité dans l'éducation physique et sportive



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO