

MON POINT PRÉPARATION CAPES

H A P P Y C A P E S S V T

Indiquez en quelques mots comment vous avez ressenti (les + et les -) cette semaine de préparation à travers les points suivants :

Mes révisions :

Mes séances d'entraînement :

Ma gestion des émotions :

Mon état d'esprit :

Mes barrières à surmonter :

Mes réussites :

Ma gestion du temps :

CE QUE JE DOIS AMÉLIORER ET MES OBJECTIFS
DE LA SEMAINE

Notez toujours des objectifs réalisables, s'ils sont trop conséquents découpez-les en petites tâches.