

אתגר הפעילות גופנית - משוב עצמי

תאריך	סוג פעילות גופנית שביצעת	סמך / ביצוע פעילות גופנית	משוב לעצמי הקף אחד	הערות
			להשתפר*בסדר*חיבבתי*אהבתי	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	
			   	