ÉTAPE 2 · JE VOLE · CP

Jour 16 : mes 3 missions

Ma météo avant

Prêt ? Je m'assois, je souffle 3 fois comme une bougie, le parent lance le sablier.

1 Je lis — 3 minutes

Fini !

Je regarde le dessin et j'entoure le mot bien écrit



lune | lume | nule



mota | moto | tomo



lit | til | lid

Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **11**

2 J'écris — 3 minutes

Fini !

J'écris la syllabe qui manque



ba ☐ ne



to ☐ te



☐ wi

Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **12**

3 Je compte — 3 minutes

Fini !

Je barre les points qui partent, puis je calcule



5 − 2 = ☐



7 − 3 = ☐



6 − 1 = ☐

Je colorie la fleur **16** de ma carte

Ma météo après

Tampon

ÉTAPE 3 · JE BUTINE · CP · CE1

Jour 27 : mes 3 missions

Ma météo avant

Prêt ? Je m'assois, je souffle 3 fois comme une bougie, le parent lance le sablier.

1 Je lis — 3 minutes

Fini !

Je lis la devinette et j'entoure la réponse

C'est un fruit rouge et rond. On le croque.





On le met sur le dos pour aller à l'école.





Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **13**

2 J'écris — 3 minutes

Fini !

J'écris le mot avec les lettres du sac


o t m e a t


a c h t


p m e o m

Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **14**

3 Je compte — 3 minutes

Fini !

J'ajoute 10 : seul le chiffre des dizaines change

14 + 10 = ☐ 27 + 10 = ☐ 50 + 10 = ☐

63 + 10 = ☐

Je colorie la fleur **27** de ma carte

Ma météo après

Tampon

POUR LE PARENT

Les corrigés de la fiche

Les missions de lecture à voix haute et les tracés n'ont pas de corrigé : c'est vous qui écoutez et regardez. Félicitez le geste et l'effort avant la justesse.

Jour 16 · Lire : lune · moto · lit

Jour 16 · Écrire : na · ma · ki

Jour 16 · Compter : 5 - 2 = 3 · 7 - 3 = 4 · 6 - 1 = 5

Jour 27 · Lire : pomme · sac

Jour 27 · Écrire : tomate · chat · pomme

Jour 27 · Compter : 14 + 10 = 24 · 27 + 10 = 37 · 50 + 10 = 60 · 63 + 10 = 73

Envie de continuer ?

Cette fiche est extraite du **Programme Colibri : apprendre en mode TDAH** : 30 jours de 3 micro-missions pour lire, écrire et compter, 20 cartes « pause corps », la météo de l'attention, un tableau de récompenses et un guide du parent. À découvrir sur **monenfantapprend.com/programme-colibri-tdah**.

ENVIE DE CONTINUER ?

La suite de cette fiche est dans le programme « Colibri »



Écrire un peu chaque jour, et gagner en vitesse

Un programme de 30 jours pour les enfants de 5 à 7 ans qui ont du mal à se concentrer : 3 missions de 3 minutes par jour, avec des pauses qui bougent.

Lire, écrire et compter par micro-missions, avec la météo de l'attention, des cartes « pause corps » et un guide pour les soirs difficiles. Ne remplace pas un bilan.

39 € HT

PDF à imprimer · téléchargement immédiat

Découvrir le programme et voir des pages en extrait

monenfantapprend.com/programme-colibri-tdah

Pourquoi un cahier ? Une fiche, c'est une séance. Le cahier, c'est une progression complète dans le bon ordre, avec un guide pour le parent et tous les corrigés, pour avancer un peu chaque jour sans rien préparer.