ÉTAPE 1 · JE DÉMARRE · GS · DÉBUT DE CP

Jour 10 : 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 chaque syllabe à voix haute, puis je colorie son étoile

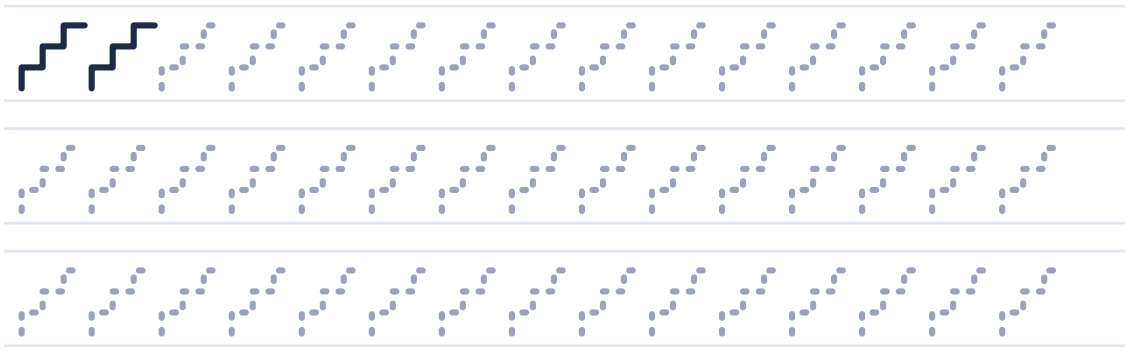
sa ☆	si ☆	so ☆	fa ☆
fi ☆	fo ☆		

Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **19**

2 J'écris — 3 minutes

Fini !

Je repasse les traits avec mon crayon, sans lever la main si je peux



Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **20**

3 Je compte — 3 minutes

Fini !

J'écris les nombres qui manquent sur le chemin du colibri

1 › ☐ › 3 › 4 › ☐ › 6 › 7 › ☐ › 9 › ☐

Je colorie la fleur **10** de ma carte

Ma météo après

Tampon

ÉTAPE 2 · JE VOLE · CP

Jour 19 : 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 le mot, puis j'entoure le bon dessin

le ballon





le poisson





la fusée





Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **17**

2 J'écris — 3 minutes

Fini !

J'écris la lettre qui manque



ba ☐ lon



toma ☐ e



do ☐ ino

Pause corps · 30 secondes — Je tire une carte, ou je fais la carte n° **18**

3 Je compte — 3 minutes

Fini !

Je fais les bonds du colibri sur la ligne et j'écris où il arrive



Je pars de 8 , je fais 5 bonds : j'arrive à ☐

Je pars de 11 , je fais 4 bonds : j'arrive à ☐

Je pars de 13 , je fais 6 bonds : j'arrive à ☐

Je colorie la fleur **19** 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 10 · Lire : lecture à voix haute : écoutez, sans corriger pendant la mission

Jour 10 · Écrire : tracés : on regarde le geste, pas la perfection

Jour 10 · Compter : 2 · 5 · 8 · 10

Jour 19 · Lire : ballon · poisson · fusée

Jour 19 · Écrire : l · t · m

Jour 19 · Compter : 8 + 5 = 13 · 11 + 4 = 15 · 13 + 6 = 19

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 »



Une consigne à la fois, chaque jour

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.