POUR LE PARENT

# Mon carnet d'observation (2 semaines)

Notez chaque soir ce que vous observez, en quelques mots. Ce carnet n'est pas un test : c'est un support pour en parler avec l'enseignant ou le médecin, avec des faits précis plutôt que des impressions.

| Jour | Météo avant / après | Missions finies (0 à 3) | Ce qui a aidé | Ce qui a été difficile |
|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| 12 | | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |

**Pour le parent**

**Ce qu'on peut aussi noter :** l'heure de la séance, le sommeil de la nuit précédente, une journée d'école difficile, un changement dans la famille. Ces éléments expliquent souvent les bons et les mauvais jours.

ENVIE DE CONTINUER ?

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




## Aider votre enfant pendant l'attente, et après

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.