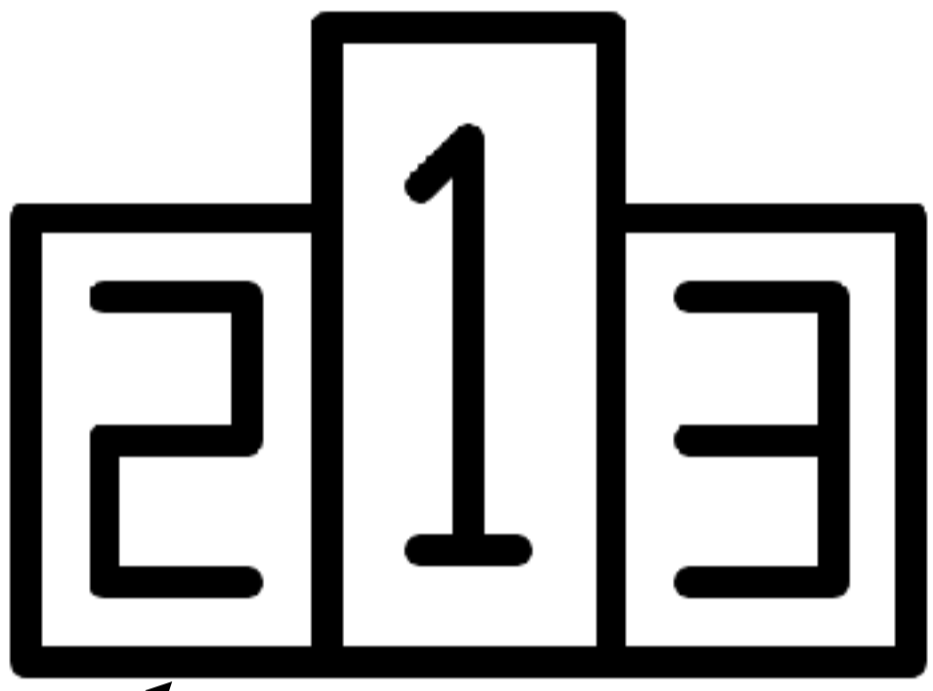


CARNET D'ENTRAINEMENT

lecture olympique

GYM ARTISTIQUE

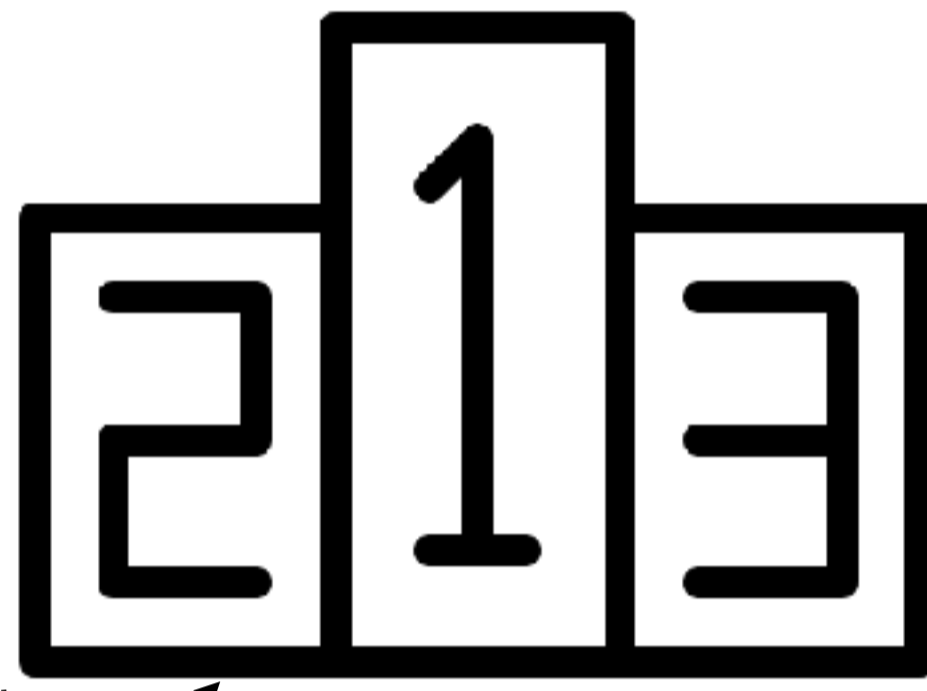
Esthétisme



- Dessine une couverture pour le livre que tu es en train de lire
- Fais 5 illustrations pour les passages que tu aimes le plus
- Dessine le portrait de ton personnage préféré

VÉLO

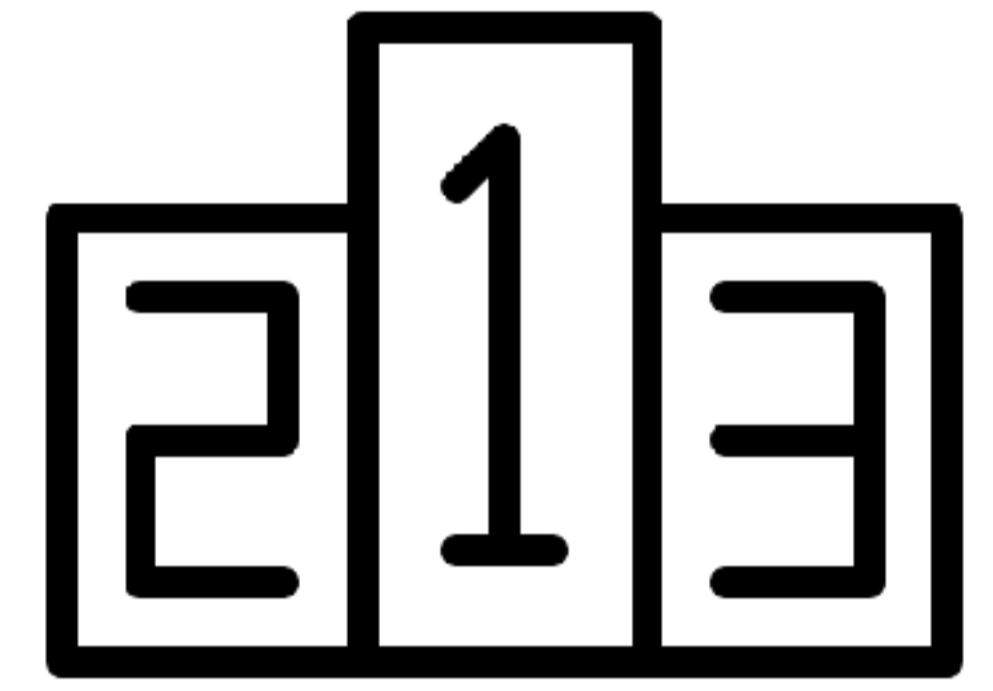
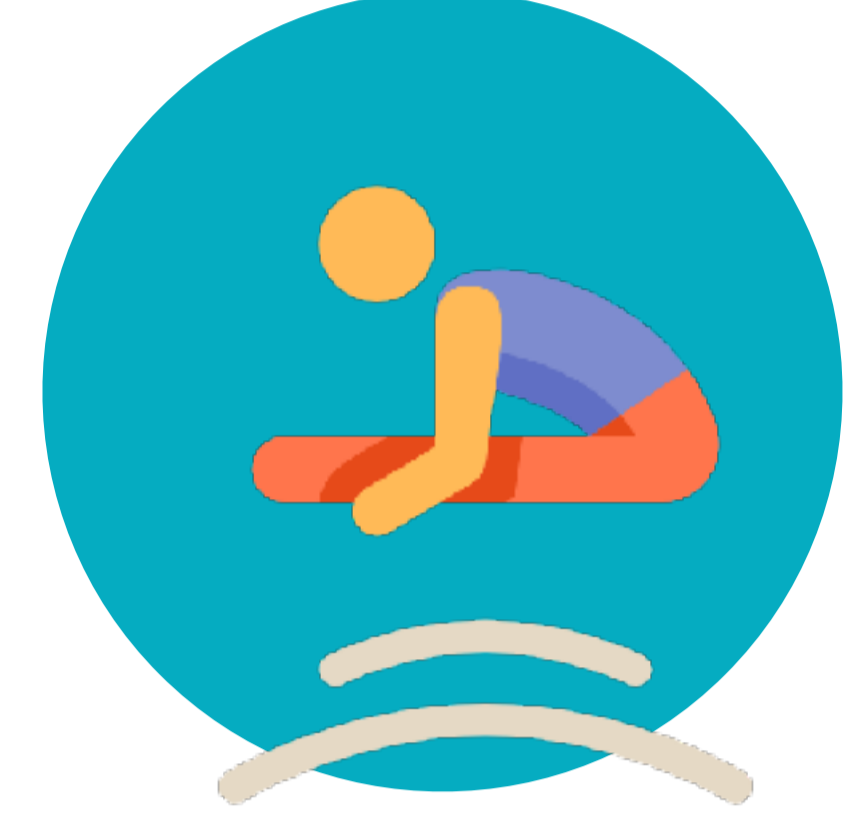
Agilité



- Choisis trois mots de la 5e page et donne leur définition
- Prends une page au hasard et remplace tous les noms communs par leur synonyme
- Choisis un mot que tu ne connais pas et trouve sa définition

SAUT EN LONGUEUR

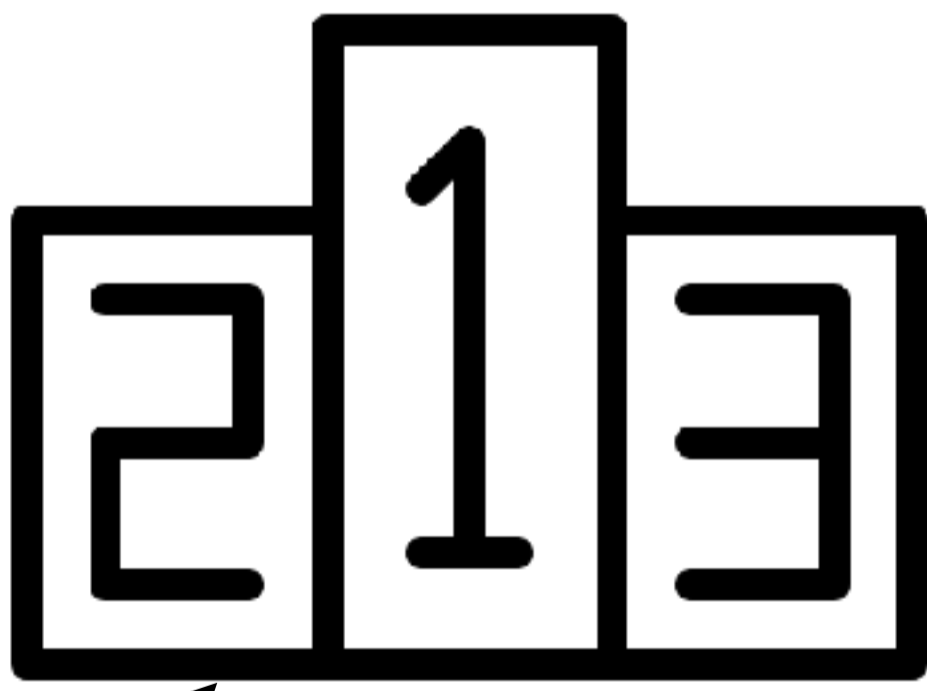
Puissance



- Choisis un livre de plus de 120 pages pour tes vacances
- Choisis un livre de plus de 200 pages pour tes vacances
- Choisis un livre de plus de 80 pages pour tes vacances

TIR À L'ARC

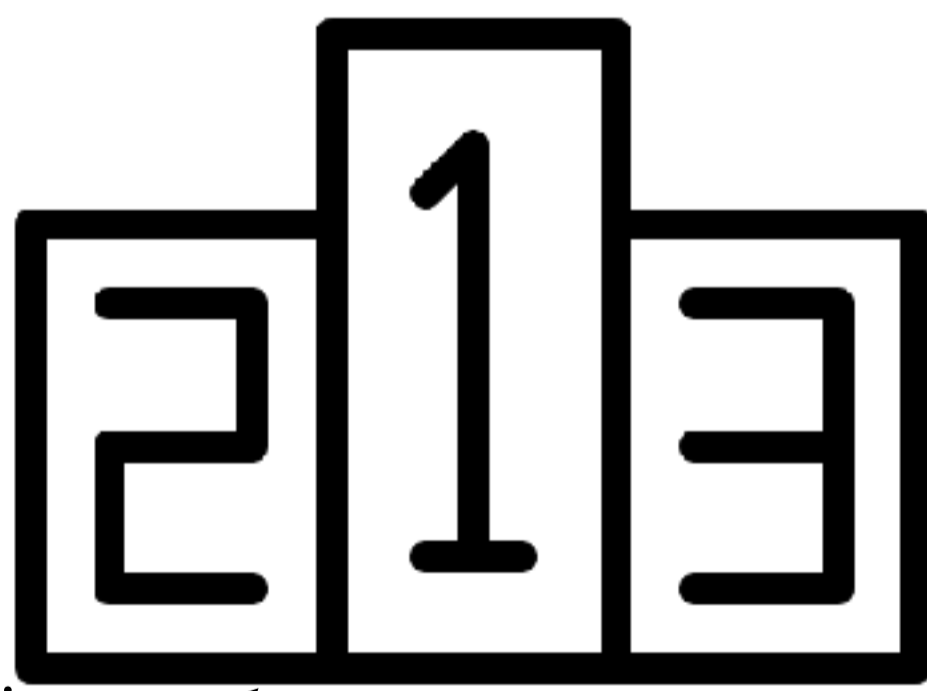
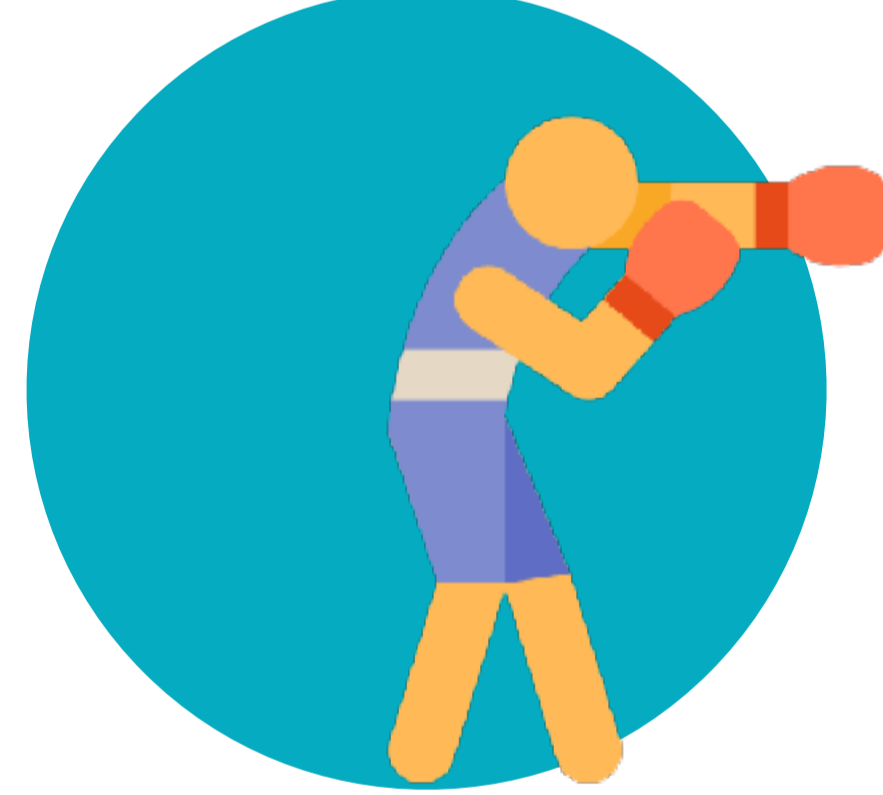
Précision



- Décris avec précision le personnage principal
- Propose un résumé de ton livre qui donne envie de le lire
- Explique ce qui se passe dans le chapitre que tu lis

BOXE

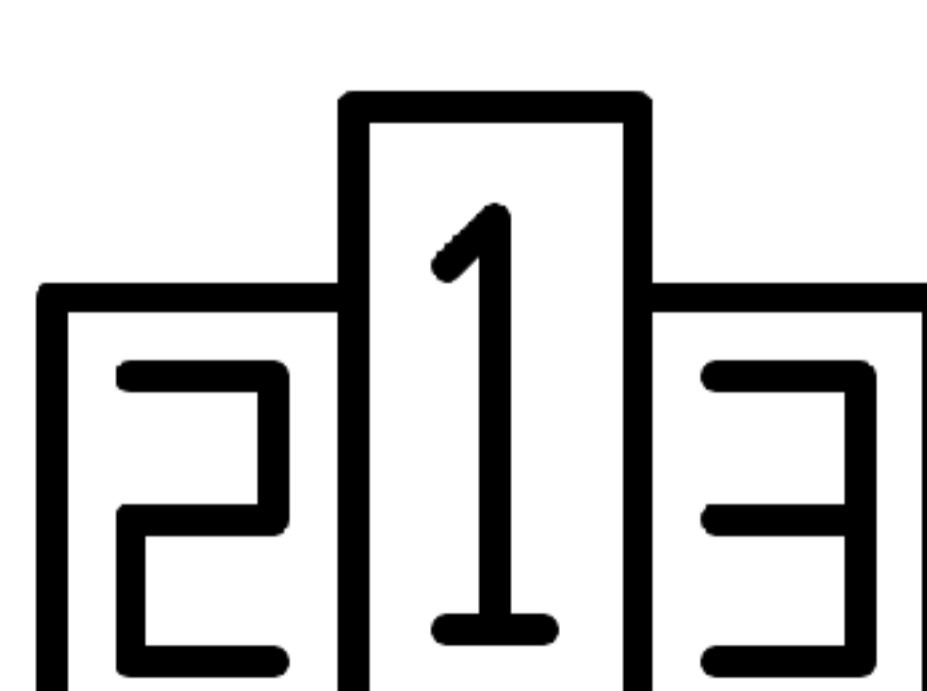
Combativité



- Defi lancé : le premier qui a fini son chapitre a gagné !
- Lance un défi à toute ta famille : le premier qui a fini son livre a gagné !
- Defi lecture : 20 minutes de lecture sans s'interrompre !

MARATHON

Endurance



- 20 minutes de lecture par jour pendant 5 jours
- 30 minutes de lecture par jour pendant une semaine
- 20 pages d'affilée chaque jour jusqu'à la fin du livre