

Règle du sporthographe

Chacun choisit un mot à tour de rôle et toute la famille fait les exercices du "sporthographe" à la lettre !

(Ecrire le mot sur une ardoise (par exemple) ou bien l'épeler et ensuite réaliser à la suite les exercices correspondant à chaque lettre).

-Se limiter au début à un mot de 4 lettres.

-Puis lors du 2ème tour, 5 lettres et ainsi de suite mais attention il faut savoir s'arrêter et surtout ne pas se blesser !

-Lorsqu'il est mentionné le plus longtemps possible dans un exercice ,limiter cela à 5 secondes .