

Conçu par
une **PSYCHOMOTRICIENNE**
et une **ENSEIGNANTE**
SPÉCIALISÉE



Mon cahier d'écriture facile!

CP - CE1
6-8 ans

- Des **activités d'écriture** adaptées et progressives, pour droitiers et gauchers
- Des **aides visuelles** et des **vidéos** des gestes d'écriture à télécharger





Évelyne BARGE
Enseignante spécialisée

Émilie CHICHEPORTICHE
Psychomotricienne

Illustrations
Thomas TESSIER

Conçu par une **enseignante** et une **psychomotricienne**, ce cahier s'adresse aux enfants de **CP** et **CE1** pour lesquels l'apprentissage de l'écriture demande plus d'énergie, mais également à ceux qui rencontrent des difficultés passagères. Il est aussi un support précieux quand les difficultés liées à des troubles cognitifs spécifiques, tels que la dyslexie et la dyspraxie, sont plus installées.

Des activités d'écriture ADAPTÉES et PROGRESSIVES

Cet ouvrage, divisé en 3 périodes progressives, s'adresse aussi bien aux **gauchers** qu'aux **droitiers** (modèles d'écriture à droite et à gauche). Les exercices entraînent votre enfant à écrire les lettres, les chiffres, des syllabes, des mots puis des phrases.

Des AIDES pour faciliter l'apprentissage de l'écriture

- Des **vidéos** sont accessibles gratuitement sur le site www.editions-hatier.fr. Tapez 8736291 dans l'espace de recherche, puis rendez-vous dans « ressources gratuites » pour les télécharger. Ces vidéos proposent :
 - des activités de **relaxation** et de **gymnastique** des doigts, des mains et des poignets qui permettent à votre enfant de s'échauffer pour se préparer aux exercices d'écriture ;
 - le **tracé de chaque lettre et d'un mot**, afin de bien visualiser le geste d'écriture et le sens du tracé.(Les picto  vidéo 1 dans le cahier vous renvoient au numéro de la vidéo à consulter.)
- Des **lignes d'écriture** de couleurs et de hauteurs différentes aident votre enfant à affiner son geste progressivement. Des pages de lignes vierges à imprimer sont également téléchargeables sur le site www.editions-hatier.fr pour qu'il s'entraîne davantage s'il le souhaite.

Utilisé régulièrement, avec plaisir et au rythme de votre enfant, ce cahier d'écriture va l'aider à acquérir une écriture lisible et de plus en plus fluide.

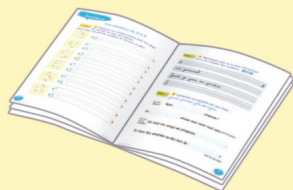
Je m'installe correctement



J'oriente bien mon cahier

Si je suis gaucher(ère)

- 1** J'incline mon cahier de cette façon :



- 2** Je vérifie que ma main gauche est bien sous la ligne d'écriture.



Si je suis droitier(ère)

- 1** J'incline mon cahier de cette façon :



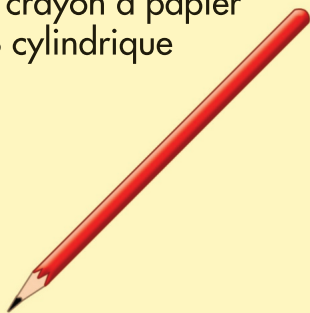
- 2** Je vérifie que ma main droite est bien sous la ligne d'écriture.



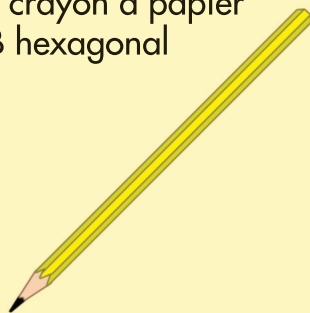
Je choisis mon crayon

► Au début de l'apprentissage, les outils les plus adaptés sont :

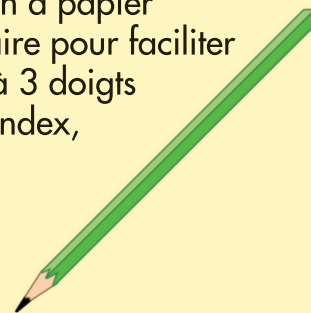
un crayon à papier
HB cylindrique



un crayon à papier
HB hexagonal



un crayon à papier
triangulaire pour faciliter
la prise à 3 doigts
(pouce, index,
majeur)

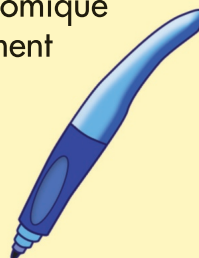


► Quand l'apprentissage est consolidé, les outils les plus adaptés sont :

un stylo bille
triangulaire



un roller ergonomique
avec emplacement
des doigts



Conseil parents

Faites essayer plusieurs crayons et stylos de ce type à votre enfant pour qu'il choisisse celui avec lequel il se sent le plus à l'aise. Mieux vaut éviter les stylos trop gros.

Je tiens bien mon crayon

Le crayon est tenu avec 3 doigts : le pouce, le majeur et l'index. L'index est détendu.

1 Le crayon est posé entre le majeur et le pouce, dans la pulpe de la main.

2 L'index vient se poser sur le crayon en face du pouce.

3 Le crayon prend appui sur la dernière phalange du majeur.

Si je suis
gaucher(ère)



Si je suis
droitier(ère)



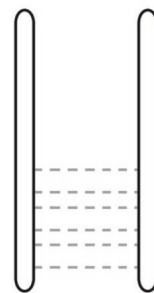
Tu peux maintenant commencer à écrire !
Ce sont les doigts qui bougent et qui entraînent le crayon, pas le poignet.

Je me prépare aux gestes d'écriture



Commence par faire les activités suivantes sans crayon, juste avec ton index. Puis, quand tu t'es bien entraîné(e), recommence avec ton crayon.

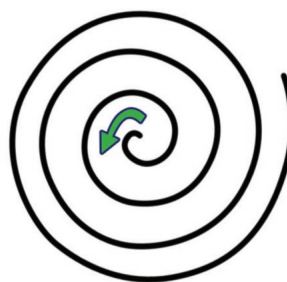
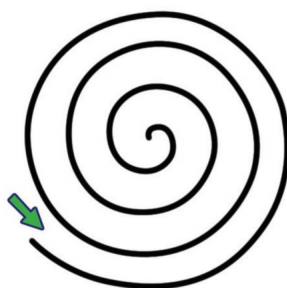
- 1** Repasse sur les barreaux de l'échelle et continue de les tracer pour aider le pompier à monter et à descendre.



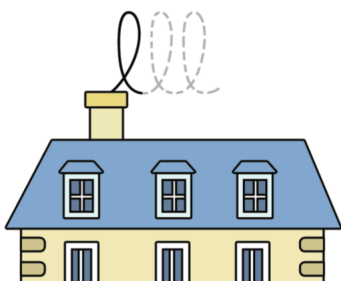
- 2** Trace les yeux ronds des personnages.



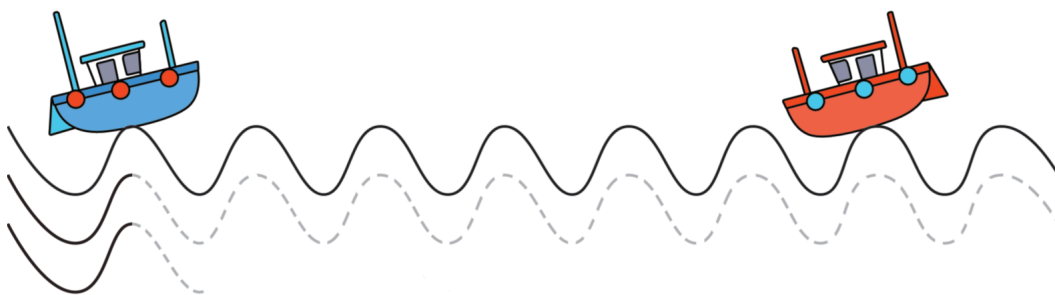
- 3** Suis les labyrinthes en partant des flèches.



- 4** Repasse sur les boucles de la fumée et continue de les tracer.



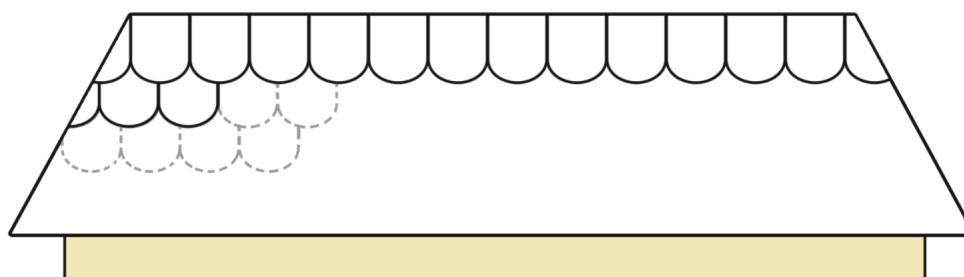
5 Repasse sur les vagues sous les bateaux et continue de les tracer.



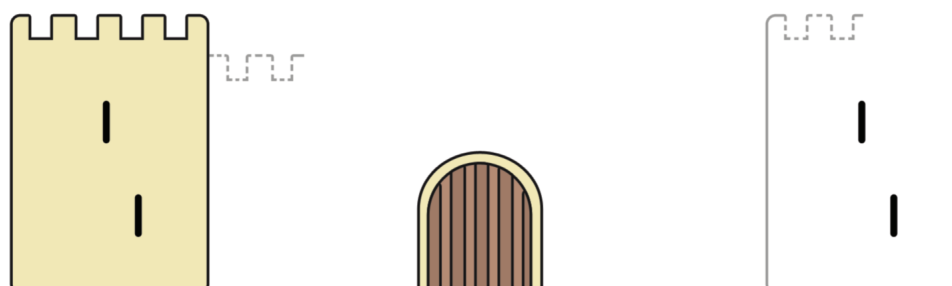
6 Repasse sur les ponts sous les camions et continue de les tracer.



7 Repasse sur les tuiles du toit et continue de les tracer.



8 Repasse sur les créneaux du château et continue de les tracer.



Période 1

l

e

E



requin



- Pour écrire les lettres **é** et **è**, ajoute un accent aigu ou grave sur la lettre **e**.



épée



chèvre

vidéo 1

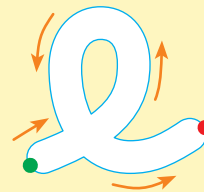
1 Relaxe ta main et tes doigts.

Demande à un adulte une balle molle, en mousse par exemple.
Écrase-la d'une seule main en la pressant très fort, puis relâche-la d'un seul coup.
Fais-le avec ta main qui a l'habitude d'écrire puis avec l'autre main.

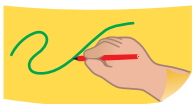


2 Repasse sur

la lettre **e** plusieurs fois avec ton doigt, en suivant le sens des flèches.



Je monte, je tourne pour faire une petite boucle, je redescends et je repars.



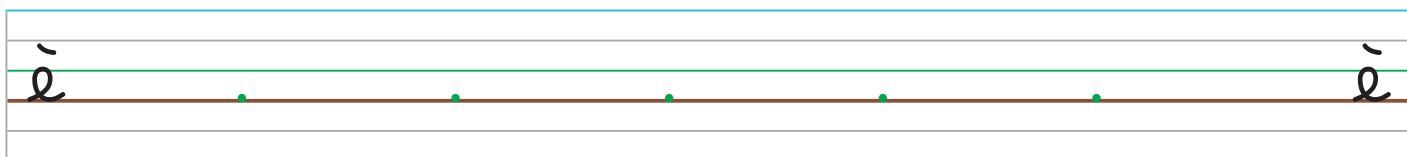
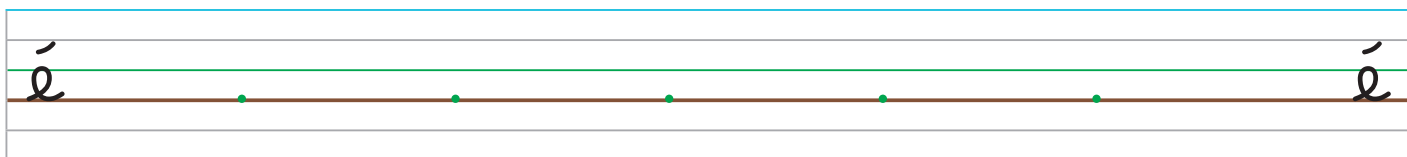
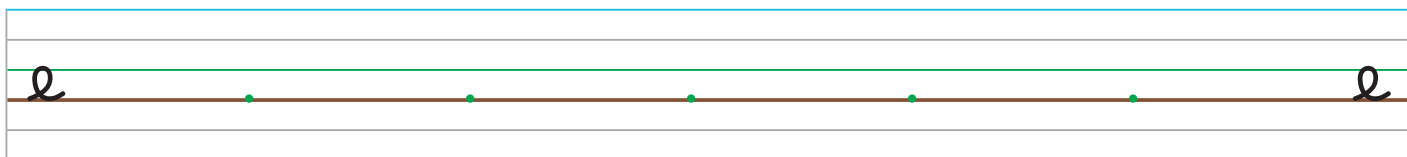
3 Repasse sur les gestes modèles et termine la ligne.



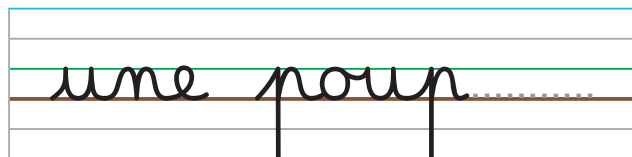
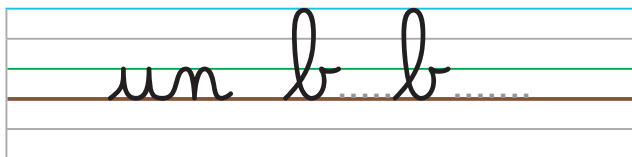
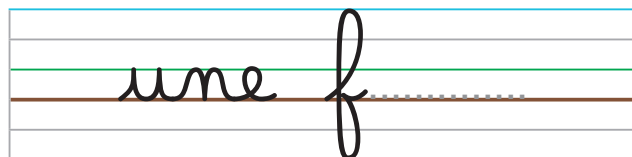
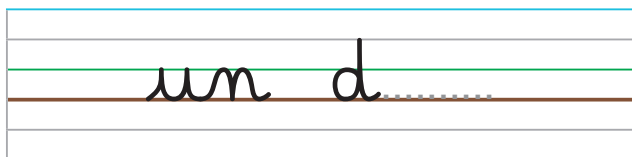


4 Maintenant que tu es bien entraîné(e),
écris en t'aidant des modèles.

vidéo 2



5 Complète les mots par *é* ou *ée*.



Période 1

l
L
L



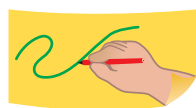
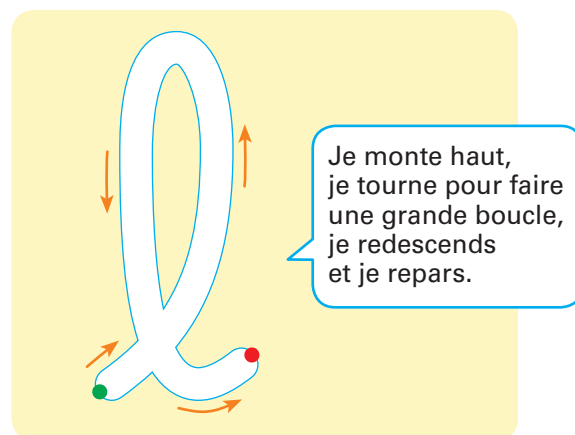
1 Relaxe ta main et tes doigts.

Demande à un adulte un pot de pâte à modeler. Fais deux grosses boules que tu poses sur la table. Fais rouler une boule sous ta main qui écrit puis l'autre boule sous l'autre main, et enfin sous les deux mains en même temps. Mets juste la pression qu'il faut pour que les boules restent bien rondes !



2 Repasse sur la lettre l plusieurs

fois avec ton doigt, en suivant le sens des flèches.



3 Repasse sur les gestes modèles et termine la ligne.

