



# MON CAHIER D'ÉCRITURE

[www.najahni.tn](http://www.najahni.tn)

Maîtriser  
l'écriture

4/5  
ANS

- Des points à la ligne
- Lignes et décorations
- De la ligne à la lettre



[www.najahni.tn](http://www.najahni.tn)

[www.najahni.tn](http://www.najahni.tn)

# De l'école à la maison

Chers parents,

L'apprentissage de l'écriture est un temps fort dans la vie de votre enfant. Il commence en moyenne section et se poursuit jusqu'au CE1.

Aujourd'hui, en Maternelle, il apprend à dessiner avec son doigt des formes droites, courbes, arrondies, pointues... les premiers mouvements pour apprendre à écrire.

Il apprend aussi la meilleure façon de se tenir sur son siège, face à la table, à incliner son corps correctement, à positionner ses bras et ses jambes.

Son enseignant va aussi lui montrer comment développer la motricité de son bras, de son poignet et de sa main pour qu'il puisse faire des formes de plus en plus petites et précises.

L'instrument d'écriture est crucial dans ce processus d'apprentissage ; votre enfant écrit aujourd'hui avec un crayon à mine graphite, puis, petit à petit, il va peut-être commencer à utiliser le stylo bille et va découvrir toutes les possibilités supplémentaires qu'il lui apportera.

Apprendre à bien écrire est important pour son développement psychomoteur et vous savez à quel point sa facilité à écrire lui ouvrira les portes d'une scolarité réussie. Fort de sa capacité à écrire correctement, il se sentira plus à l'aise dans l'apprentissage de la lecture. Il comprendra et mémorisera plus facilement les textes.

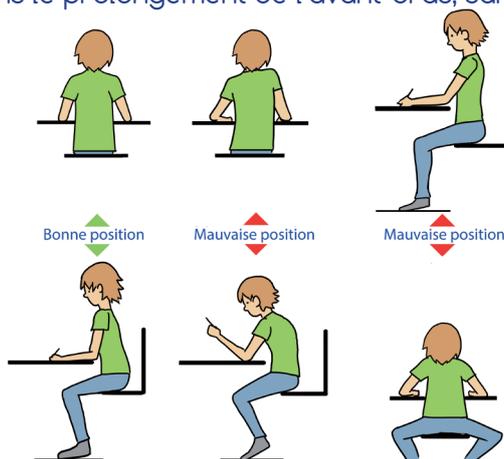
Pour donner à votre enfant l'envie d'écrire nous avons pensé à vous et à votre volonté de suivre les progrès de votre enfant avec ce cahier d'apprentissage à faire à la maison. Ces activités sont à faire ensemble avec votre enfant ; vous encouragez ses efforts et le rendez fier de ses réussites.

# Posture, tenue du crayon : les recommandations des experts\*

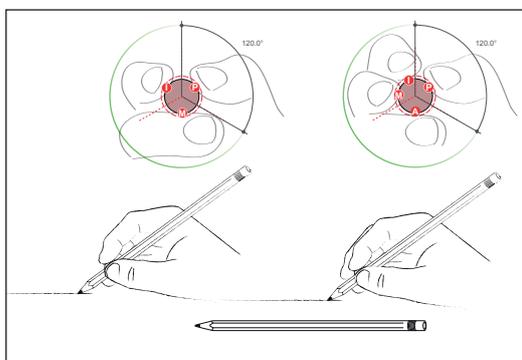
## BIEN POSITIONNER LE CORPS

La bonne posture pour bien écrire ne s'acquiert pas en quelques jours. L'enfant doit au préalable - et c'est une activité récurrente pendant toute la scolarité en maternelle - intégrer progressivement ce que l'on appelle son « schéma corporel ». Il pratique des exercices d'identification des différentes parties de son corps afin de maîtriser ses mouvements, ses déplacements dans l'espace, en haut, en bas, de gauche à droite... apprendre à dégager le bras du corps en alignant des objets, en traçant des traits et des courbes avec le doigt, à s'approprier les notions d'horizontalité et de verticalité.

Ensuite - et c'est ce que vous devez si possible vérifier à la maison - l'enfant doit adopter une position corporelle adéquate pour écrire : dans un espace bien éclairé, il est assis sur une chaise adaptée à sa taille, les pieds posés à plat sur le sol, les genoux au-dessous du niveau des hanches, le dos droit, un peu incliné vers l'avant. Les coudes et avant-bras sont libres pour se mouvoir facilement. Le bras gauche peut toutefois servir d'appui s'il ne devie pas la verticalité de la colonne vertébrale. Tous les muscles de la main sont au repos, celle-ci est naturellement dans le prolongement de l'avant-bras, sans flexion ni rotation.



## BIEN TENIR L'INSTRUMENT D'ÉCRITURE



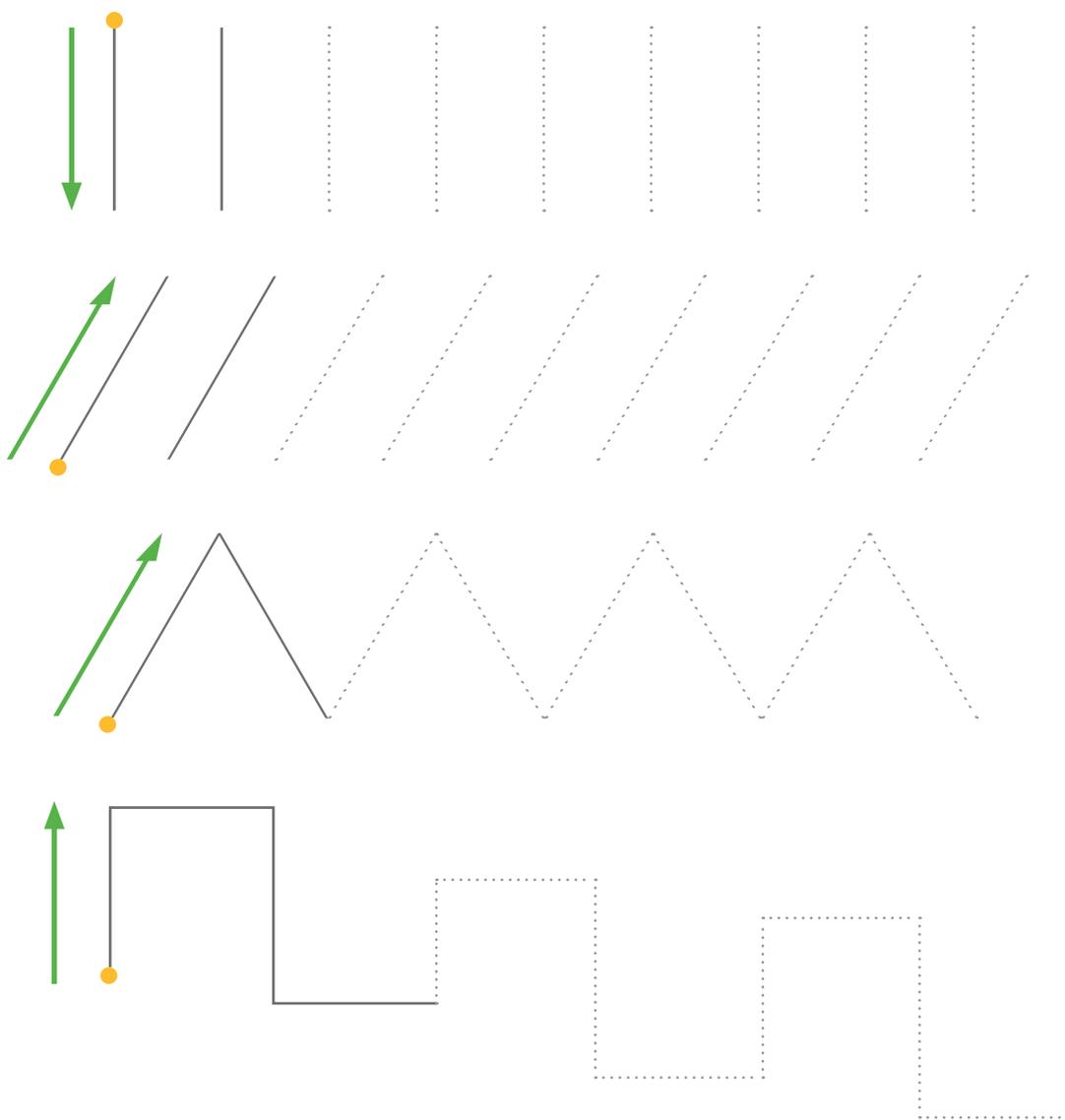
Le crayon ou le stylo se tient entre le pouce et l'index, posé sur le majeur. C'est ce qu'on appelle la pince tripode. La main et l'avant-bras sont en appui sur la tranche externe et glissent sur le plan de la table. L'instrument est tenu près de la pointe, mais à distance suffisante pour permettre à l'enfant de bien voir ce qu'il écrit. Les doigts doivent rester souples et agiles, mais un certain tonus est nécessaire pour former les tracés qui plus tard constitueront les lettres, les mots et les phrases. L'autre main (la gauche pour les droitiers) assure la fixation de la feuille et l'équilibre du corps.

# Des points à la ligne

Les formes principales des lettres de l'alphabet latin sont le trait, le rond (o), la boucle (e), la coupe (u), le pont (n).

En moyenne et grande section, la plupart des exercices consistent à s'entraîner à la maîtrise de ces formes, en reproduisant les modèles proposés en début de ligne.

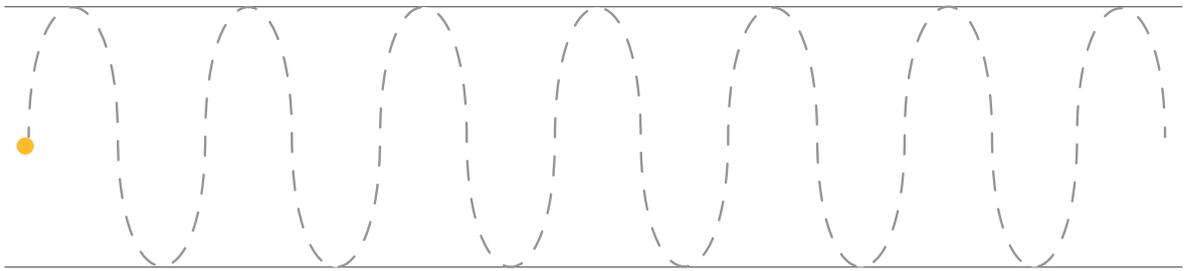
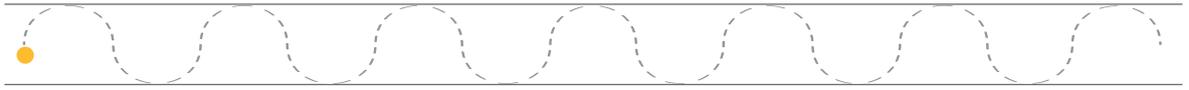
Pour commencer, nous allons travailler sur les formes simples - traits continus et lignes brisées - que nous avons tracé ici en pointillé et qu'il suffit de suivre avec le crayon, en essayant de ne pas déborder.



Des points à la  
ligne

# Des points à la ligne

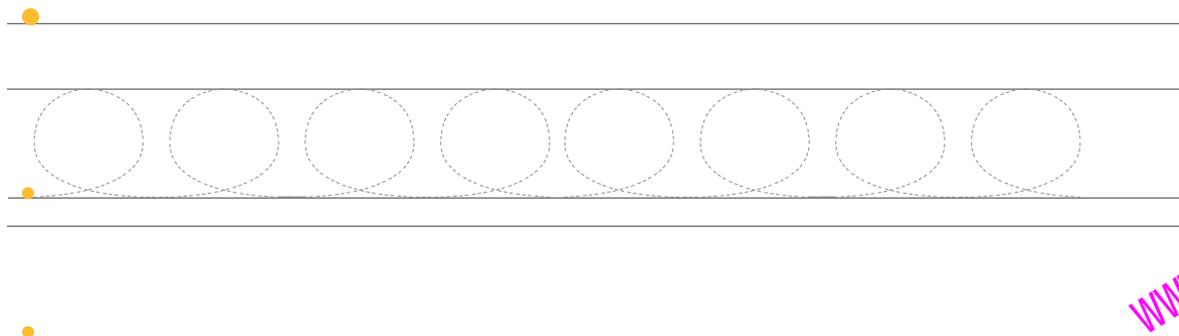
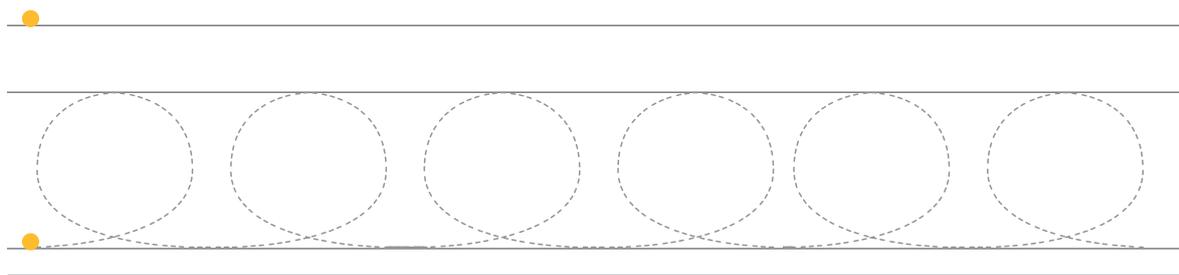
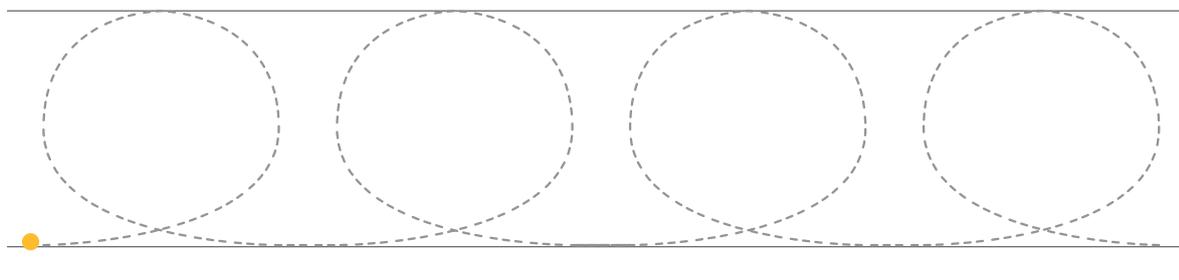
Afin d'habituer votre enfant à suivre des tracés réguliers et développés dans une même direction horizontale, voici une suite de « vagues » dont il suffit là aussi de tracer les traits par-dessus les pointillés, avec des crayons de couleur ou un feutre moyen. Pour tous les exercices qui vont suivre, veillez à ce que les tracés démarrent toujours au point situé sur la gauche de la ligne.



Des points  
à la ligne

# Des points à la ligne

Ces tracés préparent à la future formation des lettres.  
On retrouve ici essentiellement les boucles et les coupes.



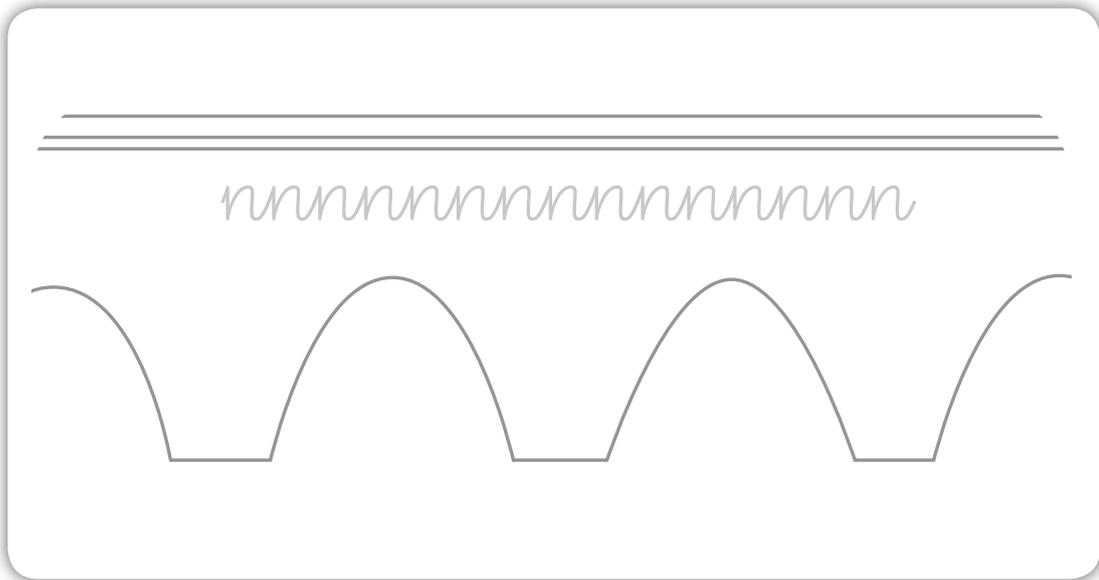
Des points  
à la ligne

[www.najahni.tn](http://www.najahni.tn)

# Les lignes et le décor

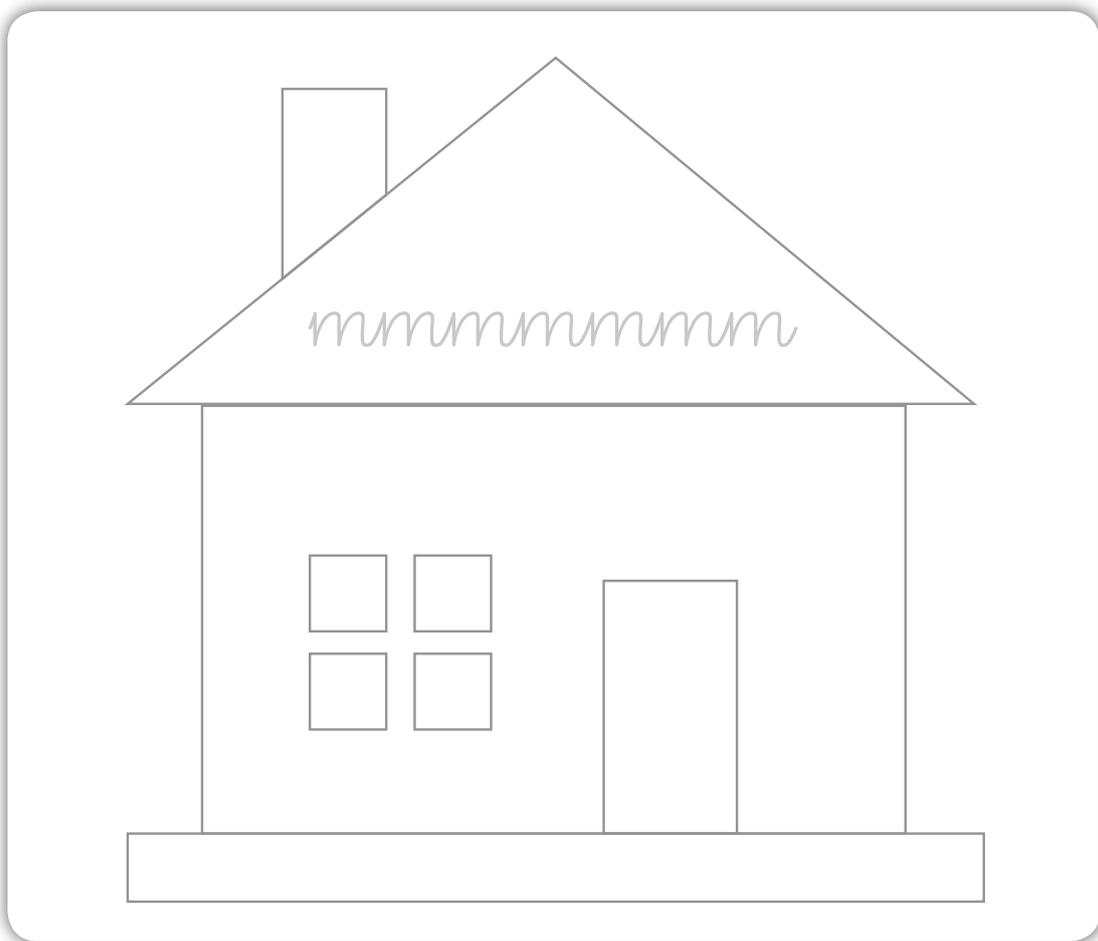
La forme **pont** se retrouve bien sûr dans le **m**, et le **n**.

Notre dessin représente... un pont, évidemment. Au-dessous, la rivière est bleue, au-dessus un soleil éclatant et des collines verdoyantes. À vos crayons de couleur !



# Les lignes et le décor

Le pont à l'endroit ou à l'envers est la forme de base du i, u, m, n et v notamment.  
On suit soigneusement les pointillés et on décore la maison.



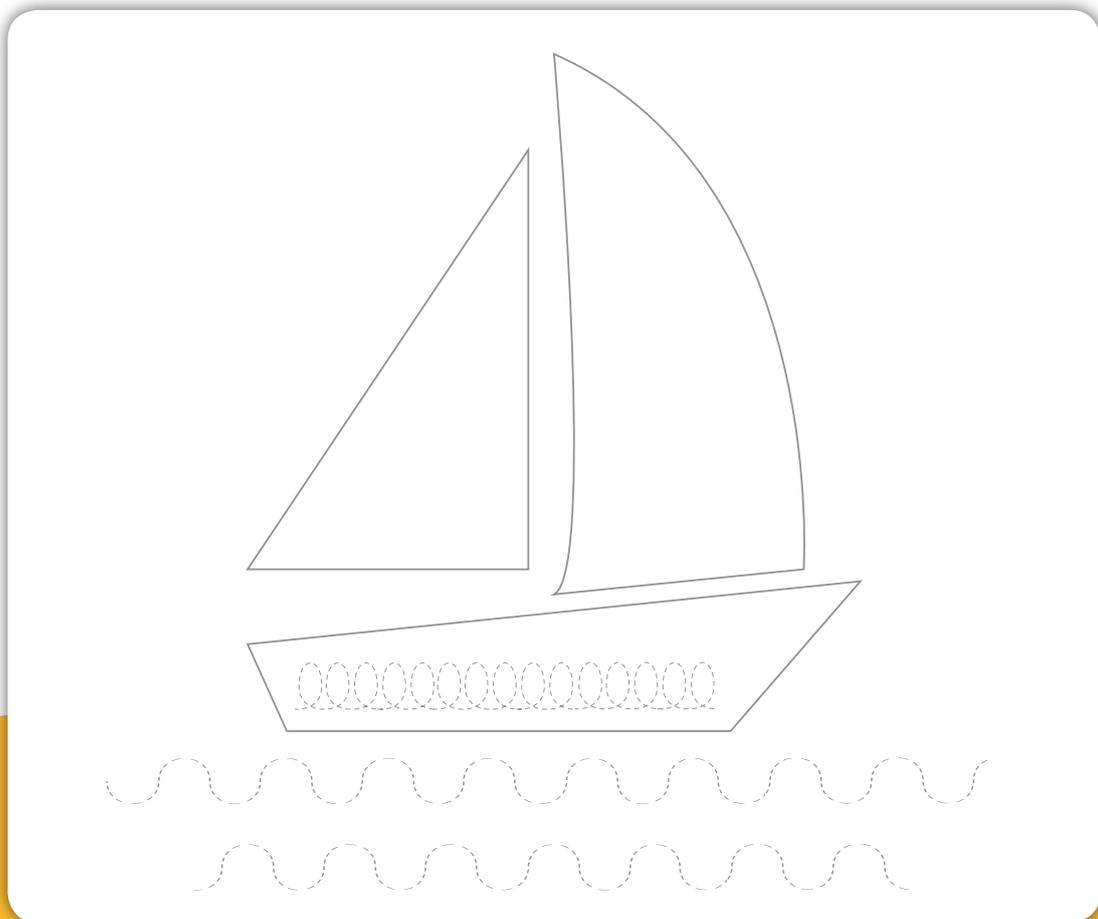
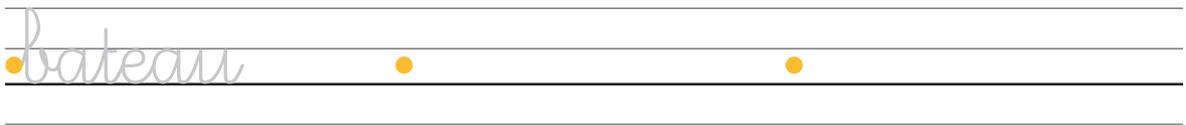
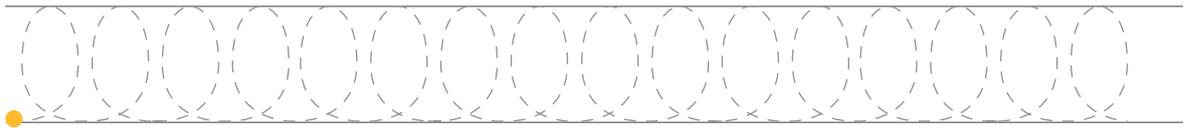
Les lignes  
et le décor



# Les lignes et le décor

La **boucle** est la forme de base de nombreuses lettres, comme le e, le l, le b, le f, le k, etc. Voici un exercice pour le maîtriser, et un dessin à décorer, où les boucles symbolisent les vagues sur la coque du bateau.

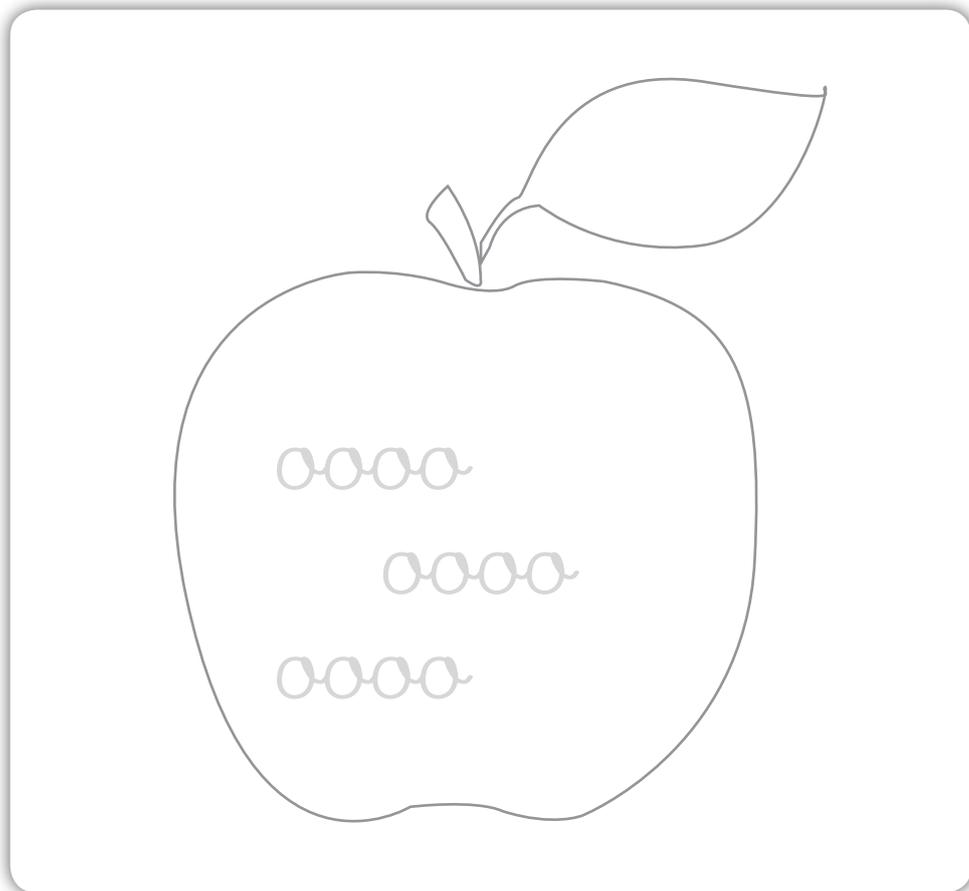
Les boucles étroites sont plutôt destinées à exercer l'enfant à tracer des formes de petite taille.



Les lignes  
et le décor

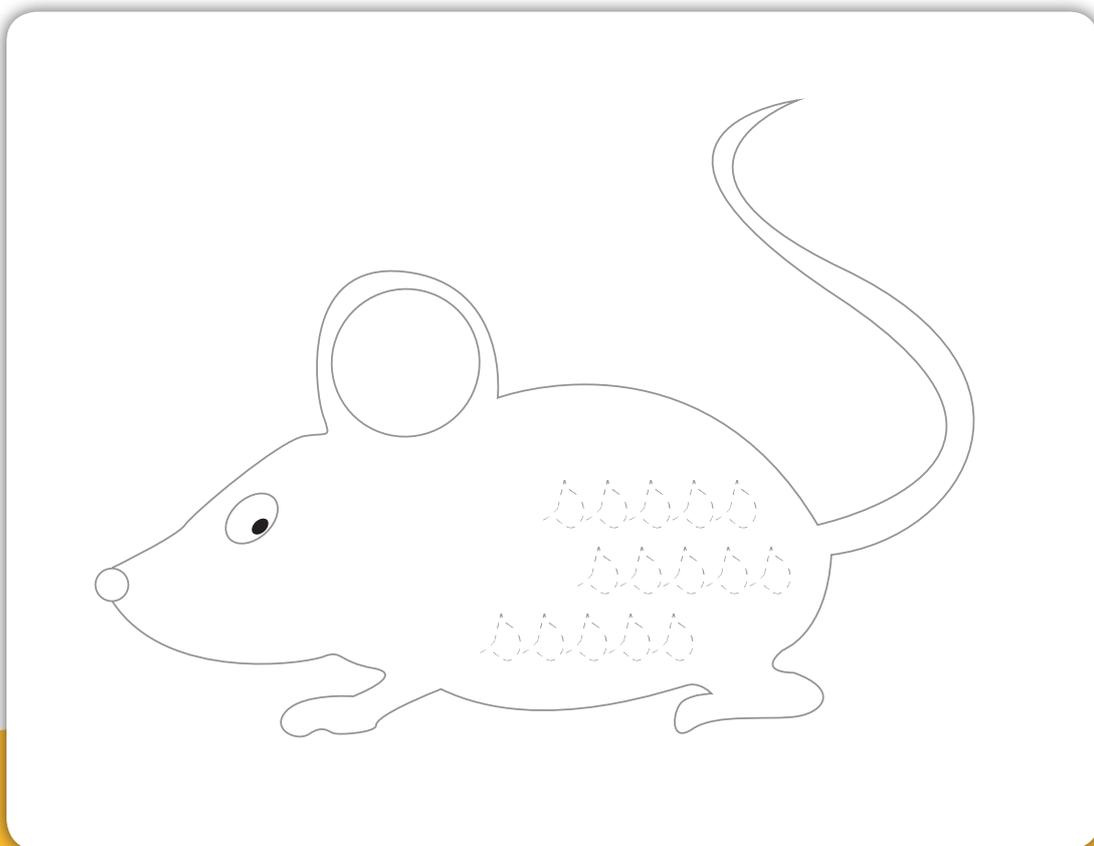
# De la ligne à la lettre

Oh, voici un o, en haut, en bas, et même quand on regarde bien, dans la forme de cette belle pomme qu'on voudrait bien croquer !



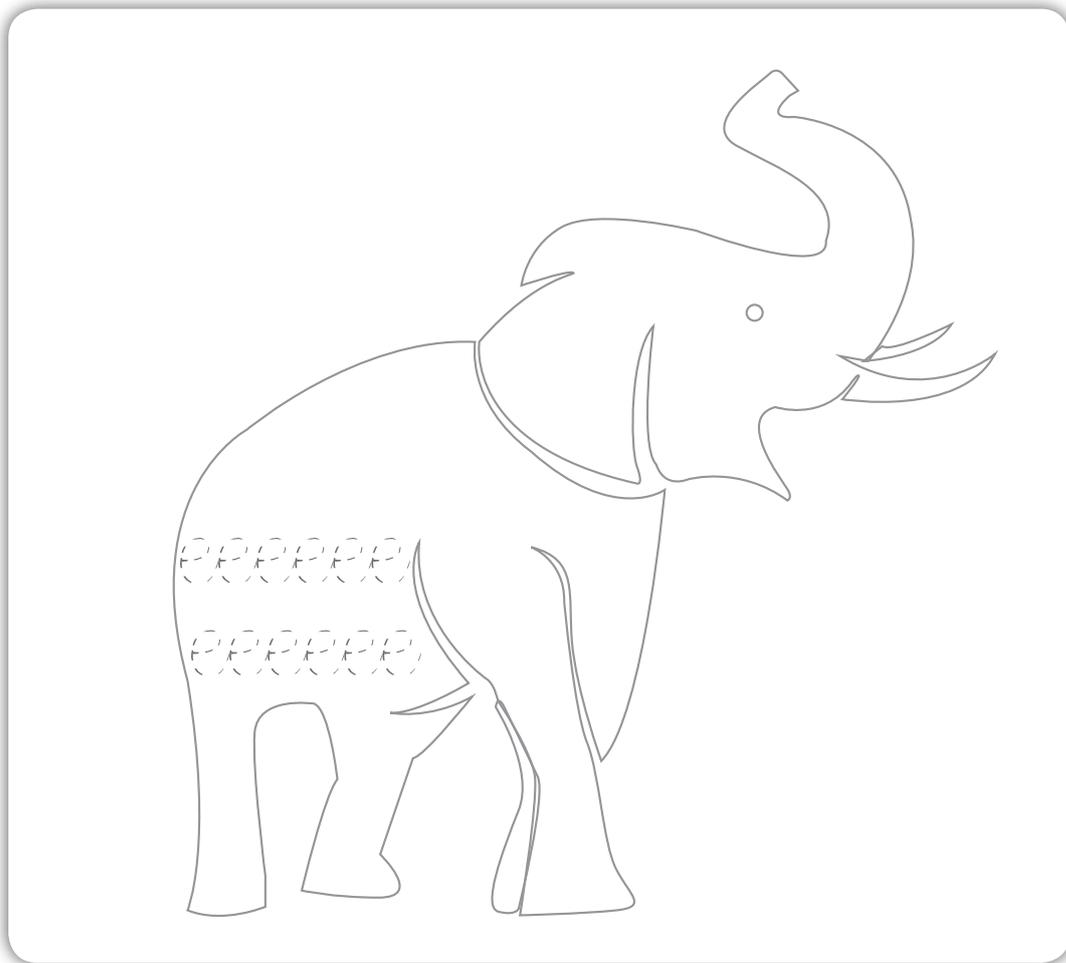
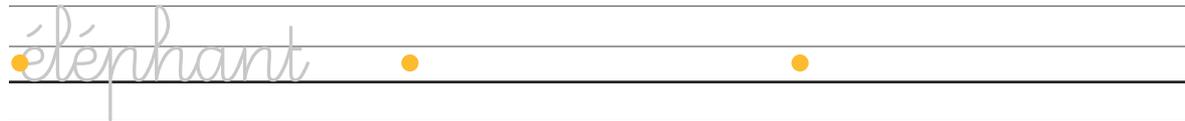
# De la ligne à la lettre

Les formes se précisent et se complexifient. Celle-ci nous prépare pour le s et pour le j...



# De la ligne à la lettre

Le e est la lettre la plus fréquente de la langue française. Il termine en effet beaucoup de mots féminins et peut s'accentuer de quatre façons différentes : é, è, ê et ë.  
Nous l'illustrons ici par un éléphant, qui possède deux e (et deux défenses, qui en ont trois !)



# De la ligne à la lettre

Toujours sous forme de pointillés à repasser avec un feutre ou un crayon graphite, des tracés qui sont les premières ébauches de la formation des mots. Cet exercice est un peu difficile pour un enfant de 4 ans, mais il conviendra à un enfant de 5 ans, qui commence en dernière section de maternelle, à se familiariser avec les lettres.

maman maison cacao

ville vélo chien

garage joli papa

tarte tortue toit





Société BIC SA - 552 008 443 RCS Nanterre  
Société BIC - 92611 Clichy Cedex - France  
[www.bicworld.com](http://www.bicworld.com)

« Creative Commons - BY - ND »



[www.najahni.tn](http://www.najahni.tn)