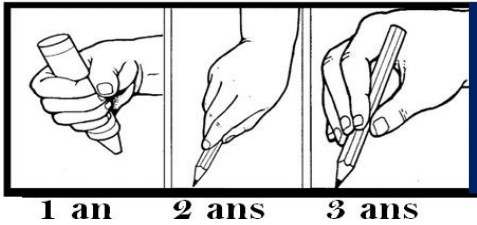




Attention à La tenue du crayon



Lorsque nos petites mains ne sont pas assez musclées, nous prenons une mauvaise position pour tenir un crayon.



En effet, dès notre plus jeune âge, nous avons instinctivement appris à adapter notre prise en main dans le but de compenser notre manque de force.

Nous sommes grands maintenant, mais nous avons encore tendance à tenir le crayon avec quatre doigts...



Il est donc très important de continuer à nous muscler les doigts, notamment grâce à la pâte à modeler ou encore en travaillant la pince et l'opposition du pouce.

Il est fondamental d'acquérir très vite une bonne tenue du crayon car une fois qu'une mauvaise habitude est installée, elle est très difficile à corriger!

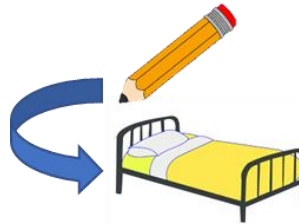


Comment bien tenir son crayon ?

Pour bien travailler



Mon crayon doit se reposer
Allez au lit !



Je prépare les 3 doigts pour faire le lit
(matérialiser l'oreiller par un point sur le majeur)



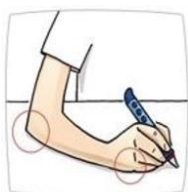
Au dodo, sur le matelas
(crayon posé dans le creux entre le pouce et l'index)



La tête sur l'oreiller
(crayon posé sur le majeur)



Et hop ! Un bisou sur chaque joue
(pouce et index, face à face sur les 2 côtés du crayon)



Idéalement, le coude et la main sont posés sur la table afin de stabiliser le geste. Les crayons et les feutres triangulaires sont à privilégier car ils facilitent la bonne tenue du crayon.

Restons vigilants, une bonne tenue du crayon c'est pour la vie !



Musclons nos mains !



Depuis le début de l'année, chaque jour nous travaillons à muscler nos petites mains de façons très diverses. Il n'y a pas que la pâte à modeler pour y arriver...



Trier des haricots, attraper des pois chiches avec une pince, transvaser des graines diverses à la petite cuillère, froisser du papier crépon sont de bons entraînements...

Mais rien ne vaut nos séances de gymnastique des doigts ! Avec éclats de rire garantis pour la petite bête qui monte !

Ensuite, évidemment, vient le temps de l'approche technique de la tenue du crayon. Coincer une boulette de papier ou dessiner d'un point l'oreiller sur le majeur peut aider !

