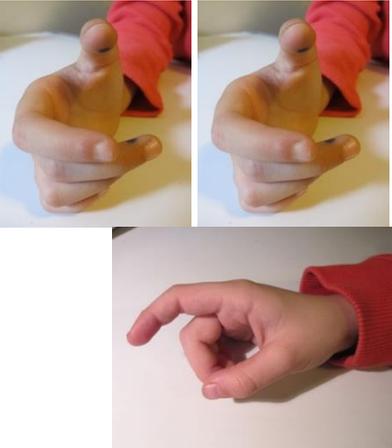


Atelier d'écriture CM1-CM2 séance n° 1/ Mardi 8 mars 2022

Exercices à faire tous les jours (10 à 15 min), avec le crayon à papier

<p>-Froisser/Défroisser 1 feuille : *Froisser 1 feuille sur la paume de la main en pliant tous les doigts, coude sur la table et sans aide. *Défroisser en mettant la boule sur la table.</p>	Cf vidéo
<p>-le monstre glouton et voyageur : *Nommer et saluer chaque doigt (plier/tendre le pouce) *Manger les doigts (faire 1 cercle) *Passer le monstre sur chaque doigt (A/R)</p>	Cf vidéo
<p>la posture - l'assise : s'asseoir face à la table, les pieds à plat. - le cahier : plier les avant-bras sur la table (faire 1 triangle). Utilise la main qui n'écrit pas pour positionner ton cahier dans le sens de ton avant-bras. - la paille : mettre la paille pour prolonger le crayon qui est dans le sens de l'avant-bras</p>	Cf. tenue du crayon et posture
<p>1, 2, 3, soleil ! - points bleus : pulpe du pouce, côté de la dernière phalange du majeur - joindre les points bleus - soleil bien rond - yeux fermés, 3 fois réussies</p>	Cf. fiche tenue du crayon et posture 
<p>lever le doigt - crayon posé dans le « hamac » - points bleus cachés par le crayon - index levé - « soleil » bien rond - sans pression</p>	
<p>la fléchette - poignet posé et immobile - index posé légèrement sur le crayon - crayon dans l'axe du coude - plier et tendre le pouce - c'est le pouce qui fait bouger le crayon</p>	Cf vidéo