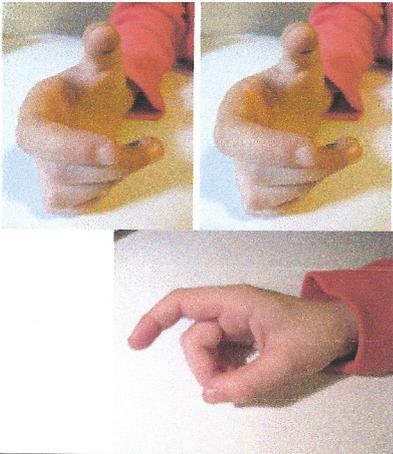
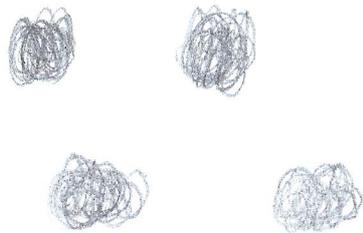


Atelier d'écriture GS séance n° 3/ Mardi 29 mars 2022

Exercices à faire tous les jours (10 à 15 min), avec 1 crayon à papier triangulaire

<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. Ou pâte à modeler</p>	<p>Cf. vidéo</p>
<p>-le canard : *Plier les 2 derniers doigts en gardant la paume de main ouverte *Poser l'index et le majeur sur le pouce *Geste du canard : plier/tendre le pouce qui emmène sans force l'index et le majeur *10 répétitions</p>	<p>Cf. vidéo</p>
<p>la posture - l'assise : s'asseoir face à la table, les pieds à plat. - la feuille : 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. - le poignet est droit, le crayon est dans le sens de l'avant-bras</p>	<p>Cf. fiche tenue du crayon et posture</p>
<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>	<p>Cf. fiche tenue du crayon et posture</p> 
<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 et l'index et le majeur suivent</p>	<p>Cf. vidéo</p>

<p>Gribouillage</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuille parallèle à l'avant-bras (entre les 2 traits bleus) - poignet posé et immobile - index posé légèrement sur le crayon - tourner les doigts dans tous les sens (faire des petits mouvements circulaires) - trace légère sur le papier - 6 gribouillages / jour sur feuille A5 <p>Avant-bras dans la colonne d'écriture</p>	
<p>Pixel art : colorier avec le plié/déplié</p> <ul style="list-style-type: none"> - feuille parallèle à l'avant-bras - poignet posé et immobile - index posé légèrement sur le crayon - plier et tendre le pouce - trace légère sur le papier - 6 cases / jour <p>Avant-bras dans la colonne d'écriture</p>	