

# Quelques conseils avant d'écrire

## 1. Mise en place - La posture

Pour pouvoir bien écrire, il faut adopter une posture confortable et efficace. Or, une table trop haute ou trop basse incite à prendre une mauvaise posture.



L'élève doit avoir les pieds posés à plat sur le sol. Si la table est trop haute, on peut proposer un coussin sous les fesses et un marchepied sous les pieds. Si les marchepieds du commerce sont trop hauts, on peut retourner des bacs de rangement. Si la table est trop basse, il ne faut pas hésiter à faire des échanges de mobilier avec une classe d'élèves plus grands.

Les épaules doivent être face à la table et la main qui n'écrit pas doit tenir la feuille. Le dos n'est pas totalement droit, puisqu'il faut se pencher légèrement pour écrire. Les épaules sont donc légèrement en avant du bassin et doivent être relâchées.

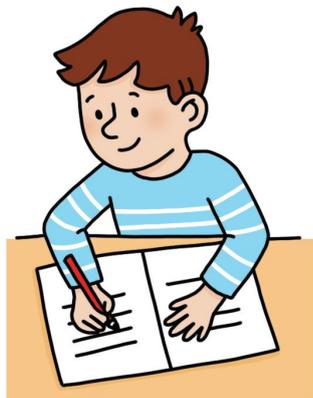


# Quelques conseils avant d'écrire

## 2. Mise en place - La position du cahier

La position du cahier est un élément extrêmement important. Il faut que le cahier soit positionné dans le sens de l'avant-bras. Ainsi, l'enfant peut écrire d'un mouvement des doigts, et non du poignet, tout en voyant ce qu'il écrit.

L'élève fait donc face à la table, son cahier est parallèle à son avant-bras. Il convient de placer d'abord son bras et de déplacer le cahier ensuite, pour éviter les postures inconfortables : c'est le cahier qui obéit au bras et non le contraire.



Pour l'élève gaucher, cette inclinaison du cahier est essentielle, car c'est la seule position qui lui permet de voir ce qu'il écrit sans fléchir son poignet, ce qui pourrait être source de douleurs.



## Quelques conseils avant d'écrire

### 3. Mise en place - La tenue du crayon

La tenue de crayon peut se corriger à tout âge. Si dans votre classe des élèves de CE1 ou au-delà ont des difficultés à écrire ou des douleurs en écrivant, il est conseillé de leur proposer de modifier leur tenue de crayon. Ce changement n'est pas possible directement : on ne peut pas juste montrer la bonne tenue du crayon, puis suggérer aux élèves de l'adopter. Il faut leur proposer de s'entraîner dans un premier temps en traçant de simples traits, tous les jours pendant plusieurs semaines, afin que l'habitude se prenne.



Le crayon doit être posé sur le côté de la dernière phalange du majeur, puis tenu avec la pulpe du pouce. On ne parlera pas de « pince » pour éviter toute crispation. L'index vient ensuite se poser sur le crayon, en restant idéalement en position arrondie.

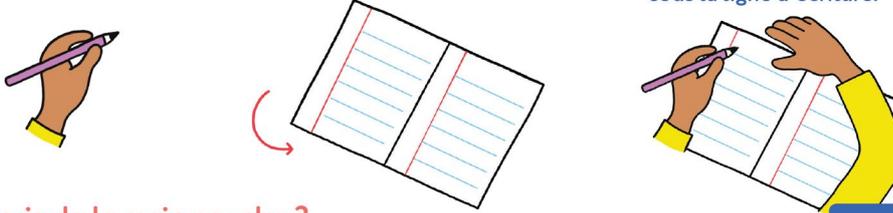
Le poignet ne doit pas être mobilisé lors de l'écriture – il doit rester en contact avec la table et se déplacer en glissant pour permettre à l'écriture de se dérouler de gauche à droite. La main doit donc rester alignée avec l'avant-bras.

Vous trouverez un QR code pour un mémo rappelant la posture, la position de la feuille et la tenue du crayon, qui peut être imprimé en A3 et affiché en classe.



# Quelques conseils avant d'écrire

1 Positionne bien tes doigts. 2 Positionne bien ton cahier. 3 Vérifie que ta main est sous la ligne d'écriture.

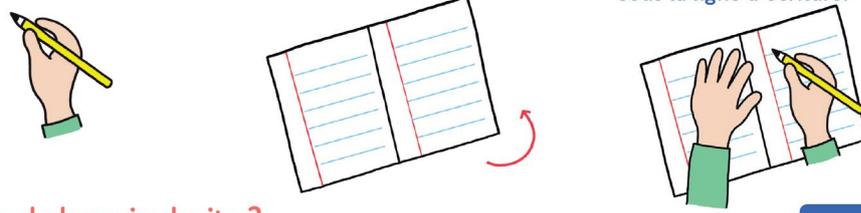


© MDI, 2018. Mes cahiers d'écriture

**Tu écris de la main gauche ?**

...PARTEZ!

1 Positionne bien tes doigts. 2 Positionne bien ton cahier. 3 Vérifie que ta main est sous la ligne d'écriture.



© MDI, 2018. Mes cahiers d'écriture

**Tu écris de la main droite ?**

...PARTEZ!

Enfin, ce QR code mène aux vidéos d'apprentissage et d'entraînement du tracé de chaque lettre, réalisées par les éditions MDI avec La classe de Définie. La première vidéo rappelle la bonne position pour écrire.

VIDÉOS

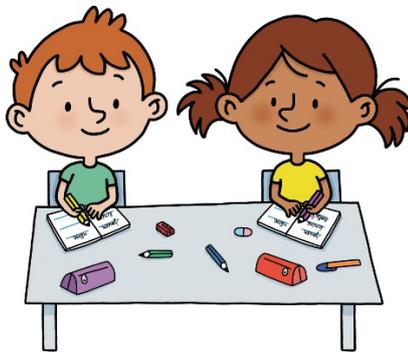


**Les vidéos d'écriture**  
Source : Éditions MDI  
<https://eqrcode.co/a/4fbfPm>

## Quelques conseils avant d'écrire

### 4. Expression écrite – Images mentales

Lorsque les élèves commencent à rédiger, ils produisent souvent des textes assez pauvres et peinent à les enrichir. Il peut être intéressant de leur proposer de dessiner ce qu'ils veulent écrire, puis d'ajouter progressivement des détails au dessin et de s'appuyer dessus pour revenir à leur texte. On peut proposer de réaliser une petite bande dessinée représentant l'action en plusieurs étapes.



Le but n'est pas ici d'obtenir un résultat esthétique ou artistique, mais bien de créer une trame en s'appuyant sur une image. Le dessin est un support qui permet de se forger une image mentale de plus en plus précise.

Il arrive que les enfants soient frustrés de ne pas être capables de représenter ce qu'ils ont en tête – on peut alors leur expliquer que le dessin peut être schématique et qu'ils décriront avec des mots les images plus précises qu'ils imaginent.



## Quelques conseils avant d'écrire

### 5. Expression écrite – La boucle phonologique

La mémoire de travail, ou mémoire à court terme, nous permet de garder à disposition de notre cerveau, de manière temporaire, les informations dont il a besoin à un instant précis. C'est ce qui correspond à la mémoire vive d'un ordinateur, qui lui permet de traiter la tâche qu'on est en train d'effectuer, mais qui s'efface lorsqu'on éteint la machine.



Ce concept de mémoire de travail (« working memory ») a été introduit pour la première fois en 1974 par Alan Baddeley, psychologue britannique, et Graham Hitch, professeur émérite de l'université de York. Une des composantes de la mémoire de travail est la boucle phonologique : elle permet à notre cerveau de retenir des informations de manière temporaire, avec l'aide de notre audition.



Si vous devez retenir un numéro de téléphone pour quelques minutes, sans pouvoir le noter, vous allez probablement le répéter à voix haute plusieurs fois pour le maintenir dans votre mémoire à court terme. Lorsque vous l'aurez composé, vous pourrez tranquillement l'oublier.

Lorsqu'un élève écrit, il doit avoir en mémoire la phrase qu'il est en train d'écrire. Pour soutenir cette mémoire, il est pertinent d'utiliser la boucle phonologique, c'est-à-dire de prononcer la phrase à voix haute, ce qui permet d'activer à la fois la bouche et l'oreille. Il est donc conseillé, pour rédiger une phrase, de commencer par la dire entièrement en s'écoutant, puis de l'écrire en oralisant chaque syllabe au fur et à mesure. Cette technique permet une meilleure planification de la tâche : le cerveau sait ainsi ce qu'il doit écrire et l'élève risque beaucoup moins d'en oublier ou d'en répéter une partie.

Cette technique d'oralisation est utilisée avec profit dès le cours préparatoire, où l'on recommande aux élèves de dire à voix haute ou de chuchoter chaque syllabe au fil de l'écriture, mais ne devrait pas être abandonnée trop rapidement, car la construction de notre voix intérieure est un processus long, qui n'est pas terminé à la fin de l'école élémentaire.



On se rappellera l'image de Flaubert et de son « gueuloir », qu'il utilisait pour entendre ses textes : on a besoin, même à l'âge adulte, d'entendre ses propres textes pour apprécier leur qualité.



## Quelques conseils avant d'écrire

### 6. Expression écrite – Brouillons et corrections

Une fois que l'image mentale est bien installée et que les élèves ont construit à l'oral la ou les phrases qu'ils veulent rédiger, on peut leur proposer de les écrire au brouillon. Selon le niveau de classe et le choix de l'enseignant, le brouillon peut être rédigé sur ardoise ou sur papier. Les élèves écrivent leur premier jet, le relisent en s'écoutant et le soumettent à l'enseignant. Selon les connaissances des élèves, on peut les inciter à corriger d'eux-mêmes certaines erreurs ou leur apporter directement la correction nécessaire.

On insistera ensuite sur la relecture de la phrase correcte et on proposera à l'enfant, avant de recopier la phrase, de porter son attention vers les difficultés éventuelles qu'il pourrait rencontrer. Ainsi, on l'aidera à mettre en place de bonnes stratégies de copie, en l'incitant à passer par une phase de planification plutôt qu'à se lancer dans la tâche sans réflexion préalable.

Par exemple, au CP, si la phrase à recopier est :

Monsieur Arthur monte dans la fusée qui va décoller.

On listera avec l'élève les points suivants :

- La phrase commence par une majuscule et se termine par un point.
- Le mot *Arthur* porte une majuscule car c'est un nom propre.
- Le mot *monsieur* ne s'écrit pas comme il se prononce. C'est la contraction du mot *mon* et du vieux mot *sieur*. On s'amusera à dire « mon-si-eur » plusieurs fois, en mimant éventuellement un salut, pour que l'élève mémorise le sens et non la succession de lettres.
- Le mot *fusée* est un nom féminin, qui se termine par un *e*. On rappellera que c'est comme *dictée* ou *purée*.
- Le mot *qui* est généralement connu. On rappellera éventuellement qu'il y a presque toujours un *u* après le *q*.



## Quelques conseils avant d'écrire

- Le mot *décoller* peut être analysé et rapproché de *défaire*, *détricoter* ou *démonter* pour prendre conscience du préfixe *dé*. La fusée était donc collée au sol, puis elle « dé-colle ». On rappellera que le mot *colle*, généralement connu des enfants, a deux *l*, et que le verbe se termine par *-er* (la notion d'infinitif est encore en construction à ce niveau-là, donc il est inutile d'insister).

On peut ensuite, pour consolider la phase de planification, demander à l'élève d'écrire « dans sa tête », c'est-à-dire de s'imaginer en train d'écrire la phrase, et de voir si certains points lui posent des difficultés. On lui proposera ensuite de copier, sans regarder lettre à lettre mais en ne vérifiant le modèle que si nécessaire. Il est possible de retourner le modèle, pour que l'élève prenne conscience de chacun de ses regards de vérification.

