MOTRICITÉ FINE

Stratégie : Prise du crayon

Niveaux : Maternelle à la 4e année

Objectif :

- Une prise adéquate du crayon est celle qui permet aux doigts de déplacer le crayon avec facilité et précision et sans douleur.
- La façon la plus habituelle de tenir le crayon est la prise tripode (le pouce, l'index et le majeur tiennent le crayon).
- Un enfant peut modifier cette prise assez fonctionnellement.
- La priorité doit être accordée au contrôle du crayon et non à l'aspect de la prise du crayon.
- Certains enfants adoptent une prise du crayon qui n'est pas efficace et peut rendre l'utilisation du crayon difficile.
- Il peut être difficile de changer une prise du crayon inadéquate une fois qu'elle a été prise.

Comment :

- Position du crayon : Le crayon est placé entre les bouts du pouce et de l'index et est appuyé sur le côté du majeur. Les deux derniers doigts de la main sont courbés et reposent sur la table. Cette prise du crayon est souvent appelée prise tripode.
- Stratégies pour favoriser la bonne prise du crayon :
  - démontrer la bonne prise du crayon et aider l'enfant à bien placer ses doigts sur le crayon.
  - rappeler à l'enfant la bonne façon de placer ses doigts avec des indices visuels et tactiles tels que le ruban, l'autocollant ou la bande élastique à 1 pouce de la pointe du crayon, ou en mettant une marque sur le crayon à l'endroit où les doigts devraient être placés.
  - les prises à crayon peuvent faciliter le placement des doigts.
  - faire et refaire souvent la prise du crayon.

Matériels :

- Des petits bouts de crayon ou des morceaux de craie peuvent favoriser une prise tripode.
- Travailler sur une surface verticale (p. ex., tableau, tableau blanc, papier sur un mur ou sur un chevalet). Cet exercice favorise l'extension du poignet, développe les muscles du poignet et des épaules et permet une prise mature du crayon.
- Les prises à crayon (p. ex., prise à crayon triangulaire ou en mousse) peuvent faciliter le placement des doigts (consulter l'ergothérapeute de la division scolaire avant de choisir une prise).

Exemple : cliquer sur l'image pour jouer la vidéo

Pratiques inclusives à considérer :

- Mettre une image visuelle d'une prise tripode pour référence sur le pupitre de l'enfant.
- Donner à l'enfant une petite boule de papier-mouchoir froissé ou un petit pompon à tenir avec l'annulaire et le petit doigt pour rappeler de bien tenir le tout ensemble.
- Lorsqu'une bonne prise du crayon est faite, demander à l'enfant de placer un papier sur une surface rugueuse telle que du papier sablé et faire des mouvements de gribouillage. Ceci permettra à l'enfant de sentir le bon placement de doigt.
- Il existe divers types de prises à crayon et de crayons qui peuvent permettre à l'enfant de garder une prise du crayon adéquate (consulter l'ergothérapeute de la division scolaire pour des conseils).

Références et liens :

La tenue du crayon
ergotherapie_trucs.pdf (csaffluents.qc.ca)

Prise du crayon : révisons nos positions
https://edme.org/blogue/prise-du-crayon-1/