



# Outils et techniques pour capacités motrices et graphiques



## Description de l'outil

Aperçu des outils et des techniques permettant de développer les habiletés motrices graphiques et d'exercer la pré-écriture.

## Quelle difficulté cet outil peut-il résoudre ?

Les exercices de motricité globale et fine et les techniques multisensorielles sont fondamentaux pour développer :

La capacité visuo-spatiale, avec l'objectif de :

- identifier la forme des lettres ;
- en distinguer des formes similaires ;
- organiser l'espace d'écriture ;

La capacité graphique motrice, avec l'objectif de contrôler :

- le dessin de la lettre ;
- la pression de la main sur l'instrument d'écriture.

## Quels sont les bénéfices pour les Dys ?

Le processus d'écriture manuelle implique le développement de divers types de compétences et d'habiletés psychomotrices. Voyez les types d'activités qu'il est recommandé de faire pour minimiser ou surmonter les difficultés.

# Capacités/ Habilités

## MOTRICITÉ GLOBALE

Concept du schéma corporel

Perception de la directionnalité et de la latéralité

Orientation spatiale et temporelle

## MOTRICITÉ GLOBALE

Concept du schéma corporel

Perception de la directionnalité et de la latéralité

Orientation spatiale et temporelle

# Activités

## Stimuler les activités motrices en général avec :

- jeux physiques ;
- la gymnastique et le sport ;
- danses et musique.

Stimulez la mémoire motrice en écrivant des lettres et des chiffres en l'air avec de grands mouvements de bras.

Écrivez aussi des lettres et des chiffres plus petits, en ne bougeant que la main ou les doigts.:

## Stimuler la motricité fine avec :

- des exercices manuels de précision ;
- la manipulation de petits objets dans des exercices qui font appel à l'imagination et à la créativité.

Entraînement de la posture correcte du corps.

## Capacités/ Habilités

### DEXTERITE MANUELLE

Prise et manipulation  
d'instruments d'écriture

## Activités

Développer des activités pictographiques avec différentes techniques de peinture, de dessin et de modelage.

Essayez différents types de pinceaux et d'instruments d'écriture (crayons épais et fins, stylos, marqueurs, etc.).

Essayez des types de grips. Exercez la capacité de tracer / dessiner.

### COORDINATION

### VISUELLE ET MOTRICE

Utilisez des techniques multisensorielles pour apprendre les lettres, les chiffres et les formes.

Stimuler la mémoire visuelle par des images avec des lettres de l'alphabet, des chiffres et des familles syllabiques.

Utilisez le carnet de calligraphie, mais pas de façon exhaustive. Utilisez du papier ligné spécial.

## Exemple d'utilisation

Vous pouvez trouver plusieurs exemples d'exercices et d'activités sur :

<https://www.understood.org/en/school-learning/partnering-with-childs-school/instructional-strategies/6-multisensory-techniques-for-teaching-handwriting>

Et aussi sur :

<https://www.youtube.com/watch?v=9oHq-joy22w>

Handwriting Without Tears est un programme d'écriture qui donne des instructions explicites sur la façon de former des lettres en utilisant des stratégies multisensorielles. Les lettres sont groupées par des traits similaires en utilisant une séquence de haut en bas, de gauche à droite. De cette façon, ils s'entraînent beaucoup à faire le même mouvement de départ, ce qui renforce leur mémoire musculaire.