

INFO-ERGO CSSBE

La prise de crayon démystifiée

FÉVRIER 2025

Créé par Nancy Labrecque, Kathya Roy et Ariane Talbot, erg.



La tendance a longtemps été de ne reconnaître que la prise tripode (à trois doigts avec le crayon en appui sur le majeur) comme prise adéquate du crayon. Toutefois, plusieurs études démontrent que la prise tripode n'est pas la seule à mener à une écriture lisible, rapide et sans fatigue.

Quelles sont les prises de crayon les plus fréquentes?

Il existe quatre prises plus fréquentes qui sont considérées comme équivalentes pour l'atteinte d'une écriture fonctionnelle :



Tripode
dynamique



Quadripode
dynamique



Tripode
latérale



Quadripode
latérale

D'autres prises de crayon moins fréquentes existent également et n'ont pas d'impacts sur la vitesse ou la qualité de l'écriture. Elles n'entraînent pas davantage de fatigue non plus.

Questions à se poser pour savoir si une prise de crayon est fonctionnelle

- Est-ce que les doigts bougent?
- Est-ce que le graphisme est assez précis et rapide pour l'âge?
- Est-ce qu'il y a absence de douleur?

Si la réponse est « oui », la préhension est fonctionnelle. Aucune intervention n'est nécessaire!

Si la réponse est « non » à l'une ou l'autre des questions, des pistes d'interventions sont possibles :

1. Faire des exercices pour améliorer la dextérité et le contrôle des muscles des épaules et du tronc ;
2. Essayer l'utilisation d'un autre type de crayon (ex.: forme, texture ou taille différente).



Astuces pour favoriser le développement d'une prise de crayon mature

- Varier les types, formes et grosseurs de crayons utilisés : cire, marqueurs, feutre, bois, triangulaires, craies, petits et gros crayons...
- Varier les outils utilisés : pinceaux, rouleaux de peinture, étampes...
- Varier la position des surfaces de travail et la taille de l'activité : couché sur le ventre en appui sur les avant-bras, debout face au mur, sur un chevalet, au tableau, sur l'asphalte, sur des petits papiers...
- Manipuler des petits objets de différentes grosseurs, de différentes formes et textures : pâte à modeler, divers types de pinces (ex. : à linge, à salade, à épiler...), jetons et chevilles (ex. : « Lite Brite »), pièces de monnaie, compte-gouttes, poires à sauce...