

POSTURE



TABLE & CHAISE

- à bonne hauteur
- **bras** à angle droit
- **pieds** au sol



MAIN QUI N'ÉCRIT PAS

- posée en **appui** en **haut de la feuille**



CORPS



- **dos** droit = épaules alignées
- **épaules** relâchées
- **buste** penché en avant
- **avant-bras** posés sur la table
- **pieds** au sol

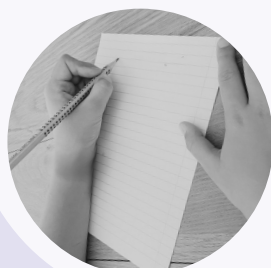
MAIN QUI ÉCRIT

- **sous** la ligne d'écriture
- dans l'**axe** de l'avant-bras



FEUILLE INCLINÉE

- **avant-bras** (main qui écrit) **parallèle** à la **feuille**



CRAYON



- **tenu** à **2 cm** de la **mine**
- **entre le pouce** et le **côté du majeur**
- **guidé** par l'**index**
- dans l'**axe** de l'avant-bras
- **incliné** vers le **coude**

BIEN
ÉCRIRE