



# Mon cahier d'écriture cursive

1<sup>re</sup> année du 1<sup>er</sup> cycle

En lien avec le projet

«Les superhéros

de l'orthographe au quotidien»



Note aux utilisateurs de ce document :

Ce cahier d'écriture cursive se veut un outil complémentaire à l'apprentissage de l'écriture cursive. Il est directement en lien avec les mots d'orthographe vus avec le projet « les superhéros de l'orthographe au quotidien ».

Afin de développer l'apprentissage et l'autonomie des élèves, il est gradué tout au long de l'année dans le but d'en simplifier la présentation.

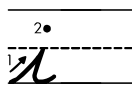
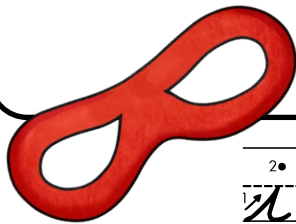
*Merci !*

*Idée originale de Ruth Bérubé*

Écrire en cursive: i, u, t



les pointes



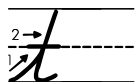
i

i



u

u

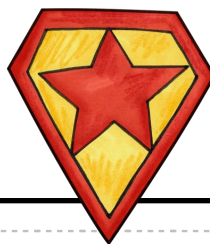


t

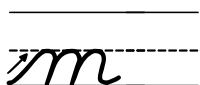
t



Écrire en cursive: m, n,

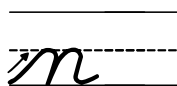


les ponts



m

m



n

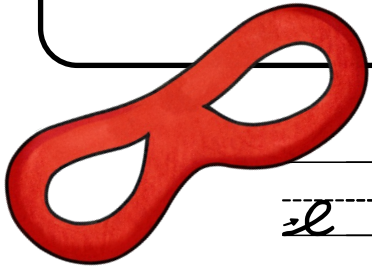
n



Écrire en cursive: e, l, h, b, f, k

**BAM!**

les boucles  
vers le haut



e

e e e e e e e

e

e

l

l l l l l l l

l

l

h

h h h h h h h

h

h

b

b b b b b b b

b

b

Défi de superhéros!



f

f f f f f

f

f



f

SUPER



k

k k k k k

k

k



k

Colorie le FANTASTIQUE selon la légende :

Vert : facile

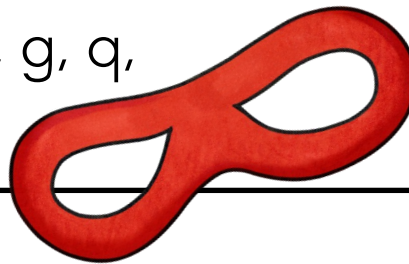
Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Fantastique!!!

Écrire en cursive: c, a, o, d, g, q,

les ronds



c

c c c c c c c

c

c

a

a a a a a a a

a

a

o

o o o o o o o

o

o

d

d d d d d d d

d

d

Défi de superhéros!



g

g



g

g

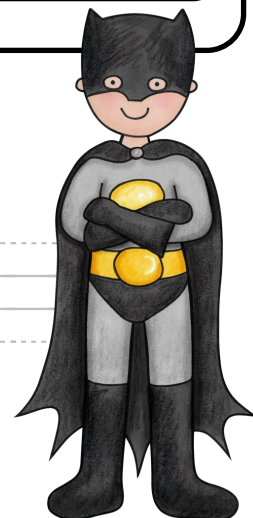
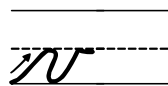
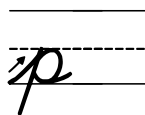
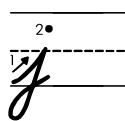
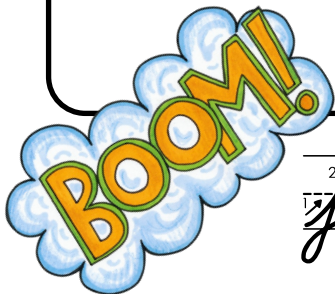
Colorie le FANTASTIQUE selon la légende :

Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile

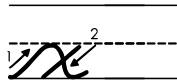
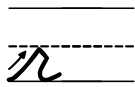
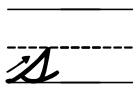
Fantastique!!!

Écrire en cursive: j, y, p, v, w, s, r, x, z

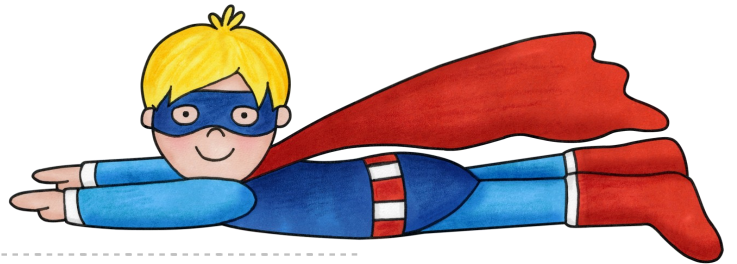
les autres lettres







Défi de superhéros!

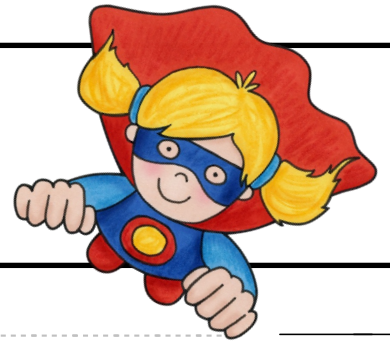


Colorie le HOUURRA selon la légende :

Vert : facile      Jaune : un peu difficile      Rouge : difficile



Écrire en cursive : l'alphabet



a

a

b

b

c

c

d

d

e

e

f

f

g

g

h

h

i

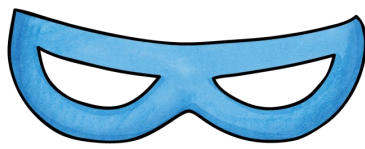
i

j

j

k

k



h

h

m

m

n

n

o

o

p

p

q

q

r

r

s

s

t

t

u

u

v

v

w

w

x

x

y

y

z

z

Défi de superhéros!



Écris ton nom et celui de tes amis.



Handwriting practice lines for the challenge section.

Écrire en cursive :

a, e, i, o, u, y, é, è, ê

Liste 1





u

u u u u u u u

é

é é é é é é é

è ê

è ê è ê è ê è ê

Défi de superhéros!



BAM!



y y y y y y y

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive :

Liste 2

la, le, ma, me, sa, se, un ami, une amie



la la la la la la

la

le le le le le le le

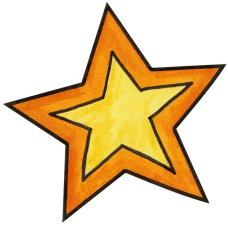
le

ma ma ma ma ma

ma

me me me me me

me



sa

sa sa sa sa sa

se

se se se se se se

un ami

un ami un ami

Défi de superhéros!



une amie

une amie une amie

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile





Écrire en cursive :

ta, tu, de, du, un, une, à, je, le midi, le papa

Liste 3



ta

ta ta ta ta ta

ta

tu

tu tu tu tu tu

de

de

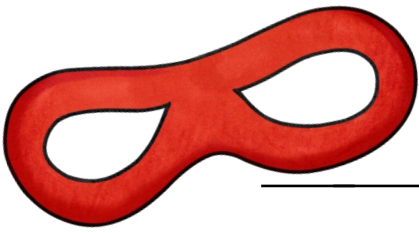
de de de de de de

de

du

du du du du du

du



*un*

*un un un un*

*un*

*un*

*une*

*une une une*

*une*

*une*

*à*

*à à à à à*

*à*

*je*

*je je je je je je*

*je*



Défi de superhéros!



le midi le midi le midi

le midi



le papa le papa le papa

le papa

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

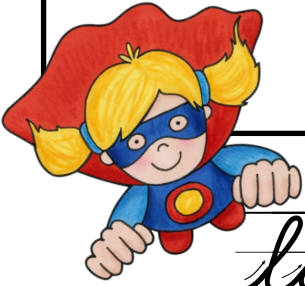
Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive : la robe, la dame, lire, la lune,  
la rue, la vie, le livre, la table

Liste 4



la robe la robe la robe la robe

la dame la dame la dame



lire lire lire lire

la lune la lune la lune

la rue la rue la rue la rue

la vie la vie la vie la vie

le livre le livre le livre

Défi de superhéros!



la table la table la table

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Wow!!

Écrire en cursive : la mère, le père, la tête, la fête, des,  
les, tes, mes, ses

Liste 5



la mère la mère la mère

le père le père le père

la tête la tête la tête

la fête la fête la fête



des des des des



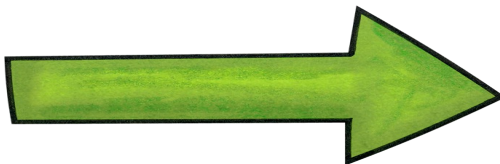
les les les les les



tes tes tes tes tes tes

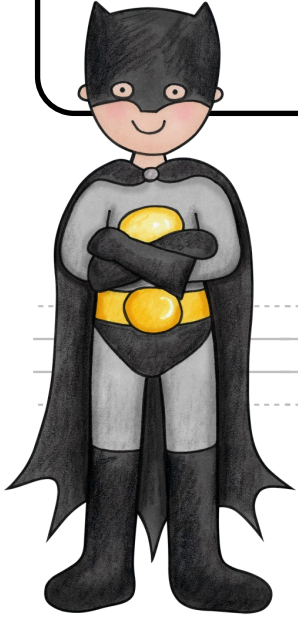
mes mes mes mes mes

ses ses ses ses ses



Écrire en cursive : on, ton, mon, son, le bonbon,  
le monde, le ballon

Liste 6



on

on on on

on

ton

ton ton

ton

mon

mon mon

mon



son

son son

son

le monde

le monde

le monde

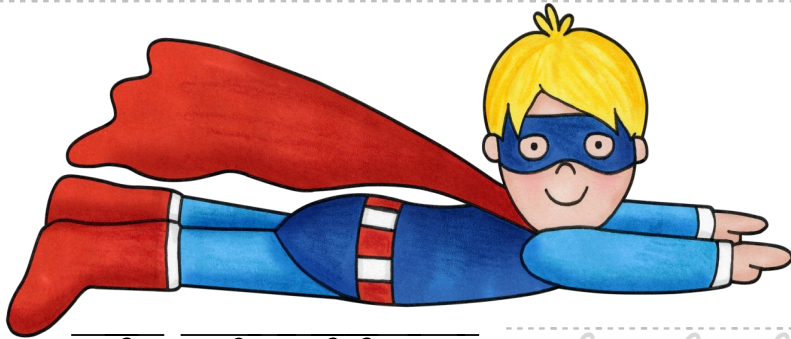


Défi de superhéros!



le bonbon le bonbon le bonbon

Two sets of handwriting practice lines, each consisting of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. A small black dot is placed on the middle dashed line of each set.



le ballon le ballon le ballon

Two sets of handwriting practice lines, each consisting of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. A small black dot is placed on the middle dashed line of each set.

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile



Écrire en cursive : ou, vous, nous, la boule, la poule,  
le mouton, la route, la bouche

Liste 7



ou

ou ou ou

ou



vous

vous vous

vous

nous

nous nous

nous

la boule

la boule

la boule



la poule la poule la poule

le mouton le mouton le mouton

la route la route la route

Défi de superhéros!



la bouche la bouche la bouche

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

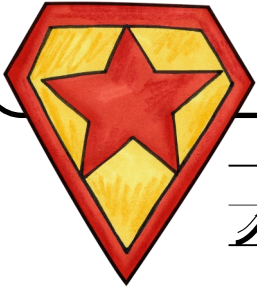
Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive : le roi, trois, la joie, la fois, le soir,  
voir, pouvoir, vouloir, devoir, le devoir

Liste 8



le roi le roi le roi le roi

trois trois trois trois



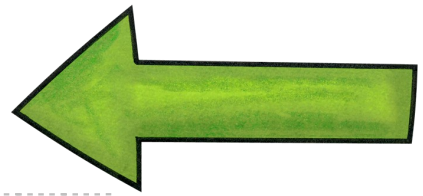
la joie la joie la joie la joie

la fois la fois la fois la fois

voir voir voir voir



Défi de superhéros!



le soir

le soir

le soir

pouvoir

pouvoir

pouvoir

vouloir

vouloir

vouloir

devoir

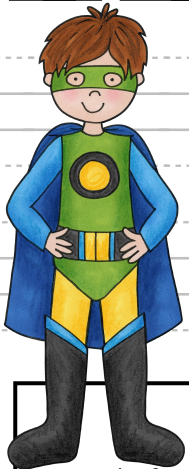
devoir

devoir

le devoir

le devoir

le devoir



Colorie le BRAVO selon la légende :

Vert : facile

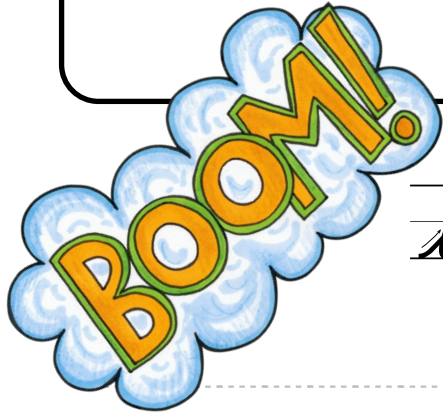
Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Bravo!!!

Écrire en cursive : bleu, bleue, le feu, le jeu, le jeudi,  
deux, le cheveu, les cheveux

Liste 9



bleu bleu bleu bleu

bleue bleue bleue bleue



le feu le feu le feu le feu

le jeu le jeu le jeu le jeu



le jeudi

le jeudi

le jeudi

deux

deux

deux

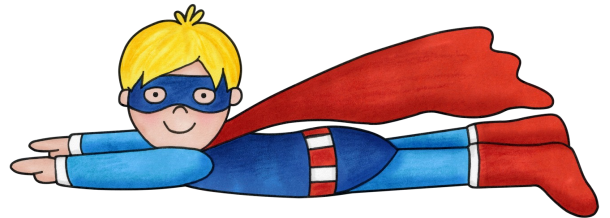
deux

le cheveu

le cheveu

le cheveu

Défi de superhéros!



les cheveux

les cheveux

les cheveux

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive : le lundi, brun, brune, huit,  
la nuit, la pluie

Liste 10



le lundi le lundi le lundi

brun brun brun brun

brune brune brune brune

huit huit huit huit

la nuit la nuit la nuit

la pluie la pluie la pluie



Écrire en cursive :

chanter, dans, la dent,  
le vent, la maman,  
un enfant, une enfant

Liste 11

chanter

chanter

chanter

dans

dans

dans

la dent

la dent

la dent

le vent

le vent

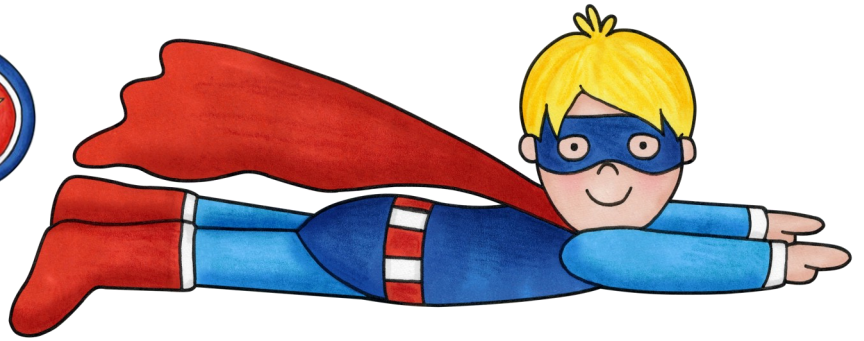
le vent

la maman

la maman

la maman

Défi de superhéros!



un enfant

un enfant

un enfant



une enfant

une enfant

une enfant

Colorie le SUPER selon la légende :

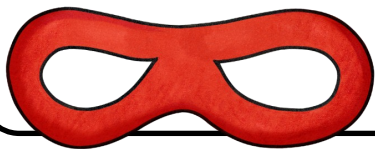
Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Super!!!

Écrire en cursive : le chemin, le jardin, le sapin, le matin,  
le lutin, le train, la main, le pain,  
plein, pleine



Liste 12

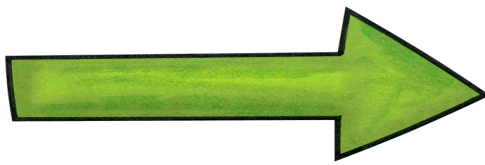
le chemin le chemin le chemin

le jardin le jardin le jardin

le sapin le sapin le sapin

le matin le matin le matin

le lutin le lutin le lutin



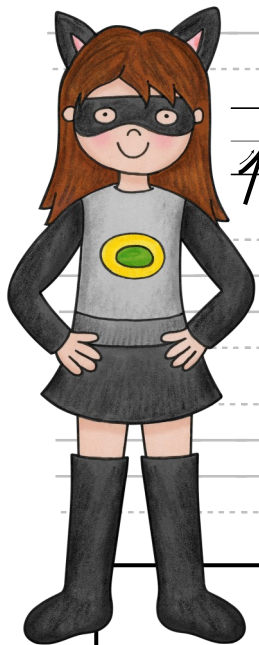
le train le train le train

la main la main la main

le pain le pain le pain

plein plein plein

pleine pleine pleine



Colorie le BRAVO selon la légende :

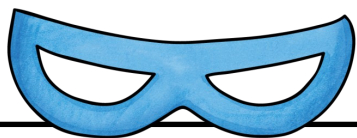
Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive :



la journée, la poupée, le bébé,  
le vélo, une étoile, la cheminée,  
une année

Liste 13

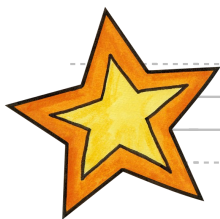
la journée la journée la journée

la poupée la poupée la poupée

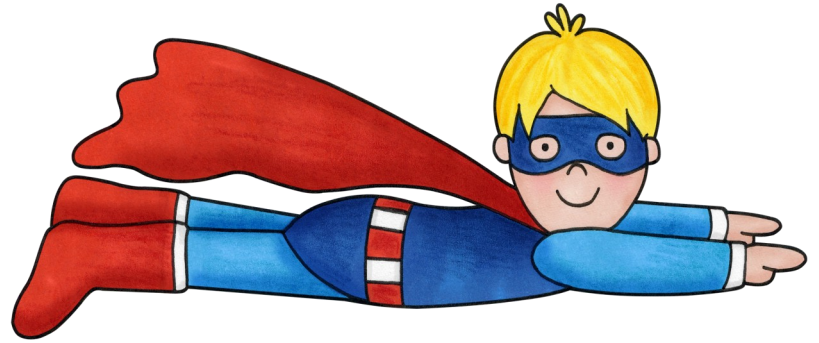
le bébé le bébé le bébé

le vélo le vélo le vélo

une étoile une étoile une étoile



Défi de superhéros!



la cheminée la cheminée la cheminée



une année une année une année

Colorie le SUPER selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Super!!!

Écrire en cursive :

et, le papier, le nez, le pied,  
donner, parler, lever, jouer

Liste 14



et

et et et et

et



le papier

le papier

le papier

le nez

le nez

le nez

le pied

le pied

le pied



donner

donner

donner

parler

parler

parler

parler

lever

lever

lever

lever

Défi de superhéros!



<sup>1</sup>  
<sup>2</sup>  
jouer

jouer

jouer

jouer

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

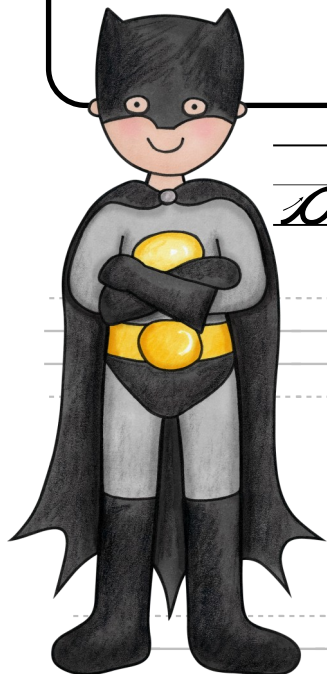




Écrire en cursive : avoir, j'ai, tu as, il a, elle a,

Liste 15

nous avons, vous avez, ils ont, elles ont



avoir

avoir avoir

avoir

j'ai

j'ai j'ai

j'ai

tu as

tu as tu as

tu as

il a, elle a

il a, elle a

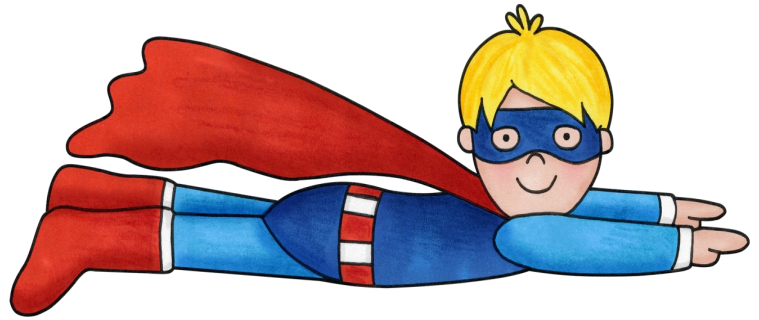
il a, elle a

nous avons

nous avons

nous avons

Défi de superhéros!



*vous avez*      *vous avez*      *vous avez*



**SUPER**

*ils ont*

*elles ont*

*ils ont,*

*elles ont,*

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive : bel, belle, la lecture, la personne,  
sept, le merci, la lettre, le mercredi

Liste 16



bel

bel bel bel

bel

belle

belle belle belle

la lecture

la lecture la lecture

la personne

la personne la personne

sept

sept sept sept

le merci

le merci le merci

la lettre

la lettre la lettre

Défi de superhéros!



le mercredi

le mercredi le mercredi

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive :

une aile, un air, la neige,  
le plaisir, la reine,  
la maison, mais

Liste 17

une aile

une aile

une aile

un air

un air

un air

la neige

la neige

la neige

le plaisir

le plaisir

le plaisir

la reine

la reine

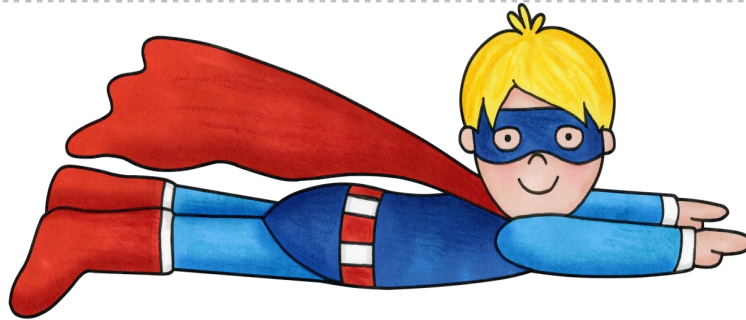
la reine

Défi de superhéros!



*mais* *mais* *mais* *mais*

Two sets of handwriting practice lines. Each set consists of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. A small black dot is placed on the middle dashed line of each set to indicate the starting point for writing.



*la maison* *la maison* *la maison*

Two sets of handwriting practice lines, identical in format to the ones above, with a black dot on the middle dashed line of each set.

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

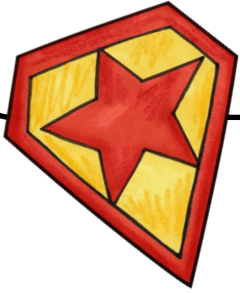
Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive : être, je suis, tu es, il est, elle est,  
nous sommes, vous êtes,  
ils sont, elles sont

Liste 18



être

être être être

être

je suis

je suis je suis

je suis

tu es

tu es tu es

tu es

il est

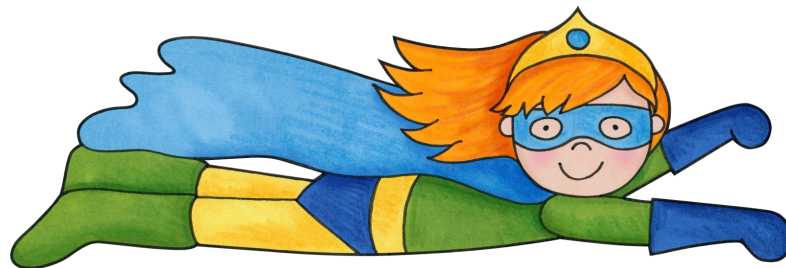
il est il est

il est

elle est

elle est

elle est

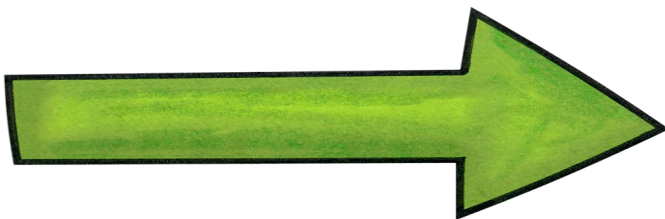


*nous sommes nous sommes nous sommes nous sommes*

*vous êtes vous êtes vous êtes*

*ils sont ils sont ils sont*

*elles sont elles sont elles sont*



**SUPER**



Écrire en cursive :

beau, une eau, voler,  
jaune, un oiseau, pauvre

Liste 19



*beau* *beau* *beau* *beau*

*une eau* *une eau* *une eau*

*voler* *voler* *voler* *voler*

*jaune* *jaune* *jaune* *jaune*

*un oiseau* *un oiseau* *un oiseau*

*pauvre* *pauvre* *pauvre*

Écrire en cursive :



un animal, des animaux,  
beaucoup de, le chapeau,  
le cheval, les chevaux

Liste 20

*un animal un animal un animal*

*des animaux des animaux des animaux*

*beaucoup de beaucoup de beaucoup de*

*le chapeau le chapeau le chapeau*

*le cheval le cheval le cheval*

*les chevaux les chevaux les chevaux*

Écrire en cursive :

aimer,  
j'aime, je n'aime pas, tu aimes,  
il aime, elle aime, nous aimons,  
vous aimez, ils aiment, elles aiment

Liste 21



aimer

aimer aimer

aimer

j'aime

j'aime j'aime

j'aime

je n'aime pas

je n'aime pas

je n'aime pas

tu aimes

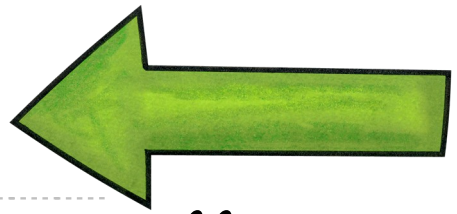
tu aimes

tu aimes

il aime

il aime

il aime



elle aime elle aime elle aime

nous aimons nous aimons nous aimons

vous aimez vous aimez vous aimez

ils aiment ils aiment ils aiment

elles aiment elles aiment elles aiment

Colorie le BRAVO selon la légende :

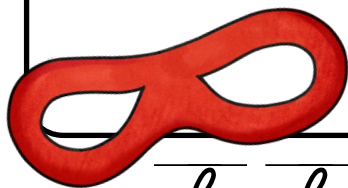
Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile

Bravo!!!

Écrire en cursive :

le lapin, la lapine, le petit,  
petit, la petite, petite, grand,  
grande, joli, jolie, noir, noire

Liste 22



le lapin

le lapin

le lapin

la lapine

la lapine

la lapine

le petit

le petit

le petit



petit

petit

petit

petit

la petite

la petite

la petite

petite

petite

petite

grand grand grand grand

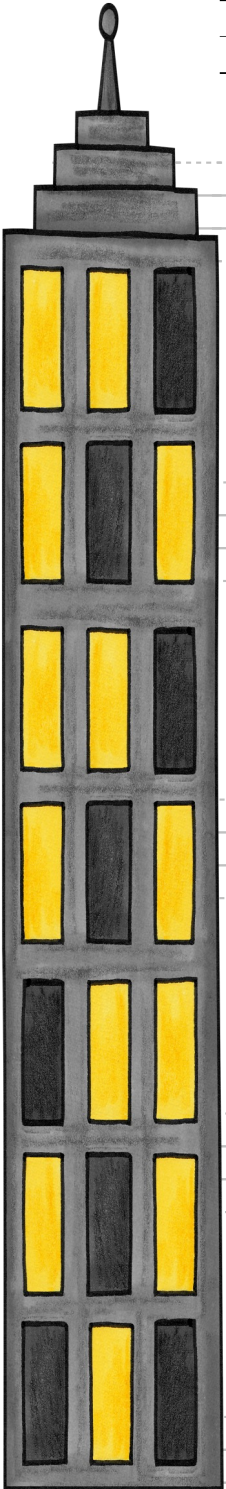
grande grande grande

joli joli joli joli

jolie jolie jolie jolie

noir noir noir noir

noire noire noire noire



Écrire en cursive : le chat, la chatte, le chien, la chienne,  
bon, bonne, gros, grosse, le premier,  
premier, la première, première

Liste 23

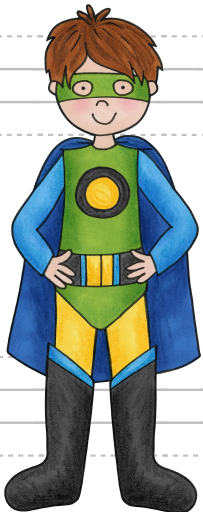


le chat le chat le chat

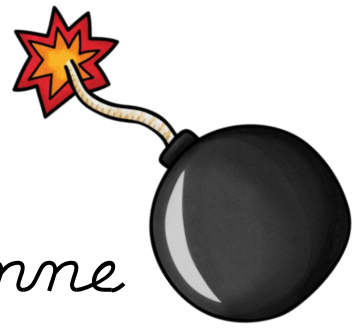
la chatte la chatte la chatte

le chien le chien le chien

la chienne la chienne la chienne



bon bon bon bon bon



bonne bonne bonne

gros gros gros

grosse grosse grosse

le premier le premier le premier

la première la première la première

Colorie le BRAVO selon la légende :

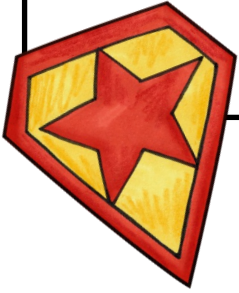
Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile





Écrire en cursive : chaud, chaude, doux, douce,  
le loup, la louve, vert, verte, le lit

Liste 24



chaud chaud chaud

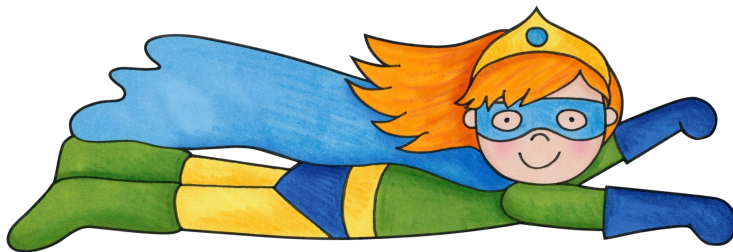
chaude chaude chaude



doux doux doux

douce douce douce

le loup le loup le loup

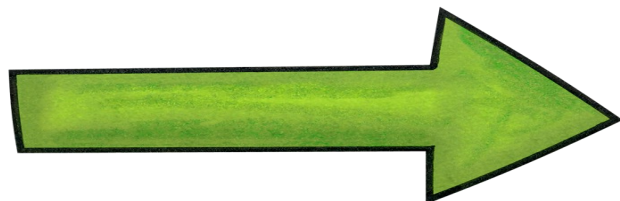


la louve la louve la louve

vert vert vert

verte verte verte

le lit le lit le lit

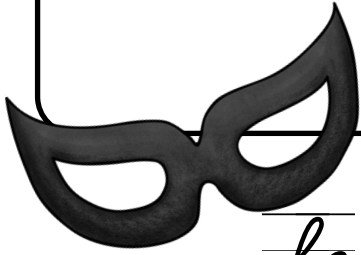


**SUPER**

Écrire en cursive :

le bras, le mot, le pays, la souris,  
une heure, heureux, heureuse,  
une histoire

Liste 25



le bras le bras le bras



le mot le mot le mot

le pays le pays le pays

la souris la souris la souris

une heure une heure une heure

heureux heureux heureux

heureuse heureuse heureuse

Défi de superhéros!



une histoire une histoire



Colorie le WOW selon la légende :

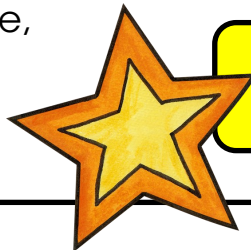
Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile



Écrire en cursive :

la fille, la famille, une oreille,  
la pomme, la terre, la ville,  
la patte

Liste 26



la fille

la fille

la fille

la famille

la famille

la famille

une oreille

une oreille

une oreille

la pomme

la pomme

la pomme

la terre

la terre

la terre

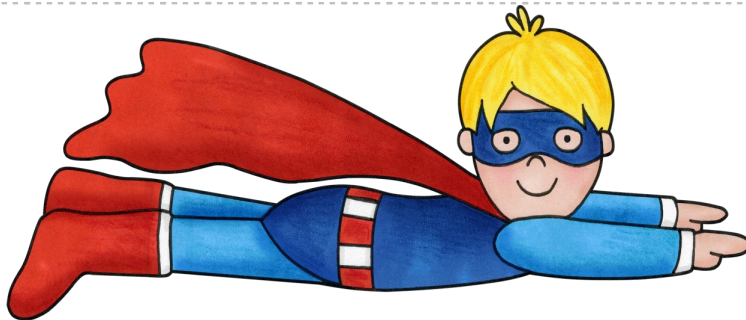
Défi de superhéros!



la ville

la ville

la ville



la patte

la patte

la patte

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile



Écrire en cursive :

la carte, le cou, le coup,  
une école, la musique, quand,  
quatre, la queue, qui

Liste 27



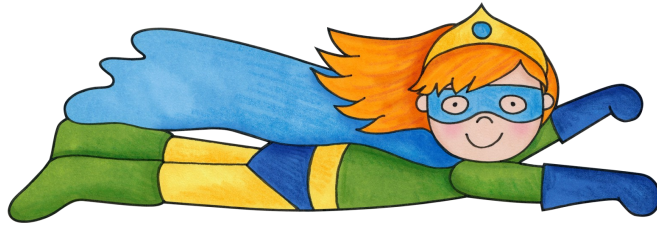
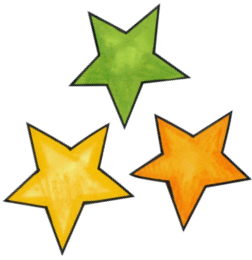
la carte la carte la carte

le cou le cou le cou le cou

le coup le coup le coup

une école une école une école

la musique la musique la musique



quand quand quand quand

quatre quatre quatre quatre

la queue la queue la queue

qui qui qui qui



**SUPER**

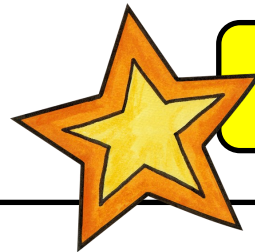


Écrire en cursive :

le ciel, les cioux, la place,

le garçon, la classe,

le poisson, cinq



Liste 28

le ciel le ciel le ciel

les cioux les cioux les cioux

la place la place la place

le garçon le garçon le garçon

la classe la classe la classe

Défi de superhéros!

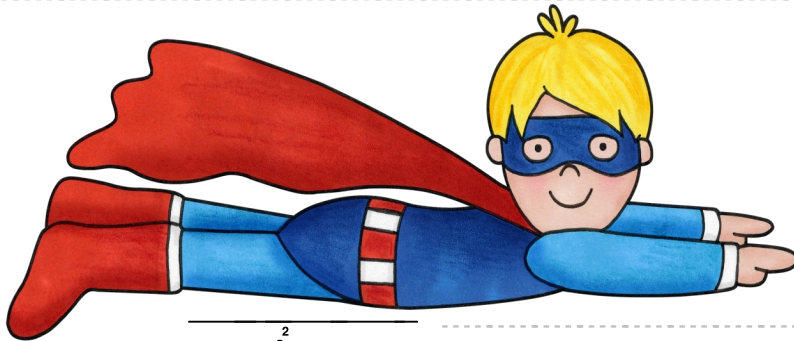


# SUPER

le poisson

le poisson

le poisson



cing

cing

cing

Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

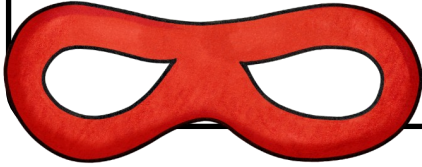
Rouge : difficile



Écrire en cursive :

manger, gris, grise, regarder,  
long, longue, la page,  
rouge, le visage

Liste 29



manger

manger

manger

gris

gris gris gris

gris



grise

grise grise

grise

regarder

regarder

regarder

long

long long

long





longue longue longue

la page la page la page

rouge rouge rouge

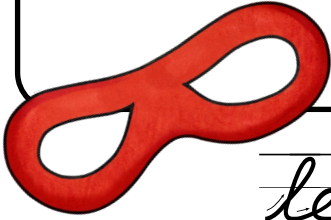
le visage le visage le visage



Écrire en cursive :

le sac, le samedi, le soleil,  
dix, six, plus

Liste 30



le sac

le sac

le sac

le samedi

le samedi

le samedi

le soleil

le soleil

le soleil

dix

dix dix dix

dix

six

six six six

six

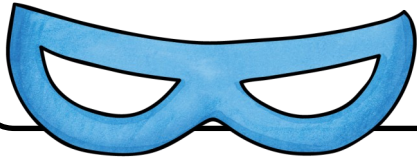
plus

plus plus

plus



Écrire en cursive :



la chose, rose, zéro, neuf, un œil,  
des yeux, un œuf, des œufs,  
la sœur, le cœur

Liste 31

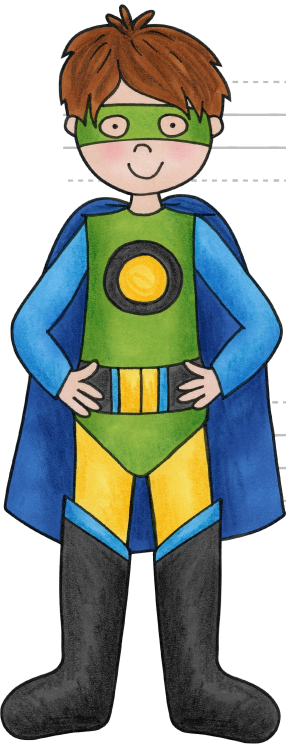
la chose la chose la chose

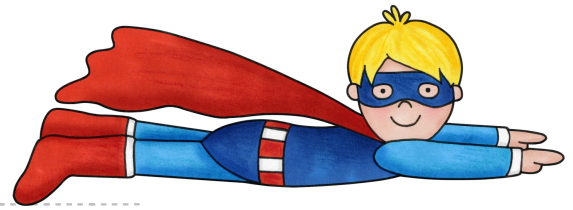
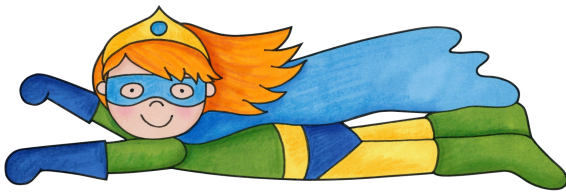
rose rose rose

zéro zéro zéro

neuf neuf neuf

un œil un œil un œil





des yeux

des yeux

des yeux

un oeuf

un oeuf

un oeuf

des oeufs

des oeufs

des oeufs

la soeur

la soeur

la soeur

le coeur

le coeur

le coeur

Colorie le BRAVO selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Bravo!!!

Écrire en cursive :



la chambre, blanc, blanche,  
demander, le dimanche,  
le vendredi, le nom, tant

Liste 32

la chambre la chambre la chambre



blanc blanc blanc

blanche blanche blanche

demander demander demander



le dimanche le dimanche le dimanche

le vendredi le vendredi le vendredi

le mom le mom le mom

Défi de superhéros!



tant tant

tant tant



Colorie le WOW selon la légende :

Vert : facile

Jaune : un peu difficile

Rouge : difficile

Wow!!

Écrire en cursive :

cher, chère, chercher, un arbre,  
le mardi, la marche, la porte,  
devenir, dormir, ouvrir

Liste 33



cher

cher cher

cher

chère

chère chère

chère

chercher

chercher

chercher

un arbre

un arbre

un arbre

le mardi

le mardi

le mardi

**BAM!**

la marche la marche la marche

la porte la porte la porte

devenir devenir devenir

dormir dormir dormir

ouvrir ouvrir ouvrir

Colorie le BRAVO selon la légende :

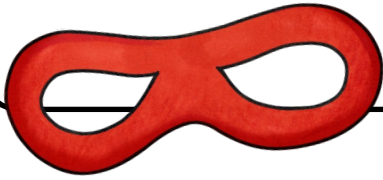
Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile

Bravo!!!

Écrire en cursive :

la feuille, finir, le frère, la fleur,  
la phrase, la forêt, la fenêtre,  
la montagne

Liste 34



la feuille

la feuille

la feuille



finir

finir

finir

finir

le frère

le frère

le frère

la fleur

la fleur

la fleur



la phrase la phrase la phrase

la forêt la forêt la forêt

la fenêtre la fenêtre la fenêtre

Défi de superhéros!



la montagne la montagne



Colorie le WOW selon la légende :

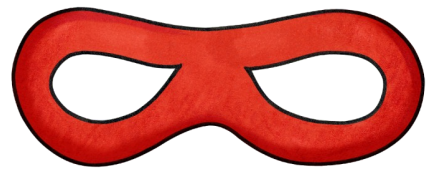
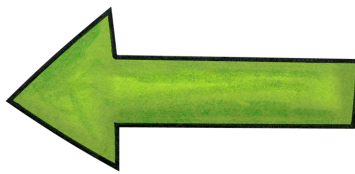
Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile



Écrire en cursive :



Handwriting practice lines consisting of multiple sets of three horizontal lines (top solid, middle dashed, bottom solid) for practicing cursive writing.



Handwriting practice lines consisting of multiple sets of three horizontal lines (top solid, middle dashed, bottom solid) for writing practice.

Colorie le BRAVO selon la légende :  
Vert : facile    Jaune : un peu difficile    Rouge : difficile



# Signet à découper

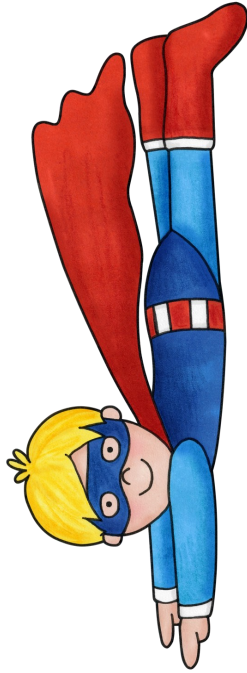


**SUPER**

a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v w x y z

a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v w x y z

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z



**SUPER**

a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v w x y z

a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v w x y z

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z



# Merci!

## Révision

Virginie Lachance,

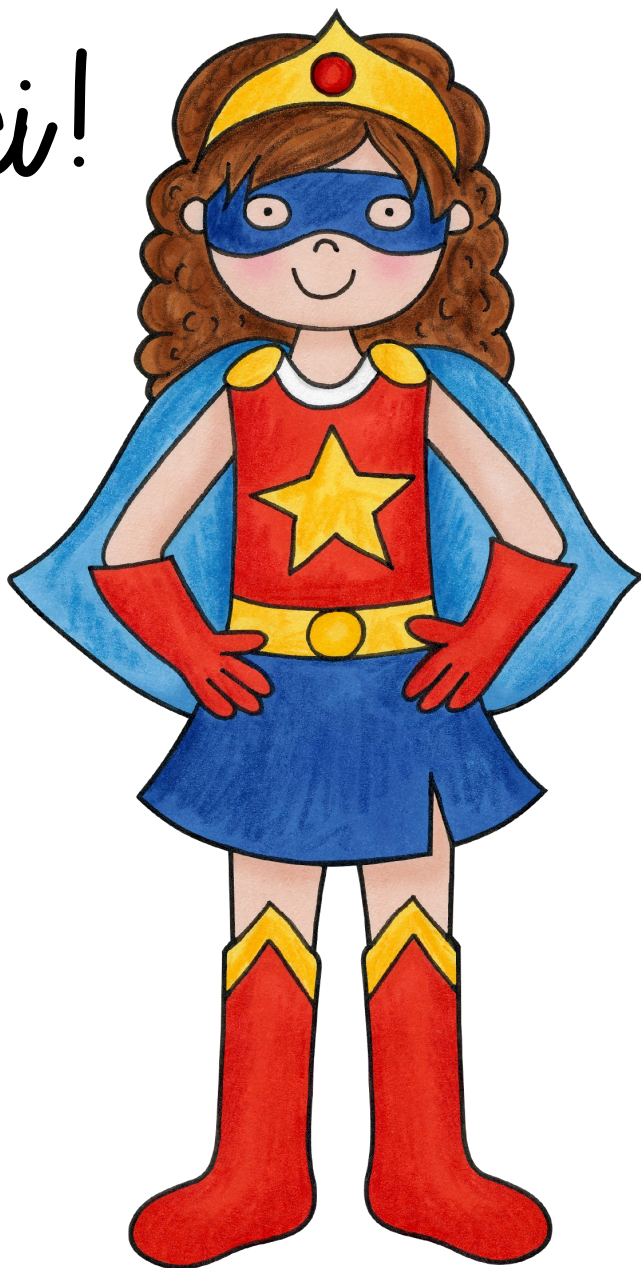
Elisabeth Marza,

Ruth Bérubé,

Marie-France Beaulac

et les autres collaboratrices du projet

« Les superhéros de l'orthographe au quotidien », 2014



## Document disponible sur les sites:

[lessuperprofs.jimdo.com](http://lessuperprofs.jimdo.com)

[www.recit.cspaysbleuets.qc.ca/jeannemance/](http://www.recit.cspaysbleuets.qc.ca/jeannemance/)

## Droits de reproduction

Ce document peut être partagé en totalité ou en partie, mais en tout temps, il ne peut être reproduit pour être vendu.

La note de bas de page doit, en tout temps, rester présente sur le document.



Pour plus d'informations sur l'apprentissage de la calligraphie au premier cycle du primaire, consultez :

<http://laclassedezazou.eklablog.com/maj-l-apprentissage-de-la-calligraphie-au-premier-cycle-du-primaire-a107438038>