

Jeux pour travailler la motricité fine

Quelques mots...

La motricité fine est la capacité de faire avec précision de plus petits gestes de la main en gardant une bonne coordination entre les doigts et l'œil.

Avoir une motricité globale harmonieuse : un bon équilibre, des mouvements des bras coordonnés...

Importance du matériel adapté : chaise à bonne hauteur, pieds au sol ou repose-pieds, table dédiée au travail ou aux activités propres à l'enfant... Jouer d'une manière plus spontanée au sol.

Observations possibles :

Utilise-t-il la pince pouce / index ou la paume de la main ?

Regarde-t-il ce qu'il fait ?

A-t-il des mouvements involontaires : tension, mouvements des yeux, de la bouche ?

A-t-il une main préférentielle ?

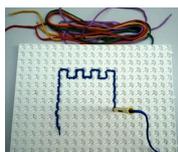
Joue-t-il tout seul ?

Jeux de société

Avalanche de fruits :
travail sur la pince



Jeu de piquage :
Prise de l'élément
scripteur + tonus



Le dauphin équilibriste :
Contrôle des gestes +
régulation tonique



Chenille à enfiler : enfilage de
grosses perles, coordination
bi-manuelle



La pêche aux poissons :
Régulation tonique,
contrôle des gestes



Kapla



Construction bricolage :
Coordination bi-manuelle,
régulation tonique



Jeu de picots : pince fine



Marionnette à doigts :
déliement digital



Fil chenille : À torsader, créer, tonus, manipulation fine



Pâte à modeler/ pâte à sel : former une boule, aplatis, colombin etc.



Mikado



Avec les objets du quotidien...

- jeux de pinces :

Exemple de matériel possible : Boite à œufs, pompons, noix, cotons, lego, cotillons, pince à épiler ou plus grosse pince : Attraper et mettre dans la boîte !



Tracé de l'hérisson ou du soleil : Vous pouvez le faire en pointillé, l'enfant repasse dessus et le découpe. Il dessine (ou colle) les yeux et la bouche et accroche les pinces à linge !



- **Jeux de visser/dévisser :**

Boulons, toute sorte de récipient avec bouchon plus ou moins gros. L'enfant peut aussi mettre une perle à l'intérieur du récipient à l'aide d'une cuillère puis visser le couvercle.



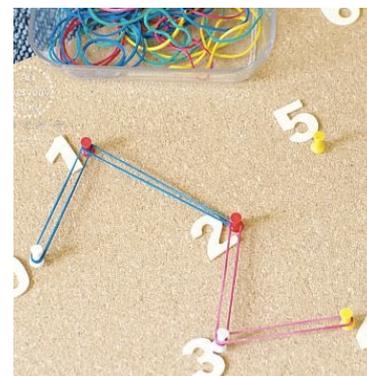
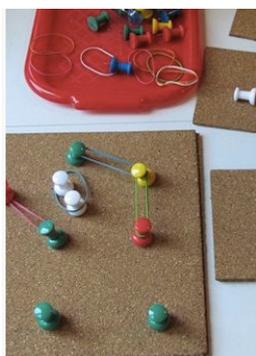
- **Autres :**

Mettre des pièces dans une tirelire (avec ou sans chrono selon l'envie)

Faire un parcours de billes : Avec légo, kapla, ou suivre un trait... Attention l'enfant doit utiliser ses doigts pour faire rouler la bille et non la faire glisser !

Bac à semoule : remplir des récipients, transvaser varier les accessoires (gobelet, bouteille, rouleau de sopalin, cuillères etc.)

Mettre des élastiques autour d'un rouleau ou punaises.



Être créatif !

- La semoule, le riz, les pâtes : dédier des boîtes à ces graines qui stimulent l'éveil tactile : trouver un trésor, transvaser, laisser des empreintes, écrire des lettres sur /dans la semoule.
- Le graphisme dans toute sa création : feutres, crayons de couleurs, pastels
- Collage dans toute sa création : de sable, de paillettes, de papiers
- Découpage de papier, de formes...

- La tour extraordinaire : déposer sur un pot de yaourt vide et retourner toutes sortes d'objets.
- Equilibriste : poser une règle sur une gomme et à qui mettra le maximum d'objets en gardant l'équilibre.
- Ombres chinoises
- Pliages et origami
- Cuisiner et toucher les matières
- La boîte à surprises : découper un rond dans une boîte à chaussures : déposer des petits objets et deviner par le toucher ce qui est.
- Pincettes à linges et à cornichon : attraper des petits objets et les mettre dans une boîte magique
- Allumettes à coller en créant de formes
- Dessiner avec une cordelette
- Dessiner les contours de la main : colorier et nommer les doigts : c'est une bonne prise de conscience de la main et ses doigts !
- Parcours de petites voitures



Idées : Préparez lui un espace de découverte et d'expériences une table avec des boîtes de crayons, de feuilles, de gommettes, des ciseaux crantés et droits et des perforatrices, des catalogues... et laissez-lui la possibilité d'être un grand créateur !
Raconter des histoires avec tous ces jeux ou danser avec vos doigts... que la motricité reste un plaisir : bon support pour le graphisme.