

## **Quelques idées d'exercices pour développer la motricité fine :**

### **La boîte à pinces :**

La boîte à pinces : diverses pinces : pince à escargot, pince à sucre, pince à glaçon, pince à timbre, pince à cornichon, pince à biberon, pince à salade, pince à épiler.

La boîte à objets : cochonnet en bois, balles de ping-pong, parallélépipèdes en bois , cylindres de diamètre et de longueur divers, allumettes, plaquettes en bois , jeton en bois, en plastique, boules de cotillon, noix, noisettes...

Au départ : manipulation libre,

Puis prendre les objets du bac à objets à l'aide d'une pince, les déplacer, les ranger dans une autre boîte

Puis pinces, cotillons et boîtes à œufs : mettre un cotillon dans chaque trou avec l'aide des pinces

### **Les pinces à linges :**

Disposer des pinces à linge autour d'une assiette, ou d'un bac en plastique ;

### **Avec des punaises :**

Enfoncer des punaises dans une plaque de liège, librement puis en suivant un trait

### **Avec des graines :**

Remplir des pots de graines en utilisant une petite cuillère

Variante : changer de contenant en les transportant avec une pince

### **Avec de la pâte à modeler :**

Manipuler de la pâte à modeler: faire des boules entre les doigts avec une main, la rouler en serpent.

### **Vis et écrous :**

Assembler des vis et des écrous.

### **Avec des élastiques (attention aux doigts !) :**

Faire deux tours autour d'une boîte avec un élastique

### **Jeux avec les bouliers :**

Déplacer les boules d'un boulier

Ranger les boules d'un boulier (horizontal) par couleur

## **Comptines et jeux de doigts :**

-Voici ma main  
Voici mes doigts  
Le petit rentre chez toi !  
Le moyen rentre chez toi !  
Le gros rentre chez toi !  
Et toi, mets ton nez là.

-Les doigts de la main, serrez-vous bien  
Les doigts de la main, écartez-vous bien  
Les doigts de la main, face au voisin  
Les doigts de la main, dos au voisin.

- Je fais ma toile  
Je fais mon drap  
Pour faire une robe à mon petit chat  
Je dévide, je dévide, je dévide.

- Toc-toc  
qui est là ?  
C'est moi  
Entrez !  
Bonjour Monsieur  
Bonjour Madame  
Bisous bisous.