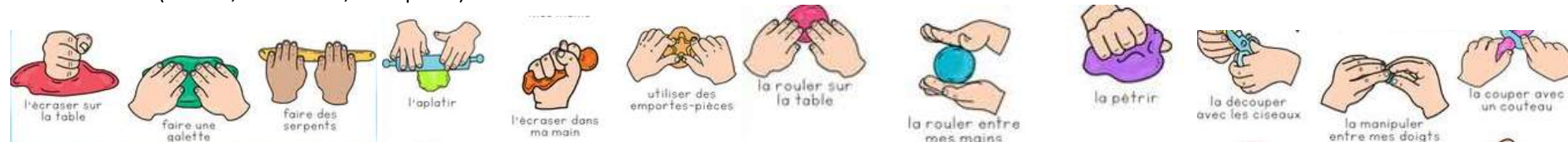


Ma boîte de motricité fine

Objectif : préparer la main de l'écriture de manière ludique, travailler la mobilité et la dissociation des doigts, renforcer le tonus des doigts et de la main, développer la précision et la coordination des deux mains, doser la pression afin de faciliter la prise du crayon et la mobilité des doigts.

Dans ma boîte de motricité fine	Idées d'activités
Différents petits objets : cotillons, bouchons en plastique, capsules, coquillages, noix, marrons, petites bougies, graines de haricot, billes plates,...	Aligner, manipuler, transvaser, déplacer, empiler, attraper avec une pince, accumuler dans la main puis redéposer, enfoncer  
Jolies gommettes	Décoller/coller pour décorer  
Une paire de ciseaux adaptés droitier ou gaucher + Bandes de papier + ou – épais	
Balle de tennis coupée en 2	Donner à manger à la balle !   

Pate à modeler (écraser, faire rouler, fabriquer...)



Petit matériel de construction type légo, aimant, plus-plus, Kapla



Perles à enfiler
Perles à repasser



Différentes sortes de pince (pince à linge, pince à épiler, pince à sucre, pince à thé, pince à glaçon, pince à cornichons, petites pinces à cheveux, pince à spaghetti...)

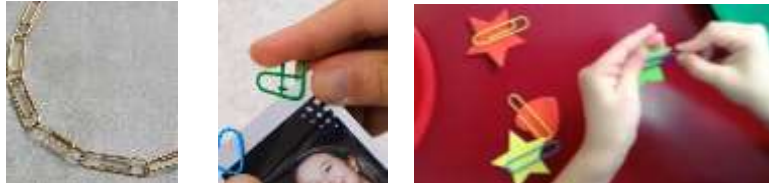
Transférer des objets d'un bol à l'autre, pincer autour d'une boîte, étendre le linge...



Pochoirs

Dessiner à l'intérieur de pochoirs



Toupies Handspinner	
Billes	
Dominos	Aligner des dominos 
Trombones	Faire une guirlande de trombones ou les installer sur des cartes à jouer (selon le chiffre sur la carte) 
Sable magique	
Crayons de couleur et feutres (crayons de cire à 3-4 ans, crayons de bois triangulaire à 5-6 ans)	
Feuilles blanches	

Petits modèles de coloriage (éviter les grandes surfaces à colorier qui font travailler le poignet plutôt que les doigts et qui fatigue)	
Tampons	
Peinture au doigt Peinture à l'eau Pinceaux	
Elastiques à cheveux	Installer et retirer des élastiques autour de différents objets, avec une seule main ou avec les deux 
Jeux de cartes	Distribuer, trier selon la couleur ou les symboles, retourner, distribuer, tenir en mains (en éventail)
Vis et boulons	Visser et dévisser 
Perforatrice	Faire des confettis 

Boutons/jetons et tirelire	
Jolis rouleaux de scotch	
Balle en mousse	Presser avec toute la main, avec seulement quelques doigts 
Ardoise et craie Ardoise et feutre Velleda Craies de sol	Dessiner ou écrire librement, avec une craie, un feutre, un pinceau humide, effacer avec l'index ce qu'on vient de tracer 
Marionnettes à doigts	Faire bouger un doigt sans faire bouger les autres, se raconter des histoires, plier les doigts les uns après les autres 