

10 activités de motricité fine

PS

MS

GS

Des activités simples et ludiques pour préparer les petites mains à l'utilisation des ciseaux et à l'écriture.



CAHIERS LUDIQUES



Pourquoi travailler la motricité fine ?

Avant d'apprendre à découper ou à écrire, les enfants ont besoin de développer les petits muscles de leurs mains. C'est ce que l'on appelle la «motricité fine».

Toutes les activités du quotidien permettent de renforcer progressivement la précision des gestes.

Une bonne motricité fine aide l'enfant à :

- tenir correctement son crayon
- fermer une fermeture éclair
- utiliser des ciseaux
- manipuler de petits objets
- boutonner ses vêtements
- gagner en autonomie

Une progression tout au long de la maternelle

PS

Découvrir

MS

S'entraîner

GS

Se perfectionner

■ Chaque enfant évolue à son propre rythme.

L'essentiel est de proposer des activités variées et adaptées à son âge.

Activités par niveau

Le tableau suivant indique à quel niveau chaque activité peut être proposée. Certaines activités traversent tous les niveaux ; d'autres sont spécifiques à un stade de développement.

Activité	PS	MS	GS
Pâte à modeler	✓	✓	✓
Pinces à linge	✓	✓	✓
Transvasement	✓	✓	✓
Gommettes	✓	✓	—
Déchirage de papier	✓	✓	—
Perles à enfiler	—	✓	✓
Laçage	—	✓	✓
Vis et écrous	—	✓	✓
Jeux de construction	✓	✓	✓
Premiers ciseaux	—	✓	✓

Légende :

 Petite
Section

 Moyenne
Section

 Grande
Section



Objectifs

-  coordination
-  collage
-  précision
-  préparation aux ciseaux

■ Consigne

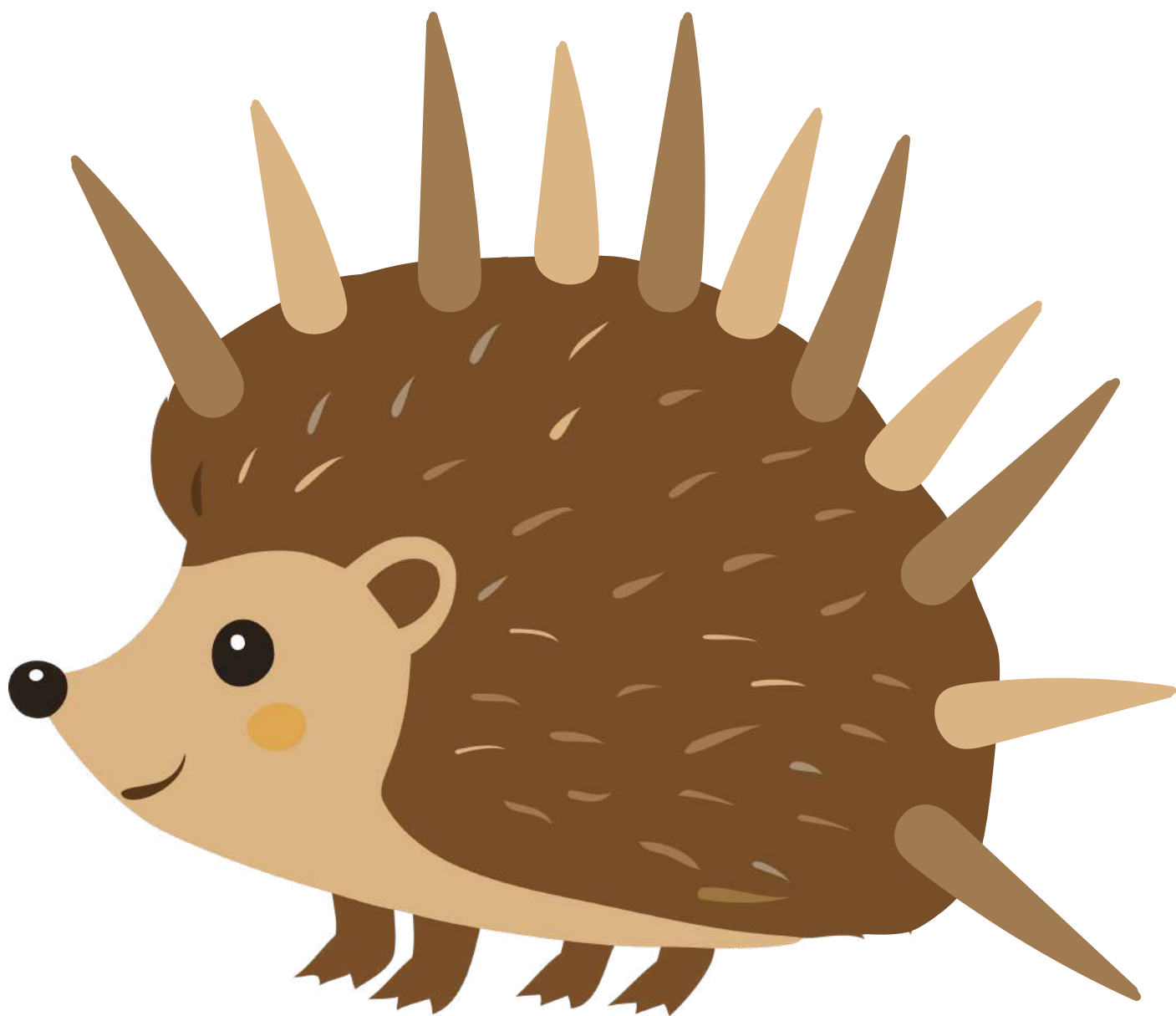
Colle des petits morceaux de papier sur les grands piquants du hérisson.

Matériel :

- papier de couleur
- une paire de ciseaux (adulte)
- de la colle

■ Astuce

Commencez avec de grands morceaux de papier puis proposez progressivement des morceaux plus petits.





Objectifs

-  précision
-  coordination
-  œil-main
-  pince pouce-index

■ Consigne

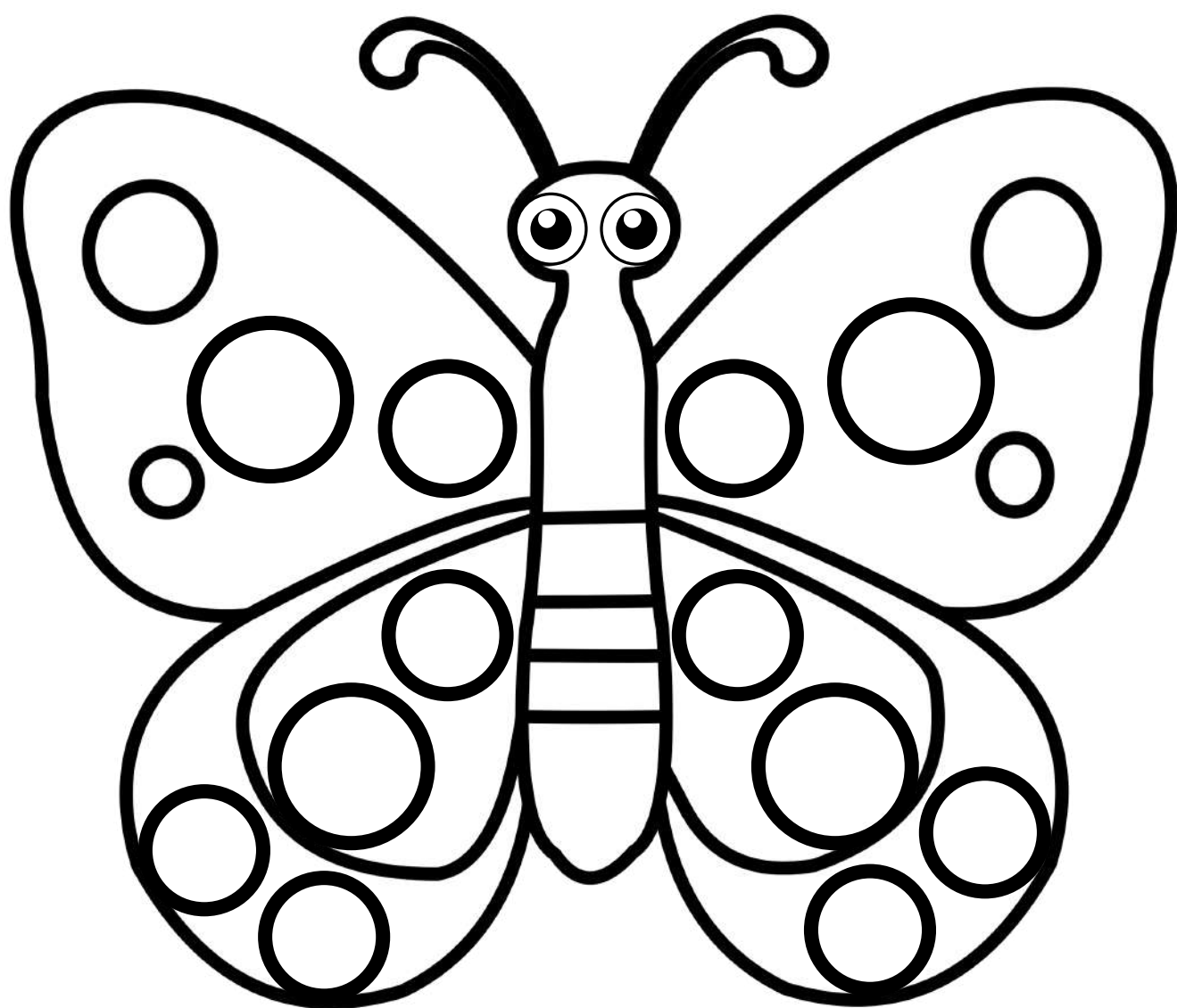
Colle une gommette dans chaque cercle pour compléter le papillon.

■ Astuce :

Tu peux aussi créer un dessin au choix (ballon, glace, fleur...) composé uniquement de cercles !

■ Variante

Utilisez des gommettes de différentes tailles pour augmenter la difficulté.





Objectifs

 séquence et rythme

 coordination

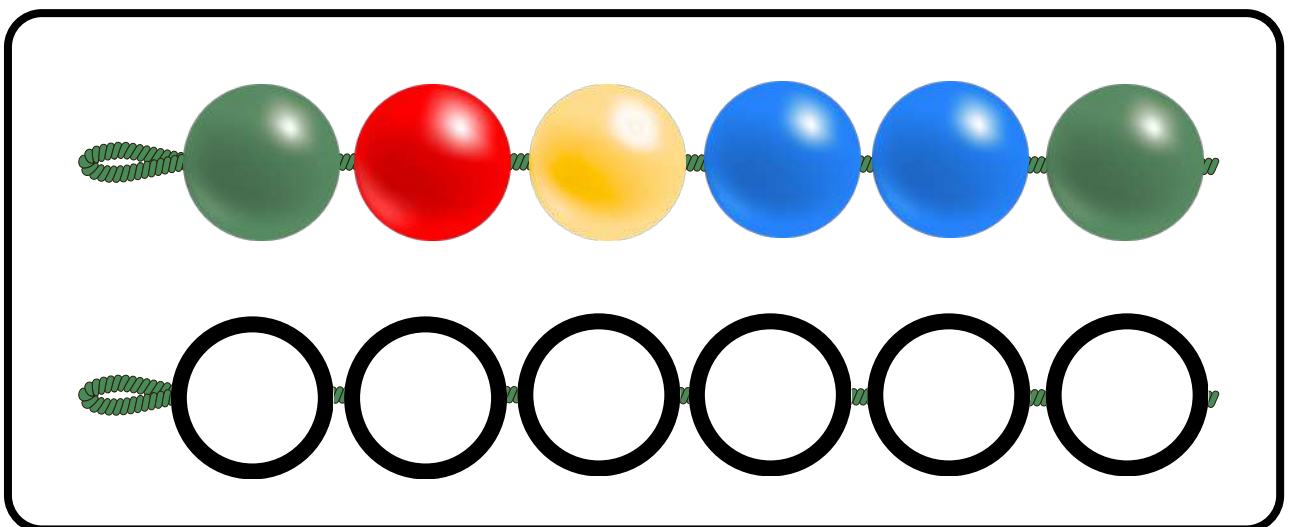
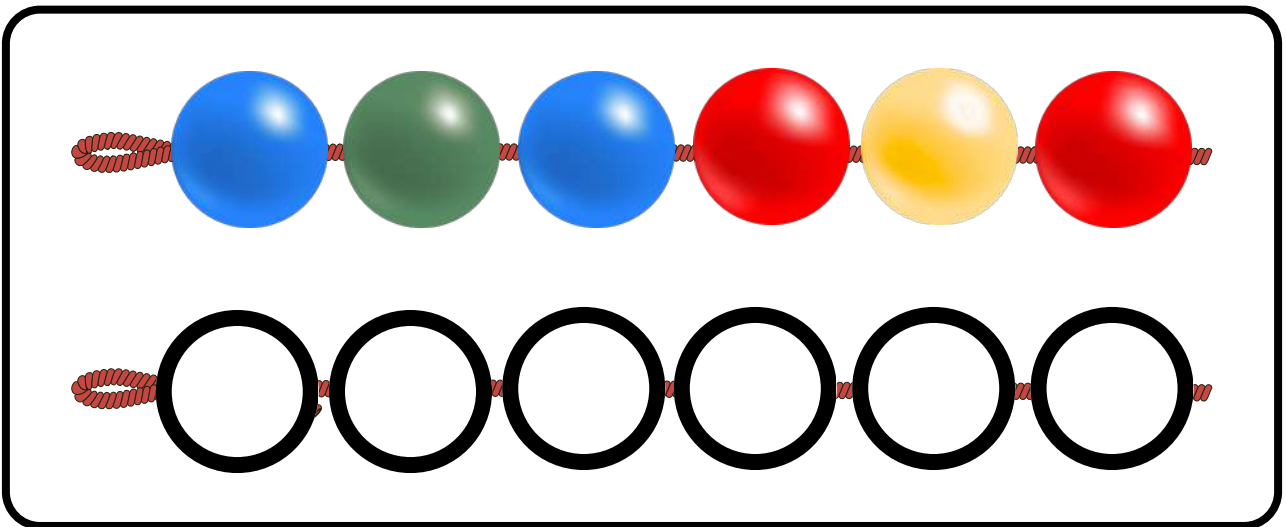
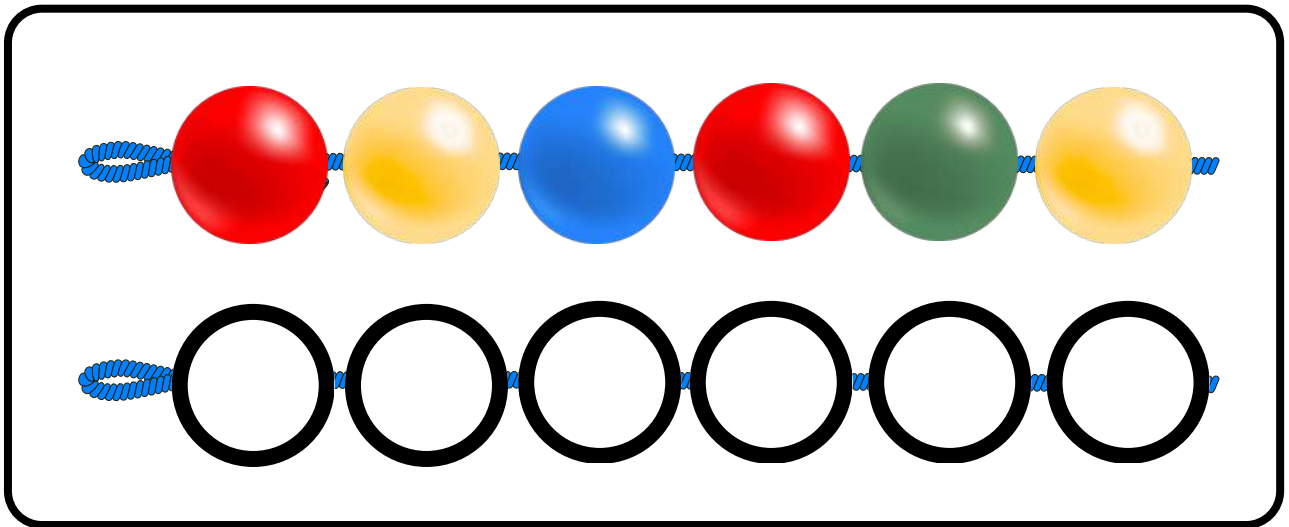
 concentration

■ Consigne

Reproduis le modèle avec des perles, ou colorie chaque perle en respectant les couleurs.

■ Variante

Demandez à l'enfant d'inventer son propre modèle





Objectifs

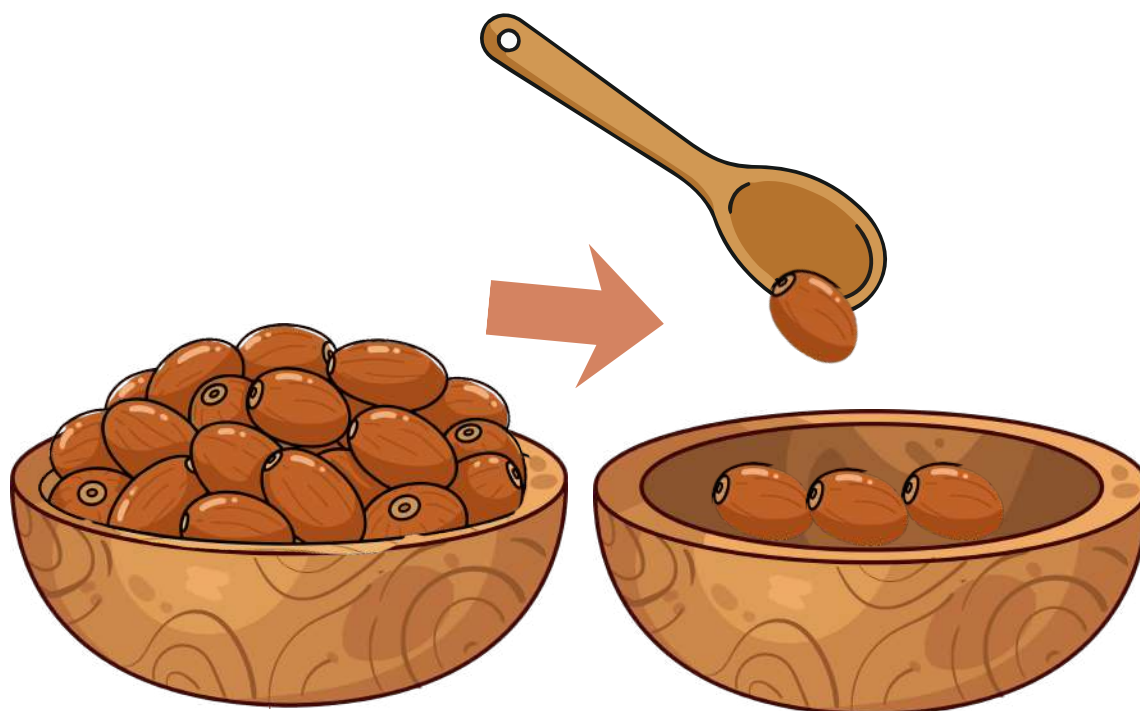
-  précision du geste
-  contrôle moteur
-  concentration
-  autonomie

■ Consigne

Déplace les objets d'un récipient à l'autre sans les faire tomber.

Matériel :

- deux bols
- une cuillère
- pois chiches ou haricots
- pompons ou riz
- une éponge (optionnel)



5 conseils pour développer la motricité fine au quotidien

1

Laisser l'enfant boutonner ses vêtements.

2

Utiliser une petite cuillère plutôt qu'une grande.

3

Participer à la cuisine.

4

Jouer avec des pinces à linge.

5

Déchirer du papier avant de le découper.



Mon enfant est-il prêt ?

Avant d'introduire les premiers exercices de découpage, vérifiez que votre enfant a déjà développé suffisamment sa motricité fine. Cochez les cases correspondantes.

Il est capable de...

☐

ouvrir une pince à linge

☐

enfiler plusieurs perles

☐

coller des gommettes

☐

déchirer une feuille

☐

utiliser ses deux mains en même temps

☐

rester concentré(e) 5 minutes

☐

manipuler de petits objets

☐

tenir correctement un crayon

■ Résultat

Si plusieurs cases sont cochées, votre enfant est probablement prêt à découvrir les premiers exercices de découpage. N'hésitez pas à revenir sur ces activités autant que nécessaire.

Si toutes les cases ne sont pas encore cochées, ce n'est pas un problème. Chaque enfant progresse à son propre rythme.

Continuez à proposer des activités variées et ludiques.



Les prochaines étapes

Premiers découpages

Lorsque votre enfant est prêt, commencez par :

- découper des franges
- découper des bandes
- suivre une ligne droite
- réaliser un collage



Retrouvez gratuitement notre guide
«Progression découpage PS-MS-GS»
dans notre article de blog



Une progression complète du découpage de la PS à la GS

Vous avez apprécié ce guide ?

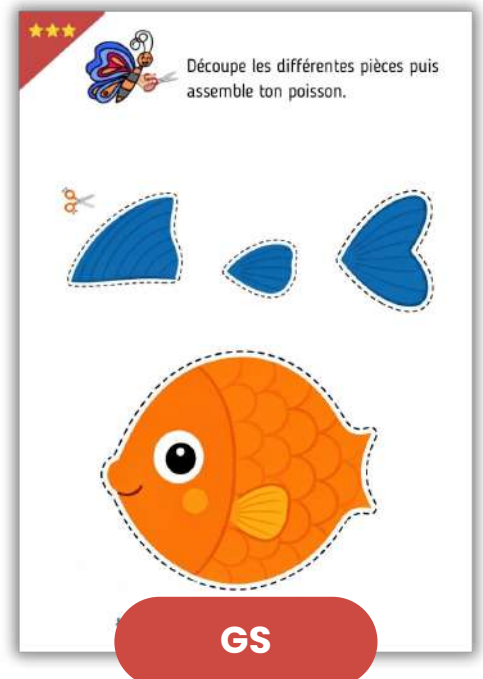
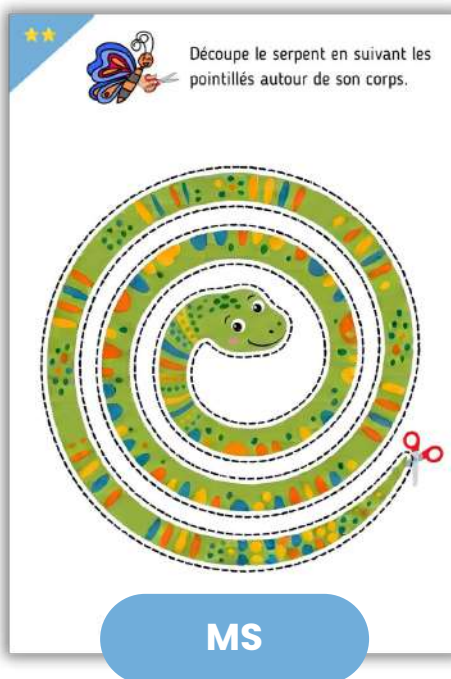
Ce guide est un extrait de notre fichier complet de découpage.

Il propose :

- des fiches progressives de la PS à la GS,
- plusieurs niveaux de difficulté,
- des activités variées,
- des exercices prêts à imprimer,
- une progression pensée pour accompagner chaque enfant à son rythme.



Cette ressource permet de poursuivre les apprentissages tout au long de la maternelle et d'enrichir les ateliers de motricité fine et de découpage.



Découvrez le fichier complet sur cahiersludiques.com