

Motricité fine

Jeux de mains, jeux de doigts

CRDP Dijon –circonscription de Saint-Chamond

Toc-toc-toc petit pouce es-tu là ?	pouce gauche dans main gauche fermée frapper sur la main gauche avec index droit
Chut je dors.	faire chut index droit devant la bouche
Toc-toc-toc petit pouce es-tu là ?	recommencer le frapper
Oui, je sors !	sortir vivement le pouce gauche en gardant la main gauche fermée, même chose avec la main droite.

petit pouce	montrer pouce gauche
cache-toi	le cacher dans main gauche fermée.
ou celle-là	montrer la main droite en faisant la marionnette
te croquera	coiffer main gauche avec main droite, même chose avec l'autre main.

deux petits bonshommes	montrer les deux pouces
s'en vont au bois	pouce à pouce
chercher des pommes	index à index
et puis des noix	majeur à majeur
des champignons	annulaire à annulaire
et des marrons.	auriculaire à auriculaire
Et puis ils rentrent à la maison (alternativement).	l'auriculaire gratte l'intérieur de l'autre main

Monsieur et Madame	mains fermées, pouces en l'air se rejoignent.
sont assis au coin du feu.	index contre index
Ils mangent du pain et des oeufs.	majeur contre majeur
Le chat n'en a pas	annulaire contre annulaire
et frotte, frotte le plat	l'auriculaire gratte l'intérieur de l'autre main (alternativement).

Voici ma main	montrer la main-doigts serrés
Voici mes doigts	montrer la main-doigts écartés
Le petit rentre chez toi !	replier l'auriculaire
Le moyen rentre chez toi !	replier l'annulaire
Le gros rentre chez toi !	replier le majeur
Et toi,	montrer pouce, bien droit, qui remue.
mets ton nez là !	le pouce passe entre le majeur et l'index qui se replie en même temps.

Les doigts de la main, serrez-vous bien	mains en l'air, doigts serrés,
Les doigts de la main, écartez-vous bien	mains en l'air, doigts écartés
Les doigts de la main, face au voisin	mains collées paume à paume - index contre index (bras pliés ou bras tendus) majeur contre majeur etc...
Les doigts de la main, dos au voisin	mains collées dos à dos - index contre index - majeur contre majeur etc... bras repliés : main dos à dos tournées vers la poitrine ou bras tendus : mains dos à dos - bout des doigts en avant.

Je fais ma toile	Départ : mains fermées - index droits
Je fais mon drap	Croiser alternativement un index sur l'autre pour imiter
Pour faire un robe à mon p'tit chat	les aiguilles
Je dévide, je dévide, je dévide.	faire tourner rapidement les index l'un autour de l'autre (vers l'intérieur ou vers l'extérieur).

le petit poussin picore	main fermée - l'auriculaire picore sur l'autre
sa maman lui dit encore	main fermée - l'annulaire picore sur l'autre
son papa lui dit assez	main fermée - le majeur picore sur l'autre
gare, gare le minet	main fermée - l'index picore sur l'autre
miaou !	ouvrir les deux mains - doigts très écartés
sauvez-vous !	cacher vivement les mains derrière le dos.

Toc-toc	pouce contre pouce	
qui est là ?	auriculaire contre auriculaire	
C'est moi	index contre index	
Entrez !	annulaire contre annulaire	
Bonjour Monsieur	les majeurs se croisent vers la gauche	
Bonjour Madame	les majeurs se croisent vers la droite	
Bisous bisous	les majeurs s'inclinent deux fois.	

Bonjour toi !	départ main ouverte le pouce salue	
Et puis toi !	l'index salue	maintenir chaque doigt baissé
Celui-ci !	le majeur salue	après le salut
Celui-là !	l'annulaire salue	
Et puis moi ! Tout petit !	l'auriculaire reste droit - mouvement rotatif du poignet	
Mais je suis là !	l'auriculaire salue.	

Je vais me pro-me-ner	départ : mains à plat sur la table	
	je : pouce se lève (reste levé)	sans
	vais : index se lève (reste levé)	décoller
	me : majeur se lève (reste levé)	les
	pro : annulaire se lève (reste levé)	paumes
	me : auriculaire se lève (reste levé)	
ner : rabattre tous les doigts sur la table		
Le soleil est levé	même démarche	
Je suis bien réveillé	même démarche	
