

# LES APPLAUDISSEMENTS DES DOIGTS



Je place mes 2 mains l'une contre l'autre, paume contre paume.

Mes pouces applaudissent. Bravo ! Bravo ! Bravo !

Mes index applaudissent. Bravo ! Bravo ! Bravo !

Mes majeurs applaudissent. Bravo ! Bravo ! Bravo !

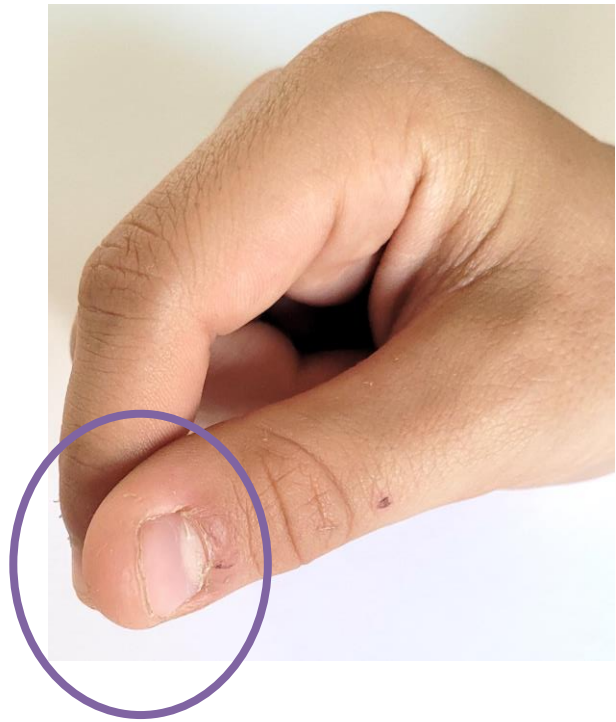
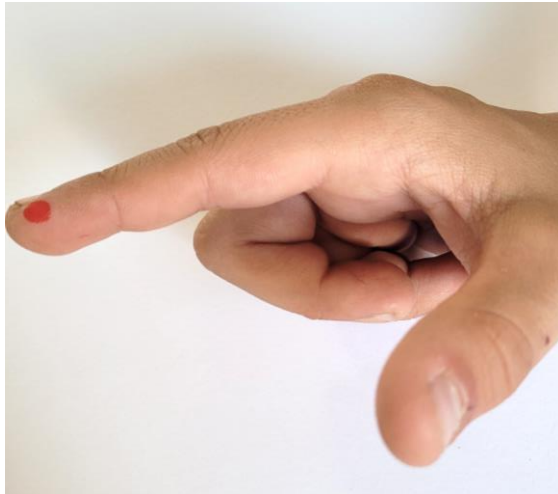
Mes annulaires applaudissent. Bravo ! Bravo ! Bravo !

Mes auriculaires applaudissent. Bravo ! Bravo ! Bravo !

Obj.: apprendre à placer ses doigts sur le crayon et à les plier

# LA CLOCHETTE

On peut tracer un point sur la pulpe du pouce et un vers l'angle de l'index (là où doit reposer le crayon quand on le tient).



Je fais se rencontrer les 2 points comme une petite sonnette : Dring ! Dring !

Je peux aussi le faire en chantant ou en disant la comptine suivante :

Ding, ding, ding, fait la clochette  
Ding, ding, dong, fait le carillon  
Dong, dong, dong, fait le gros bourdon  
Nous irons tous à la fête  
Avec la musique en tête  
Ding, ding, ding  
Ding, ding, dong !

Obj : se muscler les doigts

# LES REILLES DE LAPIN

*teacherprouette*



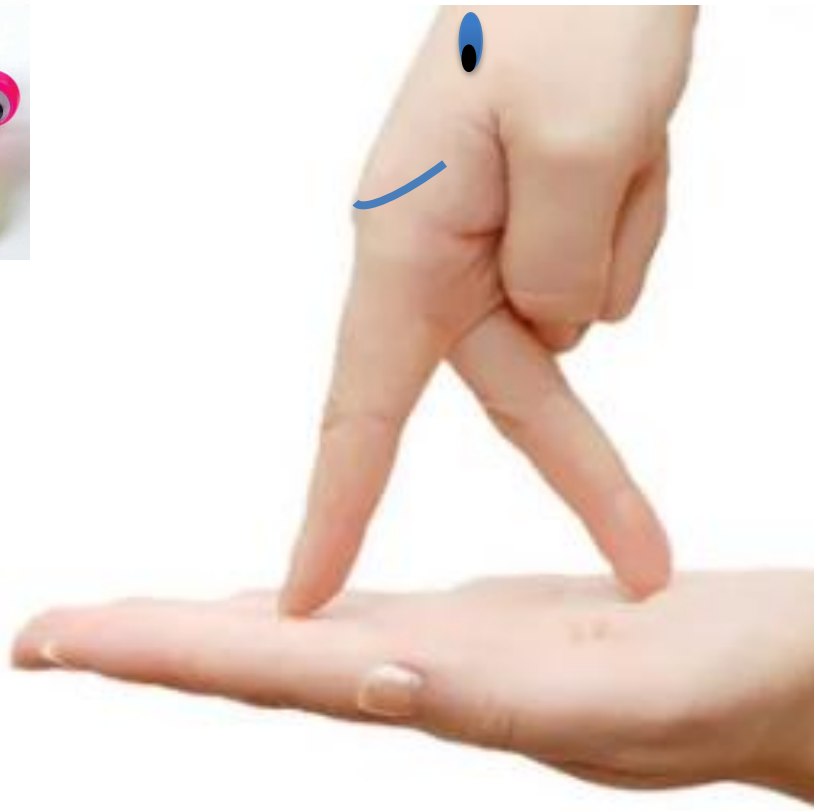
Je mets les 2 mains derrière la tête pour faire comme des oreilles de lapin, je tends index et majeurs.

Je remue les oreilles comme un lapin : je plie les doigts, je les tends, je les replie, je les tends etc.

Obj: se muscler les doigts

# LA MARCHÉ DU PETIT BONHOMME

On peut dessiner une bouche et 2 yeux sur le dos de la main de l'enfant ou utiliser une paire d'yeux de doigts.



Je fais marcher mon petit bonhomme en avant, en  
arrière, sur un côté, de l'autre côté...

Je fais marcher mon petit bonhomme jusqu'au  
bord de la table. STOP ! Attention ! Il va tomber...

OUF, il a réussi à s'arrêter !



Obj: muscler ses doigts

# LE PIANO PLAT

L'enfant peut prendre le dessin plastifié des touches de piano ou le piano fin en silicone.



Je pose ma main à plat sur la table. Je soulève le plus possible mes doigts un par un comme si je jouais du piano.

Je fais la même chose avec l'autre main puis les 2 mains en même temps.

Obj.: muscler les doigts

# GRATTE GRATTE

*teacherpirouette*



Je ferme ma main et je pose mon poignet sur la table.

Avec mon index et mon majeur, je gratte la table.

Obj: muscler ses doigts

# **LE PETIT MONSTRE MANGEUR DE DOIGTS**



J'installe le petit monstre sur mon pouce.  
Puis il vient croquer chacun de mes doigts restants !

Obj : muscler sa main

# LE POING SERRÉ



teacherprouette

Je serre la balle dans ma main : mon poing est serré. Puis j'ouvre ma main sans que la balle ne tombe.



Obj: détendre les muscles de sa main

# LE MASSAGE



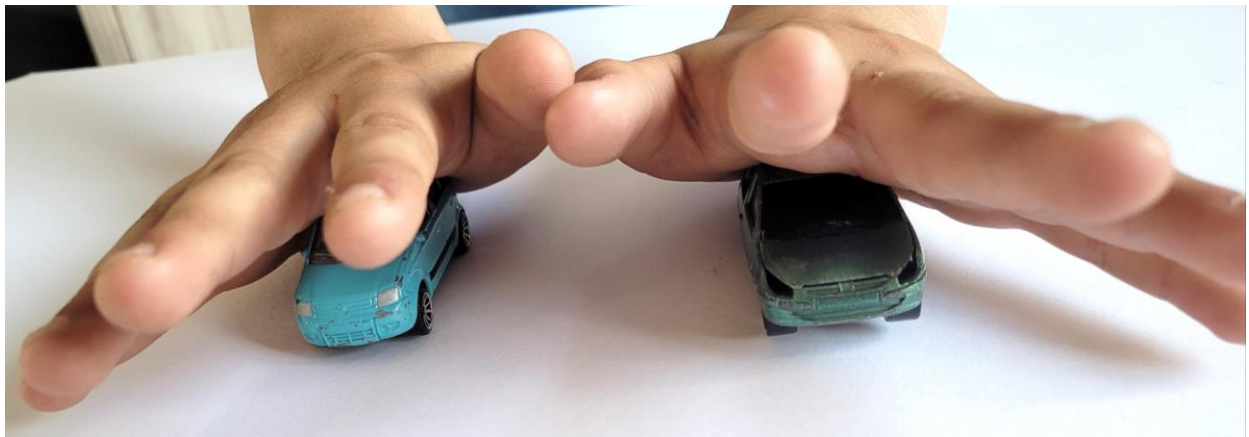
Je roule la balle sur la table avec la paume de ma main puis les doigts comme un massage.

Obj : apprendre à déplacer son bras et à placer sa main (dissocier le poignet)

# LES VOITURES

*teacherprouette*

## DE COURSE



Je fais rouler mes 2 voitures de course en appuyant complètement ma main sur le toit de chaque voiture.

# LA CHENILLE

On peut « coller » une chenille le long de l'index de l'enfant.



Je tiens la branche comme un crayon. Je fais avancer ma chenille (mes doigts) jusqu'au bout de la branche. Puis, je fais reculer ma chenille.

Je peux aussi le faire en chantant ou en disant la comptine suivante :

Camille la chenille  
Se plie, se dépie.  
Camille la chenille  
Se plie, c'est la vie!

Obj.: apprendre à déplacer son bras et à placer sa main (dissocier le poignet)

# LE ROULEAU À PÂTISSERIE



Je fais rouler le rouleau à pâtisserie, la main à plat.



Obj : apprendre à plier majeur et index

# L'ÉLÉPHANT



Je place la paire d'yeux sur mon majeur puis je remue la trompe de mon éléphant.

Je place la paire d'yeux sur mon index puis je remue la trompe de mon éléphant.