

## Les mains Zen – Motricité fine

<p><b>Domaines :</b>  <u>Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique</u></p>	<p><b><u>Classe</u></b>  <u>6</u></p>	<p>Fiche de préparation</p>
<p><b><u>Compétences</u></b></p>	<p>Développer les habiletés motrices et l'équilibre  Affiner la précision du geste</p> <p>Développer la coordination œil-main,</p>	
<p><b><u>Objectifs</u></b></p>	<p>Placer des balles / animaux / pompons sans les faire tomber.  Travailler la patience, l'adresse et la maîtrise de ses mains / gestes.</p>	
<p><b><u>Matériel</u></b></p>	<p>1er jeu : animaux en bois  2 -ème jeu : tube en carton, balle légère en plastique.  3 -ème jeu : un tube / cuillères en bois / pompon / pince en plastique.</p>	
<p><b><u>Déroulement :</u></b></p>	<p>Défi « solitaire » ou défi à 2</p> <p>PS – MS :</p> <p style="padding-left: 40px;">1er jeu : empiler les animaux sans les faire tomber  2-ème jeu : poser une balle sur chaque tube  3 -ème jeu : poser un pompon avec une pince sur chaque cuillère.</p> <p>GS : idem mais avec un temps limité : 1 minute.</p> <p>CP – CE1 - CE2 : défi en duel. Le plus rapide « gagne »</p> <p>CM - collègue : défi en duel. Complexification des jeux  1er jeu : on ajoute quelques animaux en plus.  2-ème jeu : on place les colonnes les plus petites au milieu  3 -ème jeu : les pompons sont placés, il faut les déplacer pour faire des lignes de couleur.</p>	