

20 activités de motricité fine pour un enfant de 2 ans

Ressource premium AnimyJob - prête à imprimer et à utiliser

Public	2-3 ans, sous surveillance
Durée	5 à 20 minutes
Matériel	gros éléments, pinces adaptées, pâte, papier, crayons épais
Contenu	20 fiches de motricité fine et niveaux d'adaptation

20 activités de motricité fine pour un enfant de 2 ans est conçu comme une boîte à idées courte et réaliste. À cet âge, l'activité n'est ni un test ni un programme à terminer : l'adulte prépare un environnement sûr, montre peu, observe beaucoup et s'arrête dès que l'enfant détourne son attention.

Fiches d'activité

Chaque fiche ci-dessous possède une mécanique identifiable, un matériel annoncé et un repère de réussite. Imprimez uniquement les pages nécessaires à votre séance.

1. Gommettes larges

Durée : 3-8 min Matériel : support fixé, matériel non toxique et adapté à l'âge

Pour « Gommettes larges », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Protégez la zone et choisissez un support réellement adapté à l'âge. Pour la peinture propre, la matière reste enfermée dans une pochette parfaitement scellée; pour les plus grands, utilisez un outil large et lavable sous surveillance directe.

Repère : L'enfant explore le geste sans accès à une petite pièce ni à une matière non prévue pour la bouche.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

2. Grosses perles

Durée : 5-10 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Grosses perles », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Grosses perles' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

3. Pincettes adaptées

Durée : 5-10 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Pincettes adaptées », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Pincettes adaptées' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

4. Pâte à modeler

Durée : 5-10 min Matériel : support fixé, matériel non toxique et adapté à l'âge

Pour « Pâte à modeler », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Protégez la zone et choisissez un support réellement adapté à l'âge. Pour la peinture propre, la matière reste enfermée dans une pochette parfaitement scellée; pour les plus grands, utilisez un outil large et lavable sous surveillance directe.

Repère : L'enfant explore le geste sans accès à une petite pièce ni à une matière non prévue pour la bouche.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

5. Papier à déchirer

Durée : 2-5 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Papier à déchirer », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Papier à déchirer' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

6. Éponges à presser

Durée : 5-10 min Matériel : jouets de bain conformes, gobelets larges, éponge propre

Pour « Éponges à presser », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Dans le bain, gardez l'enfant à portée de main en permanence et utilisez très peu d'eau. Proposez un seul gobelet, une éponge ou un jouet adapté, puis laissez verser, presser ou observer sans ajouter de mousse ou produit alimentaire.

Repère : L'activité reste calme et l'adulte ne quitte jamais la zone, même quelques secondes.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

7. Bouchons larges à visser

Durée : 5-10 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Bouchons larges à visser », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Bouchons larges à visser' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

8. Cartes à glisser

Durée : 1-3 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Cartes à glisser », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Cartes à glisser' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Reproposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

9. Petites boîtes à ouvrir

Durée : 5-10 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Dans « Petites boîtes à ouvrir », faites une seule démonstration d'ouverture ou de dépôt, puis placez l'objet à portée sans guider la main. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrier - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

10. Cubes à empiler

Durée : 5-10 min Matériel : objets monoblocs très larges, propres et sans petites pièces

Pour « Cubes à empiler », commencez par deux éléments seulement ; le troisième n'arrive qu'après deux essais autonomes. Présentez seulement deux ou trois éléments larges et stables. Montrez une action lente - poser, ouvrir, empiler ou encastrer - puis rendez le matériel à l'enfant sans corriger chaque essai.

Repère : L'enfant recommence volontairement le geste, même si le résultat n'est pas parfait.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

11. Cuillère et gros pompons

Durée : 1-3 min Matériel : 2 récipients stables et gros objets adaptés à l'âge

Pour « Cuillère et gros pompons », gardez deux contenants nettement séparés afin que le déplacement de l'objet soit visible du départ à l'arrivée. Posez deux contenants stables sur un tapis antidérapant et utilisez uniquement des éléments très gros. Montrez un transfert, puis laissez l'enfant vider, remplir, déplacer ou classer sans exiger qu'il termine le contenant.

Repère : Le geste devient volontaire et peut être répété sans aide physique.

Variante : Reposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

12. Puzzles à boutons larges

Durée : 5-10 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Puzzles à boutons larges », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Puzzles à boutons larges' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

13. Craies épaisses

Durée : 5-10 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Craies épaisses », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Craies épaisses' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

14. Pinceau et eau

Durée : 1-3 min Matériel : jouets de bain conformes, gobelets larges, éponge propre

Pour « Pinceau et eau », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Dans le bain, gardez l'enfant à portée de main en permanence et utilisez très peu d'eau. Proposez un seul gobelet, une éponge ou un jouet adapté, puis laissez verser, presser ou observer sans ajouter de mousse ou produit alimentaire.

Repère : L'activité reste calme et l'adulte ne quitte jamais la zone, même quelques secondes.

Variante : Reposez la même installation un autre jour plutôt que d'ajouter du matériel.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

15. Lacets très épais

Durée : 2-5 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Lacets très épais », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Lacets très épais' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

16. Tri de pinces colorées

Durée : 2-5 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Tri de pinces colorées », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Tri de pinces colorées' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

17. Transfert à la pince

Durée : 5-10 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Transfert à la pince », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Transfert à la pince' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Raccourcissez la proposition avant d'augmenter la difficulté.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

18. Collage de grands éléments

Durée : 2-5 min Matériel : support fixé, matériel non toxique et adapté à l'âge

Pour « Collage de grands éléments », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Protégez la zone et choisissez un support réellement adapté à l'âge. Pour la peinture propre, la matière reste enfermée dans une pochette parfaitement scellée; pour les plus grands, utilisez un outil large et lavable sous surveillance directe.

Repère : L'enfant explore le geste sans accès à une petite pièce ni à une matière non prévue pour la bouche.

Variante : Si l'enfant détourne le regard, faites une pause et revenez plus tard.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

19. Boutons factices sur planche

Durée : 3-8 min Matériel : objet large, solide, propre et adapté à l'âge

Pour « Boutons factices sur planche », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Présentez 'Boutons factices sur planche' avec un seul matériel à la fois. Montrez un geste lent, reculez vos mains et observez ce que l'enfant choisit de répéter; l'activité s'arrête dès que l'intérêt baisse.

Repère : L'enfant garde l'initiative et peut interrompre l'exploration sans être relancé.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

20. Construction de ponts

Durée : 3-8 min Matériel : coussins fermes, tapis antidérapant, mobilier stable

Pour « Construction de ponts », présentez une seule possibilité d'action au premier essai puis observez ce que l'enfant transforme de lui-même. Dégagez le sol, retirez les angles durs et construisez un parcours très bas. L'adulte se place au point de déséquilibre possible et laisse l'enfant choisir de contourner, revenir ou s'arrêter.

Repère : L'enfant ajuste ses appuis sans être tiré par la main ni poussé à franchir l'obstacle.

Variante : Changez seulement un objet lors de la prochaine séance pour conserver un repère connu.

Sécurité : Surveillance continue. Écartez piles bouton, aimants, cordons, sacs, pièces détachables, aliments durs et tout objet pouvant être porté entièrement à la bouche.

Checklist adulte - avant de proposer

☐ présence continue ☐ aucun petit élément détachable ☐ pas de pile bouton ni aimant ☐ cordons et sacs écartés ☐ surface stable et propre ☐ arrêt dès les signes de fatigue

Checklist avant utilisation

- ☐ Le matériel réel correspond à ce qui est annoncé.
- ☐ La consigne peut être expliquée en moins d'une minute.
- ☐ Le critère de réussite est visible avant de commencer.
- ☐ Une version plus courte est prévue si le groupe décroche.
- ☐ Le rangement ou l'arrêt de l'activité est anticipé.
- ☐ Aucun petit objet, aimant, pile bouton, cordon ou sac dangereux n'est accessible.
- ☐ L'adulte reste à portée de main pendant toute la proposition.