
ENSEMBLE C'EST MIEUX
JEUX, ACTIVITES ET IDEES CREATIVES
POUR APPRENDRE, GRANDIR ET BIEN VIVRE ENSEMBLE

READLY

CADEAU 5

Ensemble, c'est mieux

Moments en famille : jeux pour rire et coopérer

La rédaction

READLY · 2026

Ensemble, c'est mieux – Moments en famille : jeux pour rire et coopérer
La rédaction

© 2026 Readly. Tous droits réservés. Cette publication est destinée à l'usage personnel de l'acheteur. Toute copie, diffusion ou revente sans l'accord de l'éditeur est interdite.

Attention : cette publication contient des idées de jeux et de bricolage pour des enfants de 3 à 8 ans et ne constitue qu'une source d'inspiration générale. Les enfants réalisent ces activités toujours sous la surveillance d'un adulte, surtout avec un couteau, des ciseaux, de l'eau chaude, une cuisinière, un four, des bougies, de petits objets, des ballons, des sacs et de l'eau. Vérifiez au préalable que les matériaux conviennent à l'âge de votre enfant et faites très attention aux plus jeunes frères et sœurs (les petits objets peuvent provoquer un étouffement). Tenez compte des allergies, ne mangez jamais des matériaux fabriqués ou trouvés qui ne sont pas destinés à être mangés et ne goûtez pas aux expériences. En cas de doute sur la sécurité d'une activité, passez-la. Cette publication ne donne aucun conseil médical ou pédagogique, ne promet aucun résultat de développement et ne remplace jamais l'avis d'un médecin ou d'un autre professionnel. En cas d'urgence : appelez le 112 (ou le 15 en France).

Table des matières

1. Bienvenue dans « Ensemble, c'est mieux »
2. À l'intérieur : rire ensemble
3. Ensemble, on est plus forts : jeux de coopération
4. Dehors et en balade
5. En route : jeux pour la voiture, le train ou la salle d'attente
6. Soirée en famille et anniversaire
7. Conseils pour réussir un moment de jeu
8. Des vidéos pour vous accompagner

Bienvenue dans « Ensemble, c'est mieux »

Ce guide s'adresse aux familles qui veulent rire, jouer et vivre de bons moments ensemble, sans écran. Vous y trouverez 30 jeux pour les enfants de 3 à 8 ans et pour les adultes qui les entourent : parents, grands-parents, baby-sitters, grands frères et grandes sœurs. Presque tous les jeux se jouent de 2 à 6 joueurs, avec ce que vous avez déjà à la maison.

À qui s'adresse ce guide ?

À toute personne qui veut remplir un après-midi libre, un dimanche pluvieux, un long trajet en voiture ou un goûter d'anniversaire avec des jeux. Les jeux sont pensés pour des groupes d'âges mélangés : un enfant de 3 ans et un enfant de 8 ans peuvent le plus souvent jouer ensemble. Chaque jeu propose une variante pour le rendre plus facile ou plus difficile.

Comment utiliser ce guide ?

- **Choisissez un thème.** Les chapitres sont classés selon le moment : rire à l'intérieur, coopérer, jouer dehors et en balade, jouer en voiture, puis la soirée en famille et l'anniversaire.

- **Lisez la ligne du haut.** Elle indique l'âge, le nombre de joueurs, la durée, le lieu et si la présence d'un adulte est nécessaire.
- **Expliquez les règles en quelques mots et jouez tout de suite.** Les enfants apprennent surtout en jouant. Une partie d'essai aide toujours.
- **Faites du jeu le vôtre.** Inventez ensemble des règles en plus, des noms à vous ou un petit prix de famille. Cela fait partie du jeu.
- **Arrêtez au bon moment.** Un jeu qui se termine pendant que tout le monde s'amuse encore, on a envie d'y rejouer la fois suivante.

Jouer en toute sécurité

> **Attention :** jouez toujours sous la surveillance d'un adulte. Les petits objets comme les boutons, les pièces de monnaie, les perles, les bouchons et les dés peuvent étouffer un enfant de moins de 3 ans : tenez-les hors de portée des plus petits et rangez-les dès la fin du jeu. Les ballons de baudruche sont gonflés uniquement par un adulte ; jetez tout de suite les morceaux d'un ballon éclaté. Ne laissez jamais un sac en plastique près du visage d'un enfant. Si vous prévoyez une friandise ou un petit en-cas, pensez aux allergies (fruits à coque, œuf, lait, gluten).

- **À l'intérieur :** dégagez un espace de jeu, poussez sur le côté les objets fragiles et les tables aux angles pointus, et jouez en chaussettes (antidérapantes) ou pieds nus sur un sol qui n'est pas glissant.
- **Dehors :** fixez des limites (jusqu'à cette barrière, jusqu'à cet arbre), restez à distance de l'eau et de la circulation, et ne mangez jamais les baies, les champignons ou les plantes que vous trouvez en chemin.
- **En voiture :** le conducteur ne joue qu'avec la voix et garde les yeux sur la route. Tout le monde reste attaché ; on ne lance rien.
- **Gagner et perdre :** beaucoup d'enfants de 3 à 6 ans supportent mal de perdre. Choisissez alors plutôt un jeu de coopération du chapitre 3.

> **Astuce :** accrochez sur le frigo la liste de vos cinq jeux préférés. Les jours chargés, vous n'aurez pas à chercher longtemps.

À l’intérieur : rire ensemble

Jeux rigolos pour le salon

De la pluie contre la vitre, tout le monde un peu grognon ? Ces jeux demandent peu de place et presque aucun matériel. Ils reposent sur les grimaces, les drôles de voix et l’art de faire rire les autres. Parfaits pour lancer un après-midi en famille ou pour chasser la mauvaise humeur d’une journée grise.

Jeu 1 · Qui rira le premier ?

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 10 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

Un joueur reste sérieux comme un pape, les autres essaient de le faire rire sans le toucher. Cela entraîne la maîtrise de soi, et il est presque impossible de ne pas rire soi-même.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une chaise au milieu de la pièce
- Un minuteur de cuisine ou un adulte qui compte jusqu'à 30

COMMENT JOUER

1. Choisissez qui s'assoit en premier sur la « chaise du sérieux ». Ce joueur prend l'air le plus sévère possible.
2. Les autres joueurs ont ensemble 30 secondes pour faire des grimaces, des bruits bizarres ou une drôle de danse. Il est interdit de toucher et de chatouiller.
3. Si le joueur sur la chaise rit, il change de place avec celui qui l'a fait rire. S'il tient 30 secondes, il est applaudi et choisit lui-même qui sera le suivant.
4. Jouez jusqu'à ce que chacun se soit assis au moins une fois sur la chaise.

Variante : pour les 3–4 ans, 10 secondes suffisent déjà ; un sourire ne compte pas encore comme un rire. Pour les 7–8 ans : les farceurs n'ont le droit qu'aux mots, pas aux grimaces.

Jeu 2 · Le mouchoir qui tombe

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 10 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

Tant que le mouchoir flotte dans l'air, tout le monde rit aussi fort qu'il peut. Dès qu'il touche le sol, c'est le silence total. Un jeu rapide qui entraîne l'écoute et les réflexes.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un mouchoir en tissu, un petit foulard ou un torchon

COMMENT JOUER

1. Mettez-vous en cercle, debout ou assis. Un joueur est le lanceur et tient le mouchoir bien haut au-dessus de sa tête.
2. Le lanceur jette le mouchoir en l'air. À partir de ce moment, tout le monde rit à pleine voix : hihi, haha, hoho, tout est permis.
3. Dès que le mouchoir touche le sol, tout le monde se tait et garde un visage sérieux. Celui qui rit ou glousse encore devient le lanceur suivant.
4. Jouez 8 à 10 manches. Laissez aussi le lanceur faire semblant de lancer, sans lâcher le mouchoir : qui se mettra à rire ?

Variante : les plus petits peuvent applaudir au lieu de rire. Pour les plus grands : un rire différent à chaque manche, par exemple un rire de sorcière, de géant ou de souris.

Jeu 3 · Le défilé des drôles de chapeaux

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Chacun cherche dans la maison un objet à poser sur la tête, puis défile dans la pièce. Cela entraîne l'équilibre et l'imagination, et on rit beaucoup.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Des objets incassables : une passoire en plastique, un coussin, une serviette pliée, un carton, une manique
- Un « podium » fait d'une écharpe ou d'un ruban adhésif posé au sol, d'environ 3 mètres de long

COMMENT JOUER

1. Donnez à chacun 3 minutes pour trouver un « chapeau » incassable. Un adulte vérifie tout : rien en verre et rien de lourd.
2. À tour de rôle, vous marchez avec votre chapeau sur la tête le long du podium. Sans les mains !
3. Les autres vous présentent comme un animateur : « Et voici Madame Passoire, avec la dernière mode de la cuisine ! »
4. Si le chapeau tombe, faites une révérence et réessayez une seule fois. Ensuite, tous les chapeaux changent de propriétaire.

Variante : les plus petits peuvent tenir le chapeau d'une main. Pour les 7–8 ans : marchez à reculons ou sur la pointe des pieds, ou portez deux chapeaux l'un sur l'autre. **Attention :** jouez en chaussettes sur un sol dégagé, sans table aux angles pointus à proximité.

Jeu 4 · Derrière le drap

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 15 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Un joueur se cache derrière un drap et imite un animal en déformant sa voix. Les autres devinent quel animal c'est, puis qui se cache. Cela entraîne l'écoute et fait beaucoup rire.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un grand drap ou une housse de couette
- Deux chaises, ou un adulte et un joueur plus grand pour tenir le drap

COMMENT JOUER

1. Tendez le drap entre deux dossiers de chaise, ou faites-le tenir par deux joueurs, pour former un « mur ».
2. Les joueurs qui devinent ferment les yeux. Un adulte désigne en silence un joueur qui se glisse derrière le drap.
3. Ce joueur imite un animal avec une drôle de voix : une vache qui couine, une poule grave, un lion qui chuchote.
4. Les autres devinent d'abord l'animal, puis qui il est. Celui qui trouve va se cacher à son tour derrière le drap.

Variante : à 3 joueurs, on ne devine que l'animal. Pour les plus grands : faites deux bruits à la suite, par exemple un animal et un véhicule. **Attention :** ne tirez jamais le drap par-dessus la tête d'un enfant.

Jeu 5 · Miroir, mon beau miroir

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 (par deux) · Durée : 10 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

Deux joueurs se font face. L'un bouge, l'autre est le miroir et refait tout exactement en même temps. Cela entraîne la concentration et la coopération, et un miroir qui fait en cachette des choses rigolotes est très drôle.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un espace libre d'environ 2 mètres sur 2 par duo
- Si vous voulez, une musique douce ou une chanson que vous chantez vous-mêmes

COMMENT JOUER

1. Formez des duos et placez-les face à face, à une longueur de bras.
2. La « personne » bouge très lentement : bras en l'air, se peigner, se brosser les dents, faire une drôle de tête. Le « miroir » imite tout en même temps.
3. Au bout d'une minute, le meneur de jeu crie « on change ! » et les rôles s'inversent.
4. À la dernière manche, le miroir peut faire une seule fois quelque chose de différent. La personne le voit-elle ? Elle crie alors « miroir cassé ! » et vous éclatez de rire tous les deux.

Variante : un tout-petit joue mieux avec un adulte dans le rôle du miroir. Pour les 7–8 ans : jouez à tout le groupe, avec un joueur qui mène et les autres qui doivent deviner qui est le meneur.

Jeu 6 · Le pot à mimer

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

On pioche dans un pot un papier ou un dessin et on le mime sans parler. Les autres devinent. Un classique toujours différent, puisque ce sont vous qui inventez les défis.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un pot vide, un gobelet ou une boîte à chaussures
- 12 à 20 petits papiers d'environ 5 cm sur 5
- Des crayons ou des feutres

COMMENT JOUER

1. Préparez ensemble les défis. Les enfants qui ne lisent pas encore dessinent quelque chose : un chat, un vélo, une brosse à dents, papi qui ronfle. Un adulte écrit le mot dessous.
2. Pliez les papiers en deux et mettez-les dans le pot.
3. Le premier joueur pioche un papier, regarde en cachette et le mime, sans un bruit. Les autres crient ce qu'ils pensent.
4. Celui qui devine passe au suivant. Si personne ne trouve au bout d'une minute, le mime peut faire un seul bruit comme indice.

Variante : un enfant de 3 ans peut jouer avec un adulte comme coéquipier. Pour les 7–8 ans : ajoutez des défis plus difficiles, comme « une glace qui fond » ou « se perdre dans la forêt ». Gardez le pot : à chaque soirée en famille, on peut y glisser un nouveau papier.

Ensemble, on est plus forts : jeux de coopération

Tout le monde gagne, ou personne

Dans ces jeux, on ne joue pas les uns contre les autres, mais tous ensemble contre le jeu. C'est idéal pour les jeunes enfants qui supportent mal de perdre, et pour les frères et sœurs qui se disputent souvent. Vous apprenez à vous concerter, à attendre votre tour et à vous entraider. Fêtez la réussite tous ensemble.

Jeu 7 · Le ballon ne doit pas toucher le sol

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 10 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Ensemble, vous gardez un ballon en l'air. Combien de fois réussissez-vous à le toucher avant qu'il tombe ? Un jeu de mouvement joyeux qui entraîne le regard, les réflexes et le jeu d'équipe.

CE QU'IL VOUS FAUT

- 1 grand ballon de baudruche, gonflé et noué par un adulte
- Un espace libre, sans objets fragiles

COMMENT JOUER

1. Mettez-vous en cercle, à environ une longueur de bras les uns des autres.
2. Un adulte frappe le ballon vers le haut. Tout le monde compte à voix haute à chaque frappe.
3. Règle : personne ne peut frapper deux fois de suite. Il faut donc coopérer et s'appeler : « Toi ! », « Je l'ai ! »
4. Si le ballon touche le sol, notez le nombre de frappes et recommencez. Réussirez-vous à battre votre propre record ?

Variante : pour les 3–4 ans, supprimez la règle des deux frappes. Pour les 7–8 ans : frappez uniquement avec la tête, le coude ou le

genou, ou gardez deux ballons en l'air en même temps. **Attention :** ramassez tout de suite un ballon éclaté ; les morceaux peuvent rester coincés dans la gorge.

Jeu 8 · Un dessin, beaucoup de mains

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

À tour de rôle, chacun dessine un bout du même dessin, sans avoir décidé à l'avance ce que ce sera. Le résultat est toujours surprenant, et c'est un beau souvenir à accrocher au mur.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une grande feuille de papier (A3 ou un morceau de papier peint d'environ 50 cm)
- Pour chaque joueur, un feutre ou une craie grasse d'une couleur différente
- Un minuteur de cuisine, ou un adulte qui compte

COMMENT JOUER

1. Posez la feuille sur la table. Chacun choisit sa couleur, pour voir ensuite qui a fait quoi.
2. Le plus jeune commence et dessine pendant 20 secondes : un cercle, un trait, un œil.
3. Faites glisser la feuille. Le joueur suivant dessine 20 secondes à son tour et en fait quelque chose. Ainsi de suite, pendant 4 à 5 tours.
4. Regardez ensemble ce qui est apparu et trouvez-lui un titre. Écrivez la date et tous les prénoms en bas.

Variante : les plus petits peuvent dessiner plus longtemps, sans chronomètre. Pour les 7–8 ans : choisissez un thème à l'avance, comme « la maison la plus folle du monde », ou dessinez une bande dessinée où chacun fait une case.

Jeu 9 · Le sol est en lave

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Toute la famille doit aller d'un côté de la pièce à l'autre sans toucher la « lave ». Mais il n'y a pas assez de coussins : il faut donc s'organiser avec malice.

CE QU'IL VOUS FAUT

- 4 à 6 coussins de canapé, serviettes ou morceaux de carton : juste trop peu pour former un chemin droit
- Un point de départ et un point d'arrivée, par exemple deux couvertures de chaque côté de la pièce

COMMENT JOUER

1. Tout le monde commence sur la couverture « sûre », d'un côté de la pièce. De l'autre côté se trouve l'île.
2. Vous recevez les « pierres de gué » et vous ne pouvez marcher que dessus. On ne peut déplacer un coussin que si personne n'est dessus.
3. Discutez ensemble : qui passe en premier, qui fait avancer les coussins, qui aide le plus petit ?
4. Si quelqu'un touche le sol, seul ce joueur retourne au départ. Réussi ? Alors tout le monde applaudit sur l'île.

Variante : avec les tout-petits, mettez assez de coussins pour que ce soit facile. Pour les 7–8 ans : retirez encore un coussin, ou

transportez un « trésor » (une peluche) qui ne doit pas tomber dans la lave. **Attention :** ne posez pas de serviettes ni de carton sur un sol glissant, ils partent en glissant ; les coussins sur un tapis fonctionnent le mieux.

Jeu 10 · La tour à ficelles

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Avec un élastique relié à des ficelles, vous attrapez ensemble des gobelets en plastique et vous bâtissez une tour, sans toucher les gobelets avec les mains. Cela ne marche que si tout le monde tire ou relâche en même temps.

CE QU'IL VOUS FAUT

- 1 gros élastique solide (environ 6 cm de diamètre)
- Pour chaque joueur, une ficelle d'environ 60 cm
- 6 à 10 gobelets en plastique ou en carton

COMMENT JOUER

1. Un adulte noue les ficelles à intervalles réguliers autour de l'élastique, de façon à former un soleil et ses rayons.
2. Chaque joueur prend le bout d'une ficelle. Quand tout le monde tire, l'élastique s'agrandit ; quand tout le monde relâche un peu, il rétrécit.
3. Ensemble, placez l'élastique sur un gobelet, laissez-le se refermer autour et soulevez le gobelet. Empilez ainsi les gobelets pour former une tour.
4. La tour tombe ? On rit, on recommence, et on décide qui crie « maintenant ! ».

Variante : pour les 4–5 ans, commencez par aligner 3 gobelets au lieu d'une tour. Pour les 7–8 ans : construisez une pyramide de 10 gobelets, ou laissez un joueur participer les yeux fermés. **Attention :** n'enroulez jamais les ficelles autour du cou ou des doigts ; rangez-les après le jeu.

Jeu 11 · L'histoire de tout le monde

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 15 min · Lieu : à l'intérieur ou en déplacement · Adulte présent : non

Ensemble, vous racontez une histoire où chaque joueur ajoute à chaque fois une phrase. Personne ne sait comment elle finira. Cela entraîne l'écoute, le langage et l'imagination, et les rebondissements les plus fous font beaucoup rire.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Rien, ou une peluche qu'on se passe comme « bâton de parole »
- Si vous voulez, du papier et un stylo pour noter l'histoire

COMMENT JOUER

1. Asseyez-vous en cercle. L'adulte commence par une phrase d'ouverture, par exemple : « Il était une fois un hérisson qui n'arrivait pas à dormir. »
2. Passez la peluche. Celui qui la tient ajoute une phrase. Les autres écoutent et n'ont pas le droit de l'interrompre.
3. Après 3 ou 4 tours, le plus jeune dit : « Et puis… » et le joueur suivant invente la fin.
4. Écrivez l'histoire ou laissez les enfants la dessiner. Vous obtenez ainsi un livre d'histoires bien à votre famille.

Variante : un enfant de 3 ans peut ajouter un seul mot ou un bruit. Pour les 7–8 ans : chaque phrase doit commencer par la lettre suivante de l'alphabet, ou un certain mot doit revenir dans l'histoire.

Jeu 12 · La carte au trésor du salon

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 30 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

Ensemble, vous dessinez un plan de votre salon. Puis un adulte cache un « trésor » et marque une croix sur la carte. L'équipe cherche ensemble. Les enfants s'exercent ainsi à se repérer dans l'espace et à lire une carte.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une feuille A4 ou A3 et des crayons
- Un petit « trésor » assez gros pour que le plus jeune le trouve, par exemple une peluche ou une petite boîte avec un mot dedans

COMMENT JOUER

1. Regardez ensemble la pièce d'en haut, comme si vous étiez un oiseau. Dessinez les grands éléments : le canapé en rectangle, la table, la fenêtre, la porte.
2. Tout le monde sort un moment dans le couloir. Un adulte cache le trésor et marque une croix rouge sur la carte.
3. L'équipe revient et cherche ensemble avec la carte. Règle : seul le joueur qui tient la carte peut donner des indications ; au bout d'une minute, la carte passe au suivant.

4. Trouvé ? Un enfant peut alors cacher le trésor et marquer lui-même la croix.

Variante : pour les 4–5 ans, ne dessinez que 3 ou 4 éléments sur la carte. Pour les 7–8 ans : faites le plan de toute la maison ou du jardin, avec une rose des vents et un parcours secret fléché.

Dehors et en balade

Jeux pour la forêt, le parc, le jardin et la plage

Une promenade devient une aventure quand un jeu s'y ajoute. Les jeux de ce chapitre fonctionnent en toute saison : en automne avec les feuilles et les marrons, en été à la plage ou dans les dunes, en hiver avec le nez froid et une bouteille isotherme de thé pour les adultes. Avant de partir, fixez des limites claires et restez à distance de l'eau et de la circulation.

Jeu 13 · La chasse aux couleurs avec une boîte à œufs

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 30 min · Lieu : dehors · Adulte présent : oui

Chaque alvéole d'une boîte à œufs reçoit une couleur. En chemin, vous cherchez ensemble dans la nature quelque chose qui correspond à cette couleur. Cela aiguise le regard, et vous rentrez avec un petit coffre aux trésors de la balade.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une boîte à œufs vide de 6 ou de 10
- Des feutres ou de la peinture pour faire un point de couleur au fond de chaque alvéole

COMMENT JOUER

1. À la maison, faites dans chaque alvéole un point d'une couleur différente : vert, marron, jaune, rouge, gris, blanc. Ajoutez aussi des couleurs plus difficiles comme le rose ou le violet.
2. Emportez la boîte en balade. Celui qui trouve quelque chose qui correspond à une couleur le montre d'abord aux autres : est-ce que ça va vraiment ?
3. Ne ramassez que ce qui est déjà par terre, comme une feuille, un caillou, une plume ou un morceau d'écorce.

Ne cueillez pas de fleurs dans un espace naturel protégé.

4. De retour à la maison, posez tout sur la table et chaque enfant raconte où il a trouvé ses trésors.

Variante : pour les 3–4 ans, 3 couleurs suffisent. Pour les 7–8 ans : cherchez dans chaque couleur quelque chose d'une forme différente (rond, pointu, rugueux, lisse). **Attention :** ne mettez jamais de baies, de champignons ou de plantes dans la bouche ; lavez-vous les mains après la balade.

Jeu 14 · Les chasseurs de sons

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 10 min · Lieu : dehors · Adulte présent : oui

Pendant une minute, tout le monde se tait et compte sur ses doigts combien de sons différents il entend. Ensuite, on compare : qui a entendu l'oiseau le plus lointain ? Un jeu calme pour souffler un peu pendant une promenade.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un endroit sûr pour s'arrêter debout ou assis, par exemple un banc dans le parc ou une clairière en forêt
- Une montre, ou un adulte qui compte

COMMENT JOUER

1. Tout le monde se met debout ou s'assoit et ferme les yeux. Les mains en l'air, les poings fermés.
2. Un adulte dit « top ». À chaque nouveau son que vous entendez, vous levez un doigt : un oiseau, le vent dans les arbres, une sonnette de vélo, votre propre respiration.
3. Au bout d'une minute, l'adulte dit « stop » et tout le monde ouvre les yeux.
4. À tour de rôle, dites ce que vous avez entendu. Quelqu'un a-t-il perçu un son que personne d'autre n'a remarqué ? Essayez de l'entendre encore ensemble.

Variante : les plus petits peuvent chuchoter les sons tout de suite au lieu de lever un doigt. Pour les 7–8 ans : classez les sons en « nature » et « humains » et comptez-les séparément, ou essayez d'indiquer la direction d'où ils viennent.

Jeu 15 · Chat d'ombre

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 15 min · Lieu : dehors · Adulte présent : oui

Dans ce jeu de chat, on ne touche pas le joueur, mais son ombre, en marchant dessus. C'est un jeu pour une journée ensoleillée et une belle façon de découvrir la lumière et l'ombre.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une journée ensoleillée, de préférence le matin ou en fin d'après-midi, quand les ombres sont longues
- Un terrain dégagé, une pelouse ou une place tranquille sans circulation

COMMENT JOUER

1. Fixez les limites du terrain de jeu, par exemple entre deux arbres et un banc.
2. Un joueur est le chat. Il essaie de poser un pied sur l'ombre d'un autre joueur.
3. Celui dont l'ombre est touchée crie « ombre ! » et devient le nouveau chat. Vous pouvez protéger votre ombre en vous plaçant dans l'ombre d'un arbre ou d'un mur, mais 5 secondes au maximum.
4. Jouez 5 à 10 minutes, puis discutez un instant : pourquoi ton ombre est-elle si longue maintenant ?

Variante : pour les 4–5 ans, jouez sans la règle des 5 secondes et laissez l'adulte être souvent le chat. Pour les 7–8 ans : essayez de former tous ensemble une grande figure d'ombre, comme un monstre à six bras. **Attention :** par temps chaud, ne jouez pas en plein milieu de la journée ; prévoyez de l'eau et une casquette.



Une boîte à œufs remplie des trouvailles de la balade.
Pixabay (Nennieinszweidrei)

Jeu 16 · Le parcours à la craie

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 30 min · Lieu : dehors · Adulte présent : oui

Ensemble, vous dessinez à la craie de trottoir un parcours d'obstacles : sauter, sautiller à cloche-pied, zigzaguer et tourner. Puis chacun fait le parcours. Cela entraîne la motricité et l'équilibre, et les enfants adorent inventer eux-mêmes de nouvelles épreuves.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une boîte de craies de trottoir
- Un endroit sûr au sol dur : l'allée de la maison, une terrasse dallée ou une place sans voitures

COMMENT JOUER

1. Dessinez une ligne de départ. Puis, à tour de rôle, une épreuve : une ligne ondulée à suivre, 5 ronds où sauter, une étoile où l'on tourne trois fois sur soi-même, une spirale.
2. Ajoutez à chaque épreuve un petit dessin pour l'expliquer : un pied pour le cloche-pied, une grenouille pour sauter.
3. Dessinez une ligne d'arrivée avec un grand soleil ou un drapeau.
4. Faites le parcours chacun votre tour. Les autres encouragent. Ensuite, chacun ajoute une nouvelle

épreuve.

Variante : pour les 3–4 ans, restez sur la marche et les sauts à pieds joints. Pour les 7–8 ans : chronométrez un tour (en comptant « vingt et un, vingt-deux ») et essayez d'aller plus vite tous ensemble.
Attention : ne dessinez jamais sur une rue où passent des voitures ; restez à portée de vue d'un adulte.

Jeu 17 · Viser le seau

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20 min · Lieu : dehors · Adulte présent : oui

Avec des pommes de pin, des marrons ou des petites balles souples, vous visez ensemble un seau. La famille joue comme une seule équipe contre la montre ou contre son propre record. Cela marche au jardin, en forêt et à la plage.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un seau vide, un panier à linge ou un carton
- 10 à 20 objets à lancer : des pommes de pin, des marrons ou des chaussettes roulées en boule
- Un bâton ou une corde pour marquer la ligne de lancer

COMMENT JOUER

1. Posez le seau et tracez une ligne de lancer à 2 mètres pour les tout-petits et à 3 ou 4 mètres pour les plus grands.
2. Répartissez équitablement les objets entre tous les joueurs.
3. À tour de rôle, vous lancez un objet. Tous les tirs réussis comptent pour toute la famille. Comptez à voix haute.
4. À la fin de la manche, ramassez tout ensemble. À la deuxième manche, réussirez-vous à faire mieux ?

Variante : un enfant de 3 ans peut se placer plus près ou tenir le seau penché. Pour les 7–8 ans : placez trois seaux à des distances différentes, valant 1, 2 et 3 points. **Attention :** ne lancez que si personne n'est près du seau ; les marrons d'Inde ne se mangent pas.

Jeu 18 · Le loto de la balade

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 45 min · Lieu : dehors · Adulte présent : oui

À la maison, vous fabriquez ensemble des cartes de loto avec des choses que vous pourrez voir en chemin. Pendant la balade, vous les cochez. Un jeu qui transforme un trajet ennuyeux en chasse au trésor, même pour des enfants aux petites jambes fatiguées.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une feuille de papier par joueur ou par duo, avec une grille de 3 cases sur 3
- Des crayons et un morceau de carton rigide pour écrire dessus

COMMENT JOUER

1. Trouvez ensemble 9 choses que vous pouvez croiser en chemin et dessinez-les dans les cases : un chien, un cycliste, un canard, une feuille rouge, un champignon (on regarde seulement !), un banc, un drapeau, un pont, un escargot.
2. Faites pour chacun une carte avec les mêmes choses, mais dans un autre ordre.
3. En route ! Celui qui voit quelque chose le crie. Tous les joueurs qui le voient aussi mettent une croix.

4. Trois cases alignées, c’est « loto ! » : ce joueur choisit alors une pause ou une chanson. Continuez jusqu’à ce que chacun ait une carte pleine.

Variante : pour les tout-petits, 4 cases avec de grands dessins. Pour les 7–8 ans : faites une carte de 4 sur 4 avec des choses plus difficiles, comme « quelque chose de rond » ou « la trace d’un animal ». Rangez les cartes dans une pochette en souvenir de vos balades.

En route : jeux pour la voiture, le train ou la salle d’attente

Des mots, des yeux et des oreilles : c’est tout ce qu’il vous faut

Un long trajet chez papi et mamie ou vers le camping n’a rien d’une épreuve. Ces jeux se jouent avec des mots, avec ce que vous voyez par la fenêtre et avec votre mémoire. Rien ne risque de voler dans la voiture. Ils marchent aussi dans le train, à une terrasse ou dans une salle d’attente.

> **Attention :** le conducteur ne joue qu’avec la voix et garde son attention sur la route. Tous les enfants restent attachés avec la ceinture ou dans leur siège auto. En cas de mal des transports : privilégiez les jeux où l’on écoute et où l’on parle, plutôt que ceux où l’on regarde de près ou où l’on dessine.

Jeu 19 · Je vois quelque chose que tu ne vois pas

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 10–20 min · Lieu : voiture ou à l'intérieur · Adulte présent : non

Le grand classique des voyages, avec quelques variantes pour que petits et grands puissent jouer. Cela entraîne l'observation, les noms de couleurs et l'art de poser des questions.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Rien ; juste une vue

COMMENT JOUER

1. Un joueur choisit en secret quelque chose que tout le monde peut voir et dit : « Je vois quelque chose que tu ne vois pas, et c'est… vert. »
2. Les autres devinent à tour de rôle. En voiture, choisissez quelque chose qui se trouve dans l'habitacle ou qui reste longtemps visible, comme un gros nuage, le ciel ou une éolienne au loin.
3. Après 5 mauvaises réponses, celui qui a choisi donne un indice en plus : « C'est plus grand qu'une vache. »
4. Celui qui trouve choisit la chose suivante.

Variante : pour les 3–4 ans, n'utilisez que les couleurs des objets dans la voiture. Pour les 7–8 ans : au lieu de la couleur, donnez la

première lettre (« ça commence par un b ») ou une forme (« c'est rond »).

Jeu 20 · Je pars en voyage et j'emporte

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 15 min · Lieu : n'importe où · Adulte présent : non

Un jeu de mémoire où la valise se remplit de plus en plus. Chaque joueur répète tout ce qui s'y trouve déjà et ajoute une chose. Plus les objets sont farfelus, plus ils sont faciles à retenir.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Rien

COMMENT JOUER

1. Le premier joueur dit : « Je pars en voyage et j'emporte une brosse à dents. »
2. Le suivant répète la phrase et ajoute un objet : « Je pars en voyage et j'emporte une brosse à dents et un éléphant. »
3. Ainsi de suite. Si vous avez un trou de mémoire, les autres peuvent donner un indice en faisant un bruit ou un geste.
4. À la fin, comptez combien d'objets contenait la valise. La prochaine fois, essayez de battre le record.

Variante : avec les tout-petits, jouez avec un thème qu'ils connaissent bien, comme « les objets de la cuisine », et limitez-vous à

4 ou 5 objets. Pour les 7–8 ans : les objets suivent l'alphabet, donc une assiette, un bateau, un cactus…

Jeu 21 · Les lettres des plaques d'immatriculation

Âge : 5–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 15–30 min · Lieu : voiture (passagers) · Adulte présent : non

Les plaques d'immatriculation des voitures portent des lettres. Avec elles, vous pouvez inventer toutes sortes de jeux : chercher des lettres, trouver des mots ou composer des phrases rigolotes. C'est idéal pour les enfants qui apprennent à lire.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Des voitures autour de vous, sur l'autoroute ou dans les bouchons
- Si vous voulez, du papier et un crayon posés sur un livre rigide

COMMENT JOUER

1. Commencez par l'alphabet : cherchez ensemble une plaque avec un A, puis une avec un B, et ainsi de suite. Celui qui voit la lettre le premier la crie.
2. Vous pouvez sauter les lettres difficiles comme le Q ou le X si vous ne les trouvez pas au bout de 5 minutes.
3. Pour les plus grands : choisissez une plaque avec trois lettres, par exemple « CHT », et trouvez un mot qui contient ces lettres dans cet ordre (« chat »).
4. Ou composez une phrase rigolote : avec « GSP », cela donne par exemple « Gros Serpent Poli ». Qui trouvera

la phrase la plus folle ?

Variante : les enfants de 3–4 ans cherchent seulement la première lettre de leur prénom. Pour les 7–8 ans : additionnez les chiffres de la plaque ; qui obtient le total le plus élevé ?



Par la fenêtre, il y a toujours quelque chose à voir pour jouer.
Pixabay (RyanMcGuire)

Jeu 22 · Qui suis-je ?

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 15 min · Lieu : n'importe où · Adulte présent : non

Un joueur pense à un animal, à un personnage de conte ou à quelqu'un de la famille. Les autres posent des questions auxquelles on ne peut répondre que par « oui » ou par « non ». Cela entraîne la logique et l'art de poser de bonnes questions.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Rien ; au besoin, compter sur ses doigts

COMMENT JOUER

1. Le premier joueur choisit quelque chose en secret et dit à quelle catégorie cela appartient : animal, personnage de conte ou famille.
2. Les autres posent à tour de rôle une question à réponse oui ou non : « As-tu quatre pattes ? », « Vis-tu dans l'eau ? », « Es-tu plus grand que moi ? »
3. Après 10 questions, chacun peut tenter une réponse. Si personne ne trouve, celui qui a choisi donne un indice.
4. Celui qui trouve choisit le personnage suivant.

Variante : avec les tout-petits, ne choisissez que des animaux et laissez l'adulte aider à poser les questions (« Demande donc s'il peut

voler »). Pour les 7–8 ans : essayez de trouver en moins de 10 questions et comptez le score en équipe.

Jeu 23 · Compter les vaches

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20–60 min · Lieu : voiture ou train · Adulte présent : non

Un jeu pour les trajets à la campagne. Chacun compte les vaches de son côté de la voiture. Cela semble simple, mais la tension monte quand tout un troupeau apparaît d'un coup de votre côté.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un trajet avec des prés
- Un adulte qui tient le score (pas le conducteur)

COMMENT JOUER

1. Partagez la voiture en deux côtés : gauche et droite. Les joueurs de chaque côté forment une équipe.
2. Comptez toutes les vaches que vous voyez de votre côté et annoncez le nombre à voix haute : « Trois vaches ! »
3. Si une équipe voit un cheval, elle gagne 2 points. Si elle voit une brebis avec son agneau, 5 points.
4. Quand une église apparaît de votre côté, vous repartez de zéro. L'équipe qui a le plus de points à l'arrivée choisit la première chanson au retour.

Variante : un enfant de 3 ans compte jusqu'à 10, puis crie « beaucoup ! ». Pour les 7–8 ans : inventez ensemble des points en plus, par exemple pour une cigogne, un tracteur ou un moulin.

Jeu 24 · Fredonne la chanson

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 15 min · Lieu : n'importe où · Adulte présent : non

Quelqu'un fredonne une chanson connue, sans les paroles. Les autres devinent de quelle chanson il s'agit, puis la chantent ensemble. Une façon joyeuse de passer le temps et de retrouver les comptines et chansons d'enfants.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Rien ; juste une voix

COMMENT JOUER

1. Commencez par dresser ensemble la liste des chansons que tout le monde connaît : comptines, chansons de l'école, chansons de Noël ou d'anniversaire.
2. Le premier joueur choisit une chanson en secret et fredonne le premier couplet, la bouche fermée.
3. Celui qui sait lève la main et dit le titre. Si c'est juste, toute la voiture chante la chanson en entier.
4. Celui qui a deviné fredonne la chanson suivante. Si personne ne trouve, le fredonneur peut chanter « la la la » comme indice.

Variante : pour les 3–4 ans, c'est un adulte qui fredonne, en choisissant des chansons très connues. Pour les 7–8 ans : fredonnez

la chanson très lentement ou très vite, ou frappez seulement le rythme dans les mains.

Soirée en famille et anniversaire

Des jeux pour fabriquer des souvenirs

Une soirée en famille régulière, une fois par semaine ou une fois par mois, donne aux enfants quelque chose à attendre avec impatience. Dans ce chapitre, vous trouverez des jeux pour la table, pour le canapé et pour un goûter d'anniversaire. Certains se fabriquent vous-mêmes et peuvent servir pendant des années. Ainsi naît tout naturellement une tradition de famille.

Jeu 25 · Notre jeu des sept familles à nous

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 45 min de fabrication + 15 min de jeu · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Ensemble, vous fabriquez un jeu de familles avec des dessins sur votre propre famille : ce que vous aimez manger, où vous habitez, qui fait partie de la famille. Ensuite, vous y jouez, et chaque fois que vous le sortez, vous retrouvez des souvenirs.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Du papier épais ou du carton de récupération, découpé en 24 cartes d'environ 6 cm sur 9 (par un adulte)
- Des feutres ou des crayons de couleur
- Un élastique pour garder les cartes ensemble

COMMENT JOUER

1. Choisissez ensemble 6 familles de 4 cartes : par exemple « notre maison », « plats préférés », « famille », « animaux et peluches », « vacances », « jeux ».
2. Chaque joueur dessine quelques cartes. Écrivez en haut le nom de la famille et en bas les quatre titres, pour savoir quelles cartes demander.
3. Mélangez et distribuez toutes les cartes. À tour de rôle, vous demandez une carte à un joueur : « Je voudrais dans plats préférés la crêpe, s'il te plaît. » S'il l'a, il vous la donne et vous rejouez.

4. Quand vous avez les quatre cartes d’une même famille, posez-les devant vous. Celui qui a le plus de familles complètes choisit le jeu suivant.

Variante : pour les 4–5 ans, faites 4 familles et jouez avec les cartes face visible. Pour les 7–8 ans : ajoutez une famille « moments rigolos », avec des choses qui sont vraiment arrivées. **Attention :** le découpage du carton est fait par un adulte.

Jeu 26 · Qui de nous… ?

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

Un quiz sur votre propre famille. Toutes les questions commencent par « Qui de nous… ? ». Tout le monde désigne quelqu'un en même temps. Les réponses sont surprenantes, on rit beaucoup, et on apprend à mieux se connaître.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une liste de 15 à 20 questions, préparées à l'avance ou inventées sur le moment
- Si vous voulez, des petits papiers dans un pot

COMMENT JOUER

1. Imaginez ensemble des questions gentilles : « Qui de nous dort le plus longtemps ? », « Qui chante le plus sous la douche ? », « Qui aime le plus les épinards ? »
2. Un meneur de jeu lit une question et compte « un, deux, trois ». À trois, tout le monde désigne quelqu'un en même temps.
3. Celui qui est désigné le plus souvent peut dire en quelques mots si c'est vrai et pourquoi.
4. Changez de meneur toutes les 5 questions, pour que les enfants aussi puissent lire ou inventer des questions.

Variante : un enfant de 3 ou 4 ans désigne quelqu'un avec un adulte. Pour les 7–8 ans : jouez à « Que choisirait maman/papa/mamie ? », où l'on devine ce que répondrait quelqu'un d'autre. Mettez-vous d'accord : pas de questions qui rendent quelqu'un triste ou en colère.

Jeu 27 · Le pot à souvenirs

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 5 min par semaine + 20 min à la soirée en famille · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : non

Pendant la semaine, chacun écrit ou dessine sur un petit papier les moments agréables ou drôles, et le glisse dans un pot. À la soirée en famille, vous les lisez ensemble et vous devinez qui a écrit quoi. Un rituel tranquille qui clôt la semaine.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un grand pot vide ou une boîte avec une fente dans le couvercle
- Une pile de petits papiers d'environ 7 cm sur 7 et un crayon à côté

COMMENT JOUER

1. Décorez le pot ensemble et placez-le à un endroit fixe, par exemple sur le rebord de la fenêtre de la cuisine.
2. Chaque jour, chacun peut écrire ou dessiner un moment : « On a trouvé un hérisson dans le jardin », « Papi a raconté une blague ». Les enfants qui n'écrivent pas encore dessinent ou dictent.
3. À la soirée en famille, sortez les papiers un par un. Lisez-les et laissez les autres deviner qui l'a écrit.
4. Gardez les papiers dans une boîte à chaussures avec l'année dessus. À la fin de l'année, relisez les plus

beaux.

Variante : pour les 3–4 ans, un dessin ou une gommette sur le papier suffit. Pour les 7–8 ans : ajoutez une couleur, par exemple jaune pour « drôle » et bleu pour « fier », et regardez quelle couleur gagne cette semaine.

Jeu 28 · Les chaises musicales où personne n'est éliminé

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 4–6 · Durée : 15 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Les chaises musicales que vous connaissez, mais à l'envers : des chaises disparaissent, mais aucun joueur. Chacun doit trouver une place sur les chaises restantes, sur les genoux d'un autre ou à plusieurs. À la fin, toute la famille tient sur très peu de chaises, ou essaie du moins.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Des chaises de cuisine solides, sans roulettes, une par joueur
- Un adulte qui chante ou qui frappe dans les mains en guise de musique

COMMENT JOUER

1. Disposez les chaises en cercle, assises tournées vers l'extérieur. Tout le monde tourne autour pendant que l'adulte chante une chanson.
2. Quand le chant s'arrête, chacun cherche vite une place. Personne ne doit rester debout par terre.
3. Après chaque manche, retirez une chaise. Les joueurs doivent maintenant s'asseoir à plusieurs, sur un genou ou serrés les uns contre les autres.

4. Continuez jusqu'à ce qu'il ne reste plus que deux chaises. Tout le monde a réussi à trouver une place ? Alors toute la famille a gagné.

Variante : pour les 3–4 ans, utilisez des coussins posés par terre à la place des chaises. Pour les 7–8 ans : laissez les enfants choisir la chanson et mener la musique. **Attention :** n'utilisez que des chaises solides, ne courez pas, et un adulte reste toujours assis avec les enfants lors des dernières manches.

Jeu 29 · Croquer le biscuit suspendu

Âge : 3–8 ans · Joueurs : 2–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur ou dehors · Adulte présent : oui

Un grand classique des fêtes d'anniversaire et des fêtes de village : des morceaux de biscuit pendent au bout d'une ficelle et chacun essaie d'en croquer une bouchée sans les mains. Parfait pour un anniversaire ou une fête de famille.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Une corde solide ou un fil à linge, tendu entre deux chaises ou deux arbres
- Des morceaux de gros biscuit ou de pain d'épices d'environ 3 cm sur 5, un par joueur, préparés par un adulte
- De la laine ou de la ficelle de cuisine, environ 40 cm par biscuit
- Un foulard pour couvrir les yeux (pour les plus grands)

COMMENT JOUER

1. Un adulte passe un bout de ficelle dans chaque morceau de biscuit (en faisant d'abord un petit trou) et l'attache à la corde, de façon que le biscuit pende à la hauteur de la bouche de l'enfant.
2. Tout le monde garde les mains dans le dos. Au signal « partez », chaque joueur essaie de croquer une

bouchée dans son biscuit.

3. Celui qui a croqué crie « miam ! ». Le jeu ne se termine que lorsque chacun a eu son morceau.
4. Mangez ensuite tranquillement le biscuit, debout ou assis, sans courir.

Variante : pour les 3–4 ans, accrochez le biscuit plus bas et sans bandeau. Pour les 7–8 ans : jouez les yeux couverts, ou laissez un adulte balancer doucement la corde. **Attention :** petits morceaux, les enfants restent immobiles pour manger et un adulte reste à côté. Les biscuits contiennent souvent du gluten ; en cas d'allergie, choisissez une alternative adaptée.

Jeu 30 · Le paquet surprise aux dés

Âge : 4–8 ans · Joueurs : 3–6 · Durée : 20 min · Lieu : à l'intérieur · Adulte présent : oui

Au milieu, un paquet est solidement emballé en de nombreuses couches. Si vous faites un 6, vous mettez des moufles et un bonnet et essayez de l'ouvrir, jusqu'à ce que le suivant fasse un 6. Un jeu de fête plein de fous rires.

CE QU'IL VOUS FAUT

- Un petit cadeau ou un sachet avec de quoi partager entre tous, emballé en 5 à 8 couches de papier (de vieux journaux conviennent très bien)
- Un gros dé
- Des moufles, un bonnet et une écharpe

COMMENT JOUER

1. Asseyez-vous en cercle autour du paquet. Préparez les moufles, le bonnet et l'écharpe.
2. À tour de rôle, vous lancez le dé puis vous le passez vite. Celui qui fait un 6 enfile les moufles, le bonnet et l'écharpe et s'attaque au paquet.
3. Pendant ce temps, les autres continuent de lancer le dé. Si quelqu'un d'autre fait un 6, tous les vêtements passent à ce joueur.
4. Celui qui ouvre la dernière couche partage le contenu avec tout le groupe. Ainsi, personne ne repart les mains

vides.

Variante : pour les 4–5 ans, le 1 compte aussi comme « chiffre du paquet », pour que cela arrive plus souvent. Pour les 7–8 ans : cachez entre les couches de petits défis, comme « fais un saut de grenouille » ou « chante une chanson ». **Attention :** gardez le dé et les petits cadeaux hors de portée des enfants de moins de 3 ans ; s'il y a des friandises, tenez compte des allergies.

Conseils pour réussir un moment de jeu

Liste de contrôle avant de commencer

- Y a-t-il assez de place libre, sans objets fragiles ni angles pointus ?
- Les petits objets (bouchons, dés, pièces) sont-ils hors de portée des enfants de moins de 3 ans ?
- Tout le monde connaît-il les règles ? Faites d'abord une partie d'essai.
- Le jeu convient-il au moment : calme avant le coucher, plus animé après un long trajet en voiture ?
- Dehors : limites fixées, eau et circulation à distance, de quoi boire et une casquette ou un imperméable ?
- S'il y a des en-cas : allergies vérifiées, et les enfants mangent-ils assis ou debout, sans courir ?
- Avez-vous prévu une fin, par exemple « encore trois manches » ?

Cinq erreurs fréquentes

1. **Expliquer trop longtemps.** Les jeunes enfants décrochent après quelques phrases. Expliquez l'essentiel et

jouez tout de suite ; le reste, ils l'apprendront en cours de route.

2. **Vouloir toujours un gagnant.** Pour les tout-petits, perdre est souvent pénible. Alternez les jeux de compétition avec des jeux de coopération et félicitez aussi les bons efforts.
3. **Rendre le jeu trop difficile pour le plus jeune.** Utilisez les variantes et donnez au plus jeune un coéquipier. Un jeu auquel tout le monde peut participer est tout de suite plus agréable.
4. **Continuer quand l'ambiance tourne mal.** Si vous voyez des visages fatigués ou fâchés, arrêtez ou choisissez quelque chose de plus calme. Vous pouvez toujours finir la partie un autre jour.
5. **Ne pas jouer soi-même.** Les enfants s'amusent le plus quand les adultes jouent pour de vrai, font les fous et perdent aussi de temps en temps. Posez tout le reste un moment et jouez avec eux.

> **Astuce :** notez sur un papier vos jeux préférés et ajoutez-y vos propres variantes de famille. Ainsi, ce guide grandira avec vos enfants.

Des vidéos pour vous accompagner

Le livre vous explique chaque activité pas à pas ; une vidéo montre les gestes en action. Voici des chaînes YouTube gratuites que nous avons vérifiées en octobre 2026. Elles ne sont pas liées à nous et leur contenu dépend de leurs auteurs.

En français

- **Comptoir de l'Éveil** – youtube.com/@Comptoirdeleveil
- **Création pour les enfants** – youtube.com/@creationpourlesenfants8478
- **Chefclub Kids** – youtube.com/@chefclubkids
- **Les Apprentis Curieux** – youtube.com/@lesapprentiscurieux

En anglais (vous pouvez activer les sous-titres et la traduction automatique)

- **Sick Science!** – youtube.com/@SickScience
- **Red Ted Art** – youtube.com/@RedTedArt
- **Art for Kids Hub** – youtube.com/@ArtforKidsHub
- **TheDadLab** – youtube.com/@TheDadLab

- **Junior Cook's Kitchen** – youtube.com/@juniorcookskitchen

> Conseil : lisez d'abord l'activité dans le livre, regardez ensuite une vidéo sur le même thème, puis essayez-la avec votre enfant.

> Les vidéos ne remplacent pas les consignes de sécurité de ce livre : suivez toujours celles du livre, et les activités se font toujours sous la surveillance d'un adulte.