

**Delphine de Hemptinne**

la créatrice du site aux 60 000 fans



# JOUONS malin!

Du petit-déjeuner  
au coucher

**250 petits jeux pour faciliter  
les relations parents-enfants**

**au fil de soi**



JOUONS  
malin!



**Delphine de Hemptinne**

XX

# JOUONS malin!

**Du petit déjeuner au coucher !**

XX

**au fil de soi**

De Boeck Supérieur  
5, allée de la 2<sup>e</sup> Division Blindée  
75015 Paris



© Au fil de soi, une marque de De Boeck Supérieur SA, 2019  
De Boeck Supérieur  
7, rue du Bosquet, B1348 Louvain-la-Neuve  
[www.editions-aufildesoi.fr](http://www.editions-aufildesoi.fr)

Tous droits réservés pour tous pays.

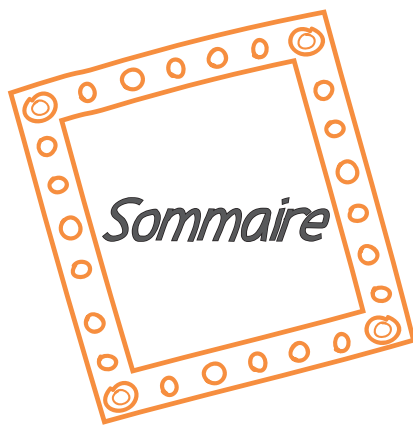
Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme ou de quelque manière que ce soit.



Couverture : Primo&Primo  
Maquette : Nord Compo  
Illustrations : Mélanie Masson



Dépôt légal :  
Bibliothèque royale de Belgique : 2019/13647/029  
Bibliothèque nationale, Paris : mars 2019  
ISBN : 978-2-8073-2221-9



**L'autrice** ..... p. 7

**Chapitre I. Et si on jouait au lieu de s'énerver ?** ..... p. 9

**Chapitre II. Ajouter des éclats de rire au quotidien** ..... p. 21

S'habiller ..... p. 23

Se laver ..... p. 41

Se brosser les dents ..... p. 59

Les repas ..... p. 75

Jouer à la maison ..... p. 93

Jouer dehors ..... p. 111

En voiture ..... p. 129

Les courses ..... p. 147

Aller au restaurant ..... p. 165

Participer aux tâches ménagères ..... p. 183

Arrêter de jouer ..... p. 199

Aller dormir ..... p. 217





## L'autrice



Orthophoniste, psychopédagogue, conférencière, formatrice, et maman... Delphine de Hemptinne s'ennuie rarement ! Passionnée par le monde de l'apprentissage et de l'éducation, le jeu a toujours été au cœur de sa pratique professionnelle. En 2015, elle fonde avec son partenaire le site [jouonsmalin.com](http://jouonsmalin.com), destiné à promouvoir les jeux et jouets de qualité.







## *Chapitre I*

### *Et si on jouait au lieu de s'énerver ?*

Jouer, c'est avoir rendez-vous avec le plaisir, l'imaginaire et les émotions. Vos enfants ont besoin du jeu pour grandir de manière équilibrée... et ils ne sont pas les seuls à en tirer des bénéfices. Adopter une éducation plus ludique améliorera la qualité de vie de l'ensemble de votre famille, vous y compris !

Alors, êtes-vous prêt à comprendre pourquoi il est si important de rajouter des touches d'amusement dans votre quotidien ?



## **Jouer au quotidien, c'est essentiel !**

« Élever des enfants, c'est du sérieux ! » Loin de cette idée, l'éducation ludique envisage la parentalité sous un angle joyeux pour cultiver le plaisir de s'amuser tous ensemble. Les parents gardent leur rôle d'éducateurs et font appel à l'humour, à l'imagination, aux situations absurdes pour se rapprocher de leurs enfants et les amener à coopérer avec eux.

### **► Une démarche à personnaliser**

L'éducation ludique n'est pas une méthode rigide qui a besoin d'être suivie à la lettre 24 heures sur 24 pour être efficace. Au contraire ! Elle encourage chaque famille à trouver ce qui lui correspond le mieux et propose de surmonter les défis quotidiens en construisant des réponses sur-mesure, variées, positives et ludiques.

### **▼ Une démarche positive**

L'éducation ludique est à l'opposé des méthodes culpabilisantes. Son but n'est pas de nous mettre encore plus de pression sur le dos ! Certains jours sont plus propices que d'autres à agir avec humour et dérision, c'est normal. Lorsque les ennuis et le stress ne laissent pas suffisamment d'énergie pour agir de façon ludique, le plus important est de rester bienveillant vis-à-vis de nous-mêmes.

### **► Une démarche documentée**

L'éducation ludique s'est construite en s'inspirant de nombreuses approches respectueuses du développement de l'enfant. Elle s'est également nourrie des avancées en psychologie, ainsi que des théories sur le jeu d'attachement, le parentage ludique et la thérapie par le jeu.



Compréhension Parents  
PRINCIPES  
Communication Imagination  
ÉDUCATION FAMILLE  
COOPÉRATION  
Flexibilité RÉFLEXION  
JEU AMUSEMENT Relations  
Humour Solutions  
Cadre  
DÉFIS PLAISIR ENFANTS  
APPROCHE POSITIVITÉ  
LUDIQUE PARENTALITÉ  
ATTACHEMENT  
Amusement légèreté  
BIENVEILLANCE RESPECT  
Amour



## Devenir un parent joueur... Pourquoi est-ce si compliqué ?

▶ Qui d'entre nous n'a jamais regardé des enfants sauter dans un château gonflable en s'imaginant à leur place ? Qui n'a pas rêvé de sauter dans les flaques et de chanter à tue-tête dans la rue ? Avouons-le, une fois devenus adultes, les occasions de donner libre cours à notre spontanéité sont rares. Devenir un parent joueur n'est donc pas une tâche aussi simple qu'il y paraît. La faute à toute une série de blocages. La seule solution pour s'en débarrasser : comprendre ce qui nous empêche de nous amuser aussi librement que nos enfants.

### Quels sont les blocages les plus fréquents ?

✗ **Blocage 1** • N'ayant pas joué avec nos propres parents, nous ne savons pas comment le faire avec nos enfants.

✗ **Blocage 2** • Depuis notre entrée dans l'âge adulte, nous avons adopté une vision tellement sérieuse de la vie que l'enfance et ses jeux ont été relégués à des années-lumière de nos préoccupations.

✗ **Blocage 3** • Nous sommes pressés et nous n'avons plus de temps (ni d'énergie !) pour le jeu.

✗ **Blocage 4** • Nous sommes conditionnés par des croyances selon lesquelles certaines personnes seraient davantage prédisposées à jouer que d'autres. Mais la capacité à jouer n'a ni genre, ni âge, ni classe sociale. On peut tous se laisser gagner par le jeu... et on gagnerait tous à le faire !

✗ **Blocage 5** • La crainte du jugement extérieur nous empêche de lâcher prise et de jouer comme nous le souhaiterions.

✗ **Blocage 6** • Nous nous sentons mal à l'aise lorsque nous observons nos enfants s'amuser juste pour le plaisir, sans chercher à être productifs ou performants.



## 5 raisons

### d'essayer l'éducation ludique

Surmonter vos résistances pour devenir jour après jour un parent plus ludique demandera un peu de temps. Mais vous verrez, cela en vaut la peine !

#### 1 Vous êtes le mieux placé pour jouer avec votre enfant

L'éducation ludique n'est efficace que si ses principes sont appliqués de façon personnalisée. Or, qui d'autre que vous serait capable de décrire avec autant de précision ce que votre enfant apprécie, ce qui le fait rire, ce qui réussit à désamorcer sa colère ou à calmer sa peine ? Vous !

#### 2 Vous pouvez changer les choses

En plaçant le jeu au cœur de vos actions, vous décoincez des situations problématiques que les méthodes habituelles renforçaient jusqu'ici. Vous agissez sur les difficultés quotidiennes, ce qui rend votre vie familiale plus agréable.

#### 3 Vous vous simplifiez la vie

En jouant avec votre enfant et en lui proposant des jeux qu'il apprécie, vous lui montrez que vous vous souciez de lui et que vous aimez passer du temps avec lui. Il se sent reconnu, ce qui l'aide en retour à se rapprocher de vous et à se montrer plus coopératif.

#### 4 Vous vous sentez remotivé

Les jeux ne vous permettent pas seulement de passer un bon moment avec votre enfant. Pour peu que vous réussissiez à vous amuser, ils vous aident aussi à vous déconnecter de vos tracas !

#### 5 Vous vous montrez sous un autre jour

Lorsque vous faites le clown avec votre enfant, vous acceptez de quitter votre carapace d'adulte sérieux pour lui révéler une partie de vous qu'il a moins l'habitude de voir. Le jeu vous aide à vous dévoiler et à mieux vous comprendre mutuellement en tissant des liens fondés sur le plaisir.



## 12 conseils

### pour rendre l'éducation plus ludique

#### 1 ▶ Faites du jeu votre principale option éducative

Accordez une place centrale au jeu. Trop souvent, nous le cantonnons à des moments précis : la partie de cartes organisée pendant l'apéro, le Monopoly® du dimanche soir, etc. Ces temps de jeu sont précieux, mais ne devraient pas être les seules possibilités de vous amuser en famille. Saisissez les opportunités du quotidien pour inclure toujours plus d'occasions ludiques.

#### 2 ▶ Analysez chaque situation avec des lunettes ludiques

Quand un enfant agit de manière problématique, nous nous concentrons sur ce qui nous irrite sans chercher à en connaître les causes. Nous ne résolvons pas ainsi le problème initial et n'arrêtons donc que temporairement le comportement perturbateur. Dans ce genre de situation, l'éducation ludique préconise de chercher ce qui se cache derrière le comportement difficile. Ce n'est qu'en comprenant pourquoi il est apparu que vous pourrez identifier quelles solutions ludiques peuvent être mises en place pour y remédier.

#### 3 ▶ Évitez les punitions liées au jeu

Fâchés par un comportement qui leur déplaît, de nombreux adultes réagissent en privant l'enfant de jeu. Et pourtant... Interdire à un bambin de jouer avec ses jouets lui permettra-t-il de mieux coopérer par la suite ? C'est peu probable ! En réalité, c'est lorsqu'un enfant ne va pas bien, qu'il recherche la confrontation, qu'il s'énerve ou que ses mots dépassent ses pensées qu'il a le plus besoin de se réfugier dans le jeu pour y puiser les ressources nécessaires pour aller mieux ensuite.

#### 4 N'oubliez pas l'importance du cadre

Jouer ne signifie pas renoncer à toute discipline. Il n'est pas question de laisser votre enfant agir comme bon lui semble, ni de lui offrir un jeu en récompense alors que son comportement était problématique. Les principes de l'éducation ludique ne portent leurs fruits que s'ils sont accompagnés d'un cadre défini. Pour que votre enfant respecte plus facilement les règles importantes pour votre famille, présentez-les-lui avec une touche d'amusement, d'humour ou de défi.

#### 5 Optez pour l'humour

L'humour aide à apaiser les situations tendues, à désamorcer celles qui sont en train de se crispier, et à faire passer plus facilement les demandes. Pour cela, il faut être capable d'abandonner son sérieux lorsque l'occasion l'exige. Une blague racontée au bon moment, une imitation ou des bêtises réalisées à vos dépens sont autant d'options permettant de détendre l'atmosphère.

#### 6 Exagérez

Exagérez pour transformer une situation tendue en situation cocasse. Si votre cadet ne veut pas continuer à marcher, dites-lui que vous le comprenez ! Râlez, plaignez-vous de vos pieds qui se sont transformés en ampoules géantes et assurez-le que vous resterez assis sans bouger jusqu'à ce qu'un hélicoptère vienne vous chercher. Si vos arguments sont suffisamment absurdes, votre enfant s'en amusera, ce qui fera retomber la pression le temps qu'il accepte de faire un dernier effort.

### 7 ▶ Ciblez ce qui amuse votre enfant

Observez votre enfant lorsqu'il se met à jouer librement afin d'identifier ce qui l'amuse le plus et inspirez-vous de ses préférences pour transformer en jeu des moments qui sont tout sauf ludiques (les courses, les repas, etc.).

### 8 ▶ N'oubliez pas votre propre amusement

Essayez vous aussi de vous amuser ! Pour cela, adoptez une attitude positive en réfléchissant à ce qui pourrait vous plaire à tous les deux. Parmi les jeux que votre enfant préfère, identifiez ceux qui vous semblent les plus sympathiques. Repensez aussi à ce que vous aimiez faire lorsque vous étiez plus jeune !

### 9 ▶ Jouez réellement le jeu

L'éducation ludique, ce n'est pas jouer en permanence avec votre enfant. Mais dès que vous le faites, investissez-vous complètement. Finies les parties de football où vous courriez mollement derrière la balle ! Profitez du jeu avec votre enfant pour tenter de le rejoindre dans son monde. Si vous prenez la peine de faire réellement semblant de croire ce qu'il vous raconte, vous vous apercevrez que vos échanges seront beaucoup plus riches.



## 10 Visez d'abord le plaisir !

En tant qu'adultes, nous sommes habitués à devoir être productifs et nous voulons que nos enfants le soient aussi. Certaines familles poussent le culte de la réussite jusqu'au cœur des activités de loisir. L'éducation ludique ne partage pas cette vision ! Bien entendu, le jeu répond à un objectif, mais celui-ci est lié au bien-être et non à la productivité. Par conséquent, lorsque vous jouez avec votre enfant, oubliez votre envie d'améliorer ce qu'il fait et concentrez-vous sur le moment partagé. Ce n'est pas grave s'il positionne les couverts de la dinette à l'envers ou s'il habille sa poupée avec des vêtements mal coordonnés !

## 11 Soyez flexible

Les jeux que vous organisez ne porteront leurs fruits qu'à condition que votre enfant s'y investisse et y trouve du plaisir. Pour cela, adaptez les règles ou créez-en de nouvelles. Ne vous obstinez pas si votre enfant essaye de les modifier. Demandez-vous plutôt pourquoi il agit ainsi : a-t-il mal compris ? commence-t-il à s'ennuyer ? a-t-il peur de perdre ? Soyez flexible sur les activités que vous aviez prévues. Vous aurez beau poursuivre un objectif précis à l'aide d'un jeu, si votre loulou a décidé de ne pas y participer, lui proposer une autre option sera plus efficace que de le forcer à jouer.

## 12 Ne vous découragez pas

Certains jours, vous vous sentirez confiant, prêt à relever tous les défis. D'autres fois, vous remettrez tout en question et, rongé par le doute, vous vous sentirez découragé. Rappelez-vous que l'éducation ludique n'est pas faite pour être appliquée parfaitement ou en continu. Les difficultés que vous rencontrerez vous aideront à progresser, à condition d'être tolérant envers vous-même. Soyez clément et patient... et n'oubliez pas de chercher à vous amuser vous aussi !

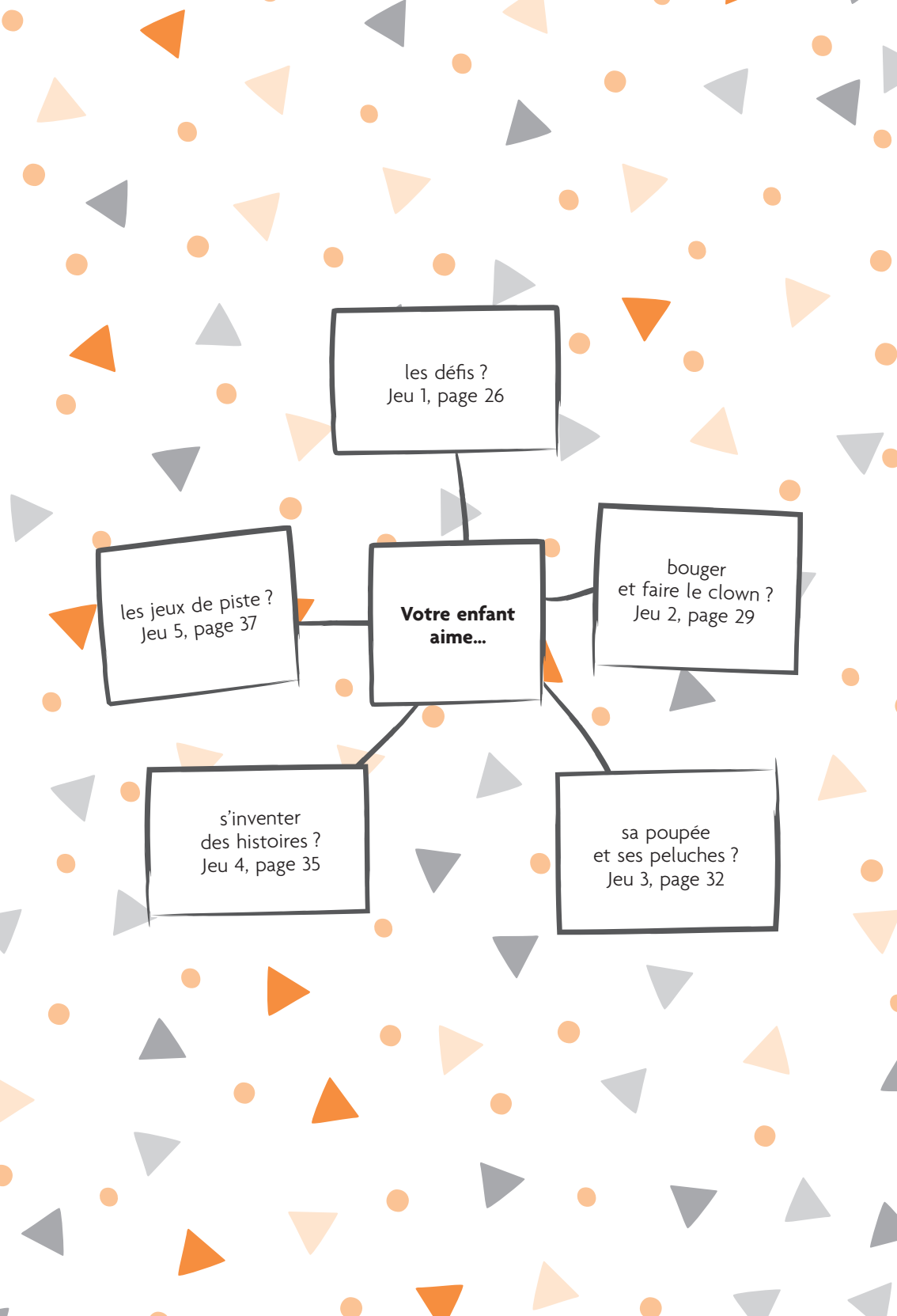




## *Chapitre II*

# *Ajouter des éclats de rire au quotidien*

Le premier chapitre vous aura permis de comprendre l'importance d'une éducation basée sur le jeu. Ce deuxième chapitre vous aidera à ajouter la touche de ludisme qui manquait à vos journées! De l'habillage à la mise au lit des enfants, en passant par les repas, les trajets en voiture, ou les courses au grand magasin, vous découvrirez une multitude de jeux amusants qui vous aideront à désamorcer les tensions et les frustrations. Utilisez-les comme tels, adaptez-les ou inspirez-vous-en pour en inventer des nouveaux qui correspondront mieux à vos besoins. Tout est possible du moment que votre cheminement vers l'éducation ludique reste un plaisir pour vous aussi!



les défis ?  
Jeu 1, page 26

les jeux de piste ?  
Jeu 5, page 37

**Votre enfant  
aime...**

bouger  
et faire le clown ?  
Jeu 2, page 29

s'inventer  
des histoires ?  
Jeu 4, page 35

sa poupée  
et ses peluches ?  
Jeu 3, page 32



S'habiller...  
mais pourquoi est-ce si compliqué ?

L'horloge affiche 7 h 20, il est bientôt l'heure de partir pour la crèche. Il est donc grand temps de préparer votre cadet âgé de 2 ans. Ses vêtements dans vos mains, vous vous approchez de lui, mais à peine son pyjama enlevé, votre gentil blondinet (qui ressemblait encore à un ange trois secondes plus tôt) commence à se tortiller dans tous les sens tel un asticot. La situation n'est pas meilleure du côté de sa grande sœur qui, une demi-heure plus tard, n'a toujours pas terminé de s'habiller...



## Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?

▶ Les jeunes enfants éprouvent le besoin de bouger librement. Tout ce qui restreint leurs mouvements est perçu comme désagréable. Voilà pourquoi ils refusent de coopérer lorsqu'ils sont contraints de rester immobiles, par exemple pour enfiler une blouse, glisser leur tête à travers un col étroit, ou ressortir leurs mains par l'extrémité des manches d'un pull.

▲ Rares sont les personnes qui aiment quitter leur pyjama douillet pour enfiler des habits moins confortables et plus froids. Les jeunes enfants vivent d'autant plus mal ces différences de température qu'ils ne possèdent pas encore le vocabulaire leur permettant d'exprimer ce qu'ils ressentent. C'est donc en s'agitant et en pleurant qu'ils manifestent leur inconfort.



▼ En tant qu'adultes, nous avons tendance à oublier à quel point s'habiller est une activité complexe. Avant d'y arriver, les enfants doivent apprendre une multitude de gestes différents. Leurs premières tentatives s'accompagnent souvent d'une grande maladresse et de nombreuses chutes. Face aux vêtements récalcitrants et à la nécessité de s'y reprendre à plusieurs fois, certains décident de ne plus faire d'efforts. Après tout, c'était bien plus facile quand papa ou maman enfilaient les vêtements à leur place !





▼ Votre enfant traîne des pieds ou fait mine de ne pas vous entendre dès que vous lui demandez d'aller se changer ? C'est probablement parce que cette activité l'intéresse beaucoup moins que celle qu'il était en train de faire. Et on le comprend... **Qui s'amuse réellement au moment de s'habiller ?**

▲ En grandissant, les enfants développent une personnalité qui leur est propre. **Ils s'affirment en décidant de choisir les vêtements qu'ils mettront et ceux qu'ils ne mettront pas.** Malheur à qui refuserait de les laisser porter deux jours de suite leur culotte favorite ou leur short plein de taches. D'intenses batailles se profileraient à l'horizon...

▶ Enfin, dans nos vies où tout doit aller vite, nos enfants sont soumis dès leur réveil à la pression de l'heure qui tourne. La période de l'habillement n'échappe pas à la règle et s'accompagne souvent de remarques destinées à accélérer la cadence. Malheureusement, **en les pressant à tout bout de champ, nous provoquons une libération d'hormones de stress dans leur cerveau,** ce qui les conduit à réagir de façon contreproductive, par la colère ou le manque de collaboration.

### Remarque !

Il est possible que votre enfant refuse de s'habiller parce qu'il ne sait pas comment s'y prendre, qu'il se trouve encore au début de cet apprentissage, ou qu'il souffre d'un handicap l'empêchant de maîtriser ses gestes. Dans ce cas, en plus des jeux décrits ci-après, privilégiez ceux qui l'habitueront à réaliser les principaux gestes nécessaires à l'habillement. Par exemple, encouragez-le à jouer aux poupées pour qu'il s'entraîne à changer leurs tenues, ou proposez-lui de jouer ensemble des saynètes lors desquelles vous devrez vous déguiser. De cette façon, il apprendra à manipuler des vêtements variés, munis de fermetures différentes. Plus il jouera à ce type de jeux, plus ses compétences s'amélioreront.



# Jeu I

## Devinettes vestimentaires



5 à 10  
minutes

But du jeu : trouver la tenue  
du jour sans faire exploser  
le compteur de questions !



### Avant de jouer

Pour réussir ce jeu, votre enfant ne pourra vous poser qu'un certain nombre de questions. Aidez-le à savoir combien il lui en reste en fabriquant un compteur de questions :

✗ tracez une droite sur une feuille de papier et placez-y différentes graduations (de zéro jusqu'au nombre maximal de questions autorisées) ;

✗ prenez une pince à linge et placez-la sur le zéro de votre compteur. Voilà, votre curseur est prêt ! Maintenant, à vous de jouer !

### Astuce !

Si vous avez un peu de temps, décorez ce compteur pour le rendre plus sympathique. Personnalisez-le en fonction de l'âge et des intérêts de votre enfant : la droite graduée devient alors un volcan dont le niveau de lave monte dangereusement, un thermomètre prêt à exploser, un immeuble escaladé par un superhéros collé sur la pince à linge, etc.

### **Vous manquez de temps ?**

- ⊗ Pour aider votre enfant à visualiser le nombre de questions qu'il lui reste, utilisez des jetons en guise de monnaie d'échange (un jeton = une question !) ou représentez les questions par des traits que vous barrerez à mesure qu'elles sont posées.
- ⊗ Si votre enfant aime bien bouger, fixez une limite spatiale. Chaque question le fait avancer d'un pas. S'il atteint la limite avant d'avoir trouvé le bon vêtement, il a perdu.
- ⊗ Autre possibilité : définissez avec un chronomètre ou un sablier (qui ont l'avantage d'être plus visuels) la durée au cours de laquelle votre enfant pourra vous poser toutes les questions nécessaires à l'identification de ses vêtements.

### **Votre enfant est un lecteur assidu ?**

- ⊗ Sur des petites fiches, écrivez une courte description de chaque vêtement à retrouver. Utilisez des charades, des rébus, ou des explications énigmatiques qui feront travailler sa logique.



### **Comment on joue ?**

Préparez mentalement la tenue du jour en gardant bien en tête les différents détails qui la composent afin de pouvoir répondre par oui ou non aux questions.

C'est l'heure de s'habiller ! Expliquez les règles du jeu à votre enfant : il doit deviner quels vêtements enfiler avant d'arriver au bout du nombre de questions autorisées. Chaque question le fait avancer d'un cran sur son compteur. Attention de ne pas atteindre le sommet ! Dès qu'un habit est identifié, il peut l'enfiler et remettre le compteur à zéro !

## Remarque !

Pour s'investir pleinement, un enfant a besoin de savoir à l'avance ce qui est prévu s'il gagne ou perd la partie. Le simple fait d'être déclaré vainqueur ou perdant peut suffire : l'essentiel c'est de lui expliquer clairement les issues potentielles.

OK!

### Pourquoi ça fonctionne ?

Ce jeu est efficace car **il est simple à organiser** et que votre enfant en comprend facilement les règles.

Tout au long de la partie, vous restez auprès de lui pendant qu'il devine les vêtements et s'habille. **Votre présence le rassure** : il sait qu'il peut vous demander un coup de main s'il n'arrive pas à mettre ses habits.

En se concentrant sur la résolution des devinettes, **il place son énergie dans le jeu et n'en a donc plus pour râler et s'opposer** à l'idée d'enfiler ses vêtements. Le moment de l'habillage n'est plus une bataille permanente, mais se transforme en véritable moment de complicité.



### En panne d'idées ?

Plus l'enfant avec lequel vous jouez est jeune, plus il faudra l'aider à identifier les bons vêtements. Si la tâche est trop compliquée, il ne la trouvera pas amusante et risquera de s'en détourner. Pour remédier à cela, le mieux est d'ajuster le niveau du jeu :

✗ Sortez un nombre limité de vêtements de la penderie (ceux de la tenue voulue et quelques autres qui joueront le rôle de perturbateurs). En ayant les vêtements sous les yeux, votre enfant posera plus facilement des questions.

✗ Lorsqu'il sera plus en confiance, laissez-le trouver les bons habits parmi l'ensemble de sa garde-robe. Mettez-le alors au défi de poser de moins en moins de questions. S'il réussit, faites-lui un câlin, improvisez ensemble une petite danse de la victoire, donnez-lui une médaille en papier, etc.

## Jeu 2

### Le choix des dés



20  
minutes

But du jeu : enfiler ses vêtements de façon amusante.



#### Avant de jouer

Fabriquez un dé en papier. Les faces doivent être assez grandes pour que chacune puisse contenir un texte indiquant la façon dont votre enfant devra enfiler ses vêtements. S'il ne sait pas encore lire, vous pouvez représenter ces consignes par un dessin.

Vous ne vous sentez pas l'âme d'un artiste ? Remplacez les dessins par des images que vous imprimerez et collerez à leur place.

#### Quelques idées de consignes à inscrire sur le dé

- ⊗ Les yeux fermés
- ⊗ Au ralenti
- ⊗ Le plus vite possible
- ⊗ En chantant
- ⊗ En tournant sur soi-même
- ⊗ En retenant son souffle
- ⊗ En équilibre sur un pied
- ⊗ D'une seule main...

Les possibilités sont infinies, n'hésitez donc pas à laisser libre cours à votre imagination !

#### Astuce !

Votre enfant vit les jeux intensément ? Le dé ne survivra probablement pas longtemps... Pour éviter d'en fabriquer un toutes les semaines, renforcez-le en le plastifiant.



## Comment on joue ?

Disposez la tenue du jour devant votre enfant. Réfléchissez ensuite ensemble : quel vêtement devra-t-il mettre en premier ? Laissez-le lancer le dé pour savoir comment enfiler le vêtement choisi. Recommencez ces étapes jusqu'à ce qu'il soit habillé de la tête aux pieds !



## Pourquoi ça fonctionne ?

Si ce jeu fonctionne si bien c'est parce qu'il **est simplissime** ! Pas besoin de longues explications avant de jouer et s'habiller : il suffit d'avoir un dé en main et c'est parti !

Ce dé personnalisé rompt la monotonie des séances d'habillage en **amenant une part de surprise dans une activité qui n'en comportait pas**. Votre enfant ne sait jamais à l'avance s'il va devoir rentrer dans son pantalon en retenant son souffle ou fermer les boutons de son chandail tout en gardant son équilibre sur un pied. Et ça l'amuse tellement qu'il ne pense plus à rouspéter !

### Remarque !

**Le suspense pimente l'habillage, mais ne fait pas tout... les consignes inscrites sur le dé sont en grande partie responsables de l'amusement de votre enfant. Il s'agit donc de bien les choisir !**



## En panne d'idées ?

✗ Ce jeu convient aussi bien pour l'habillage que pour le déshabillage. N'hésitez pas à l'utiliser dès que votre enfant se change, le matin comme le soir !

✗ Faites d'une pierre deux coups en proposant à votre enfant de préparer avec vous cette activité : confiez-lui la réalisation des dessins ou laissez-le inventer les consignes. Son aide vous permettra de gagner du temps, le valorisera et lui donnera d'autant plus envie de participer qu'il aura fabriqué le matériel de jeu.

## Quelques variantes pour aller plus loin

- ⊗ Vous avez plein d'idées de consignes rigolotes ? Fabriquez plusieurs dés ! Plus les défis à relever seront variés, moins votre loustic risquera de s'embêter.
- ⊗ Une envie de changement ? Troquez les dés pour une roulette ou une cocotte en papier :
  - ▶ Pour construire **la roulette**, découpez un cercle en carton et divisez-le en plusieurs parties. Dans chacune de celles-ci, écrivez une consigne relative à l'habillement. Découpez une aiguille et fixez-la au centre du cercle à l'aide d'une attache parisienne. Pour savoir comment s'habiller, votre bambin n'a plus qu'à faire tourner l'aiguille.
  - ▶ **La cocotte**, c'est cet origami auquel vous jouiez probablement lorsque vous étiez encore à l'école pour faire découvrir à vos copains les blagues, dessins ou gages cachés sous les languettes décorées. Pour ce jeu : une languette = une consigne pour s'habiller !







# Table des matières

<b>L'autrice</b> .....	p. 7
<b>Chapitre I. Et si on jouait au lieu de s'énerver ?</b> .....	p. 9
● Jouer au quotidien, c'est essentiel !.....	p. 10
Devenir un parent joueur... Pourquoi est-ce si compliqué ?.....	p. 12
▲ 5 raisons d'essayer l'éducation ludique.....	p. 13
12 conseils pour rendre l'éducation plus ludique .....	p. 15
<b>Chapitre II. Ajouter des éclats de rire au quotidien</b> .....	p. 21
<b>S'habiller... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b> .....	p. 23
● Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?.....	p. 24
● <b>Jeu 1</b> Devinettes vestimentaires .....	p. 26
● <b>Jeu 2</b> Le choix des dés .....	p. 29
● <b>Jeu 3</b> Ma poupée et moi.....	p. 32
● <b>Jeu 4</b> Le rendez-vous secret.....	p. 35
● <b>Jeu 5</b> La chasse aux vêtements.....	p. 37
<b>Se laver... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b> .....	p. 41
Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?.....	p. 42
● <b>Jeu 1</b> Le bain royal.....	p. 44

Jeu 2	Ma poupée et moi (II)	p. 47
Jeu 3	Le bain du petit scientifique	p. 50
Jeu 4	La peinture aquatique	p. 52
Jeu 5	Le bain des animaux	p. 55
	20 idées de jeux à faire dans le bain ou la douche	p. 57
<b>Se brosser les dents... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b>		p. 59
	Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?	p. 60
Jeu 1	Histoires à gogo	p. 62
Jeu 2	Cap ou pas cap ?	p. 65
Jeu 3	À la rescousse de papa / maman	p. 68
Jeu 4	Nounours a mal aux dents	p. 70
Jeu 5	Docteur Dentalio	p. 72
<b>Les repas... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b>		p. 75
	Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?	p. 76
Jeu 1	Conversations ludiques	p. 78
Jeu 2	Un repas de stars	p. 81
Jeu 3	Bienvenue au restaurant !	p. 84
Jeu 4	Aventures gastronomiques	p. 86
Jeu 5	Défis ludiques pour bien manger	p. 89
<b>Jouer à la maison... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b>		p. 93
	Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?	p. 94
Jeu 1	Jouer avec des objets de tous les jours	p. 96
Jeu 2	Jouer avec des images	p. 99
Jeu 3	Jouer avec des cartons	p. 102
Jeu 4	La boîte anti-ennui	p. 105
Jeu 5	Des mises en scène magiques	p. 107

**Jouer dehors... mais pourquoi est-ce si compliqué ?** ..... p. 111

Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ? ..... p. 112

**Jeu 1** Sur la piste du trésor ..... p. 114

**Jeu 2** Mandalas éphémères ..... p. 117

**Jeu 3** Jouer avec des craies ..... p. 120

**Jeu 4** Place à la *Mud Kitchen* ..... p. 122

**Jeu 5** Des jeux pour se dépenser ..... p. 126

**En voiture... mais pourquoi est-ce si compliqué ?** ..... p. 129

Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ? ..... p. 130

**Jeu 1** Jeux musicaux ..... p. 132

**Jeu 2** Le Bingo des voitures ..... p. 135

**Jeu 3** Jeux de langage ..... p. 138

**Jeu 4** Carnet de route ..... p. 140

**Jeu 5** Choisir des jeux pour le voyage ..... p. 143

**Les courses... mais pourquoi est-ce si compliqué ?** ..... p. 147

Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ? ..... p. 148

**Jeu 1** La course aux courses ! ..... p. 150

**Jeu 2** Le jeu de l'alphabet ..... p. 153

**Jeu 3** Attention à Méduse ! ..... p. 156

**Jeu 4** Les défis du supermarché ..... p. 159

**Jeu 5** Petits jeux pour s'amuser au magasin ..... p. 162

**Aller au restaurant... mais pourquoi est-ce si compliqué ?** ..... p. 165

Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ? ..... p. 166

**Jeu 1** Le dessin sous toutes ses formes ..... p. 168

**Jeu 2** Le pouvoir des histoires ..... p. 171

**Jeu 3** Devine le mot mystère ..... p. 174

Jeu 4	Fabriquer des <i>Busy Bags</i> .....	p. 176
Jeu 5	Petits jeux top chrono !.....	p. 179
<b>Participer aux tâches ménagères... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b> .....		p. 183
	Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?.....	p. 184
Jeu 1	Le jour du grand spectacle.....	p. 186
Jeu 2	Des trésors bien cachés.....	p. 188
Jeu 3	Capitaine, vous avez une mission !.....	p. 190
Jeu 4	La compétition de rangement.....	p. 193
Jeu 5	Rendre le ménage ludique.....	p. 195
<b>Arrêter de jouer... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b> .....		p. 199
	Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?.....	p. 200
Jeu 1	Oyez, oyez, braves gens.....	p. 202
Jeu 2	Les bouteilles magiques.....	p. 205
Jeu 3	Jouer avec son souffle.....	p. 208
Jeu 4	Aménager un espace <i>cocoon</i> .....	p. 210
Jeu 5	Jeux de retour au calme.....	p. 213
<b>Aller dormir... mais pourquoi est-ce si compliqué ?</b> .....		p. 217
	Mais qu'est-ce qui les pousse à agir de la sorte ?.....	p. 218
Jeu 1	Au théâtre des ombres chinoises.....	p. 220
Jeu 2	Mes émotions du jour.....	p. 223
Jeu 3	Objectif zéro drame !.....	p. 226
Jeu 4	Drôle de garde rapprochée.....	p. 229
Jeu 5	Lectures ludiques.....	p. 232

## *Jouons Malin : le site internet*

À tout âge, les jeux et jouets réalisent des merveilles à condition qu'ils soient bien choisis ! Pour **aider les parents** à sélectionner les plus adéquats, une équipe de passionnés s'est lancé un défi : créer un site internet qui recense des centaines d'analyses de jeux, de jouets et de livres ayant tous été minutieusement testés. L'information serait évidemment **indépendante** et **gratuitement** accessible.

En collaboration avec des experts belges, français et canadiens, mais aussi des familles testeuses et des collectivités, les premières analyses ont été lancées en 2015. **jouonsmalin.com** était officiellement né ! Depuis lors, ce sont plus de 60 000 personnes qui suivent chaque jour les informations objectives publiées sur **jouonsmalin.com** et ses réseaux sociaux. Et grâce au **label de qualité** sorti en 2019, de plus en plus de familles ont la possibilité d'opter en toute connaissance de cause pour des jeux, des jouets et des livres de qualité.

Rendez-vous sur **[www.jouonsmalin.com](http://www.jouonsmalin.com)**, ou sur nos pages Facebook, Instagram et Pinterest (@jouonsmalin) !

Votre petit a décidé de transformer les courses au supermarché en enfer ? Faites-lui croire qu'il s'agit d'une chasse au trésor !

Il râle quand il faut se laver les dents ? Organisez un concours de brossage à cloche-pied !

Le jeu est l'ingrédient miracle d'une éducation positive ! En plus de contribuer à **renforcer le lien parent-enfant**, le jeu permet de **dénouer les situations les plus crispantes**.

Ce livre vous propose 250 petits jeux simples à partager avec les enfants de **3 à 7 ans**. Calmants ou stimulants, brefs ou un peu plus longs, ils vous aident à **améliorer les relations familiales, éduquer vos enfants sans stress ni colère**, et **favoriser l'épanouissement et le bien-être** de tout le monde.



Orthophoniste, psychopédagogue, autrice, conférencière, formatrice, et maman... Delphine de Hemptinne s'ennuie rarement ! Passionnée par le monde de l'apprentissage et de l'éducation, le jeu a toujours été au cœur de sa pratique professionnelle. En 2015, elle fonde avec son partenaire le site [jouonsmalin.com](http://jouonsmalin.com), destiné à promouvoir les jeux et jouets de qualité. Leur concept rassemble aujourd'hui plus de 60 000 fans.

16,90 €

ISBN : 978-2-8073-2221-9



9 782807 322219