

MY
LITTLE
DAY

7

LES JEUX
DE MES
SEPT ANS

CE LIURET
APPARTIENT
À



L'ES
AUTOGRAPHES
DE MES COPAINS

À sept ans, on est super grand. Alors on organise un vrai goûter de trois heures. On choisit des jeux très compliqués avec des règles tout aussi compliquées. On chante, on danse, on rit.

Que ce soit une fête de fille ou de garçon, les jeux sont les mêmes : on se contente d'ajuster les références (princesse ou pirate). On change de jeu dès qu'on sent une pointe d'agacement. On alterne jeu calme et jeu mouvementé. Et, on ne laisse jamais les enfants livrés à eux-mêmes !

Pour plus de confort, on range tous les jouets qui pourraient être empruntés par les petits invités au grand désespoir du roi de la fête. C'est presque l'heure, notre petit ange s'est métamorphosé en chevalier ou en fée et histoire de donner le change, on s'est coiffé d'un diadème ou d'un haut-de-forme.

On sonne, c'est eux ! Pour accueillir les invités, un peu de Khôl : une moustache pour les garçons et des faux cils pour les filles. En attendant l'arrivée de tous les copains, on fait une ronde, on s'assoit et on se présente. C'est vous qui commencez : « moi, je suis la maman d'Hugo, je ne suis pas une maîtresse... ». Chacun donne son prénom, son âge, le

nom de sa maîtresse, son jeu préféré, sa couleur préférée, son dessin animé préféré... Et sur le ton de la confiance, le super parent que vous êtes peut dire ce que seront les jeux et ce qu'est la règle de l'après-midi : on joue tous ensemble !

Pour réussir ce pari, c'est vous qui animez, décidez des changements et expliquez les jeux. Évidemment, si vous êtes deux, c'est mieux. C'est dit, tout le monde est là, c'est parti !

Ce qu'il faut :

- une bande son (avec une quinzaine de chansons) qui plaira à votre petit bout et à vous, car c'est vous qui allez motiver tout ce petit monde
- un manche à balai
- un foulard
- un petit cadeau emballé de 4 couches de papier
- deux ballons
- deux fruits ronds (orange ou pamplemousse)
- une cuillère par enfant (celles du goûter)
- deux bonbons
- deux livres
- plusieurs feuilles et deux crayons
- les indices de la chasse au trésor et le Trésor
- et votre bonne humeur !

QUAND LES MAINS S'EMPILENT

– Faisons une toute petite ronde et asseyons-nous en nous serrant les uns aux autres. Savez-vous ce qu'il se passe quand les mains s'empilent ?

– Nonnnn !

– Une belle pagaille. Le but est d'empiler les mains les unes sur les autres le plus vite possible. Je vais poser ma main droite par terre. Mon voisin de droite va poser sa main droite sur la mienne, son voisin va poser sa main droite sur la sienne... Quand toutes les mains droites seront posées, je recommence avec ma main gauche et ainsi de suite. Lorsque toutes les mains seront empilées, je retirerai ma main droite à la base du tas et je la poserai au-dessus. Mon voisin fera la même chose, ainsi de suite. Et tout cela le plus vite possible ! Vous êtes prêts ?

– Ouiiii !

– Alors, c'est parti.

★ **Les nouveaux arrivants peuvent facilement s'intégrer au jeu. C'est une des raisons pour lesquelles il est très pratique de commencer la fête par ce jeu. Lorsque la pile s'effondre, il n'y a plus qu'à recommencer !**

UNE PETITE SÉANCE D'AÉROBIC

– J'aimerais vérifier que vous êtes vraiment en forme. Je vais mettre un peu de musique et je vais vous demander de faire les mêmes mouvements que moi. Vous êtes prêts ?

– Ouiiii.

– C'est un peu mou. Est-ce que vous êtes prêts ?

– Ouiiiiiiiiii.

– Alors, appelons la musique : « la musique, la musique, la musique ».

★ **Tout en sautant, faites des mouvements assez simples et assez rapides comme lors d'une séance d'aérobic : dire au revoir, conduire une voiture, faire des rouleaux avec les bras, se taper sur les jambes, sur les épaules, sur la tête, sur les fesses, sur le ventre, sur le sol avec les mains, avec les pieds, taper dans les mains, claquer les doigts, sauter, tourner sur vous-même, faire l'avion, lever les bras, lever une jambe puis l'autre, avancer, reculer... Et éteignez la musique.**

– Maintenant, vous pouvez vous allonger par terre. Et faire la sieste ! (Laissez-les souffler une minute, profitez-en pour reprendre votre souffle !)



HISTOIRE MÉMORABLE

– Faisons une ronde et asseyons-nous en tailleur. Nous allons raconter une histoire. Un d'entre vous va dire deux ou trois mots, son voisin de gauche doit les répéter puis en ajouter deux ou trois autres. Le suivant va répéter ce qui a été dit précédemment et ajouter à son tour deux ou trois mots de sorte à constituer une histoire. Je vous donne un exemple. Hugo dit « je vais », Louison dit « je vais au parc », Jules dit « je vais au parc pour faire », Margaux dit « je vais au parc pour faire un château »... Est-ce que vous avez compris ?

- Ouiiii !
- Vous êtes prêts ? Je commence : « la maison », Hugo c'est à toi.
- « La maison est tordue »
- ...

★ **Continuez l'histoire tant que les enfants ne se trompent pas. Lorsqu'ils se trompent, recommencez une autre histoire. Faites alors commencer l'enfant placé après celui qui s'est trompé. Vous pouvez faire plusieurs tours.**

LE CADEAU MUSICAL

- On reste en ronde et on se lève !

Savez-vous ce qu'est quelqu'un d'étourdi ? Je pense avoir été un peu tête en l'air ce matin. J'ai emballé un petit cadeau, mais je n'ai aucun souvenir du nombre de couches de papier que j'ai utilisées. Vous voulez me donner votre avis. Attention, on ne l'ouvre pas !

- Il y a au moins 100 couches de papier !

– Je vous propose de vérifier. Nous allons nous lever et appeler la musique, je vais faire des mouvements que vous allez imiter tout en faisant passer le cadeau de main en main comme s'il s'agissait d'une « patate chaude ». Lorsque la musique s'éteint, celui qui a le cadeau dans la main pourra enlever une couche de papier. Vous êtes prêts ?

- Ouiiii !!
- Appelons la musique : « la musique, la musique, la musique » !



★ **Faites des mouvements simples comme taper dans les mains, sauter, dire au revoir, tourner sur vous-même, conduire une voiture, faire l'avion, faire des rouleaux avec les bras, lever une jambe puis l'autre, avancer, reculer... Et éteignez la musique. À chaque nouveau tour, changez de chanson. Au 3ème, tour, vous pouvez demander aux**

enfants de danser comme un enfant qui se sent très à l'aise. Pour le dernier tour, l'idéal est que la musique s'éteigne sur l'enfant qui fête son anniversaire !

LA CONSTITUTION DES ÉQUIPES

– Nous allons constituer deux équipes. Tout le monde contre le mur. Hugo, tu es mon 1er chef d'équipe. Viens à côté de moi. J'aimerais que tu choisisses le chef de l'autre équipe. Il ne sera donc pas dans ton équipe !

– Manon !

– Donc, Manon, tu es chef d'équipe. Hugo et Manon vont vous appeler les uns après les autres et vous vous mettez en file indienne derrière votre chef !

– Maintenant que les équipes sont constituées, j'aimerais que chaque équipe s'asseye d'un côté de la pièce en ligne en me faisant face. Vous allez maintenant chercher un nom d'équipe. Par exemple, l'équipe d'Hugo, vous pourriez vous appeler les « champions » ou les « vainqueurs » ? (Il faudra certainement aider les deux équipes.)

– Maintenant que vous avez un

nom, il vous faut un cri de guerre ! Vous pouvez mettre vos mains les unes sur les autres et hurler « 1,2,3, vive les champions ! » Le but est d'impressionner l'équipe adverse ! (Il faudra encore aider les deux équipes.)

– L'équipe d'Hugo, ça donne quoi ?

– « 1,2,3, vive les champions ! »

– L'équipe adverse dit : ououououou !!!

– On recommence, « 1,2,3, vive les champions !! »

– Bravo ! À l'autre équipe !



EN BON ORDRE !

– J'aimerais que vous formiez deux lignes face à face. Je vais disposer devant vous des feuilles de papier journal (ou serviette en papier ou feuille blanche). Je vais vous donner une indication d'ordre dans lequel vous devrez vous organiser. Par exemple : le plus âgé se met à l'extrémité droite, le deuxième plus âgé se met à côté du plus âgé et ainsi de suite jusqu'au plus jeune. Vous ne pourrez vous déplacer qu'en marchant sur les feuilles et vous ne pourrez vous parler qu'à voix basse. La première équipe en bon ordre gagne un point et la première équipe qui

gagne 3 points gagne la manche !
Vous êtes prêts ?

– Ouiiii.

– J’aimerais que vous vous installiez du plus âgé au plus jeune. Attention, ne vous déplacez que sur les feuilles et chuchotez pour vous donner les informations nécessaires. C’est parti...

★ **Quelques exemples d’indication : taille, initiale du prénom, du nom, nombre de frères et sœurs, nombre de lettres dans le prénom, longueur des cheveux, cheveux les plus foncés au plus clairs, nombre de dents manquantes...**

UNE SÉRIE DE JEUX D’ADRESSE

– Nous allons faire des jeux d’adresse. Mettez-vous en file indienne derrière votre chef d’équipe en face de moi. Je vais donner un ballon à chaque chef. Vous devez vous donner ce ballon en le passant entre vos jambes le plus vite possible. Le premier ballon qui fait un aller-retour gagne la partie. Bravo ! Maintenant, vous allez faire la même chose en vous donnant le ballon par-dessus vos têtes.



– Bravo ! Écartez bien les jambes. Le dernier de chaque file va passer sous les jambes de ses copains. Lorsqu’il est arrivé en début de file, le nouveau dernier doit passer sous les jambes à son tour et ainsi de suite jusqu’à ce que le chef d’équipe soit de nouveau le premier. Go !

– Bravo ! Asseyez-vous en équipe, les uns en face des autres. Je vais donner une orange à chaque chef d’équipe, il va la coincer dans son cou et la faire passer à son voisin, qui doit l’attraper avec son cou, sans la faire tomber ! On fait un aller-retour, le premier chef d’équipe qui récupère son orange gagne. (L’orange tombe constamment !)

– Ne bougez pas, je vais vous donner une cuillère chacun. Je vais mettre un bonbon dans la cuillère de vos chefs d’équipe.

Vous allez faire passer ce bonbon de cuillère en cuillère sans le faire tomber ! On fait un aller-retour, le premier chef d’équipe qui récupère son bonbon gagne.

PAUVRE PETIT CHAT MALADE

– Faisons une ronde et asseyons-nous en tailleur. Je vais désigner un joueur

qui sera « le pauvre petit chat malade ». Une fois désigné, il devra aller s'installer au centre de la ronde à 4 pattes.

– Oooohhhh.

– Il devra ensuite choisir un copain à qui il devra se frotter en miaulant et en faisant des grimaces. Le copain choisi par le chat devra caresser 3 fois le chat en lui disant à chaque fois « pauvre petit chat malade » sans rire ou sourire. Le but du chat est de faire rire son copain. Le copain choisi par le chat ne doit pas rire. S'il rit, il perd et devient chat à son tour. S'il tient bon et reste de marbre, le chat doit se trouver un nouveau copain. C'est compris ?

– Ouiiii.

– Ceux à qui ne sont pas destinés les miaulements ont eux le droit de rire !!!

– Qui souhaite être le 1er chat ?...

★ **Si personne ne souhaite commencer, vous pouvez désigner un enfant ou vous auto-désigner comme 1er chat.**

UN PETIT TRAIN AVANT LE GOÛTER

– Est-ce que vous savez faire un petit train ?

– Ouiiiiii !!

– Alors, mettez-vous les uns derrière les autres, attachez-vous

(posez les mains du deuxième sur les épaules du premier et ainsi de suite). Vous êtes bien attachés ?

Ne vous lâchez surtout pas !

– Je prends la tête de la locomotive (attachez les mains du premier sur votre taille). Je lance la musique,

vous êtes prêts ?



★ **C'est parti pour un petit tour où vous allez plus ou moins vite, vous pouvez faire l'escargot, faire des zigzags et vous diriger vers l'endroit du goûter. Ça ne dure pas plus de deux minutes, mais les enfants adorent. Installez-les à table ou par terre et baissez la musique. Un fond suffit ou rien du tout !**

★ **Si vous n'avez pas assez de chaises ou une table pas suffisamment grande, n'hésitez pas à dresser la table par terre comme pour un pique-nique.**

C'EST L'HEURE DU GOÛTER

– Installez-vous. Qui veut du jus de pomme, du lait, de la grenadine, ... Qui veut des bonbons, des cupcakes, des tartelettes,... Savez-vous ce que l'on chante pour un anniversaire ?

- Ouiiiiii.
- Évidemment ! Connaissez-vous cette chanson dans d'autres langues ?

★ Lorsque vous êtes prêts, lancez le décompte et chantez le « joyeux anniversaire » pour qu'Hugo souffle ses bougies. N'hésitez pas à faire la conversation autour des thèmes préférés des enfants : s'ils ont des frères et sœurs, quels sont leurs jeux préférés, s'ils ont des amoureux... Lorsque tout le monde a fini de goûter, proposez un petit détour par les toilettes et récupérez très vite votre petite troupe.

PICTIONNARY

– J'aimerais que les deux équipes se reconstituent. À 3, l'équipe des champions se regroupe à ma droite et l'équipe des vainqueurs se regroupe à ma gauche. 1, 2, 3 ! Asseyez-vous par terre en tailleur en me regardant. J'ai à côté de moi un tas de feuilles, un crayon et du scotch. Je vais scotcher une feuille sur le mur. L'un d'entre vous viendra à côté de moi et je lui chuchoterai à l'oreille un nom d'objet, de personnage ou d'animal. Il va le dessiner



et vous allez essayer de deviner ce que c'est. Celui qui trouve remporte un point pour son équipe. C'est très simple, vous êtes prêts ?

- Ouiiiiii.
- Louison, viens à côté de moi. Tu vas dessiner (en chuchotant) : un crabe.

★ Voici une liste des choses que vous pouvez leur demander de dessiner : une princesse, un roi, une fée, un dragon, une sorcière, une souris, un éléphant, une chaise, une lampe, un bébé, un chevalier, un château fort, un tipi, un indien...

★ Faites alterner une personne de chaque équipe.

UNE SÉRIE DE RELAIS

– Nous allons faire une série de relais. Mettez-vous en file indienne derrière votre chef d'équipe en face de moi. Vous allez vous coller au mur. Je vais me coller au mur opposé. Je donne une consigne. Les chefs d'équipe partent, me touchent la main, repartent et touchent la main de leurs coéquipiers. Les coéquipiers suivants peuvent alors partir. L'équipe gagne lorsque son chef

d'équipe est de nouveau en première position. N'oubliez pas de vous encourager !

– Pour le 1er relais, j'aimerais que vous fassiez un aller-retour à cloche-pied !

– Pour le 2ème relais, j'aimerais que vous fassiez un aller-retour avec un livre sur la tête sans le toucher et sans le faire tomber !

– Pour le 3ème relais, j'aimerais que vous fassiez un aller-retour en marchant accroupi !

– Pour le 4ème relais, j'aimerais que vous fassiez un aller-retour avec une cuillère dans la bouche et une pomme de terre dans la cuillère sans la tenir avec la main ni la faire tomber !

PIGEON VOLE

– J'aimerais que vous vous asseyiez par terre en tailleur en face de moi. Je vais vous apprendre à jouer à « pigeon vole ». Je vais lever l'index (montrez le geste aux enfants) et prononcer un mot associé au verbe « vole ». Par exemple, je lève mon index et je dis : « toucan vole », « aigle vole », « canari vole »... Si le sujet énoncé vole effectivement, vous devez vous aussi lever l'index. S'il ne vole pas,

vous ne devez pas bouger. Si vous levez l'index alors que je viens de dire « cochon vole », vous serez éliminés ! Le gagnant est le dernier joueur restant, il me remplacera. C'est compris ?

– Ouiiii !



★ Il faut évidemment énoncer très vite les sujets pour induire en erreur les joueurs. Ne soyez toutefois pas trop dur, vous pouvez leur laisser plusieurs chances avant de les éliminer.

LES STATUES MUSICALES

– Est-ce que vous aimez danser ?

– Ouiiii.

– Savez-vous faire les statues ?

– Ouiiiiii.

– Je vais mettre de la musique pour que nous dansions ensemble.

Lorsque je l'éteins, j'aimerais que vous vous transformiez en statue ! Attention, je vais peut-être vérifier que vous êtes de vraies statues en vous faisant des chatouilles.

– Pour commencer, dansez comme moi. On appelle la musique : « la musique, la musique » !!

★ Faites des mouvements simples comme sauter, dire au re-

voir, tourner sur vous-même, faire l'avion, faire des rouleaux avec les bras, se taper sur les jambes, sur les épaules, avancer, reculer... Éteignez la musique et examinez les statues.

– Pour les prochaines statues, j'aimerais que vous preniez des pauses de sportifs, de monstres, de crocodiles, de ponts... Vous êtes prêts ?
– Ouiiiiii !!

★ **Vous pouvez arrêter la musique toutes les 10 secondes pendant une minute, surtout lorsque vous leur avez demandé de mimer un crocodile ou un serpent. Ils adorent !**

MES CHANSONS À MOI

– J'aimerais que tout le monde s'asseye par terre en tailleur en face de moi. Nous allons chanter quelques chansons ou raconter une histoire. Qui souhaite commencer ?
– Moi, moi !
– Je vais choisir celui qui fait les plus grosses joues. Louison, viens à côté de moi, tu peux faire une révérence et ton public va t'applau-

dir. Tu nous chantes quoi ?
– Au clair de la lune.
– Tu peux commencer.
– Au clair de la lune, mon ami...
– Bravo !!! Est-ce que quelqu'un d'autre veut chanter quelque chose ? Et ainsi de suite.

★ **C'est un moment calme et émouvant. Ils adorent être applaudis par leurs copains. Parfois, tous les enfants veulent chanter la même chanson. Parfois, certains se braquent parce que les autres l'accompagnent et d'autres n'osent pas chanter.**

★ **Lorsque tous les enfants veulent participer à un jeu, vous pouvez leur dire que vous choisirez celui qui est le mieux assis en tailleur, celui qui lève la main le plus haut, celui qui tire la langue le plus loin, celui qui fait le moins de bruit... et les faire tous passer s'ils ne sont pas trop nombreux.**



LA DANSE BRÉSILIENNE

– J'ai un manche à balai comme vous pouvez le voir. Savez-vous à quoi il va servir ?
– Nooonnn !
– C'est très simple, vous allez

vous mettre en file indienne : les uns derrière les autres devant moi. Je vais tenir le balai très haut. Et vous allez passer dessous en dansant et en regardant le ciel (ou le plafond). À chaque nouveau passage, je vais baisser le manche à balai. Ce qui va rendre votre passage en dessous de plus en plus difficile. C'est compris ?

– Ouiiiiii.

– C'est parti, on appelle la musique : « la musique, la musique, la musique » !!!! Restez bien en file indienne, passez les uns après les autres.

★ **Ça peut vite être la cohue, n'hésitez pas à les arrêter et à les ré-installer les uns derrière les autres.**

Faites descendre le balai jusqu'au ras du sol (15 à 20 cm du sol). Ils adorent devoir s'allonger par terre et ramper pour essayer de passer sans le toucher.

LA CHASSE AU TRÉSOR

– Êtes-vous prêts pour la chasse au trésor ? Je vais vous donner le premier indice.

– Oooooooooo !

– Il n'y a que des chiffres, pour les décoder, il faut utiliser le « code

cassis ». Que peut signifier ce code ? Qu'est-ce qu'un cassis ? C'est un fruit, quelqu'un en a-t-il déjà mangé ? Et, s'il s'agissait du code K6, que la lettre K était égale au chiffre 6 ? Alors chaque lettre correspondrait à un chiffre.

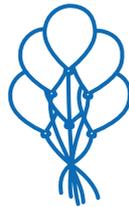
– Oooooooooo !

– Est-ce que nous essayons ça ? Écrivez sur cette feuille toutes les lettres de l'alphabet. Puis inscrivez en face du K le chiffre 6. Les lettres suivantes correspondent aux chiffres suivants... Le premier indice mènera au deuxième indice

et ainsi de suite jusqu'au trésor ! Vous êtes prêts ???

– Ouiiiiiiii.

– Le premier indice dit : «



★ **L'idéal est de constituer le Trésor avec les petits cadeaux ou sachets de bonbons destinés aux invités. Notez le prénom des enfants sur les pochettes qui leur sont destinées. Si les enfants sont très nombreux et que vous êtes aidé, vous pouvez faire la chasse au trésor en équipe.**

★ **À sept ans, certains enfants savent lire. La chasse au trésor avec un code est possible ! Le code est cassis ou K6, la lettre K correspond au chiffre 6 (A=22 -**

B=23 - C=24... J=31 - K=6 - L=7).
Le plus simple est de préparer 3 ou 4 indices que vous cacherez avant l'arrivée des copains : un indice sous le canapé, un autre dans le lave-linge, un sous une couette... Donnez des indices très vagues et très courts comme « canapé » (écrit bien sûr en code K-6) !

AVANT DE PARTIR

- Nous allons maintenant ouvrir les cadeaux d'Hugo !!! J'aimerais qu'Hugo vienne s'asseoir à côté de moi. Et que vous vous asseyiez en face de nous. C'est parti !
- Ouahhhh, un puzzle ! Merci Lou !
- Hugo, tu veux aller faire un bisou à Lou ?
- Ouiii.

★ **La fête est finie mais pas question de tout ranger, il faut faire durer ce moment unique. On accroche les guirlandes dans la chambre, on laisse traîner les ballons...**

SOUVENIRS
DE MON
ANNIVERSAIRE

LES CÅDEAUX
REÇUS POUR MON
ANNIVERSAIRE



Dans ce petit livret, vous trouverez les jeux pour l'anniversaire d'un enfant de 7 ans. Des jeux simples expliqués de manière à les expliquer aux enfants.

Tout ce qu'il faut pour trois heures de fête ! Pour mes 7 ans, j'aimerais faire des jeux de relais, des jeux d'adresse, des mimes, danser...