



Terre des hommes

aide à l'enfance | Kinderhilfe
aiuto all'infanzia | child relief | www.tdh.ch

**RIRE, COURIR,
BOUGER POUR
MIEUX GRANDIR
ENSEMBLE,**
JEUX A BUT PSYCHOSOCIAL



I. PRESENTATION
ET PRISE DE
CONTACT



II. CONFIANCE ET
COMMUNICATION



III. COOPERATION



Auteurs: Michèle Meuwly - Jean-Pierre Heiniger
Graphisme - illustration - mise en page: Pascal Fessler

1. INTRODUCTION

a) ORIGINE DU MANUEL

Ce manuel est né suite à un projet-pilote initié en 2005 à Terre des hommes, portant le nom de «Mouvement, Jeu et Sport pour le développement psychosocial des enfants». Ce projet s'est inscrit dans l'année internationale onusienne consacrée au Sport et à l'Education Physique. Le but était de soutenir tout projet utilisant le sport comme outil éducatif, de développement ou de promotion de la paix.

Terre des hommes a donc mis sur pied un projet-pilote intégré dans les projets psychosociaux sur le terrain, dans le but de former des animateurs et éducateurs sportifs au Mouvement, Jeu et Sport comme outil psychosocial. Ce projet-pilote s'est déroulé sur deux fois trois mois, d'abord en Iran dans un contexte post-urgence (catastrophe naturelle), puis en Colombie

dans le contexte du conflit armé et des déplacements de populations.

Le projet était constitué de trois étapes majeures:

- Un volet formation pour développer un modèle commun d'intervention et expérimenter. Deux semaines portant à la fois sur le psychosocial et sur la méthodologie des activités sportives et des jeux. Les thèmes spécifiques étaient les besoins fondamentaux de la personne, la résilience, la gestion des émotions, la théorie de l'attachement et le processus de deuil, la perception, la communication, et la gestion de conflit, ainsi que la planification et la méthodologie des activités sportives et des jeux, la compétition et la coopération, et le rôle de l'animateur.

- Un volet coaching et suivi individualisé sur le terrain pour accompagner

les participants dans la mise en pratique des nouveaux apprentissages dans les activités avec les enfants.

- Un volet réplication de la formation avec la création de groupes ressources et multiplicateurs pour intégrer et transférer les acquis à leurs collègues animateurs et éducateurs.

L'objectif de ce projet était de développer les compétences personnelles, sociales, méthodologiques et techniques des animateurs, afin d'améliorer la qualité de leurs interventions auprès des enfants.

Durant toute la formation, nous avons utilisé des petits jeux, à la fois comme supports et comme outils de développement des compétences personnelles et sociales des enfants.

Ce manuel de jeux, compilation de vingt d'entre eux, ne se veut pas un énième du genre, énumérant et décrivant des jeux sportifs à faire avec des enfants dans un but récréatif. L'idée est de mettre entre les mains des personnes en charge d'enfants, un outil ludique intégrant l'approche psychosociale et utilisant les étapes de l'apprentissage par l'expérience.

b) APPROCHE PSYCHOSOCIALE

Par psychosocial, nous entendons la relation étroite qui existe entre le psychologique et le social, chacun influençant continuellement l'autre. C'est-à-dire que chaque personne se construit par l'intégration de ces deux niveaux :

1. les composantes psychologiques: l'esprit, la pensée, les émotions, les sentiments et les comportements;
2. les composantes sociales: le contexte social dans lequel nous vivons,

l'environnement, la culture, les traditions, la spiritualité, les relations interpersonnelles avec la famille nucléaire et élargie, la communauté et les activités scolaires et professionnelles.

Nous avons divisé les besoins fondamentaux du bien-être psychosocial de l'enfant en trois dimensions spécifiques, toutes trois interdépendantes et pourtant distinctes dans leur manière d'être satisfaites.

- dans le champ psychologique, les besoins individuels : développement personnel, affirmation de l'identité, reconnaissance personnelle;
- dans le champ sociologique, les besoins sociaux : groupes d'appartenance, reconnaissance sociale;
- dans le champ spirituel, les besoins existentiels : religion, croyances, sens de la vie.

Le bien-être psychosocial de l'enfant se développe par la stimulation de cette capacité à s'auto-réaliser en

tenant compte des trois besoins fondamentaux: individuels, sociaux et existentiels. Ces besoins dits «invisibles» nécessitent d'être alimentés régulièrement tout comme les besoins matériels en nourriture et abri. Il est important de ne pas les oublier, même et surtout dans les contextes difficiles qui peuvent parfois empêcher l'individu de développer ses potentialités pour une période plus ou moins longue (catastrophe naturelle, pauvreté, famine, guerre, traumatisme, etc.).

L'intervention psychosociale va donc chercher à stimuler l'enfant dans le développement de :

- son goût d'**être** (identité) en répondant à ses besoins individuels qui sont liés à ses besoins d'amour, de reconnaissance, de tendresse, de sécurité, de protection. Chaque stimulation sur cet axe affectif (inconditionnel) contribue à enrichir la confiance et l'estime de soi.
- son goût de **faire** en répondant à ses besoins sociaux qui sont liés à la

nature sociale de chaque individu. Ce sont les besoins de limites, de règles, d'exigences, d'ordre, d'autorité, etc. Chaque stimulation sur l'axe normatif (conditionnel) contribue à faire apparaître des compétences sociales telles que l'intériorisation de la loi, la coopération avec autrui, l'acquisition d'un savoir-faire, la capacité à gérer la frustration, l'apprentissage d'un métier qui exige des qualités.

● son goût de **vivre** en répondant à ses besoins existentiels qui sont liés aux besoins de légitimation d'un projet de vie, de compréhension du sens de la vie, de son rôle dans le monde. Chaque stimulation sur cet axe du sens (croyance) contribue à développer le sentiment d'appartenance à l'humanité et sa responsabilité dans la transmission des valeurs universelles.

Ces trois dimensions sont en quelque sorte les aliments psychosociaux de base indispensables à la croissance et au développement du bien-être des enfants, afin qu'ils puissent construire

une vie digne d'être vécue. Nos projets doivent donc être élaborés sur la base de ces besoins fondamentaux qui sont à renforcer pour favoriser le plus rapidement possible, dans une situation d'urgence, le retour au développement normal de l'enfant. Il s'agit de redonner aux enfants le goût de vivre, de faire et d'être, malgré les situations de crise traversées!

Sur la base de l'apport humaniste de A. Maslow qui considère chaque personne comme acteur de sa vie, capable de choix et d'initiatives selon la place qui lui est donnée dans la société, nous pensons que l'enfant est capable de développer ses ressources et donc son bien-être, à condition toutefois qu'il soit accompagné par des adultes sachant dispenser un soutien psychosocial bien ajusté.

Prendre soin du bien-être psychosocial des enfants est donc un investissement clé dans le capital humain. Il renforce tous les autres processus pour le développement et la stabilité des sociétés.

€) L'APPROCHE PAR LE JEU

Les jeux font partie intégrante de l'univers des enfants et sont nécessaires à leur développement physique et psychique. Il n'est plus à prouver que ce sont de précieux outils pour des apprentissages au niveau de la gestion des émotions et des relations sociales, ainsi qu'au niveau purement récréatif.

Il existe différentes typologies de jeux. Nous avons choisi celui de la psychologie génétique qui a l'avantage d'être le plus universel d'un point de vue culturel. C'est également repris par ERM¹, en quatre catégories:

- jeux d'Exercice: jeux sensorimoteurs simples, jeux de manipulation simples (hochets..)
- jeux Symboliques: jeux qui permettent à l'enfant de faire semblant d'imiter, de représenter: jeux de rôle, mise en scène (poupées,...)
- jeux d'Assemblage: étape intermédiaire avant le jeu de règles où l'enfant combine des éléments, jeux de construction: puzzle, Lego, etc.

● jeux de Règles: jeux où l'enfant s'initie à la règle, doit suivre une consigne, suit un raisonnement logique, élabore des stratégies.

Tous ces jeux peuvent être libres, c'est-à-dire que les enfants choisissent eux-mêmes quelle catégorie de jeu les intéresse et à quel moment ils veulent y jouer sans la présence d'un adulte. Ils peuvent aussi être dirigés par un adulte (animateur, éducateur, enseignant, etc.). Dans un centre récréatif dédié aux activités pour enfants, l'idéal est de trouver un équilibre entre les deux.

Le présent manuel se concentre sur la dernière catégorie de jeux de Règles qui requièrent de la part des enfants de suivre des consignes, de respecter des règles, d'élaborer des stratégies de jeux. Tous les jeux proposés font appel au corps (le mouvement dans un espace précis, délimité) et aux sens. Pour qu'il y ait apprentissage, ces jeux nécessitent la présence d'un adulte qui les dirige. Les pages qui suivent s'adressent donc à toutes les personnes en charge d'enfants, dans quelque situation que ce soit.

Nous utilisons ces activités et ces jeux avec des enfants ayant subi des traumatismes liés à des catastrophes naturelles, à de la violence intrafamiliale, à des conflits ou autre problématique afin de leur permettre de combler leurs besoins psychosociaux. Mais il est clair que ces jeux sont utiles à n'importe quel enfant, dans n'importe quel contexte, pour lui permettre de développer ses compétences psychosociales.

Ces activités et jeux physiques sont un outil de développement puissant, car ils engagent l'enfant dans sa globalité:

- a. la tête est aux commandes, car il faut réfléchir, penser à des stratégies et prendre des décisions adéquates et rapides;
- b. le corps est en mouvement, les sens sont en éveil;
- c. le cœur est central dans la maîtrise des émotions vis-à-vis de soi et des autres et dans l'application de valeurs fondamentales.

Après expérimentation sur le terrain, une sélection de 20 jeux et activités a été faite, chacun ayant le potentiel de développer les trois éléments ci-dessus: mental, physique et émotionnel:

a. Chaque activité ou jeu engage le mental de l'enfant qui développera ses capacités intellectuelles:

- Habileté à se concentrer, à observer, à anticiper
- Habileté à réfléchir, à mettre sur pied une stratégie, à prendre une décision.

On a trop souvent tendance à considérer que les activités physiques et sportives sont axées uniquement sur le physique, oubliant que les capacités mentales sont également indispensables à toute pratique engageant le corps, du simple jeu au sport d'équipe complexe. Nous voulons réhabiliter ici la place du cognitif dans les jeux.

b. Chaque activité ou jeu se fait dans le mouvement et développe des habiletés physiques²:

- Physique: souplesse / force / endurance / résistance / vitesse
- Coordination: orientation / réaction / différenciation / rythme / équilibre

Ces catégories ont été proposées par des spécialistes du mouvement qui, suite à des recherches, ont déterminé d'une part cinq grandes habiletés physiques principales, et d'autre part cinq capacités de coordination. En effet, d'un point de vue physique, le développement global et équilibré d'un enfant requiert l'entraînement de mouvements aussi diversifiés que possible, incluant les capacités de coordination - qui sont la base même de tout sport quel qu'il soit - et les capacités physiques plus spécifiques, sans en privilégier une par rapport aux autres.

c. Chaque activité ou jeu est de nature à développer des capacités psychosociales pouvant amener à une meilleure gestion des émotions et des relations sociales, et donc une meilleure coopération entre enfants:

- Compétences personnelles: estime de soi, enthousiasme, créativité, responsabilité, honnêteté, détermination, etc.
- Compétences sociales: confiance en l'autre, respect, empathie, communication, engagement, coopération, etc.

Ces compétences peuvent être développées à travers des jeux basés soit sur la compétition, soit sur la coopération. Il est inutile de vouloir les mettre en opposition, l'un étant complémentaire de l'autre. Un constat peut cependant être fait: notre monde est focalisé sur la compétition et les enfants se mettent spontanément dans des situations de compétition, de comparaison, qu'elles soient saines ou malsaines. Pourtant il est bien connu que les enfants apprennent beaucoup

mieux en situation de collaboration plutôt qu'en situation individuelle.

La croyance que nous avons et présentons à travers ce petit manuel, est que les adultes en charge d'activités avec les enfants se doivent de privilégier les situations de coopération, afin que les enfants apprennent à se respecter et à travailler ensemble. Il en va de notre responsabilité d'adulte de rééquilibrer les situations de compétition et coopération.

Une activité ou un jeu de coopération contiennent les principes suivants :

- Tout le monde s'amuse;
- L'activité ou le jeu a un objectif motivant;
- Tous ont besoin les uns des autres pour atteindre l'objectif;
- Chacun est accepté et valorisé pour ses compétences;
- Il n'y a pas de jugement ni de critique;
- Tout le monde participe activement;
- Tout le monde expérimente une situation de succès;

- Personne n'est exclu ou éliminé du jeu;
- Personne n'est mis en évidence par rapport aux autres;
- Chacun est responsable de soi et du groupe;
- Etc.

La capacité à coopérer requiert notamment une bonne connaissance de soi et de l'autre, de la confiance en soi et en l'autre, ainsi qu'une bonne communication (observation, écoute et expression) avec l'autre.

Ces aspects de présentation, prise de contact, confiance, communication et coopération sont repris comme têtes de chapitres de ce manuel.

Attention, le simple fait de pratiquer ces jeux ne va pas automatiquement amener l'enfant à développer toutes les compétences mentionnées. Ceci requiert de la part de l'animateur de bonnes compétences au niveau personnel et social, ainsi qu'une méthodologie spécifique.

2. COMPÉTENCES DE L'ANIMATEUR

a) COMPÉTENCES PERSONNELLES

- Reconnaître, comprendre et maîtriser ses émotions et leur impact sur les autres.
- Avoir confiance en soi, savoir s'affirmer face aux autres et être digne de confiance.
- S'adapter aux situations changeantes ou difficiles, être ouvert d'esprit face aux différences.
- Savoir s'auto-évaluer et apprendre de ses propres expériences.

b) COMPÉTENCES SOCIALES ET PÉDAGOGIQUES

- Avoir du leadership, pouvoir mener un groupe vers un objectif, être enthousiaste et communicatif, motiver les enfants en leur donnant des feedbacks constructifs.
- Maintenir un lien affectif avec les

enfants tout en sachant mettre des règles et limites claires afin de leur permettre d'intégrer des normes sociales indispensables à la vie en groupe.

- Avoir de l'empathie, savoir reconnaître et répondre aux besoins de tous les enfants.
- Pouvoir gérer les conflits de manière positive (pas d'exclusion ou de punition non constructive) en responsabilisant les enfants dans la résolution des problèmes.

c) COMPÉTENCES MÉTHODOLOGIQUES

- Planifier une activité tenant compte de la courbe d'intensité, du temps et du matériel nécessaires.
- Poser des objectifs clairs, adaptés au public-cible, et qui développent des compétences mentales, physiques et psychosociales.
- Amener les enfants à l'objectif fixé (forme finale d'un jeu, matchs, compétition, course, etc.) de manière progressive à travers des exercices structurés.

- Organiser les activités pour que les enfants participent avec des idées nouvelles et qu'ils soient toujours actifs (pas d'attente).
- Alternier les moments d'expérimentation, de discussion et de correction pour qu'il y ait apprentissage.
- Varié les exercices et activités pour que les enfants restent motivés: exercices ni trop longs (ennuyeux), ni trop courts (pas d'apprentissage possible).
- Favoriser les situations de coopération pour construire de bonnes relations entre les enfants.
- Être garant des conditions de sécurité en toutes circonstances pour éviter accidents et violence.

d) COMPÉTENCES TECHNIQUES

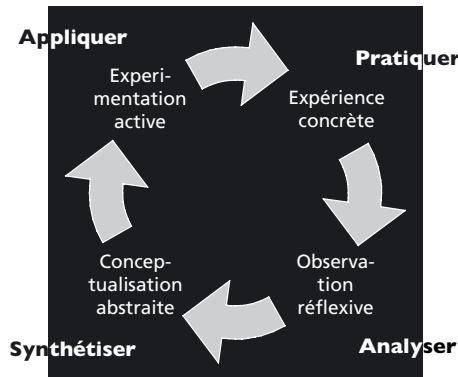
- Être en bonne condition physique et avoir une bonne connaissance de ses propres forces et limites physiques.
- Connaître les règles des petits et grands jeux et les enseigner aux enfants pour qu'ils se responsabilisent

sent au niveau de l'arbitrage.

- Connaître et maîtriser un nombre suffisant de jeux et sports adaptés au public-cible.

3. MÉTHODOLOGIE

La méthodologie que nous proposons ici s'inspire des théories de l'apprentissage expérientiel. Un certain nombre de théoriciens et praticiens³ ont réfléchi au processus d'apprentissage et le concept ci-dessous en quatre étapes, a été développé par Kolb:



Notre croyance est que l'apprentissage ne peut se faire qu'à travers une expérience suivie d'une réflexion.

Si l'objectif de l'animateur est de mettre l'accent sur le côté ludique, récréatif du jeu, il va le diriger de manière classique, c'est-à-dire en donnant la consigne, puis en laissant les enfants jouer une fois, de façon à ce que ceux-ci aient du plaisir et se défoulent.

Si l'objectif de l'animateur est de mettre l'accent sur un apprentissage précis, il va utiliser une méthodologie qui intègre et met en évidence les trois niveaux: mental (tête), physique (corps) et émotionnel (cœur).

Pour qu'il y ait apprentissage, il est nécessaire de faire une expérience concrète, suivie d'une réflexion verbale, grâce à un moment de discussion et corrections. Pratiquement, le jeu est décomposé en quatre étapes-clé, qui reprennent le concept exposé ci-dessus, à travers un cycle continu:

- Première expérimentation du jeu (pratique);
- Arrêt pour discussion et corrections (analyse de ce qui s'est passé

et synthèse des améliorations à apporter);

- c. Deuxième expérimentation (application et amélioration);
- d. Arrêt pour feedback et discussion (constat des améliorations);

a. Première expérimentation: après avoir donné les consignes (courtes et claires), les enfants découvrent et expérimentent le jeu.

b. Discussion et corrections: après un moment de jeu suffisant, l'animateur arrête le jeu, rassemble les enfants et leur demande ce qui est difficile et comment ils peuvent améliorer la qualité du jeu. Proposition de corrections et améliorations précises.

L'animateur focalise l'attention des enfants sur un ou deux points importants (correspondant à ses objectifs psychosociaux, par exemple, l'honnêteté, une meilleure communication, etc.)

c. Deuxième expérimentation: les enfants expérimentent le jeu une deuxième fois de manière consciente cette fois-ci, car ils ont été rendus attentifs à certains éléments impor-

tants. C'est à ce moment que l'apprentissage se fait et que la qualité du jeu devient meilleure.

d. Feedback: les enfants verbalisent cette deuxième expérience et leurs apprentissages se fixent. L'animateur est attentif à ce qui se passe durant le jeu et restitue les éléments observés par des questions.

Ces arrêts pour feedbacks peuvent être faits aussi souvent que désiré sur plusieurs jours aussi, jusqu'à ce que l'objectif visé soit atteint et que le comportement recherché soit obtenu. La répétition d'une même activité ou d'un même jeu ne semblera jamais lassante aux enfants. Elle est au contraire l'un des principes de l'apprentissage, pour autant que les objectifs à atteindre soient précis et que le jeu soit adapté à leur niveau.

Cette méthodologie exige de l'animateur qu'il reste en dehors du jeu, afin de garder la distance nécessaire à l'observation du déroulement du jeu et des comportements des enfants pour un feedback pertinent et ciblé.

4. UTILISATION DU MANUEL

a) CLASSEMENT DES JEUX

Les vingt activités et jeux proposés ici sont classés en trois chapitres principaux. L'ordre à l'intérieur des chapitres est aléatoire et ne représente pas un ordre idéal à suivre lors d'une animation. Les jeux les plus dynamiques se trouvent en grande partie au chapitre I.

I. Présentation et prise de contact

1. Les noms en gestes
2. Le lancer de noms (et variante)
3. Le facteur (et variante)
4. Les sorcières
6. Le serpent
7. La chasse enchaînée
8. Deux c'est assez, trois c'est trop

II. Confiance et communication

9. L'aveugle et son chien
10. La planche en bois
11. Le petit train aveugle

12. Personne à personne
13. Le miroir (et variante)
Stop et va

III. Coopération

14. Le cercle debout / assis
15. Le cerceau magique
16. Debout dans l'ordre
17. Imitation d'animaux
18. La machine folle
19. L'île aux requins
20. La balle à cinq passes
(et variante)

b) EXPLICATION DES DESCRIPTIFS DE JEUX

Informations générales

Nous avons décidé de ne pas indiquer pour chaque jeu le nombre de joueurs, la durée ou le matériel nécessaire, car ces informations varient peu d'un jeu à l'autre. En effet, pour toutes ces activités, il faut idéalement un nombre de joueurs d'environ 20 personnes (6 au minimum et 30 au maximum). C'est à l'animateur de visualiser, tester et s'adapter à son environnement de travail. Dans certains contex-

tes par exemple, en particulier pour les jeux où les contacts physiques sont très présents, l'animateur choisira de séparer les filles et les garçons.

La plupart de ces jeux ne nécessitent aucun matériel, si ce n'est un terrain clairement délimité. Lorsque du matériel est nécessaire pour jouer, nous le mentionnons dans l'explication du déroulement.

La durée de ces jeux varie généralement de 5 à 20-30 minutes ou plus, comprenant les quatre étapes, à savoir l'explication du jeu, son déroulement, les discussions et feedbacks.

La seule indication que nous donnons avec chaque titre, concerne l'âge des joueurs, que nous avons divisés en trois catégories: dès 6 ans et plus, dès 9 ans et plus et dès 12 ans et plus. Là aussi, c'est à l'animateur d'évaluer les capacités de son groupe.

Déroulement

Le jeu est décrit de manière simple et devrait pouvoir être réalisé même

sans avoir été expérimenté au préalable. Il est toutefois toujours utile de le tester avec un petit groupe avant de le faire en grand groupe. De toutes façons, plus un animateur connaît ses jeux et plus il saura les mener de manière agréable et efficace.

Objectifs

Les objectifs sont toujours doubles, mettant en évidence les compétences psychosociales et physiques spécifiques au jeu. Ils permettent à l'animateur de choisir son activité ou jeu en fonction des objectifs qu'il souhaite atteindre avec son groupe à un moment donné.

Conseils

Ces conseils pratiques sont liés à l'animation même du jeu et aux points auxquels l'animateur doit être particulièrement attentif lors du déroulement. Ils découlent des nombreuses expérimentations faites sur le terrain et dans différents contextes.

Discussion

Pour toute correction ou feedback, que ce soit en milieu ou en fin de jeu, il est important de rassembler les enfants en cercle, assez proches, de préférence à l'abri du soleil et à l'abri de toute distraction. Même si les enfants peuvent se montrer réticents au début, ce moment de partage deviendra rapidement pour eux un rituel nécessaire, un espace privilégié de parole et d'expression des émotions.

Parmi les questions qui peuvent être posées, certaines sont de caractère général et sont utilisées suite à chaque jeu. Par exemple l'animateur devrait toujours commencer par demander aux joueurs:

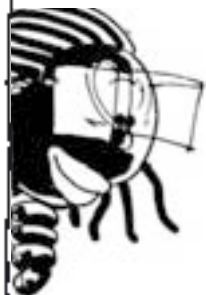
- Y a-t-il eu des moments difficiles dans le jeu? Décrivez
- Qu'est-ce qui a aidé à atteindre l'objectif? Qu'est-ce qui n'a pas aidé?
- Quelles sont les attitudes qui ont aidé ou non au bon fonctionnement du jeu? Décrivez

- Qu'avez-vous appris sur vous-mêmes ou sur les autres?
- Comment vous êtes-vous sentis dans ce jeu? Décrivez

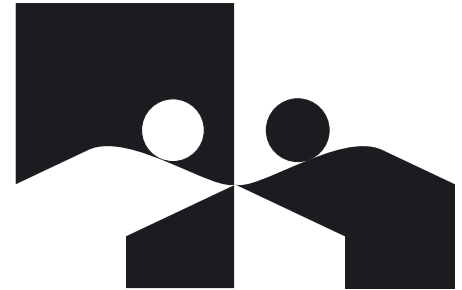
Les questions qui se rapportent plus spécifiquement à l'un ou l'autre des jeux sont suggérées à la fin de chaque jeu. Cependant il y aura toujours des situations inattendues en lien avec «l'ici et maintenant» que l'animateur saura mettre en évidence avec tact et pertinence.



**NOUS VOUS SOUHAITONS BEAUCOUP DE PLAISIR
ET D'APPRENTISSAGES
AVEC CES 20 JEUX!**



I. PRESENTATION ET PRISE DE CONTACT (1 à 7)



1. LES NOMS EN GESTES

DEROULEMENT

Le groupe est debout en cercle. L'animateur commence en disant son propre nom à haute et intelligible voix tout en exécutant un geste clair qui l'identifie. Les autres l'observent attentivement et, une fois qu'il a terminé, imitent le geste tous en même temps, tout en répétant le prénom avec la même intonation. Le suivant se présente à son tour avec un geste différent du premier, et les autres imitent. Ainsi de suite jusqu'à ce que chacun ait dit son nom accompagné d'un geste.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, on développe l'expression corporelle et la **créativité** pour exprimer l'identité de chacun à travers un geste spécifique. Chaque personnalité peut ainsi être affirmée et

Activité idéale pour une première prise de contact vivante, dans un groupe qui ne se connaît pas, ou comme rituel de début d'activité,

différenciée des autres. La **confiance en soi** est un aspect important de ce jeu car chacun s'expose individuellement. L'autre pôle de cette activité est la capacité d'**observation** et d'imitation de la part du reste du groupe. Sur le plan physique, rien de particulier, si ce n'est le mouvement dans sa précision.

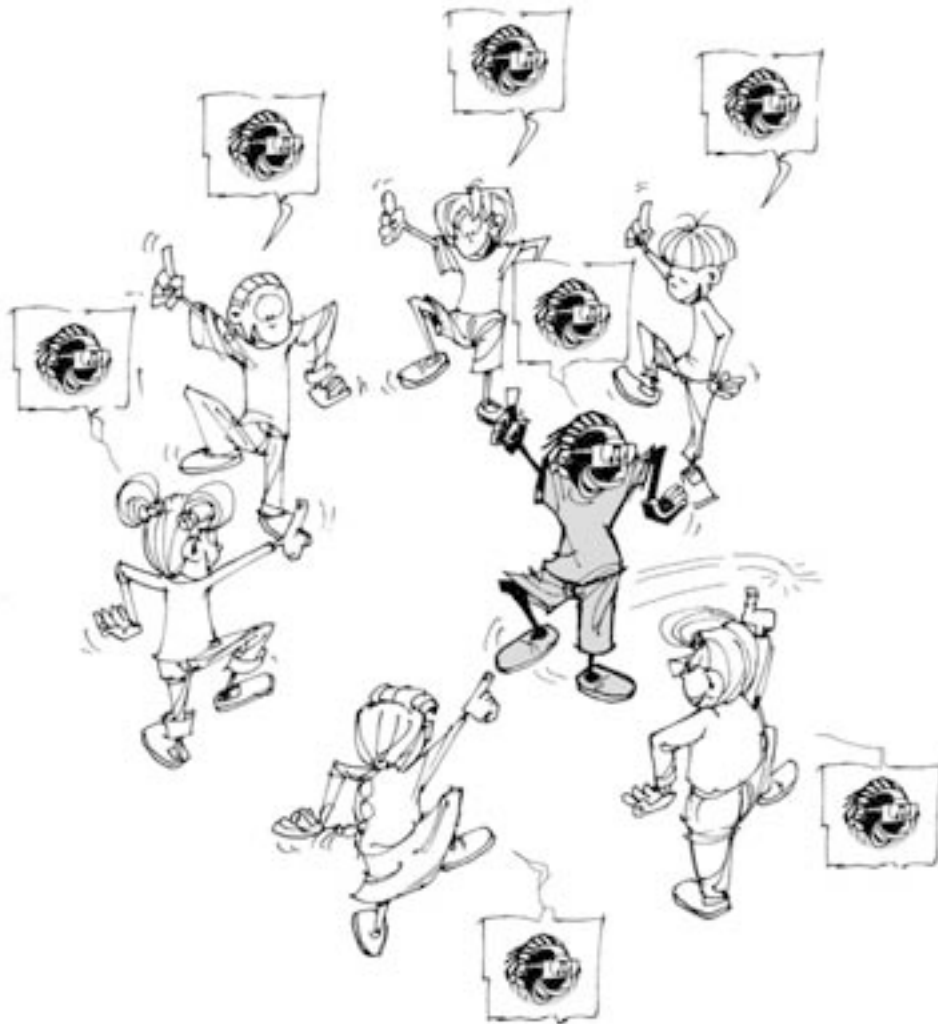
CONSEILS

Il est très probable que les enfants qui font ce jeu pour la première fois se sentent gênés de s'exprimer par le corps tout en disant leur nom à haute voix. A l'animateur de les encourager pour qu'ils surmontent leur timidité. Les enfants ont aussi tendance à imiter le geste du joueur précédent. Insister sur l'aspect unique de chaque personnalité et sur le fait que chaque geste doit donc aussi être unique. Il est souvent nécessaire de faire un

pour consolider les liens dans le groupe de manière créative, à travers des noms et des gestes.

second tour en insistant sur la créativité de chacun et sur la qualité de l'exécution du geste lors de l'imitation. Cette activité peut être faite à plusieurs reprises, lors de plusieurs sessions, avec le même groupe d'enfants. Il est aussi possible et recommandé de changer de critère de gestes: animaux, métiers, etc.

Avec des enfants plus grands, dès 9 ans, on peut être plus exigeant par rapport à l'exécution du geste, l'imitation, etc.



dès 6 ans



DISCUSSION

- Est-il difficile de trouver un geste spécifique à soi et différent des autres? Pourquoi?
- Comment vous êtes-vous sentis quand tout le monde a imité votre geste en disant votre nom à l'unisson?
- Est-il difficile d'imiter exactement ce que font les autres? Pourquoi?
- Peut-on apprendre de nouvelles choses sur ses camarades à travers ce jeu? Comment?
- Peut-on imaginer d'autres gestes, d'autres critères que la personnalité? Lesquels?
- Etc.

2. LE LANCER DE NOMS

DEROULEMENT

Pour ce jeu, plusieurs ballons sont nécessaires (différents si possible: volley, basket, mousse, etc.).

Un groupe de minimum 6 personnes est debout en cercle avec pour commencer environ 1 mètre de distance entre chaque joueur. Le joueur A tient le ballon, appelle un joueur B par son prénom et lui lance la balle. B appelle quelqu'un d'autre et lui envoie le ballon, etc.

Dès que le principe est compris et les prénoms connus, on peut ajouter 1, voire 2 ballons suivant la taille du groupe.

Progression: en ajoutant un déplacement on rend le jeu plus difficile, mais plus dynamique et motivant. A, après avoir appelé un joueur B et lui avoir lancé le ballon, « suit » son ballon en courant pour aller se mettre à la place de B. B fait de même après

Jeu idéal pour apprendre les prénoms d'un nouveau groupe tout en étant en mouvement. Indiqué aussi comme rituel de début d'activité, pour

recréer les liens dans le groupe et se mettre en train, avant des exercices plus exigeants d'un point de vue physique.

avoir appelé et lancé le ballon à C, etc. En agrandissant le cercle et en augmentant le nombre de joueurs, le jeu comporte plus de défis.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, on développe la **concentration** ainsi qu'une bonne **communication** (**observation**, écoute) et coopération dans le groupe.

Sur le plan physique, on travaille la **réaction**, la différenciation (actions différentes: appeler, lancer, recevoir, courir) et les **passes précises**. Plus le cercle est grand et plus ces capacités physiques sont travaillées et s'affinent.

CONSEILS

Ce jeu exerce beaucoup de compétences à la fois et l'animateur doit se concentrer sur quelques-unes d'entre elles. Pour commencer, la simple

séquence d'actions. La tendance est de lancer le ballon d'abord et dire le nom ensuite. L'animateur doit alors insister sur les 3 étapes (appeler, lancer et recevoir) avant d'ajouter des ballons ou d'ajouter le déplacement.

Ensuite il est utile de travailler la communication en rappelant aux joueurs l'importance et la difficulté d'une bonne communication qui requiert la volonté et la responsabilité de deux personnes. Si le ballon tombe, chacun est responsable à 50%, celui qui a peut-être mal lancé, et celui qui a peut-être mal rattrapé... Les enfants ont facilement tendance à accuser l'autre, en oubliant leur propre responsabilité. Si A appelle B, qui se concentre alors pour recevoir le ballon, et que A lance le ballon de manière précise, alors toutes les conditions sont réunies pour que cela fonctionne.

Il est courant dans ce jeu que certains

enfants ne soient jamais ou très peu appelés, et ne touchent donc pas le ballon. Pour donner au jeu un aspect plus coopératif, on peut ajouter une règle. L'animateur donne alors une mission de groupe: le jeu se termine

lorsque chaque joueur a touché X fois le ballon. Cela oblige les joueurs à trouver une stratégie et à coopérer en intégrant tout le groupe.



dès 9 ans



DISCUSSION

- Que faut-il pour que le jeu soit dynamique et fonctionne bien?
- Le parallèle avec la communication est-il aidant? Pourquoi?
- Etait-il facile de mémoriser les personnes ayant reçu le ballon?
- Etait-il difficile de trouver une stratégie pour la mission de coopération? Pourquoi?
- Avez-vous mieux aimé jouer en petit ou grand groupe? Pourquoi?
- Etc.

Variante: Ballon/balai nommé

dès 9 ans

Ce jeu ressemble beaucoup au précédent: il travaille aussi les prénoms, développe les réactions, la rapidité de déplacement et la coopération.

Les joueurs sont debout en cercle. A est au milieu avec un ballon. Il lance le ballon en l'air en appelant un joueur B par son prénom, tout en se retirant. B doit se précipiter au milieu pour rattraper le ballon avant qu'il ne rebondisse X fois (possibilité de rendre l'exercice plus ou moins difficile en interdisant les rebonds ou en les ajoutant).

On peut faire de même avec un long bâton, un balai ou tout autre objet. A tient le balai au milieu du cercle, appelle B et lâche le balai tout en se retirant, pendant que B se précipite pour le rattraper avant qu'il ne tombe par terre.

Conseils: les joueurs peuvent régler la difficulté du jeu par le lancer du ballon: plus c'est haut, plus c'est facile. De même que plus le cercle est grand, plus le jeu est difficile.

L'animateur doit rappeler que ce jeu est un jeu de groupe et non pas individuel. Le but est de trouver le juste milieu entre le lancer impossible à rattraper et les lancers trop faciles, qui enlèvent tout intérêt et toute dynamique au jeu... Là aussi il est possible d'ajouter une mission de groupe: le jeu est terminé lorsque le groupe a réussi à rattraper X fois le ballon / balai sans qu'il ne tombe.

3. LE FACTEUR

DEROULEMENT

Pour ce jeu il faut pouvoir délimiter un petit espace par personne sauf le facteur: soit une chaise par personne (ou quelque chose pour s'asseoir), ou simplement un cerceau, une corde ou cercle dessiné par terre à la craie par exemple ou dans le sable.

Les joueurs sont assis sur des chaises en cercle (ou debout dans un cerceau, dans un cercle de craie, etc.). Un joueur, le facteur, est debout au centre. Il dit tout haut et de manière intelligible: «Le courrier est arrivé...» Les autres joueurs demandent: «Pour qui ?». Le facteur répond: «Pour tous ceux qui...» et il invente quelque chose: «ceux qui ont un frère, ceux qui ont voyagé à tel endroit, ceux qui sont myopes, ceux qui portent du vert, etc.»

Les destinataires de la «lettre» doivent se lever et changer de place le plus

Jeu idéal pour un groupe qui fait connaissance, ou pour un groupe qui veut se découvrir de manière dynamique et ludique.

rapidement possible. Pendant ce temps, le facteur essaie de trouver une place. Celui qui reste sans chaise devient facteur et apporte la lettre suivante, pour «tous ceux qui..»

Règles:

- On ne peut pas changer de chaise avec son voisin;
- On doit courir pour changer de place (vitesse - réaction) ;
- On ne peut pas rester assis si la « lettre » nous concerne (honnêteté) ;
- On ne peut pas toucher (entrer en collision avec) les autres joueurs (respect - non violence);
- On ne peut pas amener deux fois la même lettre (concentration et réflexion créative).

Progression: pour rendre le jeu plus difficile (sans les chaises), on peut imaginer n'importe quelle position de départ. Soit les joueurs se mettent

debout (ou accroupis) dans leur cerceau, dos au centre, etc., ce qui augmente la concentration et rapidité de réaction.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, ce jeu développe la concentration (écoute), la **réflexion créative**, le **respect** (non-violence) et l'**honnêteté**.

Sur le plan physique, les joueurs travaillent leur capacité de **réaction**, leur **vitesse** de course et leur agilité.

CONSEILS

La première fois, l'animateur peut jouer le rôle du facteur pour que les enfants comprennent le principe. Les lettres doivent être adaptées à l'âge des enfants. Elles peuvent se focaliser sur des critères superficiels, comme l'apparence physique pour les plus

petits, ou des critères plus intimes, comme les croyances, la personnalité, les goûts, etc. pour les plus grands. L'animateur doit insister sur la dynami-

que du jeu et sur le respect des règles. Il veillera à ce que les facteurs ne soient pas toujours les mêmes (on peut introduire la règle: pas plus de 3x

dès 9 ans



facteur par exemple), et à ce que chaque enfant soit au moins une fois facteur.

Rappeler les notions de sécurité: les joueurs ont tendance à être très enthousiastes et à se précipiter sur les chaises sans faire attention à l'autre... Risques de bousculades et de chutes.

DISCUSSION

- Est-ce que vous avez appris quelque chose de nouveau sur l'un de vos compagnons? Quoi?
- Est-ce que vous avez aimé être facteur? Décrivez?
- Etait-il difficile de trouver des idées de lettres?
- Avez-vous été gêné par certaines questions? Pour quelles raisons?
- Avez-vous toujours été honnête? Pourquoi?
- Etc.

Variante: Le panier de fruits

dès 6 ans

Le panier de fruits suit le même principe de jeu que le facteur, mais en version plus facile pour des enfants plus jeunes. Il y a le même nombre de chaises que de joueurs et c'est l'animateur qui est debout au milieu.

Les joueurs sont assis, en cercle, et reçoivent un nom de fruit qu'ils gardent secret. L'animateur connaît les noms de fruits - quatre ou plus suivant le nombre de participants. Il est au centre, le marché, et demande: «un kilo de... pommes / oranges / mangues / etc. et les «fruits» concernés doivent changer de place le plus rapidement possible. L'animateur peut aussi demander une salade de fruits et là tous les joueurs doivent changer de place!

A la place des fruits, les enfants peuvent inventer n'importe quel autre critère: animaux, couleurs, nature, etc.

4. LES SORCIERES

DEROULEMENT

Ce jeu nécessite un espace plus ou moins grand, délimité et connu des joueurs.

Le jeu débute avec les joueurs (minimum 8) debout en cercle. L'animateur donne les consignes:

Il y a des sorcières et d'honnêtes citoyens dans le jeu. L'objectif des sorcières est d'ensorceler tous les citoyens en les touchant simplement. Les citoyens ensorcelés doivent alors s'immobiliser. L'objectif de ces derniers est d'échapper aux sorcières et de libérer les victimes ensorcelées en prenant dans les bras (« hug »). Le jeu s'arrête lorsque tous les citoyens sont immobilisés, ensorcelés.

Règles: ne pas courir et ne pas parler, tout se fait en silence.

L'animateur tourne autour du groupe debout en cercle, les yeux fermés et désigne les sorcières (env. 1 pour 5

Jeu idéal pour se mettre en train de manière à la fois progressive et ludique. Course-poursuite spéciale, en silence, qui utilise la marche au lieu

de la course, et qui introduit des contacts physiques nécessitant une certaine confiance entre les joueurs.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, ce petit jeu est très complet. Les aspects de **respect** et de **confiance** (car il y a une grande place pour les contacts physiques), ainsi que l'**honnêteté** et la **responsabilité** sont très importants. Mais c'est surtout la **coopération** et la **réflexion stratégique** qui sont travaillées à deux niveaux: entre les «sorcières» et entre les «citoyens».

Sur le plan physique, tout se fait dans un rythme de marche accélérée qui requiert des capacités de **réaction**, et des changements de direction rapides.

CONSEILS

L'animateur doit faire respecter le cadre du jeu, c'est-à-dire les limites du

terrain, et rappeler les règles: ne pas courir; ne pas parler.

Les enfants ont tendance à plutôt accuser les autres d'avoir couru ou parlé, au lieu de se responsabiliser par rapport à leur propre honnêteté dans le jeu. L'animateur est là pour rappeler que chacun est responsable des règles pour soi. Par exemple: celui qui est touché doit s'arrêter; celui qui sort du terrain ou qui se met à courir s'ensorcelle automatiquement et s'immobilise sur place sans que personne n'ait à le lui dire.

Ce n'est pas facile pour des enfants de ne pas courir; mais c'est ce qui donne à ce jeu une autre dynamique par rapport aux courses-poursuites habituelles: le fait de marcher donne plus de temps à l'observation et à l'élaboration de stratégies de groupe (sorcières ou citoyens), en communiquant de façon non-verbale.

Il est utile d'arrêter le jeu assez

rapidement pour demander aux enfants quelles stratégies ils utilisent, s'ils jouent de manière individuelle (ne pas se faire toucher) ou en groupe (libérer les autres camarades). Insister sur la coopération indispensable au

bon fonctionnement du jeu. Attention, les contacts physiques peuvent paraître difficiles pour certains enfants (prendre quelqu'un dans les bras n'est pas toujours facile, surtout pour des pré-adolescents).



dès 9 ans



Il est alors possible de demander aux enfants de trouver une autre manière (créative) de libérer les victimes (passer entre les jambes ou autre). Mais l'idée de l'embrassade fait partie de la construction de liens et de confiance. La victime libérée peut aussi remercier celui qui l'a pris dans ses bras pour la remettre en jeu.

DISCUSSION

- Etait-il difficile de ne pas courir ni parler? Pourquoi?
- Etait-il facile d'être honnête tout le temps? Pourquoi?
- Quelles ont été les stratégies entre sorcières? Entre citoyens?
- Etait-ce difficile de prendre ses camarades dans les bras pour les libérer? Ce contact physique est-il agréable ou désagréable? Pourquoi?
- Choisissez-vous les personnes que vous vouliez libérer? Pourquoi?
- Etc.

5. LE SERPENT

Petit jeu court et rapide, idéal pour se défouler et s'amuser tout en apprenant à rester en lien avec le groupe.

DEROULEMENT

Les joueurs se mettent debout l'un derrière l'autre par groupe (5 pour commencer). Ils se tiennent soit par les épaules, soit par les hanches, pour former un serpent. Le premier représente la tête du serpent et le dernier la queue. La tête doit essayer d'attraper la queue en courant, feignant, allant de droite et de gauche, sans que les parties du serpent ne se séparent jamais. Une fois que la tête a réussi à attraper la queue, il y a changement de rôle, le joueur de tête se déplace à la queue. Ainsi de suite, jusqu'à ce que chaque personne du groupe ait joué dans chaque position.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, ce jeu vise à développer l'harmonie dans un groupe. Les joueurs doivent **coopérer** pour res-

ter liés physiquement et mentalement, tout en maintenant un mouvement rapide. Le contact physique incite à travailler le **respect** du corps de l'autre en douceur.

Sur le plan physique, les enfants sont capables de coordonner leurs mouvements tout en augmentant leur **vitesse** et leur capacité de **réaction** (changements de direction).

CONSEILS

Ce petit jeu plaît beaucoup aux enfants, mais il peut vite dégénérer si l'animateur ne garantit pas un cadre non-violent. En effet, dans leur empressement, les enfants se tiennent de manière assez brusque, ont tendance à se lâcher très vite et tombent facilement. Le but du jeu n'est alors pas atteint. L'animateur est là pour rappeler cet objectif: l'harmonie et la coopération au sein du groupe.

Rappeler qu'il n'y a pas besoin de s'agripper aux habits, mais qu'il suffit de tenir les épaules et aller plus lentement au début.

La tête du serpent a la responsabilité de ne pas perdre son corps et donc d'adapter ses mouvements aux autres, alors que la queue doit pouvoir éviter la tête, sans jamais lâcher le corps. Ceux du milieu ont un rôle qui demande de pouvoir faire confiance aux camarades.

Il est très important de changer de position, pour que chacun puisse expérimenter les différentes responsabilités.

Cela ne sert à rien de commencer ce jeu avec de grands groupes (plus de 5 joueurs), car cela rend la tâche trop difficile. Mais une fois que les enfants ont compris le principe, plus le serpent est long, plus le jeu devient motivant.

dès 6 ans



DISCUSSION

- Quelle est la position qui vous a le plus plu? Pourquoi?
- Qu'est-ce qui a aidé à atteindre l'objectif? Qu'est-ce qui n'a pas aidé?
- Le contact physique est-il difficile? Violent? Agréable?
- Est-il plus facile d'être un long serpent? Pourquoi?
- Etc.

6. LA CHASSE ENCHAÎNÉE

DEROULEMENT

Un ou plusieurs joueurs sont désignés comme chasseurs (env. 1 pour 5). Leur objectif est d'attraper le plus vite possible les autres joueurs dans un terrain clairement délimité. Dès qu'un joueur est touché il devient chasseur à son tour. La nouvelle paire de chasseurs se tient par la main ou le bras et ne peut plus se lâcher. Dès qu'ils attrapent un troisième joueur, la chasse continue en trio, toujours sans se lâcher. Dès le quatrième joueur touché, les deux paires se séparent et continuent leur chasse.

Une fois que les chasseurs ont trouvé des stratégies et une harmonie dans leur course, il est possible d'augmenter le nombre de chasseurs enchaînés, jusqu'à six joueurs qui se séparent en deux trios, ou huit joueurs, ou plus. La difficulté peut aller ainsi en crescendo, jusqu'à ce que tous les joueurs for-

Jeu classique de course-poursuite avec un aspect de coopération. Idéal pour se changer les idées et se défouler.

ment une seule et même chaîne. Si les chasseurs se lâchent, l'animateur peut leur donner une pénalité comme par exemple courir sur un seul pied pendant 30 secondes, ou autre chose, mais pas d'exclusion...

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent les stratégies de **coopération**. Ils apprennent à respecter l'autre à travers un contact physique doux.

Sur le plan physique, les enfants améliorent la coordination de leurs mouvements, ainsi que leur capacité de **réaction** (changement de direction) et **vitesse**.

CONSEILS

Ce jeu est très facile et dynamique et il introduit la notion de coopération

de manière simple. Le fait de devoir courir en se tenant par deux ou à plusieurs demande aux enfants de passer du stade individuel au stade du travail en groupe. Pour atteindre leur objectif, les chasseurs doivent s'entendre sur une stratégie. Ils doivent communiquer.

Les chasseurs d'un même groupe ont tendance à viser chacun une victime différente en tirant les autres compagnons dans des directions opposées. La séparation est alors inévitable. L'animateur doit rappeler aux enfants le but du jeu, qui est de tenir compte de l'autre et de rester unis à tout moment. Il peut leur laisser le temps de trouver la meilleure stratégie de prise (se tenir par la main, par le bras, par les hanches, par exemple).

Il faut également rappeler aux enfants qu'ils doivent être honnêtes: ceux qui sont touchés doivent accepter de rejoindre la chaîne de chasseurs.

dès 9 ans



DISCUSSION

- Avez-vous aimé courir en vous tenant à plusieurs? Pourquoi?
- Etait-ce facile ou difficile? Pourquoi?
- Quelles stratégies de coopération avez-vous trouvées?
- Y avait-il une stratégie entre les victimes pour échapper aux chasseurs?
- Etc.



7. DEUX C'EST ASSEZ, TROIS C'EST TROP

DEROULEMENT

Les joueurs sont debout en paires, côte à côte, éparpillés dans un terrain délimité. Deux joueurs sont désignés pour être le chat et la souris. Le chat doit courir après la souris, qui, pour éviter de se faire attraper, doit se placer à gauche ou à droite d'une paire à choix. Le joueur opposé à celui qui vient de se réfugier devient alors la souris et doit s'enfuir en courant, jusqu'à ce qu'il se poste près d'une autre paire, laissant ainsi sa place de souris à un autre joueur. Ainsi de suite. Si le groupe est grand, et pour favoriser la participation de tous, il vaut mieux diviser le groupe en deux et faire deux jeux séparés, plutôt que mettre deux paires de chats et de souris, ce qui peut devenir vite confus.

Progression: une fois que le principe du jeu est compris, on peut augmenter la difficulté en modifiant la

Petit jeu de course-poursuite pouvant se jouer de manière simple ou complexe, individuelle ou stratégique, tout en restant très ludique.

position des paires de joueurs en attente: assis, couchés sur le dos, sur le ventre, etc.

On peut aussi changer une règle: lorsque la souris se réfugie près d'une paire, les rôles s'inversent, le joueur opposé devient chat et le chat se transforme en souris. On peut aussi ajouter une deuxième paire de chat et souris, en s'assurant que le même chat poursuive toujours la même souris pour éviter toute confusion.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent des capacités stratégiques d'**observation**, d'**anticipation** et de décision, ainsi que de **coopération**. Sur le plan physique, les enfants améliorent la coordination de leurs mouvements, ainsi que leur capacité de **réaction** (changement de direction) et de leur **vitesse**.

CONSEILS

Ce jeu est très dynamique et motivant pour autant que l'animateur rappelle qu'il faut faire participer tout le monde. La souris a souvent tendance à garder son rôle actif le plus longtemps possible de manière «égoïste», oubliant les autres joueurs qui attendent. Le grand intérêt de ce jeu est justement dans la dynamique qui peut être créée pour que tout le monde reste sur le qui-vive. C'est pourquoi la coopération est maximum quand les souris se succèdent rapidement.

Dans les cas où le chat est beaucoup plus lent que la souris, l'animateur peut proposer une autre règle: par exemple, les souris doivent courir sur une patte, ce qui avantage le chat, ou vice versa.

L'animateur doit insister sur le caractère coopératif de ce jeu, en rappelant par exemple que les souris sont un

groupe entier travaillant «contre» le chat. Il est donc primordial que la souris qui se place près d'une paire ne pense pas uniquement à sauver sa peau, mais anticipe pour donner toutes les chances à la souris suivante de s'échapper.

Il est important aussi de rappeler aux enfants la notion de groupe, afin qu'ils ne s'arrêtent pas toujours près des mêmes paires. L'observation est importante pour que tous aient une chance égale de participer.



dès 9 ans



DISCUSSION

- Combien de fois avez-vous été chat ou souris?
- Quel a été votre rôle préféré? Pourquoi?
- Avez-vous joué de manière individuelle ou coopérative? Comment?
- Quelle stratégie avez-vous trouvée pour vous entraider entre souris?
- Etc.

II. CONFIANCE ET COMMUNICATION (8 à 13)



8. L'AVEUGLE ET SON CHIEN

DEROULEMENT

L'animateur a délimité un terrain plus ou moins grand (plus ou moins difficile) et a rendu les joueurs attentifs à cet espace. Le jeu se fait en silence. Les joueurs choisissent un camarade et forment une paire, A et B.

A ferme les yeux et joue le rôle de l'«aveugle», alors que B, les yeux ouverts, joue le rôle du «chien-guide». C'est à lui de trouver la meilleure manière de guider (prise au bras? au corps?) son maître aveugle dans l'espace délimité, sans parler et de la manière la plus sûre (en évitant les autres paires de joueurs).

L'objectif est de se déplacer en toute confiance et en toute responsabilité. Inversion des rôles.

Progression: une fois que la paire se fait mutuellement confiance, l'animateur peut agir à différents niveaux: ajouter des obstacles à contourner,

Activité calme idéale pour un groupe qui est en train de faire connaissance et qui veut construire des relations de confiance, ou pour un groupe qui

diminuer l'espace disponible; changer de paires, etc.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants travaillent la création de liens, la **confiance** et **responsabilité** entre deux personnes et dans un groupe. Le **respect** et la concentration sont également très importants.

Sur le plan physique, c'est un jeu calme où le seul mouvement est la marche dans un espace délimité. La personne « aveugle » doit développer ses autres sens en lieu et place de la vue.

CONSEILS

Rappeler aux joueurs que c'est un jeu qui se fait en silence et que la sécurité est très importante. Les paires ne doivent pas entrer en collision. Le but n'est pas de mettre les joueurs en

manque de cohésion et de respect mutuel.

situation de défis (obstacles). Il est utile de faire cette activité plusieurs fois, lors de différentes sessions, car la confiance se crée progressivement. Avec des enfants, il y a souvent de l'excitation et des chocs la première fois que l'on fait ce jeu. Rappeler le but de l'activité: pour la personne qui est aveugle, lâcher prise et faire confiance à l'autre; et pour le chien-guide, être responsable vis-à-vis de l'autre, lui donner confiance.

dès 9 ans



DISCUSSION

- Comment le chien-guide s'y est-il pris pour gagner la confiance de l'aveugle?
- Quel était le rôle le plus facile? Le plus difficile? Pourquoi?
- Quelle est la meilleure manière de guider (prise)? Pourquoi?
- Était-il difficile de rester concentré sur son partenaire et sur le reste du groupe? Pourquoi?
- Etc.



9. LA PLANCHE EN BOIS

DEROULEMENT

Cette activité se déroule en plusieurs étapes dans un ordre chronologique bien précis. Le tout peut demander entre 30 et 50 minutes environ suivant la taille du groupe. Il est possible de garder la dernière étape pour une session ultérieure.

Idéalement, le sol doit être mou pour que la position couchée soit agréable (sable, tapis, herbe...).

Il est possible d'utiliser des foulards (ou autre tissu) pour bander les yeux des aveugles.

1. a. Les joueurs se mettent par paire. A est couché sur le sol, aussi raide qu'une planche en bois, tandis que B vérifie la rigidité, la tenue du corps en soulevant un bras, une jambe, les deux jambes, etc. Si A est vraiment raide, tout le corps devrait se soulever, comme une planche de bois. Inversion des rôles.

Activité calme idéale pour consolider les liens de confiance et le respect mutuel à la suite de «l'aveugle et son chien».

b. Toujours par paire, cette fois A est totalement relâché. B vérifie en secouant gentiment chaque partie de son corps. Inversion des rôles. Il est important de sentir cette différence entre un corps relâché et un corps rigide.

2. a. Les participants forment des groupes de trois. B se met debout, corps rigide, bras en croix devant la poitrine pour se protéger, yeux fermés (facultatif) et se laisse aller, sans bouger les pieds du sol, en avant vers A ou en arrière vers C qui le soutiennent au niveau des épaules et l'accompagnent dans son mouvement. Changement de rôle.

b. Même exercice en groupes de six, debout en cercle avec un joueur au milieu. Cela devient plus complexe, car on ajoute la latéralité et la responsabilité est partagée entre cinq personnes au lieu de deux. Changement de rôle.. Défi au choix: celui qui ne veut pas

aller au milieu est libre de ne pas y aller.

3. Etape plus difficile en groupe de huit, le «transport de planche en bois». Une personne se propose pour être transportée par le reste du groupe qui la soutient, trois de chaque côté et une personne pour la tête, le leader, qui donne les ordres au groupe: soulever, avancer, tourner la «planche» sur le côté gauche, reposer les pieds, etc. Coordination, confiance mutuelle et sécurité sont primordiales.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent la confiance, le **respect** et la **responsabilité**. Ils se basent sur le relationnel, l'expression de ses sentiments et la **communication**.

Sur le plan physique, les enfants travaillent principalement la **tenue du corps**.

CONSEILS

Comme ces exercices sont faits pour travailler la confiance, l'animateur doit garantir ce climat de respect dans toutes les étapes de cette activité, au risque d'être très strict parfois.

Il est normal - et probable - que la première fois les enfants soient agités et peu concentrés. C'est pourquoi il est conseillé de faire cette activité plusieurs fois, lors de différentes sessions, afin que les enfants apprennent vraiment ce que veut dire être digne de confiance (être responsable) et avoir confiance en l'autre (lâcher prise).

Il est important de prendre le temps de bien démontrer la manière de soutenir (par les épaules) et de se tenir (bras croisés sur la poitrine) pour un maximum de respect et de sécurité. Si un joueur tombe une fois, il est très probable qu'il ne fera plus confiance aux autres...

Rappeler que la responsabilité est partagée et que celui qui est au milieu peut et doit communiquer: comment il se sent, s'il aime ou non la manière de faire de ses compagnons, si cela va

trop vite, s'il a peur, etc. Les autres peuvent et doivent aussi apprendre à



dès 12 ans



communiquer, en lui demandant comment il/elle se sent, etc.

Progression: une fois que la confiance est installée dans un groupe, il est possible d'interchanger les personnes lors d'une autre session, pour que tous les membres du groupe se familiarisent les uns avec les autres.

DISCUSSION

- Etait-il facile de faire la différence entre le corps rigide et relâché? Pourquoi?
- Cet exercice a-t-il aidé pour la suite des étapes? Pourquoi?
- Qu'est-ce qui donne confiance et qu'est-ce qui, au contraire, ne donne pas confiance?
- Quel est le rôle le plus difficile: soutenir ou lâcher prise?
- Etait-il difficile de dire comment vous vous sentiez lorsque vous étiez la planche en bois? Pourquoi?
- Quelle était la différence entre les groupes de trois et de six? Pourquoi?
- Etc.

10. LE PETIT TRAIN AVEUGLE

DEROULEMENT

Les joueurs se mettent l'un derrière l'autre par groupe de quatre ou cinq et se tiennent par les épaules. Le dernier, la locomotive, garde les yeux ouverts; les autres, les wagons, ont les yeux fermés (ou éventuellement un bandeau / foulard sur les yeux).

Le dernier joueur doit conduire le train en donnant des signaux non-verbaux par le toucher:

- pour avancer tout droit, il presse simultanément des deux mains les épaules du joueur de devant, qui fait suivre le message reçu, jusqu'à ce que le premier le reçoive et se mette à avancer;
- pour aller à droite, il presse l'épaule droite;
- pour aller à gauche, il presse l'épaule gauche;
- pour s'arrêter; il enlève les

Jeu non-verbal très complet qui développe de nombreux aspects. Idéal pour commencer ou terminer une activité dans le calme, pour

recentrer un groupe dispersé.

deux mains des épaules (plus de contact).

Le but du jeu est de marcher dans un espace délimité sans que les trains n'entrent en collision.

Progression: pour rendre le jeu plus difficile, il est possible de faire un parcours d'obstacles où chaque petit train doit contourner les obstacles sans les toucher. Ou alors faire le même jeu mais en trottinant, ou encore faire des trains plus longs, avec plus de joueurs.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent à la fois la **confiance** et la **communication non-verbale**. Les joueurs qui ont les yeux fermés doivent se concentrer et faire confiance à celui qui a les yeux ouverts et qui a la **responsabilité** du groupe. L'honnêteté est aussi importante pour

ceux qui ont les yeux fermés (ne pas les ouvrir).

Sur le plan physique, rien de particulier; mais la représentation du corps dans l'espace est importante, car le jeu se fait à l'aveugle. Le respect de l'autre à travers le toucher compte aussi.

CONSEILS

L'animateur doit insister sur la concentration, la précision des messages et souvent aussi sur la douceur dans les contacts. Pour compenser le manque de vision, la tendance est d'avoir un toucher plus «brusque».

Attention: la pression n'est pas continue, mais passe le plus rapidement et clairement possible du dernier au premier joueur; qui est celui qui amorce le mouvement. La difficulté se trouve dans le décalage entre l'ordre donné et l'exécution du mouvement. La tendance est de recevoir le message, le

comprendre et obéir avant même de le transmettre.
Il est fréquent, la première fois, que les

trains entrent en collision exprès, alors que le but est justement de s'éviter. Il est bon de rappeler que c'est un jeu



dès 9 ans



où l'on apprend à faire confiance (wagons) et à être digne de confiance (locomotive). Insister sur la nécessité d'anticiper les changements de direction (locomotive).

Les rôles sont très différents (milieu, avant et arrière), c'est pourquoi il est important de changer les rôles pour que tout le monde passe à chaque poste.

DISCUSSION

- Quel était votre rôle favori? Pourquoi?
- Quelle est la position la plus facile? Pourquoi?
- Était-il difficile de faire confiance les yeux fermés?
- Y avait-il des «locomotives» plus sûres que d'autres? Pourquoi?
- Quelle était la stratégie pour éviter les autres trains?
- Etc.

11. PERSONNE A PERSONNE

DEROULEMENT

Les joueurs sont debout en cercle, par paire A et B. L'animateur (puis des joueurs à tour de rôle) donne des instructions que les paires doivent suivre à la lettre. Par exemple: «main droite à genou gauche». Chacun (A et B) met sa main droite sur le genou gauche de l'autre. Ensuite «pied gauche, fesse droite» et ainsi de suite jusqu'à ce que les joueurs n'aient plus de possibilité de bouger ni les mains ni les pieds. A ce moment l'animateur dit «personne à personne» et les joueurs changent de partenaire. Le jeu recommence avec des paires nouvellement formées.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent leur **confiance** en l'autre au travers des contacts physiques, la **coopération**, ainsi que la concentra-

Petit jeu où le contact physique est présent de manière ludique. Intéressant en début de session pour briser la glace, ou pour consolider les liens.

tion nécessaire pour bien comprendre les instructions. Sur le plan cognitif, ils travaillent la latéralité grâce à l'effet miroir gauche-droite.

Sur le plan physique, les enfants renforcent surtout l'**équilibre**.

CONSEILS

L'animateur commence par donner des instructions faciles pour que les joueurs comprennent le principe du jeu, réussissent à prendre les positions demandées et ne soient pas intimidés par le contact physique proche. On compliquera les positions par la suite pour que la motivation augmente.

Ce jeu demande de la réflexion, surtout au niveau de la latéralisation (gauche-droite) et de la concentration. Il faut donc commencer avec des positions très simples. Mais il est également ludique, car les positions peuvent être aussi drôles sans être diffi-

les: main à nez, oreille à oreille, etc.

Dans un second temps, il est recommandé de remplacer l'animateur par un joueur, pour que d'autres développent leurs compétences de créativité et de réflexion rapide.

Il faut veiller à ne pas donner de consignes trop intimes suivant le contexte et le groupe, et à ne jamais forcer des joueurs à jouer ensemble s'ils ne le veulent pas. Si le groupe est à l'aise, ce jeu va développer la confiance et la coopération entre tous les joueurs.

dès 9 ans



DISCUSSION

- Avez-vous trouvé les contacts physiques intimidants? Pourquoi?
- Qu'avez-vous fait pour diminuer la tension?
- Y-a-t'il des personnes avec qui ce jeu est plus facile à faire que d'autres? Pourquoi?
- Avez-vous trouvé difficile de suivre les instructions? Pourquoi?
- Avez-vous trouvé facile, intéressant de donner des instructions? Pourquoi?
- Etait-ce difficile physiquement? Pourquoi?
- Etc.

12. LE MIROIR

Activité idéale pour développer une harmonie entre deux personnes à travers la synchronisation des mouvements et la communication non-verbale.

DEROULEMENT

Les joueurs sont debout face à face en ligne et en silence. A est le modèle et B le miroir. A fait un geste lent et précis et B l'imité en même temps. B doit être très concentré pour essayer d'anticiper les gestes de A et pour être un vrai miroir et non un miroir « en différé ». A, quant à lui, doit s'assurer que B peut le suivre. Il ne fera donc pas de gestes trop compliqués au début. L'important est de trouver une bonne communication non-verbale. Inverser les rôles.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants apprennent à focaliser leur attention, à **observer** et rester concentrés, tout en développant leur **créativité** et leur expression corporelle. Pour que l'activité fonctionne bien, il doit y avoir col-

laboration au sein de chaque paire. Sur le plan mental, ils travaillent la latéralité grâce à l'effet miroir gauche-droite. Sur le plan physique, rien de particulier si ce n'est le mouvement dans sa précision.

CONSEILS

Il est important de rappeler aux joueurs qu'ils ont besoin de coopération. Les paires doivent collaborer pour réussir et pour que le jeu soit intéressant et attrayant. Plus il y a harmonie entre les joueurs et plus les gestes peuvent se complexifier.

L'animateur peut donner une consigne supplémentaire et demander de raconter une histoire par gestes, par exemple.

Si l'on veut insister sur la coopération et l'adaptation, il est conseillé de changer de paire.

dès 12 ans



DISCUSSION

- Quel a été votre rôle préféré? Le modèle qui dirige, ou le miroir qui suit? Pourquoi? Y a-t-il un lien avec votre comportement au quotidien?
- Est-il difficile de trouver des gestes, de créer des histoires? Pourquoi?
- A-t'il été plus facile de faire cet exercice avec certaines personnes? Pourquoi?
- En quoi cette activité peut-elle être utile?
- Etc.

Variante: Le bâtonnet dansant

Même principe de jeu non-verbal, mais en y ajoutant un peu plus de mouvement. Dynamique très intéressante qui se rapproche plus d'une forme dansée.

Chaque paire A et B a un bâtonnet plus ou moins long (entre 20 et 50 cm). Chacun le tient sur l'index (on ne peut pas utiliser deux doigts pour « pincer » le bâtonnet) et l'idée est de se déplacer, voire danser dans l'espace, sans que le bâtonnet ne tombe par terre.

C'est une sorte de dialogue silencieux qui demande une bonne communication au sein de la paire. Le bâtonnet est comme un indicateur d'harmonie. Plus il tombe, plus cela démontre que la communication et l'harmonie sont à améliorer. En changeant de paire on promeut plus de coopération dans le groupe.

Cette variante fonctionne mieux après avoir fait la première étape du «miroir» qui entraîne déjà les habiletés nécessaires.

Les enfants développent leur aisance corporelle et leur capacité à se mouvoir dans l'espace.

Parfois les paires se mettent à «danser» ensemble, ce qui donne une dynamique de groupe surprenante.

Il est important de poser la question du leadership en fin de jeu: qui a pris les commandes, qui dirigeait, qui suivait, ou si c'était équitable.

13. STOP ET VA

DEROULEMENT

Le jeu se déroule en plusieurs étapes dans un terrain délimité. Les joueurs sont divisés en deux groupes A et B, de 6 à 10 joueurs.

- a. Le groupe A marche et le groupe B est debout, immobile. L'animateur frappe dans ses mains et les rôles s'inversent: le groupe A s'arrête et le groupe B se met à marcher.
- b. La même chose (groupe A marche et groupe B est immobile), mais les rôles s'inversent sur l'initiative d'un membre du groupe A.
- c. La même chose, mais sur l'initiative d'un membre du groupe B.
- d. La même chose, mais l'initiative peut venir indifféremment du groupe A ou B.

Jeu calme et non-verbal, adapté pour commencer ou terminer une activité, car il se fait en silence et en marchant. Idéal pour observer la syn-

chronisation entre les joueurs et leur dynamique de groupe.

Progression: lors d'une autre session et une fois que les groupes ont compris le principe, on peut rendre le jeu plus dynamique et motivant en se déplaçant en courant ou même en dribblant avec un ballon de basket ou de foot, etc.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants travaillent leur capacité de **communication non-verbale**, d'observation, de concentration, de **réflexion stratégique** et de **coopération**.

Sur le plan physique, rien de particulier à moins de faire le jeu en courant dans un second temps. Les enfants développent ainsi l'**endurance**.

CONSEILS

Il est important de bien observer la dynamique de groupe qui se crée, les

rôles que chacun prend, s'il y a un ou plusieurs leaders, quelle stratégie est utilisée pour que cela fonctionne.

L'animateur doit laisser du temps aux joueurs pour trouver leurs marques et interrompre le jeu assez tôt pour voir quelle stratégie ils utilisent: rester tous groupés? Avoir un leader désigné?

Plus le terrain est grand, plus la difficulté augmente. En effet, les joueurs ont souvent tendance à s'éparpiller alors que rester groupés leur faciliterait la tâche.

dès 12 ans



DISCUSSION

- Est-ce qu'il y avait un leader ou plusieurs? Pourquoi?
- Comment se sont sentis ceux qui ne menaient pas mais suivaient?
- Etait-ce difficile de rester connecté avec les joueurs de son groupe?
- Quelle a été la stratégie pour que cela fonctionne?
- Avez-vous fait attention les uns aux autres? Y avait-il de la coopération?
- Etc.

III. COOPERA- TION (14 à 20)



14. LE CERCLE DEBOUT/ASSIS

DEROULEMENT

Version debout:

Un groupe de six à huit joueurs (maximum pour commencer) est debout en cercle, épaule contre épaule. Ils font ensuite un quart de tour vers la droite, de façon à se retrouver l'un derrière l'autre.

Chacun pose sa main extérieure sur l'épaule externe du joueur de devant. Avec la main intérieure chacun soutient sous le genou la jambe interne levée du joueur de derrière.

L'objectif du groupe est de se déplacer en avant en équilibre sans que personne ne pose sa jambe interne par terre.

Variante: on peut faire de même avec la jambe externe levée. Qu'est-ce qui est plus difficile? Sautiller sur la jambe interne ou externe? Si l'on veut rendre le jeu plus difficile, on peut sautiller en arrière...

Ces deux petits jeux sont les bienvenus en début de session, pour se mettre en mouvement tout en étant en groupe, avec contact physique,

Version assise:

Même position de départ, cercle l'un derrière l'autre, mais l'animateur demande encore de faire un pas vers l'intérieur du cercle, afin que tous les pieds intérieurs se touchent. Le cercle des pieds doit être le plus harmonieux possible. Sur décision du groupe, chaque joueur doit s'asseoir sur les genoux du joueur qui se trouve derrière lui. L'objectif ensuite est d'avancer dans cette position assise, un pied après l'autre.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, et vu qu'il y a de nombreux contacts physiques, on travaille le **respect** de l'autre, la **confiance** en l'autre, ainsi que la **coopération** stratégique. L'interdépendance étroite entre tous les joueurs et les compétences de chacun sont les piliers de ces deux petits jeux. La notion de

responsabilité et d'engagement dans le groupe peut aussi être développée.

Sur le plan physique, les deux versions requièrent énormément d'**équilibre** et d'agilité. Dans la version debout, on travaille la **résistance**, alors que dans la version assise, on entraîne plus la **force**.

CONSEILS

Il est plus facile de commencer par la version debout, afin que les joueurs s'habituent à la proximité et aux contacts physiques, ainsi qu'aux stratégies à mettre en place pour que cela fonctionne. Il est intéressant pour l'animateur d'observer s'il y a un leader; si chacun fait comme il veut, si certains joueurs sont gênés par le contact, etc. Dans la version assise, l'animateur doit être garant de la sécurité, car dans l'enthousiasme, les enfants se laissent

facilement tomber les uns sur les autres et la confiance qui doit régner pour que ce jeu fonctionne peut être brisée pour certains, s'ils se font mal. L'animateur doit pouvoir motiver les enfants à atteindre un objectif en le rendant suffisamment attrayant: réussir

à faire trois pas en avant, puis en arrière sans tomber, ou alors avancer un pied sur le rythme d'une chanson, etc. Pour la version debout, la composante physique joue un rôle important et l'on peut motiver les enfants à faire un tour en avant puis un tour en arrière,



dès 9 ans



ou encore cinq pas en avant, quatre en arrière, trois en avant, deux en arrière, etc. afin de stimuler le mental en même temps.

DISCUSSION

- Comment avez-vous vécu le contact physique avec les autres?
- Quelle atmosphère y avait-il dans le groupe?
- Y avait-il un leader? Comment s'y est-il pris?
- Quelle stratégie avez-vous mise en place?
- Est-ce que vous avez fait attention les uns aux autres? Y avait-il de la coopération?
- Etc

15. LE CERCEAU MAGIQUE

DEROULEMENT

Pour ce jeu, deux à quatre cerceaux sont nécessaires en fonction de la taille du groupe.

Les joueurs debout en cercle se tiennent par la main. L'animateur demande à deux des joueurs de se lâcher la main, il introduit un cerceau entre eux, et leur demande de se reprendre la main, de sorte que le cerceau se retrouve suspendu entre les deux joueurs. Il procède de même avec deux autres joueurs.

L'objectif est de faire passer les cerceaux d'un joueur à l'autre sans jamais lâcher les mains. Cela demande une stratégie pour passer le corps avec agilité à travers l'objet et le transmettre au suivant de manière aussi rapide qu'harmonieuse.

Progression: lorsque les joueurs ont compris l'enjeu, on peut agrandir

Petit jeu idéal pour se mettre en train et échauffer le corps et l'esprit de manière ludique, tout en insistant sur la notion d'entraide dans le groupe.

le groupe et ajouter des cordes (chacune nouée), afin de travailler la différenciation et l'adaptation. Pour motiver les joueurs, on peut donner comme consigne de faire tourner les cordes dans un sens et les cerceaux dans l'autre.

Toute autre proposition créative est la bienvenue!

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, ce petit jeu travaille la **coopération** et le **respect** du corps de l'autre tout en générant de l'**enthousiasme**.

Sur le plan physique, ce jeu développe la coordination, l'**agilité** et la **rapidité** de mouvement.

CONSEILS

L'animateur doit être attentif à la dynamique du jeu; il faut ajouter des cordes

ou cerceaux au bon moment et/ou grouper des équipes pour que cela soit plus difficile.

Ne pas oublier d'encourager les joueurs à s'entraider et à trouver des stratégies pour aller plus vite (passer les cerceaux par les pieds ou la tête). La motivation doit être présente grâce aux défis que se posent les groupes, par exemple faire x tours dans un temps donné.

dès 9 ans



DISCUSSION

- Comment était-ce d'avoir un contact physique proche avec les autres?
- Quelle est la stratégie pour que les cordes et cerceaux avancent vite?
- Avez-vous aidé vos voisins? Comment?
- Etc.

16. DEBOUT DANS L'ORDRE

DEROULEMENT

Pour ce jeu, chaque joueur a besoin d'une chaise, d'une caisse ou de n'importe quel objet sur lequel se tenir debout, en cercle. Elles sont suffisamment proches pour que les joueurs puissent passer de l'une à l'autre sans mettre le pied par terre, mais suffisamment éloignées pour que cela nécessite de l'agilité et de l'entraide.

L'objectif est de se mettre dans un certain ordre, dans un temps imparti (env. 10 min. suivant la grandeur du groupe) et suivant un critère tel que se disposer suivant l'ordre de grandeur. Les joueurs doivent alors se déplacer de chaise en chaise sans poser les pieds par terre jusqu'à ce que tous soient placés du plus petit au plus grand. Se mettre dans l'ordre alphabétique des prénoms est un autre critère relativement simple. De plus, cela permet à un groupe qui ne

Jeu très intéressant au niveau de la dynamique de groupe et d'un objectif à atteindre ensemble, tout en faisant connaissance les uns des autres.

se connaît pas d'apprendre les prénoms de chacun.

Progression: pour rendre le jeu plus difficile, on peut par exemple utiliser le critère des dates de naissance, soit simplement par année (facile), ou alors par mois, ou par date complète. On peut faire le même jeu mais sans parler, c'est-à-dire que les joueurs doivent trouver une stratégie de communication non-verbale.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les joueurs développent des stratégies de **communication**, **réflexion** et **coopération**. La confiance entre eux est renforcée par le contact et l'entraide physiques. Sur le plan physique, les joueurs travaillent leur **agilité** et leur **équilibre** suivant l'écart des chaises à la base.

CONSEILS

L'animateur doit être attentif à deux choses: la dynamique de groupe et la sécurité. Le plus souvent ne se mettent pas d'accord au début sur une stratégie commune et cela part dans tous les sens, sans véritable communication.

Il est très important d'observer un maximum de détails pour ensuite pouvoir commenter le processus du jeu. Comment le groupe communique-t-il? Y a-t-il de l'écoute? Qui prend la direction des opérations? Y a-t-il un ou plusieurs leaders? Y a-t-il de la coopération, ou chacun joue-t-il de manière individuelle, ou alors par petits groupes? Les joueurs s'entraident-ils volontiers? Comment cela se passe-t-il au niveau des contacts physiques pour passer d'une chaise à l'autre?

Il vaut mieux commencer avec un critère facile (par ex. garçons - filles), afin

que les joueurs comprennent le principe. On peut alors augmenter la difficulté, tout en aidant le groupe à trouver une façon de communiquer qui lui

permette d'atteindre l'objectif le plus rapidement possible.

Ce n'est pas le résultat qui importe, mais processus.



dès 12 ans



DISCUSSION

- Quelle stratégie avez-vous mise en place pour atteindre l'objectif?
- Comment avez-vous communiqué? Décrivez?
- Y avait-il plusieurs leaders?
- Comment était-ce d'avoir un contact physique avec les autres? Pourquoi?
- Y a-t-il des positions plus faciles que d'autres? (début ou fin? plus jeune ou plus âgé ?)
- Etc.

17. IMITATION D'ANIMAUX

DEROULEMENT

L'animateur a préparé une liste d'animaux de différentes tailles. Soit il les note sur des billets que les joueurs tirent au hasard, soit il les dessine (si les enfants ne savent pas lire), soit il les murmure à l'oreille de chaque joueur. On peut faire ce jeu avec des groupes de 8 à 10 enfants. Plusieurs groupes peuvent faire l'activité en même temps, pour cela il suffit d'avoir plusieurs listes (avec les mêmes animaux ou des animaux différents).

Une fois que chaque enfant connaît son animal, il le garde secret. Le but est que chaque groupe se place en ligne selon l'ordre croissant de la taille des animaux.

Les joueurs ne peuvent communiquer entre eux que de manière non-verbale, c'est-à-dire en mimant les animaux.

Activité à la fois simple et complexe, attractive et créative, idéale pour développer des stratégies de coopération dans un groupe.

Dès qu'un groupe annonce à l'animateur qu'il a terminé, ce dernier va vérifier l'ordre exact en demandant au dernier joueur de donner le nom d'animal de son voisin et ainsi de suite.

Règles:

- tout se fait en silence
- tous les membres du groupe doivent connaître tous les animaux à la fin du jeu.

Variante: avec des enfants dès 6 ans, on peut faire le jeu « à l'aveugle », et les joueurs imitent alors les cris des animaux. On peut aussi imiter des sports ou tout autre chose et les mettre ensuite par ordre alphabétique.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent leur **estime de soi** à travers la **créativité**, ainsi que la **réflexion stratégique**. Les joueurs doivent se sentir suffisamment libres pour s'exprimer

à travers leur corps afin d'atteindre un objectif de groupe. Ils doivent également faire preuve d'**honnêteté** dans le respect des consignes.

Sur le plan physique, les joueurs travaillent leur expression **corporelle**, la façon de se mouvoir dans l'espace tout en faisant des gestes suffisamment précis pour représenter quelque chose.

CONSEILS

Il est important de choisir des animaux suffisamment différents pour qu'il n'y ait pas de malentendus sur la taille de chaque animal lorsque les joueurs se mettent dans l'ordre. Ce n'est pas tant le résultat qui importe, mais le processus.

L'animateur doit insister sur le caractère non-verbal du jeu, afin que les enfants développent leur créativité à travers des alternatives à leur communication habituelle.

L'animateur doit être attentif aux stratégies mises en place au sein des groupes pour ensuite pouvoir les rendre conscients de leur fonctionnement. Les joueurs sont-ils à l'aise avec leur corps

dans l'imitation des animaux, y a-t-il de la gêne chez certains, quelle stratégie utilisent-ils? Chacun imite-t-il son animal à son tour, ou le font-ils tous en même temps?



dès 9 ans
(6 ans)



Un seul joueur prend-il la direction des opérations? Y a-t-il une bonne communication ou au contraire des incompréhensions, voire divergences?

DISCUSSION

- Etait-il difficile de faire deviner son animal? De deviner celui des autres? Pourquoi?
- Comment vous êtes-vous sentis en étant muets? Pourquoi?
- Y avait-il un ou plusieurs leaders dans le groupe?
- Comment s'est passé la communication non-verbale entre vous?
- Etc.

18. LA MACHINE FOLLE

Jeu très engageant dans l'expression par les gestes et les sons. Il génère beaucoup d'enthousiasme, stimule créativité et interaction avec autrui.

DEROULEMENT

Les joueurs sont debout en grand cercle. Un premier joueur vient au milieu et invente un mouvement accompagné d'un bruit. Par exemple se coucher sur le dos et pédaler en l'air tout en produisant un certain son. Un deuxième joueur vient se greffer au premier avec un son différent et un mouvement différent mais qui s'intègre d'une certaine manière en coïncidant par exemple avec le mouvement de jambe du premier. Un troisième joueur les rejoint, et ainsi de suite jusqu'à ce que tous les joueurs soient intégrés à la machine folle dans une sorte de danse cacophonique.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent l'expression corporelle et la **créativité** à travers des gestes et

des bruits. L'idée est de trouver des mouvements coordonnés afin d'être en harmonie avec le groupe. Plus la **coopération** est bonne et plus le résultat est intéressant et générateur de liens.

Sur le plan physique, les enfants s entraînent à être précis et à **coordonner** leurs mouvements avec d'autres. Suivant le geste choisi, qui peut être plus ou moins athlétique, la **résistance** peut aussi entrer en ligne de compte.

CONSEILS

L'animateur peut montrer l'exemple afin de donner la dynamique voulue au jeu et encourager les joueurs lorsque ceux-ci sont un peu timides et qu'ils n'osent pas faire de gestes amples et différents les uns des autres.

On observe deux tendances chez les enfants qui font ce jeu pour la première fois.

Soit ils font des mouvements très similaires aux camarades précédents par mimétisme; soit ils viennent se mettre à côté du joueur précédent sans véritablement s'intégrer; ce qui donne une sorte de somme d'individus additionnés au lieu d'un ensemble d'individus coordonnés.

L'animateur doit donc être attentif à ces comportements et effectuer les corrections adéquates pour que la machine soit réellement coordonnée. Si le groupe est grand, et pour que le premier joueur ne se fatigue pas inutilement, celui-ci peut à un certain moment se désengager de la machine pour s'y réintégrer avec un nouveau mouvement accompagné d'un nouveau son. Ce va et vient des joueurs rend la machine dynamique.

dès 12 ans



DISCUSSION

- Etait-ce facile ou difficile de trouver un mouvement original? Pourquoi?
- Etait-ce facile ou difficile de trouver un mouvement qui s'intègre aux autres? Pourquoi?
- Vous êtes-vous sentis partie intégrante de la machine ou à part? Pourquoi?
- Qu'avez-vous pensé du résultat final? Pourquoi?
- Etc.

19. L'ILE AUX REQUINS

DEROULEMENT

Ce jeu nécessite un terrain délimité et un petit tapis ou n'importe quel objet pouvant varier en taille (cordes, plastique, etc.). Si le groupe est trop grand, le diviser et jouer en parallèle avec deux (ou plus) groupes de 6 à 10 joueurs. Chaque groupe a son tapis ou autre objet.

L'animateur raconte une histoire: Les enfants sont à la mer; ils nagent et s'amuse dans l'eau (courent en faisant semblant de nager). Lorsque les requins (imaginaires) arrivent, le gardien de plage (l'animateur) siffle une fois (ou frappe dans les mains) et tout le monde doit se réfugier sur l'île (tapis ou tout autre objet) sans laisser un pied dans l'eau. Puis quand le danger est passé, le gardien siffle deux fois et les enfants peuvent retourner à l'eau. Mais la marée monte et l'île devient à chaque fois plus petite, (l'animateur

Ce petit jeu métaphorique est adapté aussi bien aux petits qu'aux grands. Tout en s'amusant, il travaille la solidarité à travers des contacts.

replie le tapis pour que la surface devienne toujours plus petite). Lorsque le gardien siffle à nouveau, les enfants doivent à nouveau retourner sur l'île sans que personne ne reste à la mer: Si un ou plusieurs enfants restent à l'eau (un pied qui dépasse du tapis) et se font dévorer par les requins, c'est tout le groupe qui doit exécuter un gage: par exemple faire trois fois le tour du terrain en courant, ou autre.

Les enfants doivent donc trouver une stratégie pour s'entraider (ils peuvent parler) et tous tenir sur la surface de tapis qui reste à disposition.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent des stratégies de **coopération**, ainsi que le **respect** de l'autre et la **confiance** à travers le contact physique. L'important dans ce jeu est

d'avoir une réflexion altruiste plutôt qu'individualiste.

Sur le plan physique, les joueurs peuvent renforcer leur **équilibre**, leur force suivant quelle stratégie ils trouvent, ainsi que la **résistance**, car le jeu se fait en courant.

CONSEILS

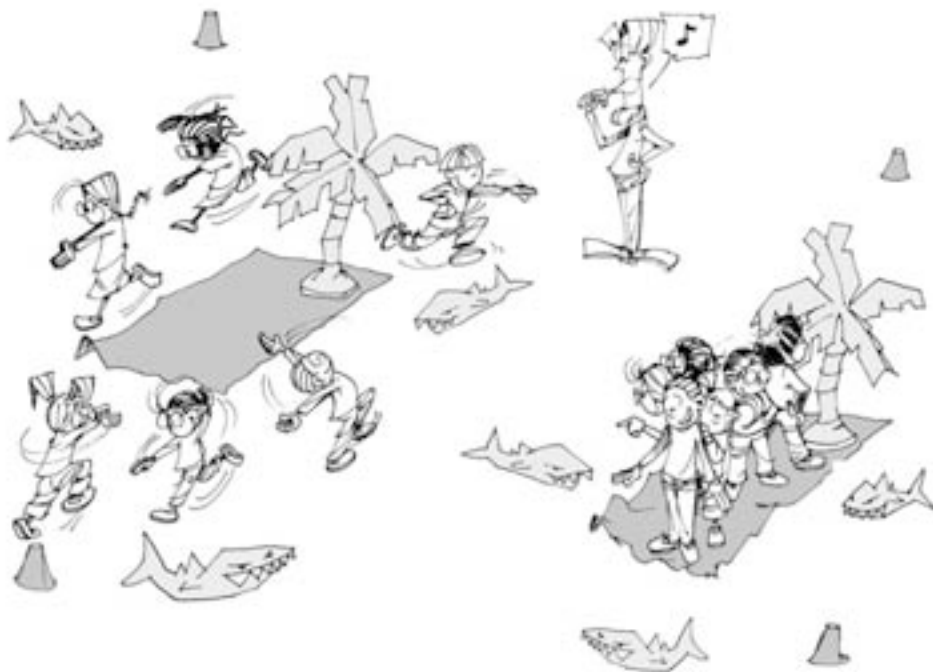
La difficulté dépend du nombre de joueurs par groupe et de la surface du tapis. C'est à l'animateur de gérer et d'évaluer les capacités des joueurs.

L'animateur doit être clair avec les consignes: pas un seul membre ne doit dépasser du tapis ou toucher le sol.

Il est intéressant de voir les stratégies évoluer: La tendance est souvent de ne penser qu'à soi: par exemple, certains enfants s'asseyent sur le tapis, sans penser aux autres. Les comportements égoïstes peuvent servir de base à une discussion. Il est important de

rappeler la consigne et d'encourager les enfants à se parler pour trouver des stratégies créatives (par exemple:

se tenir les coudes, juchés sur le pied intérieur; le pied extérieur levé; ou faire une pyramide humaine, ou autre)



dès 6 ans



Les joueurs doivent accepter de se toucher et de se laisser toucher. Le respect et la confiance sont des aspects importants que l'animateur doit rappeler.

DISCUSSION

- Etait-il difficile d'être en contact physique avec les autres? Pourquoi?
- Quelles ont été les attitudes dans le groupe? Entraide? Egoïsme?
- Quelqu'un a-t-il refusé de collaborer? Pourquoi?
- Que pensez-vous des gages collectifs? Pourquoi?
- Etc.

20. LA BALLE A CINQ PASSES

DEROULEMENT

Pour ce jeu il faut un ballon pour deux équipes de 4 à 6 joueurs qui jouent l'une contre l'autre. Le but pour marquer un point est de faire cinq passes (ou plus) sans que l'autre équipe n'intercepte le ballon et sans que le ballon ne tombe. Lorsqu'un point est marqué, le ballon passe à l'autre équipe. Si le ballon tombe, le compte des passes recommence à zéro et le ballon va à l'autre équipe. Si l'équipe A intercepte le ballon, le compte s'arrête pour l'équipe B et commence pour l'équipe A.

Règles:

- ne pas marcher ou courir avec le ballon;
- ne pas toucher ou frapper les autres joueurs: aucun contact physique;
- ne pas lancer le ballon deux fois de suite au même joueur.

Jeux adaptés pour travailler les compétences de base des grands jeux tels que le basket, le football, et autre: passes, démarquage, défense, etc.

Progression: pour rendre le jeu plus coopératif, on peut ajouter les règles suivantes: le point n'est valable (ou compte double) que si tous les joueurs de l'équipe ont touché le ballon. Ou encore, les joueurs sont attachés par paire (par la taille, les chevilles ou genoux selon préférence et sécurité) et jouent de la même manière mais à deux.

OBJECTIFS

Sur le plan psychosocial, les enfants développent la **coopération**, l'**honnêteté**, la **communication** et la non-violence à travers le respect de l'autre. La qualité du jeu va s'améliorer rapidement si les joueurs se parlent et coopèrent.

Sur le plan physique, de nombreuses capacités sont travaillées, comme la **résistance**, les **passes précises**, le **démarquage**, la vision périphérique, etc.

CONSEILS

L'animateur doit jouer le rôle de l'arbitre au début, puis laisser cette fonction aux joueurs eux-mêmes, qui doivent s'auto-arbitrer. On travaille ainsi l'honnêteté et la responsabilité personnelle. Il faut être très présent au début pour corriger les mouvements basiques de passes, défense, démarquage, etc. Insister sur une bonne communication entre les joueurs (appeler les prénoms des joueurs avant de lancer le ballon, etc.)

Ce jeu doit être entraîné plusieurs fois pour que les enfants intègrent des comportements de base qui permettront ensuite d'améliorer la qualité des grands jeux.

S'il y a quatre équipes de 4 à 6 joueurs, faire des terrains plus petits, mais faire jouer tout le monde en même temps, avec des changements d'équipes toutes les 5 minutes environ.

Pour augmenter la difficulté, on peut agrandir le terrain ou augmenter le

nombre de passes à faire pour marquer un point.

dès 9 ans



DISCUSSION

- Quelle était votre stratégie pour marquer des points et empêcher l'autre équipe de marquer?
- Les règles étaient-elles respectées par tous? Pourquoi?
- Que pensez-vous de la règle où les points ne comptent que si tout le monde a touché le ballon?
- Quelles autres règles peut-on ajouter pour augmenter la coopération dans le jeu?
- Trouvez-vous l'auto-arbitrage difficile? Pourquoi?
- En quoi ce jeu aide-t'il à se préparer aux grands jeux?
- Etc.

Variante: Ballon derrière la ligne

dès 12 ans

Pour ce jeu il faut deux longues cordes et un ballon pour deux équipes.

Cette version se rapproche déjà plus du basket, les buts étant chacun représentés par une corde tendue posée en bout de terrain ou par une ligne tracée sur le sol ou dans le sable.

La base du jeu est la même que la précédente, avec les mêmes règles, mais cette fois le nombre de passes est libre, et pour marquer un point il faut déposer le ballon derrière la ligne. Attention, le but n'est pas valable si le ballon est lancé par terre, qu'il y a un rebond ou qu'il y a un contact physique. La défense ne peut rester que devant la ligne.

Bibliographie

Les activités et jeux sélectionnés sont issus de diverses formations, livres et expériences. Les sources sont parfois inconnues du fait que les jeux se sont transmis oralement, de manière informelle. L'important est de continuer à les utiliser de par le monde, au travers de gens et cultures différentes.

REINERS Annette, *Praktische Erlebnispädagogik I und II: neue Sammlung motivierende Interaktionsspiele, Ziel (Zentrum für interdisziplinäres Erfahrungsorientierte Lernen) / Augsburg, 2003-2005*

BOAL Augusto, *Jeux pour acteurs et non-acteurs: pratique du théâtre de l'opprimé*, Editions La Découverte, Paris, 2004

Enfants Réfugiés du Monde, *Malle de jeux internationale : restaurer l'activité ludique des enfants en situation de crise*, Collection Pratiques, Fondation de France, 2004

Mercy Corpse, *Teaching life skills through games*, Bam, Iran, 2004

BOURRASSA Bruno, SERRE Fernand, ROSS Denis, *Apprendre de son expérience*, Presses de l'Université du Québec, 2003

Enfants Réfugiés du Monde, *Le jeu et la règle ou la règle du jeu*, publication trimestrielle no 35, France, 2002

RENTSCH Bernard ; HOTZ Arturo, *Jeunesse & Sport, Manuel clé*, Office fédéral du sport de Macolin, Octobre 2000

Manuel d'Education Physique à l'école - jeux, Lausanne, Suisse, 1997

Office fédéral de la Santé - Vaud (OFSP), *JV (J'y vais): promotion de la santé et prévention des dépendances dans les associations de jeunesse du canton de Vaud*, Suisse, 1995

SCHWEIZER, K ; ZAHNER, L., *L'enfant et le sport*, tiré de la Revue MACOLIN, Macolin, 1992

La Fondation Terre des hommes est une organisation suisse qui agit avec ténacité et efficacité pour les enfants vulnérables. Nous sommes présents dans la réalité et la complexité du terrain où nous nous engageons dans la durée afin de réaliser des résultats concrets qui contribuent à améliorer la vie des enfants et à construire leur avenir. Pour cette raison nous sommes compétents dans nos domaines d'actions, et innovateurs dans nos approches. Pour réaliser des changements, nous nous lions avec d'autres organisations compétentes (au Nord et au Sud) en lien direct ainsi qu'en réseau. La légitimité de l'action se base sur le respect de droits des enfants et sur l'ancrage des actions dans les cultures et la vie des communautés. Des processus participatifs (y compris les enfants) et un travail en commun sont la base de notre méthode de travail. Dans ce processus nous renforçons aussi le pouvoir et la capacité d'associations communautaires et d'individus d'influencer leur vie quotidienne. Nous assurons que la réalité de la situation des enfants soit connue par le public et les autorités. Nous nous concentrons sur des sujets importants que nous analysons et travaillons en profondeur. Nous sommes ancrés dans la population Suisse et rendons compte, de façon transparente, de notre action et de notre gestion.

© Terre des hommes - aide à l'enfance 2007.

Les publications de Terre des hommes sont soumises à copyright. Tout droit réservé.

Pour toute information contactez:
Sabine Rakotomalala / Coordinatrice protection
En Budron C8 / CH - 1052 Le Mont-sur-Lausanne
+41 21 654 66 66 / sabine.rakotomalala@tdh.ch

