



Les

FASCICULES

de la FESFO

JEUX COOPS

Les 
FASCICULES
de la FESFO

JEUX COOPS

*Tous droits réservés FESFO
Ce document ne peut pas être reproduit ni en partie ni intégralement
sans la permission écrite de la FESFO.
ISBN : 978-1-7777245-0-4*

*Ce projet a été rendu possible grâce à la contribution financière du ministère de l'Éducation de l'Ontario
dans le cadre des Fonds pour les priorités et les partenariats (FPP).*

*À noter que le contenu n'engage que ses auteurs et ne traduit pas nécessairement le point de vue du
ministère de l'Éducation de l'Ontario ni du Centre de leadership et d'évaluation inc.*

Fédération de la jeunesse franco-ontarienne Inc (FESFO)

www.fesfo.ca
Téléphone : 613-260-8055
info@fesfo.ca

Dans ce fascicule...

Qu'est-ce qu'un jeu coopératif ?	4
Les principes de base	5
Comment animer un jeu coop	6
Jouer pour le plaisir !	7
Quand jouer ?.....	7
Pourquoi jouer ?.....	7
Banque de jeux brise-glace	8
Le conte des bonbons.....	8
Zip-zap.....	9
Le lancer des noms.....	10
Les 4 coins des préférences.....	11
L'ordinateur.....	12
La chorégraphie des noms.....	13
Banque de jeux pour bouger	14
Le grand vent souffle.....	14
Chat-souris.....	15
Molécule.....	16
Les 4 éléments.....	17
Murs du son.....	18
La « tague » coopérative.....	19
Grille-pain, éléphant, palmier.....	20
Cloche, brouette, cheval.....	21
Pui-pui.....	22
Roche, papier, ciseaux.....	23
Banque de jeux calmes	23
Fais-moi un dessin en équipe.....	24
Défense de rire.....	25
1, 2, 3... Salut.....	26
L'objet imaginaire.....	27
Une phrase, un dessin, une phrase..	28
Juste un.....	29
Passe l'objet.....	30
Le troupeau.....	31
Assis et debout.....	32
La lune et le soleil.....	33

*« Jouer, c'est apprendre... à vivre ensemble, à connaître
l'environnement... à coopérer. »*

- Arvid BENGTTSSON

Qu'est-ce qu'un jeu coopératif ?

Quelques définitions

Jeu

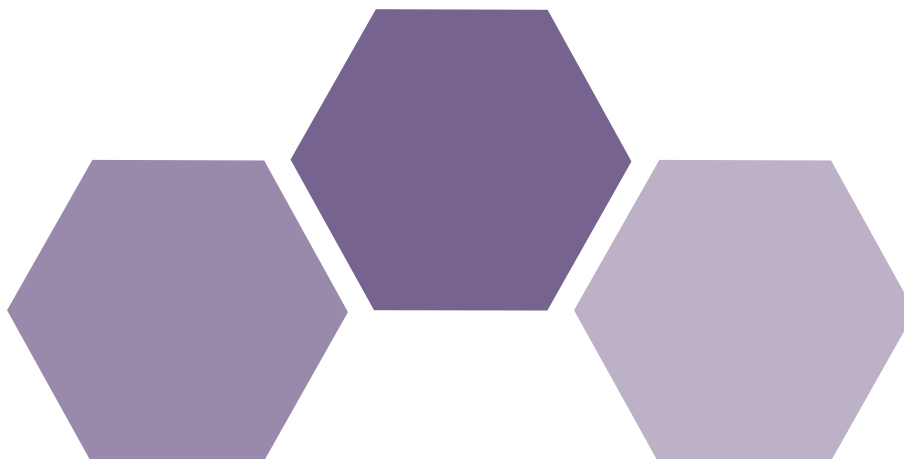
Une activité qui a comme but principal d'avoir du plaisir.

Coopération

Travailler ensemble afin d'atteindre un but commun.

Jeux coopératifs

Des activités pour le plaisir où les joueur.euse.s ne sont pas en compétition, mais visent plutôt à gagner ensemble. Ce n'est donc pas un jeu où l'on affronte une autre équipe ou un.e autre joueur.euse, mais où l'on s'entraide et s'appuie.



Principes de base

Les principes de base sont des lignes directrices et des engagements collectifs que le groupe adopte, afin de créer un climat positif pour échanger, réfléchir et participer tout au long de la conception et la livraison de l'activité de collecte de fonds. Pour que les principes de base soient efficaces, ils ne sont pas imposés. Plutôt, c'est au groupe de choisir de les adopter, et avoir l'option d'ajouter ou d'enlever des principes selon leurs besoins. Puisque les participant.e.s ne sont peut-être pas habitué.e.s à établir ce genre de cadre, la FESFO propose quelques principes pour faciliter le déroulement des discussions :

« JE »

Je parle pour moi-même, je ne présume pas que le reste du groupe a la même réalité ou opinion que moi (en évitant les « on pense »).

ÉCOUTE ACTIVE

J'écoute avec attention, sans interrompre et sans réfléchir à ma réponse. Je démontre que j'écoute avec des gestes et en posant des questions de clarification.

FRANÇAIS / LSQ

Le français et la langue des signes québécoise (LSQ) sont des langues qui nous rassemblent et que nous avons en commun. Je reconnais que les différents accents et façons de s'exprimer en français sont valides et contribuent à la richesse de notre langue. Je profite de cette opportunité de pouvoir vivre une activité en français.

RESPONSABLE DE MON PROPRE APPRENTISSAGE

Je décide qu'est-ce que je veux retenir de cette expérience, sans nuire à l'apprentissage des autres. J'assume la responsabilité de ma participation, de mes contributions ou de mon silence.

RESPECT

Je respecte les autres ; chaque personne a une place dans le groupe et est acceptée comme telle. Je respecte l'environnement et les lieux ; je prends soin de l'espace dans lequel je me trouve. Je me respecte moi-même ; je reconnais mes besoins et mes limites.

OUVERTURE

Je garde une ouverture d'esprit envers de nouvelles expériences, réalités et opinions. La diversité de nos vécus et de nos savoirs est une force pour le groupe.

ICI, MAINTENANT

(optionnel, selon la nature des discussions)

Je respecte la confiance des autres et la confidentialité. Je m'assure que ce qui est partagé ici reste entre nous.

***Le groupe peut également décider quelle est leur définition personnelle de ces concepts, dans le but de se les approprier. La personne responsable des activités peut revenir aux principes de bases, lorsque le groupe ne tient pas aux engagements collectifs. ***

Comment animer un jeu coop ?

Animer veut dire « donner la vie » c'est donc l'animateur.trice qui dirigera l'énergie du groupe de joueur.euse.s.

Avant de jouer

Pense aux besoins et aux restrictions de tes participant.e.s et anticipe les adaptations qu'il faudra faire pour que tout le monde puisse jouer. Si quelqu'un est blessé.e à la cheville par exemple, pense à jouer à des jeux qui seront possibles de jouer assis (en modifiant les gestes à faire, en intégrant une chaise au cercle...).

Anticipe les besoins visibles et invisibles des participant.e.s

- Prendre un moment pour préciser les règles ou s'assurer que les participant.e.s ont bien compris en ayant une attention pour ceux et celles qui ont une neuro divergence qui demanderait un peu plus de concentration pour comprendre ou qui font partie de la communauté sourd-malentendant.e ;
- Proposer des jumelages et encourager l'entraide (des participant.e.s peuvent même jouer à relais si nécessaire) ;
- Ajouter une chaise ;
- Choisir un jeu qui ne demande pas la rapidité ;
- Adapter les attentes selon l'individualité de chacun.e.

Surtout, c'est un jeu coopératif, peut-être que tu ne vois pas qu'une personne a de la difficulté à courir rapidement, met l'accent sur le plaisir et la participation et essaie de diminuer la compétition et la pression de performance.

Aussi, n'hésite pas à changer de jeu si tu vois que ça ne fonctionne pas avec les habiletés de ton groupe ! Pense à un plan B, C, et Y !

Trucs pour expliquer l'activité

- Se placer afin d'être bien vu.e et entendu.e par tou.te.s les participant.e.s ;
- Faire des démonstrations visuelles pour démontrer les règles et les étapes du jeu ;
- S'assurer que tout le monde a bien compris avant de commencer ;
- S'il faut diviser le groupe, éviter les séparations selon l'identité de genre, celles avec un.e capitaine qui choisit son équipe ou par année scolaire. Ces divisions peuvent stimuler la compétition. Séparer le groupe par signe astrologique est une excellente alternative qui est rapide et efficace ! On peut aussi donner des numéros, des lettres ou des noms d'équipe afin de séparer le groupe rapidement ;
- Si tu en as envie, tu peux inventer une mise en situation à ton jeu. Laisse aller ta créativité et fais-toi plaisir ;

- Sois convaincu.e et convaincant.e ! Propose un jeu que tu aimes, auquel tu aimerais jouer et que tu as envie d'animer ;
- Termine par les consignes de sécurité s'il y en a. C'est important que tou.te.s les aient en tête avant de démarrer le jeu.
- Finalement, allez-y, jouez fort et amusez-vous !

Trucs pour encadrer le jeu

- Change de jeu lorsque tu sens que les participant.e.s ont atteint le maximum de plaisir. Cela te permettra de garder l'énergie du groupe ;
- Si certain.e.s joueur.euse.s sont éliminé.e.s, réintègre les rapidement ou change de jeu alors qu'environ la moitié du groupe est éliminé ;
- Amuse-toi ! Rappelle aux participant.e.s que le but est de s'amuser et n'hésites pas à changer de jeu si tu en ressens le désir ou le besoin.

Jouer pour le plaisir !

Quand jouer ?

- Avant, pendant et après une session de travail ;
- Au premier contact d'un groupe, que les participant.e.s se connaissent ou pas ;
- Lorsqu'il y a des tensions dans le groupe ;
- Lorsque le groupe a besoin de se défouler et de laisser aller son trop-plein d'énergie ;
- Lorsque le groupe est fatigué et statique et qu'il a besoin de se mettre dans l'énergie du jeu ;
- En tout temps !

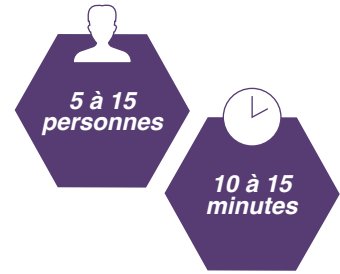
Pourquoi jouer ?

- Pour faire une pause ;
- Pour briser la glace ;
- Pour se donner de l'énergie ;
- Pour se défouler ;
- Pour revenir au calme et reprendre son souffle.

*« L'issue d'un jeu est incertaine,
le plaisir qu'il apporte est incontestable. »*

- Proverbe de la Malaisie

JEUX BRISE-GLACE




Le conte des bonbons

Intention

Apprendre à connaître le groupe en se présentant.

Lieu

 De préférence à l'intérieur.

Matériel

Des bonbons

Déroulement

1. L'animateur.trice apporte des bonbons et demande à chaque participant.e d'en prendre quelques-uns et de ne pas les manger ;
2. L'animateur.trice annonce que tout le monde doit dire quelque chose sur soi-même pour chaque bonbon qu'il ou elle a pris. Seize bonbons ? Seize faits saillants !

Note

Attention !

Les participant.e.s ont peut-être des allergies ou des restrictions alimentaires. C'est important d'en tenir compte et de choisir les bonbons en conséquence. Tu peux aussi choisir de faire le jeu avec des billes, des carrés de papier de toilette, des blocs legos... N'importe quel objet peut faire l'affaire. Les bonbons peuvent être de différentes couleurs et être associés à une catégorie de questions spécifiques. Il faut garder en tête les allergies des personnes qui participent au jeu.

Zip Zap



Intention

Apprendre les noms, changer la disposition du groupe ou se dégourdir.

Lieu

 Peut se faire à l'intérieur comme à l'extérieur.

Matériel

Aucun

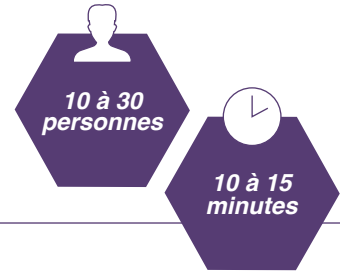
Déroulement

1. Former un cercle ;
2. Faire un tour de table pour que tout le monde puisse partager leur nom une fois ;
3. Une personne se place dans le centre du cercle ;
4. La personne dans le milieu pointe à quelqu'un dans le groupe, en disant « Zip » ou « Zap ». Si c'est Zip, la personne désignée doit donner le nom de la personne à sa droite, si c'est Zap, il ou elle doit donner le nom de la personne à sa gauche ;
5. Si la personne désignée se trompe, ou prend trop de temps, il ou elle doit remplacer la personne dans le milieu du cercle ;
6. Si la personne dans le milieu dit « Zip Zap » tout le monde doit changer de place, afin de se retrouver à côté de deux nouvelles personnes.

Note

Une fois que le groupe connaît les règles du jeu, on peut proposer de faire un « Zip Zap » à n'importe quel point dans l'animation lorsque ça serait bénéfique de faire bouger les participant.e.s et/ou changer la disposition du groupe.

Le lancer des noms



Intention

Apprendre les noms et/ou se dégourdir.

Lieu

 Peut se faire à l'intérieur comme à l'extérieur.

Matériel

Une ou deux petites balles

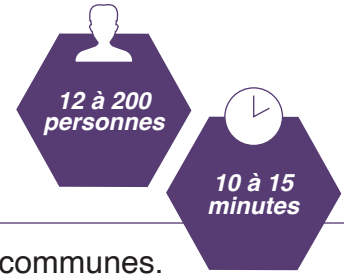
Déroulement

1. L'animateur.trice demande au groupe de former un cercle. Un tour du cercle est fait afin que chaque personne se nomme ;
2. L'animateur.trice lance une balle à quelqu'un en le ou la nommant ;
3. À son tour, le ou la joueur.euse lance la balle à quelqu'un qui n'a pas été nommé.e jusqu'à ce que tout le monde ait reçu la balle une fois. Il faut ensuite mémoriser cet ordre et se lancer la balle le plus vite possible ;
4. Si le groupe trouve ceci facile, l'animateur.trice peut ajouter une autre balle dans le sens inverse de l'ordre établi. *Par exemple : Si Olga la reçoit de Bjorn, Olga devra la lancer à Bjorn.*

Note

*Transforme ce jeu en défi de groupe « La jonglerie collective » (voir le fascicule « **Défis de groupe** ») en intégrant plusieurs balles et même des objets. Certaines balles peuvent être associées au trajet d'origine et d'autres au trajet à l'envers. L'animateur.trice peut même donner le défi au groupe de faire circuler le plus de balles du début à la fin sans qu'elles tombent (une balle tombée est une balle perdue).*

Les 4 coins des préférences



Intention

Apprendre à se connaître, communiquer et trouver des affinités communes.

Lieu

 Peut se faire à l'intérieur comme à l'extérieur.

Matériel

Aucun

Déroulement

1. L'animateur.trice désigne 4 coins par des cônes (coins de la pièce ou tout autre point d'ancrage clair et facile à voir) ;
2. L'animateur.trice annonce une catégorie ou une question et offre quatre choix de réponse. Chaque réponse est associée à un des coins. Les participant.e.s se déplacent vers le coin qui représente la réponse qu'il ou elle choisit. *Par exemple : Mon animal préféré est... Un poisson - Un mammifère - Un reptile - Un insecte ;*
3. Les participant.e.s ayant choisi le même coin et donc la même réponse ont un moment pour échanger entre eux et elles.

Note

Quelques exemples :

Ma matière scolaire préférée : Les arts. Les maths et les sciences. Les langues. Les sciences sociales.

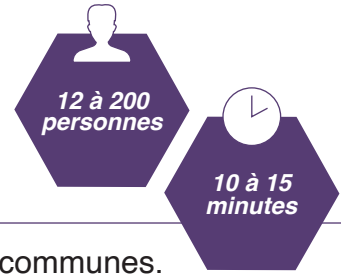
Ma saison préférée : Été. Automne. Hiver. Printemps.

Le dessert que je préfère : La crème glacée. La tarte. Le gâteau. La fondue au chocolat.

La catégorie de films que je préfère : La comédie. Le drame. L'horreur. La comédie romantique.

Le passe-temps que j'aime le plus : La lecture. Les sports. Les médias sociaux. Les projets artistiques.

L'ordinateur



Intention

Apprendre à se connaître, communiquer et trouver des affinités communes.

Lieu

 Peut se faire à l'intérieur comme à l'extérieur.

Matériel

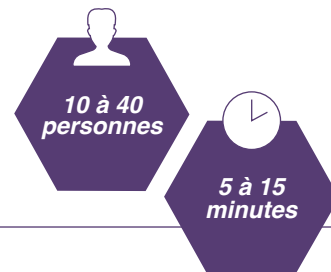
Aucun

Déroulement

1. L'animateur.trice demande une information aux participant.e.s, par exemple leur signe astrologique, leur couleur préférée, leur sport préféré... ;
2. Les joueur.euse.s se promènent en nommant l'information aux autres joueur.euse.s sur son chemin ;
3. Lorsqu'un.e joueur.euse croise une personne qui a la même réponse, les deux personnes se jumellent ensemble et partent à la recherche de tou.te.s ceux et celles qui pourraient aussi avoir la même réponse ;
4. L'animateur.trice demande une autre information et c'est reparti.



La chorégraphie des noms



Intention

Apprendre les noms des participant.e.s et se présenter.

Lieu

 Peut se faire à l'intérieur comme à l'extérieur.

Matériel

Aucun

Déroulement

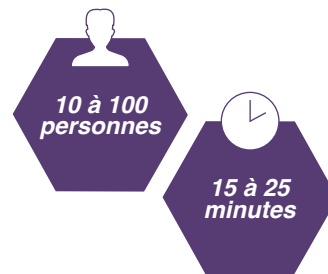
1. Placé.e.s en cercle, debout ou assis.es sur des chaises, les joueur.euse.s nomment leur nom et l'accompagnent d'un geste ;
2. Les autres joueur.euse.s répètent le nom et le geste ;
3. Le jeu se termine lorsque le tour du cercle est terminé et que tou.te.s les joueur.euse.s ont présenté leur nom et leur geste.

Note

Envie d'un défi ? Les joueur.euse.s doivent maintenant nommer les noms et faire les gestes qui ont été faits par ceux et celles qui les ont précédé.e.s.

JEUX POUR BOUGER

Le grand vent souffle



Intention

Bouger en apprenant à se connaître.

Lieu

 Peut se faire à l'intérieur comme à l'extérieur, de préférence dans un grand espace.

Matériel

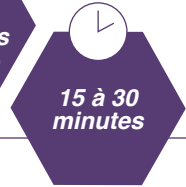
Aucun

Déroulement

1. Un grand cercle est formé. Une personne bénévole est envoyée au centre du cercle et chaque personne retire un de ses souliers et le place devant elle pour marquer sa place ;
2. La personne au centre annonce : « Le grand vent souffle sur... (ex : sur ceux et celles qui portent des espadrilles blanches ; ou sur ceux et celles qui sont l'aîné.e de la famille, etc.). » À ce moment-ci, les personnes qui portent des espadrilles blanches ou qui sont l'aîné.e de la famille doivent changer de place avec une autre personne dans la même situation en courant. Le ou la volontaire du début tente de se trouver une place dans le cercle ;
3. Quelqu'un restera pris au milieu du cercle. Cette personne recommence en disant : « Le grand vent souffle sur... »



Chat-souris



Intention

Bouger.

Lieu

 De préférence à l'extérieur ou dans un gymnase.

Matériel

Aucun

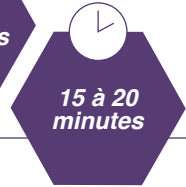
Déroulement

1. Les participant.e.s sont demandés de former un cercle. Ensuite, tout le monde se trouve un.e partenaire qu'il ou elle tient par le bras ;
2. Il y a deux personnes au centre du cercle. La première, le chat, chasse l'autre joueur.euse : la souris. Cette souris peut se mettre en sécurité en allant s'accrocher à un des duos qui forment le cercle ;
3. Le duo devient alors un trio donc une personne doit partir. Celui ou celle qui est à l'autre bout du trio devient la souris et doit à son tour courir se mettre en sécurité ;
4. Si le chat réussit à toucher la souris, les rôles s'inversent. Mais attention ! Il est défendu de sortir du cercle.

Note

Trop facile ? Ajoutez un autre duo chat-souris !

Molécule



Intention

Bouger en créant des équipes pour un prochain jeu.

Lieu

 À l'intérieur ou à l'extérieur dans un grand espace.

Matériel

Aucun

Déroulement

1. Les joueur.euse.s circulent dans l'espace de jeu ;
2. L'animateur.trice crie « Molécule », suivi d'un chiffre. À ce même moment, les joueur.euse.s doivent se mettre le plus rapidement possible dans une équipe du même nombre que le chiffre nommé par l'animateur.trice ;
3. Au signal de l'animateur.trice, les participant.e.s se défont de leur équipe et circulent individuellement ;
4. L'animateur.trice crie « Molécule » suivi d'un autre chiffre et ainsi de suite...

Note

Terminer le jeu en nommant le chiffre qui correspond aux nombres de joueur.euse.s par équipe qui sont nécessaires pour le prochain jeu ou la prochaine activité.

Variante : Défi mémoire

Les joueur.euse.s peuvent avoir le défi de toujours revenir en équipe avec les mêmes personnes lorsque le même chiffre est nommé à nouveau.

Variante : Défi créatif

L'animateur.trice peut, en plus de nommer un chiffre, nommer un objet, un lieu ou une situation. Les joueur.euse.s doivent donc former les équipes et se placer de sorte à représenter ensemble l'objet nommé (ex : 4 - Sofa, 8 - Bateau de pirate, 7 - Souper de famille...).

Les 4 éléments



Intention

Bouger.

Lieu

 À l'intérieur ou à l'extérieur dans un grand espace.

Matériel

Aucun n'est nécessaire, mais des cônes et du ruban-cache peuvent aider au bon déroulement du jeu.

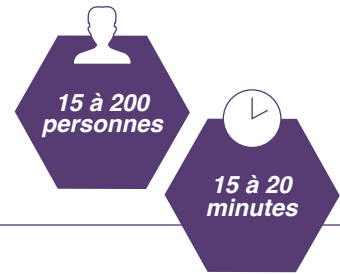
Déroulement

1. L'animateur.trice désigne 4 points physiques du lieu (peut être représenté par un cône, une limite en ruban cache ou encore le mobilier en place). Chacun de ces lieux représente un élément (terre, eau, feu, air) ;
2. Les participant.e.s encerclent l'animateur.trice ;
3. L'animateur.trice raconte une histoire inventée. Lorsqu'un des éléments est évoqué, les joueur.euse.s s'empressent de courir vers l'endroit désigné. *Par exemple : Il était une fois une petite fille qui devait aller chercher de l'eau au puits. Au mot « eau », tout le monde doit partir en courant vers le point qui représente l'eau... La dernière personne arrivée devient une tague ;*
4. L'histoire continue et les participant.e.s doivent réussir à se rendre aux points sans être les dernier.ère.s ou se faire toucher par les « tagues ».

Note

L'histoire peut être inventée de toute pièce, mais elle peut être écrite d'avance si l'animateur.trice ne se sent pas inspiré.e.


Murs du son



Intention

Se défouler.

Lieu

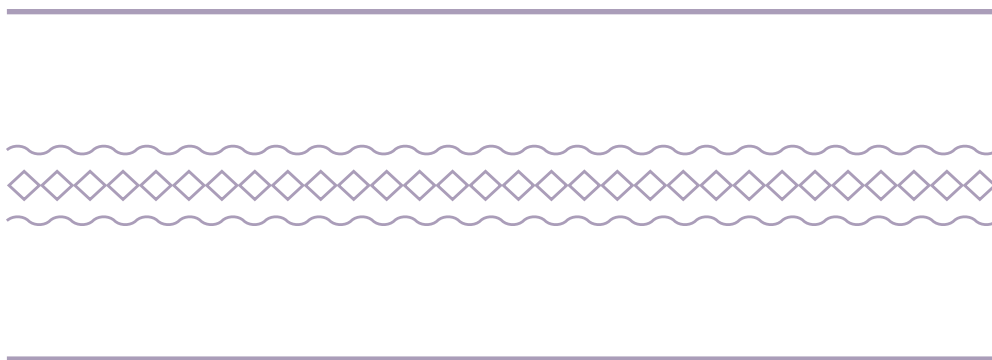
 À l'extérieur de préférence ou à l'intérieur dans un grand espace.

Matériel

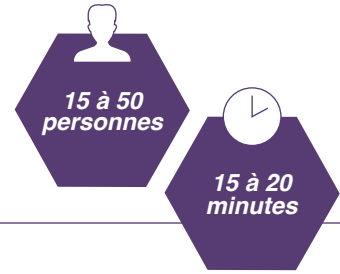
Aucun

Déroulement

1. L'animateur.trice divise le groupe en 3 lignes parallèles ;
2. L'animateur.trice donne à une ligne extérieure un message à donner à l'autre ligne de l'extérieur ;
3. La ligne du milieu est un brouilleur d'ondes. Les participant.e.s doivent faire le plus de bruit possible afin d'empêcher la 3e ligne de capter le message ;
4. Le jeu se termine lorsque la communication est réussie. Le jeu peut recommencer avec un message plus long ou un virelangue difficile. L'animateur.trice peut changer l'ordre des lignes pour donner une chance à tou.te.s d'occuper toutes les positions.



La « tague » coopérative



Intention

Bouger.

Lieu



De préférence à l'extérieur ou dans une grande salle sans obstacle dangereux
(ex : gymnase)

Matériel

Aucun

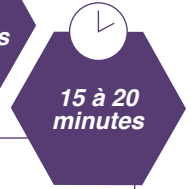
Déroulement

1. Ce jeu a les mêmes règles que la « tague » normale où une personne essaie d'attraper les autres. Mais au lieu de se faire éliminer ou de se retrouver avec la « tague », toutes les personnes qui sont attrapées s'accrochent à la première (la première personne à avoir la « tague » au début du jeu). Une grande chaîne se forme derrière lui ou elle. Attention, seules les deux personnes se trouvant aux extrémités de la chaîne ont le pouvoir de donner la « tague » aux autres ;
2. Le jeu continue jusqu'à ce que tout le monde fasse partie de cette grande chaîne qui court partout.

Note

C'est une bonne idée d'avoir un terrain délimité pour ce jeu.


Grille-pain, éléphant, palmier



Intention

Se dégourdir et rire.

Lieu

 À l'intérieur ou à l'extérieur.

Matériel

Aucun

Déroulement

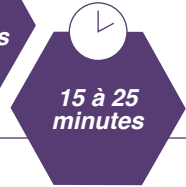
1. Les participant.e.s sont placé.e.s debout en cercle et l'animateur.trice est au milieu de celui-ci ;
2. L'animateur.trice pointe un.e joueur.euse et crie « grille-pain », « éléphant » ou « palmier ». Le ou la participant.e pointé.e, ainsi que les deux personnes à ses côtés, doivent prendre la position associée au mot qui a été nommé ;

Grille-pain : *Le ou la joueur.euse pointé.e saute comme une tranche de pain et les deux joueur.euse.s à ses côtés l'entourent de leurs bras pour faire le grille-pain.*

Éléphant : *Le ou la joueur.euse pointé.e fait une trompe avec son bras et les deux joueur.euse.s à ses côtés font les oreilles d'éléphant avec leurs deux bras.*

Palmier : *Le ou la joueur.euse pointé.e fait le palmier en levant les bras pour représenter les feuilles et les deux joueur.se.s à ses côtés se mettent en petites boules pour se transformer en noix de coco.*


Cloche, brouette, cheval



Intention

Bouger.

Lieu

 À l'intérieur ou à l'extérieur.

Matériel

Aucun

Déroulement

1. Avec de la musique en arrière-plan, tout le monde se promène en s'entrecroisant dans un espace délimité ;
2. Lorsque la musique s'arrête, l'animateur.trice crie « cloche », « brouette » ou « cheval ». Les participant.e.s doivent se trouver un.e partenaire le plus vite possible et prendre la position appelée :

Cloche : Les deux personnes se placent dos à dos et s'entrelacent les bras pour être capables de se balancer sur le dos l'un.e de l'autre.

Brouette : Une personne debout lève les pieds de son ou sa partenaire. Ce ou cette dernier.ère n'a que les mains qui touchent par terre. Le duo doit être capable d'avancer en faisant quelques pas.

Cheval : Une personne se place sur le dos d'une autre qui s'est placée à quatre pattes. Le duo avance de quelques pas et on entend le « cowboy » ou la « cowgirl » crier YAHOO !

3. Le dernier duo à être formé se retire du jeu pour ensuite faire partie des juges ;
4. Ceci continue jusqu'à ce qu'il ne reste que deux joueur.euse.s. Les participant.e.s doivent changer de partenaires chaque fois que l'animateur.trice arrête la musique et crie la consigne.

Pui-pui



20 à 100
personnes


30
minutes

Intention

Rigoler et bouger.

Lieu

 De préférence à l'extérieur.

Matériel

Aucun

Déroulement

1. Les participant.e.s forment un cercle. L'animateur.trice explique le jeu et demande ensuite à la moitié des gens de se rendre au centre du cercle. L'autre moitié fait la clôture en se tenant par la main ;
2. Tout le monde ferme les yeux et l'animateur.trice passe vite dans le cercle en touchant une personne sur la tête. Cette personne devient la « maman pui pui » ;
3. Tout le monde à l'intérieur du cercle a les yeux fermés et cherche la « maman pui pui » en touchant de la main les gens qu'ils ou elles rencontrent. En rencontrant quelqu'un.e, les participant.e.s disent « pui pui » et si la personne qu'ils ou elles ont rencontrée lui répond « pui pui », ils et elles continuent la recherche ;
4. La « maman pui pui » doit se promener dans le cercle et si quelqu'un la touche, il ou elle garde le silence si on lui dit « pui pui ». Maintenant, cette personne, c'est-à-dire celui ou celle qui a trouvé la « maman pui pui » peut ouvrir ses yeux et se joindre à elle. Éventuellement, tout le monde fait partie d'une longue chaîne à l'intérieur du cercle ;
5. La clôture est là pour s'assurer que les participant.e.s restent dans le cercle. À la fin du premier jeu, les personnes formant la clôture et les joueur.euse.s changent de place ;
6. On recommence !


Roche, papier, ciseaux



Intention

Bouger et briser la glace.

Lieu

 De préférence à l'extérieur.

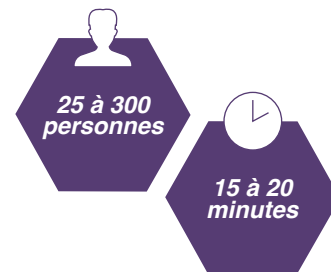
Matériel

Aucun

Déroulement

1. Délimiter des zones protégées pour chaque équipe ;
2. Divise le groupe en deux équipes. Les équipes font des caucus pour décider lequel des éléments elles vont choisir : Roche, papier ou ciseaux ;
3. Ensuite, les deux équipes s'affrontent face à face, comme au football américain. Un grand décompte est effectué : un...deux...trois ! Les deux adversaires disent en même temps le nom de l'élément choisi tout en faisant le signe de la main qui le représente :
 - *Papier enveloppe la roche alors papier l'emporte (papier = main ouverte) ;*
 - *Roche casse les ciseaux alors roche l'emporte (roche = poing fermé) ;*
 - *Ciseaux coupent le papier alors ciseaux l'emporte (ciseaux = index et majeur pointés) ;*
4. L'équipe qui représente l'élément le plus fort se met aussitôt à courir pour attraper un.e membre de l'autre équipe qui, il ou elle, s'enfuit déjà pour se rendre dans sa zone protégée ;
5. Chaque personne touchée doit se joindre à l'équipe opposée ;
6. Les équipes choisissent un nouvel élément et s'affrontent.

JEUX CALMES




Fais-moi un dessin en équipe

Intention

Développer l'expression, la communication, et l'esprit d'équipe.

Lieu

 Il est préférable de jouer ce jeu à l'intérieur dans un grand espace comme un gymnase puisqu'il y aura beaucoup de mouvement.

Matériel

- Des marqueurs
- Du papier
- Une liste de mots

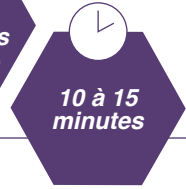
Déroulement

1. Pour débiter, les joueur.euse.s sont divisé.e.s en deux équipes - de préférence avec des participant.e.s qu'ils et elles ne connaissent pas ;
2. Une première personne de chaque groupe est choisie et se rend au centre de la salle pour rejoindre l'animateur.trice qui leur donne un premier mot. Ces premier.ère.s bénévoles retournent dans leur groupe pour dessiner le mot sans geste ni paroles ;
3. Lorsque le groupe devine le mot, un.e autre participant.e vient chercher le deuxième mot sur la liste et ainsi de suite.

Note

Ce jeu peut se faire de la même façon, mais en remplaçant le dessin par un mime. Le défi peut aussi être de décrire le mot, mais sans le dire et sans employer des mots de la même famille (ex : Tournevis : C'est un objet qu'on utilise pour construire des meubles et mettre des cadres sur les murs. Il a plusieurs têtes.)


Défense de rire



Intention

Rire et se détendre.

Lieu

 À l'intérieur ou à l'extérieur.

Matériel

Ficelle

Déroulement

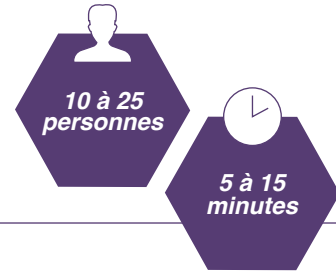
Ce jeu peut se dérouler très rapidement, mais fait rire tout le monde ce qui met rapidement tout le monde à l'aise !

1. Pour commencer, il faut former des duo placés sur deux rangs, dos à dos. Chaque personne tient un bout de ficelle entre son nez et sa lèvre supérieure retroussée, comme si il ou elle avait une moustache ;
2. Au signal, chaque personne fait demi-tour pour se retrouver face à face et se regarder. Ceux et celles qui ne gardent pas le sérieux perdent conséquemment leur moustache ;
3. Les participant.e.s ainsi éliminé.e.s ont le droit de faire rire ceux et celles qui sont encore en jeu.

Note

*Il est aussi possible de modifier le jeu en ne distribuant qu'une longue ficelle par équipe. **Pour des raisons d'hygiène, il est important de jeter les bouts de ficelle à la fin de l'activité.***

1, 2, 3... Salut



Intention

Se détendre en se mettant dans l'esprit du jeu.

Lieu

📍 À l'intérieur ou à l'extérieur.

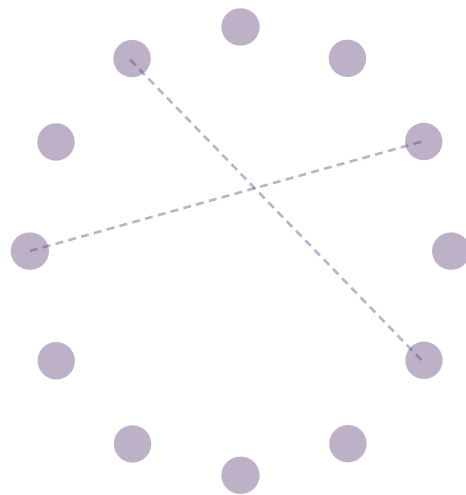
Matériel

Aucun

Déroulement

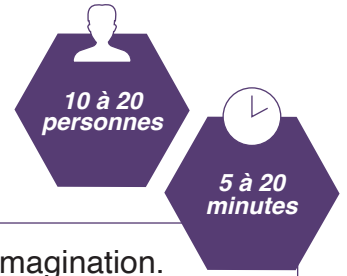
1. En cercle, les joueur.euse.s regardent le sol et disent « 1,2,3... Salut » ;
2. En disant « Salut » ils et elles lèvent les yeux pour regarder un.e autre joueur.euse dans les yeux ;
3. Si deux joueur.euse.s se regardent mutuellement dans les yeux, ils et elles sont éliminé.e.s.

1, 2, 3...



salut!


L'objet imaginaire



Intention

Se détendre en se mettant dans l'esprit du jeu et en travaillant son imagination.

Lieu

 À l'intérieur ou à l'extérieur.

Matériel

Aucun

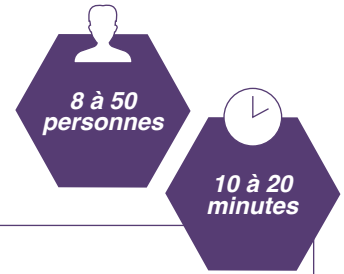
Déroulement

1. Les participant.e.s sont placé.e.s en cercle. La première personne imagine qu'il ou elle tient un objet dans ses mains. Il ou elle s'adresse à un.e autre joueur.euse en nommant son prénom et lui lance l'objet en disant ce qu'il est. *Par exemple : « Zouli, je te lance un melon. » ;*
2. La personne qui reçoit remercie celui ou celle qui lance et imagine qu'il ou elle tient un autre objet. *Par exemple : « Merci Geoff. Ruby, je te lance une bouteille d'eau. » ;*
3. Il ou elle nomme un.e autre joueur.euse, lui annonce l'objet et lui lance ;
4. Ainsi de suite.

Note

Selon le groupe, l'animateur.trice peut demander de mimer le lancer et l'attraper des objets, mais il peut suffire de les nommer, c'est à la discrétion de l'animateur.trice.


Une phrase, un dessin, une phrase



Intention

Rire, se détendre et développer sa créativité.

Lieu

 À l'intérieur, idéalement avec un endroit confortable pour écrire et dessiner pour chaque joueur.euse (tables, pupitres, planches...)

Matériel

Une feuille de papier et un crayon par participant.e

Déroulement

1. Les participant.e.s sont assis.e.s en cercle et ont une feuille et un crayon à leur disposition ;
2. Chaque participant.e écrit une phrase au haut de la feuille et replie le papier afin de cacher la phrase. Il est très important de ne plier la feuille qu'une seule fois ;
3. Le ou la participant.e donne sa feuille à la personne à sa droite et reçoit la feuille de celui ou celle qui est à sa gauche ;
4. Le ou la joueur.euse déplie une seule fois la feuille afin de voir la phrase. Une fois la phrase lue, la personne remplit le papier. Il ou elle doit maintenant faire un dessin de ce qui est écrit, au-dessous de la phrase et en prenant le moins d'espace possible (environ un pouce et demi) ;
5. Le ou la participant.e replie la feuille de sorte que seulement le dessin soit visible lorsque le ou la joueur.euse suivant.e déplie le papier ;
6. Le ou la joueur.euse passe sa feuille à la personne à sa droite et reçoit la feuille de la personne à sa gauche. Cette fois, il ou elle écrira une phrase qui décrit le dessin de l'autre joueur.euse ;
7. Il ou elle replie la feuille afin qu'un dépliage permette de voir la phrase qu'il ou elle vient d'écrire... etc. ;
8. Les joueur.euse.s se passent ainsi les feuilles jusqu'à ce que la feuille soit remplie de dessins et de phrases ;
9. Les joueur.euse.s peuvent déplier l'entièreté de la feuille et s'amuser à regarder les dessins et à comparer les phrases du début et les interprétations qui ont suivi. Les feuilles peuvent circuler librement dans le cercle et les participant.e.s peuvent échanger et rire ensemble.

Juste un

3 à 10
personnes

15 à 20
minutes

Intention

Se détendre en développant sa communication.

Lieu

À l'intérieur.

Matériel

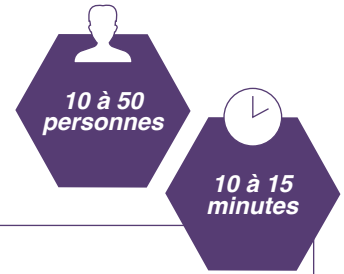
- Crayon et papier
- Des mots sur des cartons

Déroulement

1. Un.e joueur.euse pige un carton avec un mot. Il ou elle ne doit pas le regarder ;
2. Ce.tte joueur.euse met le carton sur son front et le montre aux autres joueur.euse.s. Ensuite il ou elle ferme les yeux ;
3. Les autres joueur.euse.s écrivent un mot qui pourrait aider à deviner le mot présenté ;
4. Ces joueur.euse.s se montrent leur mot. Tou.te.s ceux et celles qui ont le même mot doivent retirer leur papier ;
5. Une fois l'élimination des mots répétés faite, le ou la joueur.euse qui devine peut ouvrir les yeux et lire les indices des autres. Cette personne n'a qu'un seul essai pour deviner le mot ;
6. On recommence avec un.e autre joueur.euse qui devra deviner !



Passé l'objet



Intention

Se détendre en développant sa communication.

Lieu

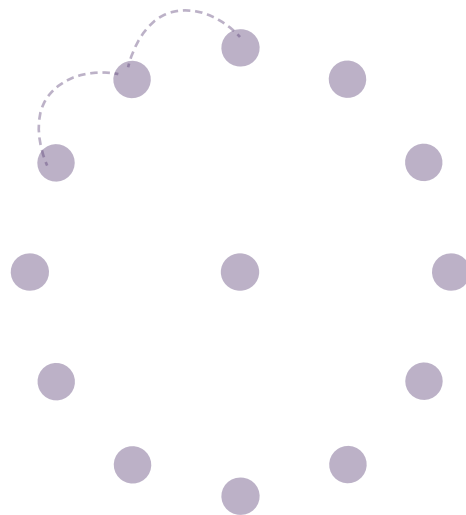
 À l'intérieur.

Matériel

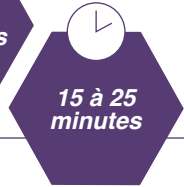
Un objet

Déroulement

1. Une personne est désignée pour aller au centre et être l'observateur.trice ;
2. Les autres joueur.euse.s font circuler un objet derrière leur dos. L'observateur.trice tente de pointer une personne au même moment où celui-ci ou celle-ci a l'objet dans ses mains ;
3. L'observateur.trice a 3 essais, ensuite une autre personne sera désignée pour aller au centre. Si l'observateur.trice réussit, c'est la personne qui avait l'objet qui ira au centre.




Le troupeau



Intention

Se détendre en développant sa communication.

Lieu

 À l'intérieur.

Matériel

Crayon et papier

Déroulement

1. Un.e joueur.euse fait une phrase en retirant un élément de la phrase, ou pose une question :

Exemple

Les _____ rient sans aucune raison.

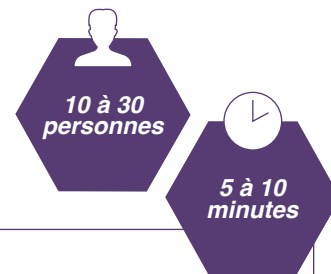
OU

Quelle est la saveur de crème glacée la plus populaire ?

2. Les joueur.euse.s écrivent un mot qui s'insère dans l'espace vide. Le but du jeu est d'avoir la même réponse que le plus grand nombre de joueur.euse.s ;
3. Les joueur.euse.s montrent leur réponse et constatent ceux et celles qui ont réussi à avoir une réponse pareille ;
4. Un.e autre joueur.euse pose une question ou dit une phrase à son tour.



Assis et debout



Intention

Se défouler en développant une cohésion de groupe.

Lieu

 À l'intérieur.

Matériel

Des chaises

Déroulement

1. Les participant.e.s sont assis.es en cercle sur des chaises ;
2. L'animateur.trice crie un nombre suivi de « Assis » ou « Debout » et le bon nombre de participant.e.s doivent suivre la consigne. Ex : « 2 Assis » tou.te.s les participant.e.s sauf deux doivent se lever. Les joueur.euse.s doivent donc s'unir afin de toujours bien représenter la consigne de l'animateur.trice le plus rapidement possible.

Note

Ce jeu peut être adapté pour des gens qui ne peuvent pas se lever. Il faut tout simplement bien identifier les consignes. Par exemple : Assis = lever le bras droit, debout = lever la jambe gauche.

*****Il faut bien connaître la mobilité des participant.e.s pour identifier les variantes.*****


La lune et le soleil



Intention

Se défouler.

Lieu

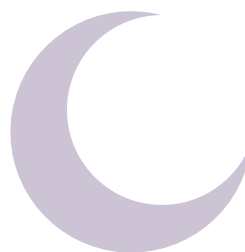
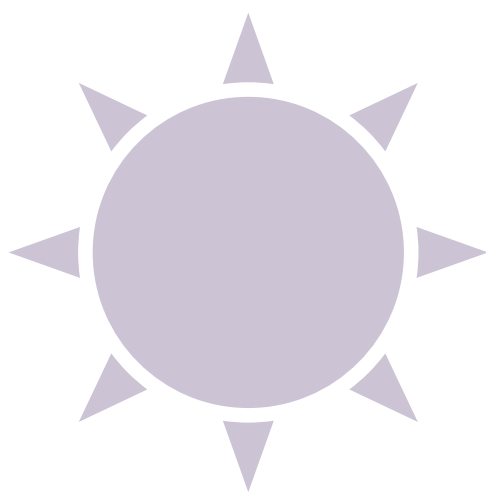
 À l'intérieur ou à l'extérieur.

Matériel

Un petit et un grand ballon

Déroulement

1. Les participant.e.s sont en cercle et font face à l'extérieur du cercle ;
2. Ils et elles reçoivent le petit ballon (la lune) et doivent le faire circuler. Ils et elles reçoivent ensuite le plus grand ballon (le soleil), qu'ils et elles doivent faire circuler dans le même sens. Ils et elles tentent de faire circuler le soleil assez rapidement afin qu'il rattrape la lune.





FESF 
fédération de la jeunesse franco-ontarienne