

Michel Claeys

Enseignants CPS

Compétences Psycho-Sociales

livret 2

**Climat d'ouverture et
d'acceptation**

Autres livres du même auteur

dans le domaine de l'éducation émotionnelle et sociale :

- MON JOURNAL DE BORD CPS (1) - cahier d'éducation aux compétences psychosociales, premier niveau (7 à 11 ans). Livret d'élève. BOD 2018.
- MON JOURNAL DE BORD CPS (2) - cahier d'éducation aux compétences psychosociales, premier niveau (12 à 18 ans). Livret d'élève. BOD 2018.
- L'ÉDUCATION ÉMOTIONNELLE, DE LA MATERNELLE AU LYCÉE - 220 activités pédagogiques et ludiques (Éditions Le Souffle d'Or, 2014, nouvelle édition remaniée et augmentée en 2018). Disponible en fichier PDF sur www.education-emotionnelle.com
- LE DÉFI ÉMOTIONNEL : Comment comprendre et mettre en œuvre le nouveau projet pédagogique (Éditions Le Souffle d'Or, 2018).
- Kit « SPECIAL RENTREE » - Instaurer un climat de classe positif. (2019, PDF)

Titres épuisés et périmés :

- PRATIQUE DE L'ÉDUCATION ÉMOTIONNELLE - apprentissage de la relation et de la communication justes (Éditions Le Souffle d'Or, 2004, 2008).
- ÉDUCATION ÉMOTIONNELLE, GUIDE DE L'ANIMATEUR (Éditions Le Souffle d'Or, 2008).

Pour obtenir

la série des 10 livrets '**Enseignants CPS**'

(en PDF) rendez-vous sur

www.education-emotionnelle.com

Enseignants CPS – Éducation aux compétences psychosociales (livret 2)

Copyright © Michel Claeys Bouuaert, 2019

Michel Claeys Bouuaert

Enseignants CPS

Éducation aux Compétences
Psychosociales

Livret 2 :

Première étape : INSTALLER UN CLIMAT D'OUVERTURE ET D'ACCEPTATION

Les livrets de la collection, formant un ensemble :

Livret – 1 : PRINCIPES GÉNÉRAUX et OUTILS DE MISE EN PLACE

Livret – 2 : CLIMAT D'OUVERTURE ET D'ACCEPTATION

Livret – 3 : LA CLASSE COOPÉRATIVE

Livret – 4 : ÉCOUTE et COMMUNICATION BIENVEILLANTE

Livret – 5 : ESTIME DE SOI – CONFIANCE – CRÉATIVITÉ

Livret – 6 : ÉMOTIONS – BESOINS – RÉOLUTIONS DES CONFLITS

Livret – 7 : AUTONOMIE et RESPONSABILITÉ – CHOIX – OBJECTIFS

Livret – 8 : BIENVEILLANCE – NON-VIOLENCE – EMPATHIE

Livret – 9 : PENSÉE POSITIVE – SCHÉMA MENTAL

Livret – 10 : RELAXATION – ANCRAGE CORPOREL

CONTENU du livret

- 1. Introduction : de quoi s'agit-il ?**
- 2. Quelques séances type**
- 3. Les fiches d'activités**

Annexes :

INDEX des animations (PAR THEMES - 10 livrets)

INDEX ALPHABÉTIQUE

Introduction : de quoi s'agit-il ?

CLIMAT SCOLAIRE : ouverture, acceptation, coopération

La première étape de la mise en place d'une éducation relationnelle aura pour objectif de « mettre en lien » les individus, d'établir une dynamique relationnelle qui permette l'ouverture les uns aux autres et l'instauration d'un climat d'acceptation. La relation à l'autre s'apprend. On ne peut laisser ce domaine d'apprentissage en friche, abandonné à lui-même. Par conséquent, il est indispensable d'amener les élèves à se connaître, à se familiariser, à communiquer. Pour cela, il existe un grand nombre d'activités simples et ludiques, qui modifieront considérablement et le climat scolaire et la motivation des élèves à venir à l'école, à s'approprier cet espace.

Il s'agira d'inviter au partage, simple et sans risque au départ, afin que chacun puisse apprendre à se dévoiler, à s'ouvrir aux autres et à trouver sa place dans le groupe. Des animations adéquates, des consignes claires, un cadre bienveillant dans lequel il n'y a rien à prouver, dans lequel il n'y a ni perdants ni gagnants, dans lequel chacun est simplement invité à *être lui-même*, suffiront à créer les conditions qui vont permettre au groupe d'installer un sens d'appartenance. Ceci constitue la base sur laquelle tout le reste sera développé. Sans cette base, rien ne fonctionnera correctement.

Acceptation des différences

Les activités proposées doivent donner l'occasion d'approfondir l'ouverture aux autres. Il s'agira d'identifier et de relâcher les nombreux préjugés dont nous pouvons être porteurs. En fonction des différents niveaux de maturité des participants, ce sera l'occasion de conscientiser les stéréotypes, les jugements de valeur portés sur les différences sociales, nationales, raciales, religieuses, sexuelles, générationnelles et autres. Ce sera l'occasion d'explorer les discriminations, jusqu'à l'intérieur du groupe concerné.

Rappelons que ce thème, comme tous les autres, ne sera pas abordé par un discours énonçant des principes et des objectifs comportementaux. La compétence à acquérir pour l'éducateur est de pouvoir offrir une mise en situation qui va permettre aux participants de découvrir quelque chose par

eux-mêmes, et d'échanger sur leurs observations, leurs ressentis et prises de conscience avant que l'éducateur ne fasse à son tour un récapitulatif de ce qui a émergé, validant ainsi les aspects plus conceptuels de l'apprentissage. Les enfants intégreront leur expérience, bien plus qu'un quelconque discours.

L'ouverture aux autres permet très naturellement de développer la tolérance et l'acceptation. Il est donc essentiel de mettre en place un climat dans lequel les échanges plus personnels puissent se faire, de toutes sortes de manières : dans le mouvement, dans le jeu, dans l'effort physique, dans le toucher, dans l'émotion, dans l'expression artistique et, bien entendu, aussi dans la communication, verbale et non-verbale.

Parmi les outils permettant aux enfants, dès le plus jeune âge, de se familiariser avec cette compétence, il y a :

- 1° des jeux de dégel ou d'échauffement (destinés à instaurer une dynamique de contact et de plaisir) ;
- 2° des jeux de présentation (qui invitent les joueurs à dire quelque chose d'eux-mêmes) ;
- 3° des activités plus spécifiquement liées au thème de l'acceptation de la différence, au relâchement des projections et stéréotypes.

Explorez par priorité les activités suivantes :

(L') Aveugle et son guide	(7 ans+)	◆
Ballon qui suis-je	(4 ans+)	◆
Cercle 'j'aime, je n'aime pas'	(4 ans+)	◆
(La) Chasse aux signatures	(8 ans+)	◆◆
Conduite aveugle	(5 ans+)	◆
(Des) Choses en commun	(6 ans+)	◆◆
Je suis moi	(7 ans+)	◆◆
(Le) Langage des images	(5 ans+)	◆◆
Ma place dans le groupe	(7 ans+)	◆◆
Présentations en binômes	(10 ans+)	◆◆
Se ranger par ordre de...	(7 ans+)	◆
Symboles	(9 ans+)	◆◆◆
Trouve quelqu'un qui comme toi	(7 ans+)	◆◆

N.B. : Les activités de ce livret ne sont pas les seules à convenir dans le thème qui nous intéresse ici. Les différents thèmes étant « transversaux », de nombreuses activités sont classées sous d'autres thèmes tout en étant pertinentes pour l'instauration d'un climat de classe adéquat. Il vous faudra donc vous approprier progressivement l'ensemble des outils.

Quelques séances type

(Première approche)

*(voir aussi le « **Kit SPECIAL RENTREE – Instaurer un climat de classe positif** », pour une programmation plus développée)*

1) Maternelles (4-5 ans)

Échauffement : **Touche-touche couleurs**
Pêcheur

Expérimentation/activité pédagogique : **Ballon qui suis-je** (Débriefing simple)

Jeu de clôture : **Météo intérieure**

2) CP-CE (6-8 ans)

Échauffement : **Conduite aveugle**
Appel par le nom

Expérimentation/activité pédagogique (avec débriefing approprié) :

(L') Aveugle et son guide
(Le) Langage des images

Jeu de clôture : **Retrouvez votre famille animale**
J'appelle
Coco est bien assis ?

3) CM-collège (10-13 ans)

Échauffement : **(La) Conduite aveugle**
(L') Appel par le nom

Expérimentation/activité pédagogique (avec débriefing approprié) :

(La) Chasse aux signatures
(Le) Langage des images

Jeu de clôture : **J'appelle**

4) Collège-lycée (14-18 ans) - contexte facile

Échauffement : **Faire des nombres**
Se ranger par ordre de...
Cercle 'j'aime, je n'aime pas'

Expérimentation/activité pédagogique (avec débriefing approprié) :

(La) Pelote de laine
(La) Chasse aux signatures
(Le) Langage des images

Jeu de clôture : **(Le) Tableau magique**

5) Collège-lycée (14-18 ans) - contexte moins facile

Échauffement : **Faire des nombres**
Se ranger par ordre de...
Cercle 'j'aime, je n'aime pas'

Expérimentation/activité pédagogique (avec débriefing approprié) :
Ma place dans le groupe
(La) Chasse aux signatures
(Le) Langage des images

Jeu de clôture : **J'appelle**

6) Adultes - contexte parents / enseignement

Échauffement : **(La) Conduite aveugle**
(L') Appel par le nom

Expérimentation/activité pédagogique (avec débriefing approprié) :
Présentations en binômes
(La) Chasse aux signatures
Trouve quelqu'un qui comme toi
(Des) Choses en commun
(Le) Langage des images

Jeu de clôture : **(Le) Relai du geste**

7) Adultes - contexte professionnel

Échauffement : **Chanter & danser son prénom**
(La) Conduite aveugle
(L') Appel par le nom

Expérimentation/activité pédagogique (avec débriefing approprié) :
(L') Orange
(La) Chasse aux signatures
(Le) Langage des images

Jeu de clôture : **(Le) Relai du geste**

Les Fiches d'activités

« Climat d'acceptation »

(âge minimum – niv. difficulté – niv. importance)

Ambassadeur	(6 ans+)	◆	
Appel par le nom	(6 ans+)	◆	+
Astuces pour former des sous-groupes	(5 ans+)	◆	+++
(L') Aveugle et son guide	(7 ans+)	◆	+
(Le) Ballon invisible	(7 ans+)	◆	(voir livret 4)
Ballon qui suis-je	(4 ans+)	◆	+
(Le) Bonjour du jour	(3 ans+)	◆	
Cercle de bonnes nouvelles	(7 ans+)	◆◆	++
Cercle 'j'aime, je n'aime pas'	(4 ans+)	◆	++
Chanter & danser son prénom	(5 ans+)	◆	+
(La) Chasse aux signatures	(8 ans+)	◆◆	++
Clins d'oeil	(6 ans+)	◆	
Coco est bien assis ?	(4 ans+)	◆	
Conduite aveugle	(5 ans+)	◆	++
(La) Course alphabétique	(9 ans+)	◆	
Cui-Cui	(4 ans+)	◆	
(Des) Choses en commun	(6 ans+)	◆◆	++
Écrire sur le dos	(6 ans+)	◆	
Faire passer le courant	(7 ans+)	◆	
Faire des nombres	(7 ans+)	◆	+
(Les) Filles et les garçons	(12 ans+)	◆◆◆	+
J'aime tes genoux	(6 ans+)	◆	
J'appelle (salade de fruits)	(4 ans+)	◆	+
Je n'ai encore jamais...!	(7 ans+)	◆	
Je suis moi	(7 ans+)	◆◆	++
Jeu de noms	(5 ans+)	◆	
(Le) Langage des images	(5 ans+)	◆◆	++
Ma place dans le groupe	(7 ans+)	◆◆	++
(Les) Marches	(3 ans+)	◆	++
Mon corps sonne	(4 ans+)	◆	
(Les) Noms en mouvement	(6 ans+)	◆	
Nos héros préférés	(9 ans+)	◆◆	
(Les) Observateurs	(11 ans+)	◆◆◆	+
(L') Orange	(10 ans+)	◆◆	
Pêcheur	(4 ans+)	◆	
(La) Pelote de laine	(7 ans+)	◆	+
Pratique du 'regard neuf'	(10 ans+)	◆◆◆	
Première impression	(10 ans+)	◆◆	
Présentations en binômes	(10 ans+)	◆◆	++

Puzzles géographiques	(9 ans+)	◆◆	
Quel animal suis-je ?	(6 ans+)	◆	
Qui est le meneur ?	(6 ans+)	◆	
Qui est qui : identifier les profils	(9 ans+)	◆◆◆	++
Qui suis-je ?	(8 ans+)	◆◆	++
Relais du geste	(7 ans+)	◆◆	++
Ressemblances et différences	(9 ans+)	◆◆	+++
Retrouvez votre famille animale	(4 ans+)	◆	
(Les) Robots	(4 ans+)	◆	
(Le) Roi du silence	(5 ans+)	◆	
Se joindre à la fourmilière	(8 ans+)	◆◆	
Se ranger par ordre de...	(7 ans+)	◆	
Statues musicales	(3 ans+)	◆	
Suivez le gigolo	(4 ans+)	◆	
Symboles	(9 ans+)	◆◆◆	+
(Le) Tableau magique	(7 ans+)	◆◆	+
Téléphone Arabe	(7 ans+)	◆	
Téléphone sans fil	(6 ans+)	◆	
Touche-touche	(4 ans+)	◆	
Touche-touche couleurs	(3 ans+)	◆	
Trouve quelqu'un qui comme toi	(7 ans+)	◆◆	
Trouve ton partenaire animal	(5 ans+)	◆	
Trouve un partenaire à ta taille	(4 ans+)	◆	
(La) Vague sonore	(7 ans+)	◆◆	

En bleu : dès la maternelle

En marron : dès l'école élémentaire

En noir : dès le collège (cycle secondaire)

Ambassadeur

Type d'activité : jeu de mime, en compétition par équipe

Objectif : échauffement, mise en lien, spontanéité, expression corporelle créative.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 15-20'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel : préparez une liste de 15 à 20 mots (sujets à mimer) appropriée à votre public. Ce peuvent être des objets, des animaux, des verbes, des métiers, ou même des adjectifs représentant une émotion, etc...

Localisation : espace suffisant ; joueurs en mouvement. Les équipes ne doivent idéalement ni se voir ni s'entendre. Elles doivent être à distance égale de l'animateur.

Déroulement :

1) Répartissez le groupe en deux, trois ou quatre équipes de 4 ou 5 joueurs. Expliquez-leur qu'il s'agira de mimer ces mots. Les équipes s'installeront dans un endroit suffisamment éloigné les uns des autres (idéalement une grande pièce, genre salle de gym, ou en extérieur), de manière à ne pas s'entendre ni trop se voir. L'animateur s'installera au centre, à distance égale des équipes.

Un membre de chaque groupe est envoyé comme « ambassadeur » et vient vers l'animateur qui donne la consigne de mime. Il retourne ensuite vers son groupe et doit mimer la consigne. Il est interdit de parler !... Celui qui a trouvé court vers l'animateur, dit le mot et reçoit la consigne de mime suivante, et ainsi de suite. Le premier groupe qui a fait toute la liste a gagné.

Conseil d'animation : faites un 'mix' de sujets à mimer en variant les genres. Adaptez vos choix au niveau des joueurs (plus simple pour les petits). Veillez à équilibrer les groupes. Insistez sur le fait que ce qui compte, c'est de s'amuser, pas de gagner.

- Un kangourou ; un cochon ; un éléphant ; une girafe ; un lapin ; une vache ; un poisson ; un requin ; une grenouille ; un serpent ; un moustique ; un gorille ; un escargot ; une araignée ; une poule ; un perroquet...
- Une caisse ; un nuage ; un radis ; le ciel ; une pomme ; une valise ; une odeur ; une voiture ; une baignoire ; une casserole ; un pont ; un pain ; un fusil ; la musique ; une glace ; un rêve ; un ascenseur ; une tempête ; un oreiller...
- Un cycliste ; un policier ; un alpiniste ; une maman ; un plombier ; un roi (reine)...
- Balayer ; réfléchir ; respirer ; s'ennuyer ; nager ; faire du ski ; jouer au foot ; découper...

Appel par le nom

Type d'activité : jeu de confiance, échauffement.

Objectif : mise en lien, faire confiance.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +


maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 10 à 40+ participants

Localisation : espace ouvert et suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Trouvez un partenaire et éparillez-vous en binômes. Décidez qui est A, qui est B. Assurez-vous de connaître vos prénoms. Placez-vous face à face.

Dans ce jeu, A va commencer par fermer les yeux et placer les mains devant pour se protéger s'il touche quelque chose. B va se mettre devant lui et l'appeler par son prénom. A va avancer dans la direction de son nom. B guide A de manière à lui faire faire un parcours sécurisé... (Faites une démonstration : *je vous montre... !*).

Attention, ceci est un jeu de confiance. Ne piègez pas votre partenaire. N'allez pas vous mettre dans le coin opposé de la pièce... Assurez-vous que votre partenaire se sente en confiance. OK ? on y va...

Laissez les joueurs jouer environ 3 minutes, puis inversez les rôles. Répétez les consignes, si nécessaire.

Partage : retour au grand cercle : quels ressentis, quels apprentissages ?

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Astuces pour former des sous-groupes

1-2-3/1-2-3/1-2-3/1-2-3...

Invitez les joueurs à faire le tour du cercle en comptant 1-2, 1-2, 1-2... ou 1-2-3, 1-2-3... ou 1-2-3-4, 1-2-3-4... en fonction du nombre désiré pour chaque sous-groupe.

On peut également faire compter le nombre de sous-groupes voulus (mettons 4 sous-groupes de 7 joueurs) : on fait compter de 1 à 4, puis on invite les 1 à se réunir dans un coin, les 2 dans un autre, etc.

Jeu de cartes

Chaque participant prend une carte d'un jeu de carte traditionnel, qui contient le nombre voulu de paires. Les joueurs peuvent soit former des binômes avec le numéro et couleur correspondants (rouge ou noir. Par exemple : les 2 rouges, les 3 noirs...), soit former des groupes de 4 avec les chiffres correspondants (rouges + noirs). Par exemple : les 2, les 3...

Reconstituer le puzzle

L'animateur découpe des cartes postales en plusieurs morceaux (le nombre nécessaire par groupe). Mélangez les morceaux et distribuez-les au hasard, puis : *Formez un groupe avec les personnes qui ont les autres morceaux de la même carte.*

Cordes à binômes

L'animateur prend plusieurs cordes (d'environ 2m de long pour 2 participants) et les tient emmêlées avec les bouts de chaque côté, les mains étant écartées : *prenez une extrémité de corde. Quand chacun tient un bout, je lâche les cordes. À l'autre bout de la corde, vous trouverez la personne avec laquelle vous formez un binôme.*

Former des dictons

Matériel : choisir plusieurs dictons faciles connus de tous, découpés en morceaux. Chacun tire au hasard un morceau et doit retrouver de quel dicton il fait partie : *Regroupez-vous avec la/les personnes qui ont une partie manquante de votre dicton.*

Le sac à piocher

Matériel : un sac avec des paires d'objets (ou plus selon les groupes que vous souhaitez former). Version nature : 2 noisettes, 2 noix, 2 étoiles de badiane, 2 glands, 2 marrons, 2 cailloux... Ou bien : des légos, des playmobils, des billes, des perles,...

Demandez aux enfants de se mettre en cercle et de piocher un à un dans le sac un objet, et de le sortir en gardant la main fermée. Puis : *formez un groupe avec la personne qui a le même objet que le vôtre.*

Désigner par thèmes

L'animateur attribue à chacun un nom de fruit, de pays, de personnage célèbre ou d'animal et ensuite chacun va se regrouper par thème. **Variantes** : attribuer des noms d'animaux de différentes espèces (insectes, poissons, mammifères, dinosaures...) et demander de se regrouper par espèce. Ou de différents pays et demander de se regrouper par continent...

Trouve un partenaire à ta taille (voir l'activité du même nom)

Demandez aux enfants de trouver quelqu'un qui a

- la même couleur de cheveux
- la même longueur d'index
- la même longueur d'avant-bras (du coude aux bouts des doigts)
- la même taille de pieds (avec chaussures ...ou sans chaussures)

Faire des binômes de mots

Âge: 8-9 ans +

Durée: 5-10 '

Déroulement:

L'enseignant prépare à l'avance des paires de cartes formant des mots (en s'assurant que les deux cartes doivent être assemblées pour donner un sens). Par exemple: pour 10 joueurs, 10 cartes: *ten - nis* ; *jam - bon* ; *jour - nal* ; *fro - mage* ; *confi - ture*.

Dans un premier temps, l'enseignant prend le temps de s'assurer que les participants ont bien compris comment assembler des parties de mots pour faire des mots qui ont un sens.

Ensuite, on mélange les cartes et les place sur le sol, face cachée. Chaque participant prend une carte au hasard et doit trouver le joueur qui a la carte correspondante, en faisant des mots qui ont un sens.

On peut alors récapituler le vocabulaire ainsi reconstitué.

Matériel nécessaire: cartes avec des mots appropriés.

Note: On peut faire des parties de mots bi-syllabiques ou pluri-syllabiques (trac-teur ; vé-lo ; maga-sin ; gen-darme ; ...).

Le vocabulaire utilisé peut se rapporter à une matière précise : histoire, géographie, littérature, chimie, physique, anglais, etc...

Attention de ne pas utiliser des syllabes qui peuvent s'associer à d'autres que celle souhaitée et laisser ainsi potentiellement des syllabes incapables de se compléter. Exemple : « péri-phérique » et « télé-vision » peut donner « télé-phérique », ce qui laisse « péri » et « vision » sans partenaires. (En revanche, « péri-phérique » et « télé-scope », peuvent donner l'option « télé-phérique » et « péri-scope », donc ça marche...)

Cette activité peut évidemment être utilisée telle quelle, en dehors de l'objectif de constituer des binômes pour une autre activité.

Notes :

(L') Aveugle et son guide

Type d'activité : jeu de confiance

Objectif : mise en lien ; explorer la responsabilité de mener un partenaire.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 15-30'

Nombre de participants : 8 à 30+ participants

Matériel : de quoi bander les yeux de la moitié des participants.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement. Peut se pratiquer en extérieur.

Déroulement :

Invitez les joueurs à choisir un partenaire, de préférence quelqu'un avec qui vous n'avez pas encore joué. Décidez qui est «A» et qui est «B». Avertir : ceci est un exercice non-verbal. Il est impératif de rester silencieux durant tout l'exercice. Vous pourrez parler de votre expérience après.

Instructions : l'objectif de ce jeu est d'observer, d'explorer (et de faire des choses) sans l'aide de vos yeux, comme si vous étiez aveugles. Les «A» commenceront par avoir les yeux bandés. Les «B» vont guider leur partenaire par la main (pas par la voix !). Faites-lui toucher et explorer différents objets ou personnes dans la pièce. Faites-lui explorer des positions, des parcours... Explorez par le toucher, et aussi par vos autres sens, l'odorat, l'ouïe... Veillez bien à rester toujours respectueux de votre partenaire. Il est interdit de mettre le partenaire en danger ! Ceci est un jeu de confiance, et dans quelque temps vous inverserez les rôles. Y a-t-il des questions ?...

NB : Accordez dix minutes ou plus, voire beaucoup plus. Ce jeu peut, si les conditions s'y prêtent, s'étendre dans le temps comme dans l'espace. Il peut durer une ou même plusieurs heures, inclure un repas, une promenade en extérieur, etc.

À la fin, lorsqu'il est temps de clôturer, demandez aux aveugles d'enlever lentement leur bandeau, de regarder autour d'eux et de prendre le temps de ressentir ce qui les frappe le plus en ouvrant les yeux.

Partage : vous pouvez inviter les aveugles à exprimer une chose qui les a frappés durant l'expérience, et une chose qui les a frappés lorsqu'ils ont ouvert les yeux. Ensuite, invitez à explorer le thème de la confiance : quelle expérience de

confiance ont-ils pu faire ? Qu'est-ce qui fait qu'on se sent ou ne se sent pas en confiance ?...

Conseil d'animation : soyez très insistants et prudents (surtout avec les moins de 10 ans) en ce qui concerne la sécurité. Ils peuvent avoir tendance à piéger leur partenaire, ou à ne pas être suffisamment attentifs ou conscients d'éventuels dangers. Surtout si vous êtes en extérieur, invitez-les à être hyper attentifs à ce que leur partenaire ne heurte rien malencontreusement ou ne se fasse pas mal.

L'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Variante : on peut également 'nouer' les deux joueurs au bras. Ils devront ainsi faire un certain nombre d'activités 'ensemble', liés l'un à l'autre.

Notes

(Le) Ballon invisible

(voir livret 4)

Ballon qui suis-je

Type d'activité : activité d'échauffement.

Objectif : mise en lien ; écoute et expression de soi ; coordination motrice ; présence et attention.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 6 à 12 participants par cercle.

Matériel : un ballon (par cercle, si besoin de scinder en plusieurs cercles).

Localisation : espace suffisant ; joueurs assis en cercle(s).

Déroulement du jeu :

1. Les enfants sont assis en cercle, à l'intérieur ou à l'extérieur (veiller à ce que le plancher soit plat et lisse). Ils peuvent avoir les jambes écartées, de manière à toucher les pieds de leurs voisins.
2. Pratiquez comment rouler la balle d'un enfant à l'autre en traversant le cercle.
3. Ensuite, lorsque les enfants s'envoient la balle de l'un à l'autre, celui qui la fait rouler appelle par son prénom celui à qui la balle est désignée. Celui-ci attrape la balle et fait de même vers un autre participant, en l'appelant par son prénom, etc.
4. Ensuite on change la consigne : celui qui attrape et tient le ballon doit répondre à une question avant de passer le ballon plus loin. L'enseignant indique à quelle question il faut répondre : «*Quelle est ta couleur préférée ?*», «*Quel âge as-tu ?*», «*De quelle couleur sont tes cheveux ?*», «*De quelle couleur sont tes yeux ?*», «*Combien de frères et sœurs as-tu ?*», etc...

Conseil d'animation : Ne posez de nouvelle question que lorsque chaque enfant a eu la chance de répondre à la précédente. Demandez aux joueurs de lancer le ballon vers ceux qui n'ont pas encore répondu. Ceux-là peuvent éventuellement faire un appel de la main (main levée). Invitez à aller le plus vite possible, sans temps de réflexion.

L'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Variantes :

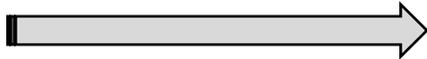
- Les joueurs plus grands peuvent aussi se tenir debout et lancer le ballon en l'air plutôt que le rouler par terre.
- Répétez l'activité et demandez aux enfants de faire des mouvements (sauter, sauter, tourner) pendant qu'ils répondent aux questions.
- L'activité se prête bien aux apprentissages de langue étrangère, l'anglais par exemple.

(Le) Bonjour du jour

Type d'activité : rituel du matin ; mise en lien.

Objectif : présence et attention ; ouverture aux autres. Activité quotidienne pour prendre contact avec soi, avec l'autre, avec l'environnement.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 5'

Nombre de participants : indifférent

Localisation : tout espace, même restreint.

Déroulement :

- 1- Rappeler les différentes manières (culturelles) de dire bonjour (se serrer la main, bisous, salut courbé, main sur le cœur, mains jointes, tire-langue...)
- 2- En début de journée, se dire bonjour les uns aux autres, dire bonjour aussi à tous ceux qui nous entourent (au-delà du local de classe) ainsi qu'aux objets, plantes, animaux qui nous entourent... Permettre à chaque enfant de prendre un espace d'expression pour s'affirmer dans sa singularité au sein du groupe.
- 3- Insister sur l'importance du regard lorsqu'on dit bonjour à quelqu'un.

Conseil d'animation : L'enseignant participe et invite les enfants à s'exprimer librement.

Notes :

Cercle de bonnes nouvelles

Type d'activité : cercle de parole spontané, rapide.

Objectif : mise en lien, écoute, installer un climat positif.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 5 à 10' (en fonction du nombre d'intervenants)

Nombre de participants : 4 à 12 participants, sinon plusieurs cercles.

Localisation : joueurs en cercle, debout ou assis.

Déroulement :

Chacun à son tour raconte brièvement une bonne nouvelle récente (30 secondes par personne).

Occasions d'emploi :

- rite de début de cours ou de début de semaine.
- lorsqu'il y a une atmosphère dépressive de la classe.

Conseils d'animation

Pour les plus jeunes, on peut employer une balle de mousse comme modérateur. C'est celui qui a la balle qui parle.

Faites en sorte que chacun puisse s'exprimer, pas plus d'une fois (mais on peut passer son tour). Évitez que certains ne monopolisent trop longtemps la parole.

Cette activité peut être répétée régulièrement. Elle représente une bonne manière de commencer une réunion ou une session de travail, invitant au partage, à l'ouverture et créant une atmosphère positive.

L'animateur peut parfaitement participer. Il est préférable qu'il parle en dernier, à moins que ce ne soit, au début, pour donner l'exemple, comme une manière d'inviter les autres...

Remarque : cette activité gagne à être pratiquée dans tous les contextes, y compris familial, travail, etc.

Notes :

Cercle 'j'aime, je n'aime pas'

Type d'activité : animations simple d'expression de soi.

Objectif : échauffement, mise en lien, écoute, prendre sa place dans un groupe, développer l'acceptation des différences.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; grand cercle, debout.

Déroulement :

On fait un tour de cercle, en commençant par l'animateur qui donne l'exemple. Pour commencer (au premier tour), chacun dit quelque chose qu'il aime, en avançant d'un pas vers l'intérieur du cercle (*Exemple : j'aime me lever tôt le matin pour voir le lever du soleil*). Tous ceux qui partagent le même sentiment font également un pas en avant. Ensuite on passe au suivant. Insistez bien sur l'obligation d'être spontané : pas de temps de réflexion, pas de temps d'arrêt.

Après avoir fait le tour du cercle, on change la consigne : *je n'aime pas...*

Éventuellement, pour que l'activité prenne moins de temps, on peut faire un ½ cercle J'AIME... et un ½ cercle JE N'AIME PAS...

VARIANTES : à la suite, on peut explorer également d'autres thèmes :

- je fais très bien....
- je ne fais pas bien....
- j'ai très peur de
- je suis triste quand
- je stresse quand
- j'aimerais beaucoup que

Conseil d'animation : L'animateur fait partie du cercle et peut jouer.

Avec les plus grand, on peut demander d'exclure les choses à boire et à manger, afin de se concentrer plutôt sur des aspects plus impliquants.

Si vous proposez cette animation avec un très grand groupe, vous pouvez changer de consigne toutes les 10 ou 15 personnes.

Chanter & danser son prénom

Type d'activité : jeu simple d'improvisation spontanée

Objectif : échauffement, mise en lien, connaissance des prénoms, spontanéité.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; grand cercle.

Déroulement :

Le groupe forme un grand cercle debout, pas trop près les uns des autres.

Instructions : chaque membre du groupe, tour à tour, va avancer d'un pas ou deux vers le centre en faisant un geste facilement imitable et en chantant simultanément son prénom avant de reprendre sa place. L'ensemble du groupe l'imité ensuite en chœur (le geste et le nom). Attention : il est interdit de faire deux fois le même geste et le même chant. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que tout le monde ait eu son tour.

Conseil : rappelez les joueurs à être imaginatifs. *'Il n'y a pas de temps de réflexion : soyez le plus spontané possible !'* Le cas échéant, rappelez qu'il ne faut chanter QUE son prénom, aucun autre mot ni message. Si un joueur fait un mouvement difficile à imiter (trop long, trop compliqué, hors proportions...) rappelez gentiment qu'il convient de rester dans les consignes : pas plus de deux ou trois pas, simple et imitable.

Ce jeu est évidemment indiqué au tout début d'une rencontre, lorsque les joueurs ne se connaissent pas encore bien. C'est un excellent dégel.

Conseil d'animation : L'animateur joue en premier, pour donner l'exemple.

Variantes : voir également les autres jeux de noms : « **Les noms en mouvements** », « **jeu de noms** ».

Notes :

(La) Chasse aux signatures

Type d'activité : jeu compétitif, course à l'interview

Objectif : échauffement, mise en lien, communication, faire connaissance, se révéler

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 20-30'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel : une copie du questionnaire et un stylo par participant.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

L'animateur a préparé pour chaque participant une feuille comportant un certain nombre de cases dans lesquelles figurent des affirmations de compétences particulières (éventuellement en langue étrangère s'il s'agit d'un cours de langue). Par exemple : « *sait siffler* », « *aime lire* », « *sait jouer du piano* », etc. Il doit s'agir de 10 à 12 informations (voire plus, en fonction du nombre de joueurs) qui permettent de révéler une caractéristique personnelle. Chaque case doit contenir assez de place pour une signature. Les participants ont le droit de signer (mettre leur nom) uniquement sous les affirmations qui leur correspondent. Mais chaque participant n'a le droit d'apposer sa signature (son nom) que dans une seule case par feuille !

L'objectif du jeu est d'obtenir une signature pour chaque case et de remplir sa feuille au plus vite.

Au signal du meneur de jeu, l'activité commence et tous les participants doivent obtenir le plus rapidement possible des signatures de la part des autres. Le participant qui a réussi en premier à remplir sa feuille d'autographes est le gagnant et crie STOP. Ensuite (en grand groupe), on peut lire les informations à voix haute ainsi que les prénoms correspondants.

Remarque : Les informations ou questions posées peuvent éventuellement être mises en rapport avec un thème particulier (par exemple géographie : « *a déjà été dans tel ou tel lieu...* ») ou avec la vie réelle (par exemple : « *J'ai déjà nagé dans la mer cette année* », « *Je dors dans une chambre partagée à plusieurs* », « *Je déteste manger du poisson* », « *a un chat* », etc.)

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Exemple de fiche (à modifier en fonction de votre public) :

– Sait jouer d'un instrument de musique :
– N'a pas de télévision à la maison :
– A son anniversaire au mois de décembre :
– Dessine avec facilité :
– A un animal à la maison :
– A un animal 'exotique' à la maison :
– A beaucoup d'humour (sait faire rire les autres) :
– A plus de 3 frères et sœurs :
– N'a jamais eu d'os cassé :
– Est né(e) dans un autre département que le tien :
– Est né(e) dans un autre pays que la France :
– N'aime pas le poisson :
– Est végétarien :
– Aime les haricots verts :
– A fait son lit ce matin :
– Ne fait jamais son lit le matin :
– Peut siffler avec les doigts :
– Sait parler deux langues :
– N'a jamais voyagé en dehors de la France :
– N'a jamais été chez le dentiste :
– A déjà fait un séjour à l'hôpital (au moins une nuitée) :
– A peur d'aller en avion :
– Ne sait pas nager :

Clins d'œil

Type d'activité : jeu facile

Objectif : échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +


maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-20'

Nombre de participants : 10 à 30 participants, en nombre impair

Localisation : espace suffisant ; joueurs assis en cercle.

Déroulement :

La moitié (moins 1) des participants est assise en cercle sur des chaises, avec une chaise qui reste libre. Derrière chaque chaise (y compris la chaise libre) se tient un participant (l'autre moitié du groupe). Ces derniers doivent garder les mains derrière le dos.

Un joueur (A) se tient derrière la chaise libre. Il fait un clin d'œil à un participant assis (B) qui doit alors venir s'asseoir sur la chaise devant A, tandis que le participant situé derrière lui (C) essaye de l'empêcher de se lever. Si B échappe à C, alors C se retrouve avec une chaise libre devant lui. C'est alors à son tour de faire un clin d'œil pour appeler un participant à venir s'asseoir sur sa chaise. Si B ne réussit pas à se lever assez vite, il reste à sa place et A doit continuer à faire des clins d'œil jusqu'à ce que la chaise devant lui soit occupée.

Après 8 à 10 minutes de jeu, les participants debout et les participants assis échangent leurs places.

Remarque : il s'agira évidemment de trouver une bonne stratégie pour déjouer l'attention de C et permettre à B de s'échapper subrepticement.

Variante :

Au lieu de faire des clins d'œil, les participants debout peuvent aussi appeler les participants assis par leur prénom, ce qui permet de répéter les noms des membres du groupe.

Conseil d'animation : l'animateur peut jouer, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe. Il permettra, le cas échéant, d'assurer que les joueurs soient en nombre impair.

Coco est bien assis ?

Type d'activité : jeu de contact

Objectif : échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 15'

Nombre de participants : 10 à 20-25 participants

Localisation : joueurs assis en cercle rapproché.

Déroulement :

Les participants sont assis en cercle sur des chaises. Un participant est choisi pour jouer «Coco», bandez lui les yeux. Faites tourner «Coco» sur lui-même de façon à le désorienter et guidez-le vers un des participants assis sur une chaise. «Coco» doit s'asseoir sur les genoux de ce participant, qui doit dire à coco la phrase suivante : « *Coco est bien assis ?* » Il peut changer sa voix, la rendre plus aiguë ou plus grave. Coco doit alors deviner de quel participant il s'agit en essayant de reconnaître le son de sa voix. Il propose un prénom. S'il échoue, la voix résonne à nouveau. Si Coco échoue après trois tentatives, il recommence sur les genoux d'un autre participant. S'il réussit le joueur assis devient le nouveau Coco.

Remarque : pour réaliser ce jeu il est nécessaire que les participants se connaissent déjà relativement bien, puissent identifier leurs noms et leurs voix. Il faut en plus qu'ils soient capables de se respecter. Ce jeu conviendra surtout aux petits.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Conduite aveugle

Type d'activité : jeu de confiance

Objectif : échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-12'

Nombre de participants : 8 à 30+ participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Éparpillez-vous en binômes. Décidez qui est A, qui est B.

A va commencer par être la voiture (les yeux fermés, les mains en avant pour se protéger), B va se mettre DERRIERE et va être le conducteur.

Attention, vous n'avez pas le droit de tenir les épaules, ni de parler. Vous devez conduire votre véhicule du bout du doigt (MONTRER les gestes à faire sur un participant :)

- Une ligne de haut en bas sur la colonne vertébrale = **avance**.
- Le doigt pointé dans le dos = **stop**.
- Un trait vers la droite sur l'épaule droite = **tourner à droite**.
- Un trait vers la gauche sur l'épaule gauche = **tourner à gauche**.
- Un tapotement léger sur la tête = **marche arrière**.

OK ?... Attention, ceci est un jeu de confiance. Ne piégez pas votre partenaire. Veillez à conduire en toute sécurité. Allez-y... (2 à 3')

Ensuite inverser les rôles.

Variante : on peut aussi jouer ce jeu avec des *instructions verbales codées*, comme par exemple : PIF = tourner à gauche

PAF = tourner à droite

PUF = marche avant

POC = stop

NAFNAF = marche arrière

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

(La) Course alphabétique

Type d'activité : course par équipe.

Objectif : dynamique de groupe ; apprentissage linguistique (éventuellement langue étrangère).

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : (1) facile

Durée : 20'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Matériel : grand tableau ou panneau mural ; craies ou marqueurs.

Localisation : espace suffisant ; joueurs en mouvement par équipes.

Déroulement :

Former 2 équipes qui se tiennent en position de « course de relais » (l'un derrière l'autre, prêts à partir), à deux mètres de distance devant le tableau (tracer une ligne au sol).

L'animateur partage le tableau en deux parties : une surface pour l'équipe A, l'autre pour l'équipe B. (À défaut de tableau, on peut également utiliser des posters, grandes feuilles de papier, fixées au mur à quelques mètres de distance).

Le but du jeu est d'écrire, le plus rapidement possible, un mot pour chaque lettre de l'alphabet. Le joueur A de l'équipe 1 se tient sur la ligne de départ avec le joueur A de l'équipe 2. Au signal donné par l'animateur, A1 et A2, chacun une craie en main (ou un marqueur pour les tableaux blancs), courent jusqu'au tableau et écrivent un mot qui commence par la lettre A.

Puis, ils retournent dans leur équipe pour passer le « témoin » au joueur B qui écrira un mot qui commence par la lettre B, puis les joueurs C écriront un mot qui commence par C, etc. L'animateur fera office d'arbitre instantané : si un mot écrit n'est pas correctement orthographié ou n'existe pas, le participant suivant (de la même équipe) doit le corriger ou trouver un autre mot qui commence par la même lettre.

La première équipe qui a écrit un mot qui commence par la lettre Z, a gagné.

Variante :

On peut aussi laisser les équipes arriver à la lettre Z sans corriger les fautes. A la fin de la partie, on compte alors les mots correctement écrits (un point par mot) et l'équipe avec le plus de points gagne.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas.

Cui-Cui

Type d'activité : jeu simple, en aveugle, non-verbal.

Objectif : échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-12'

Nombre de participants : 10 à 30+ participants

Matériel : éventuellement : de quoi bander les yeux des joueurs.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Instruction : Les joueurs se répartissent dans l'espace. Tous ont les yeux bandés.

« Vous allez vous déplacer librement, prudemment, les mains devant vous. Lorsque vous rencontrez quelqu'un, vous devez faire votre cri de petit oiseau : cui-cui. Si la personne que vous rencontrez fait le cri également, passez votre chemin et continuez à circuler. UN SEUL parmi vous sera désigné comme étant le renard. Lui ne fait pas 'cui-cui', il se tait et vous attrape. Si vous rencontrez quelqu'un qui ne fait pas cui-cui, vous devez lui tenir la main et désormais vous taire également. Tous ceux qui sont attrapés forment une chaîne. Si les oiseaux touchent la chaîne, ils doivent se diriger à tâtons vers le bout de la chaîne et s'y rattacher. On joue jusqu'à ce que tout le monde ait rejoint la chaîne silencieuse. OK ?... Pas d'échange verbal, c'est un jeu en silence. Allez-y ».

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien. Il veille en particulier à ce que les joueurs ne se blessent pas aux obstacles éventuels.

Notes :

Des Choses en commun

Type d'activité : activité collective, dynamique de groupe.

Objectif : mise en lien, ouverture, se dévoiler, se découvrir, s'accepter.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



Maternelles (GS) – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 15-20'

Nombre de participants : 8 à 40 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Demandez de former des **binômes**, répartis dans un espace où le mouvement est aisé.

- 1) Assis ensemble, deux par deux, **identifiez trois choses que vous avez en commun** :
 - une chose que vous ne faites JAMAIS, (FAIRE, PENSER, DIRE, SENTIR...)
 - une chose que vous faites PARFOIS,
 - une chose que vous faites TRES SOUVENT.

(Conseils : il sera utile de donner un exemple : la vaisselle, frapper, écrire sur un mur, tirer la langue, pleurer, avoir un fou rire...)

- 2) Lorsque les trois points communs ont été identifiés, **rejoignez ensemble un autre binôme** et voyez à quatre si vous avez un ou plusieurs **mêmes points communs**. Si vous n'en trouvez pas, recherchez ensemble **trois points communs aux quatre** :

- une chose que vous ne faites JAMAIS,
- une chose que vous faites PARFOIS,
- une chose que vous faites TRES SOUVENT.

- 3) Ensuite, les groupes de quatre vont partir à la recherche d'un autre groupe de quatre partageant un ou plusieurs mêmes points communs. À défaut, mettez-vous à huit et identifiez **trois nouveaux points communs à tous les huit**.
- 4) Les groupes de huit partent à la recherche d'un autre groupe de huit et refont le même processus...
- 5) L'activité prend fin lorsque tous les participants se sont regroupés et sont parvenus à identifier **trois points communs à tous**. Pour cette dernière étape, l'animateur peut proposer des caractéristiques et demander à ceux qui ne s'y identifient PAS de lever la main. Tant qu'il y en a un qui lève la main, il faut trouver autre chose...

Remarque : Pour les petits, une alternative plus facile est de trouver

- 1 chose qu'on adore,
- 1 chose qu'on déteste,
- 1 chose qui nous laisse indifférent.

Partage :

- Qu'avez-vous ressenti et appris durant cette activité ? Quels ressentis en découvrant des points communs chez les autres ?
- Les 'points communs' rapprochent-ils ? Les divergences éloignent-elles ?...
- Dans la vie quotidienne, avons-nous besoin de nous sentir uniques et différents, ou avons-nous besoin de nous sentir 'comme les autres' ?
- Avez-vous déjà eu le sentiment de devoir renoncer à une partie de votre identité (vos caractéristiques) pour pouvoir être accepté(e) au sein d'un groupe ?
- L'acceptation des différences... est-ce important ? Sommes-nous réellement différents ? (-> tous différents, tous égaux...)

Voir également : l'activité 'Trouve quelqu'un qui comme toi'.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Écrire sur le dos

Type d'activité : compétition par équipes

Objectif : échauffement, mise en lien, attention, perception corporelle, précision du geste, écriture...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



Maternelles (GS) – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs en files indiennes par équipes (ou en cercle).

Déroulement :

Former deux équipes. Chaque équipe se met en file indienne, l'une en face de l'autre (les deux têtes-de-file se faisant face, de manière à ce que les joueurs ne puissent voir ce qu'écrivent ceux de l'autre équipe). On peut également démarrer en cercle, debout. On divise le cercle en deux. La consigne part dans les deux sens...

Un chiffre (ou un nombre) est montré au dernier participant de chaque équipe, sans que les autres ne l'aperçoivent. Il va s'agir de se faire passer ce chiffre d'un joueur à l'autre en l'écrivant avec son doigt sur le dos du joueur qui se trouve devant lui, et ainsi de suite jusqu'au premier participant en tête de la file indienne. Celui-ci doit alors dire à haute voix le chiffre passé de dos en dos.

Variante :

Pour varier et augmenter la difficulté, on peut également faire passer des nombres à plusieurs chiffres, des lettres de l'alphabet ou des symboles (un soleil, un cœur, un triangle...)

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Faire passer le courant

Type d'activité : jeu collectif en cercle

Objectif : échauffement, mise en lien, attention, écoute, précision du geste.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-12'

Nombre de participants : 6 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs en cercle.

Déroulement :

Les joueurs sont debout en cercle. On ne parle pas durant l'activité.

Instructions : le meneur commence à envoyer un «clap» (frappe des deux mains, bras tendus) en direction d'un autre joueur. Bien expliquer et démontrer qu'il est important d'établir un contact visuel d'abord, de pointer les mains vers cette personne et de lui «lancer» ensuite le «clap». Si on regarde ailleurs ou de manière imprécise, cela ne fonctionne pas !

- 1) Dans un premier temps on passe le «clap» successivement de l'un à l'autre. Le joueur qui reçoit envoie ensuite à un autre, au hasard, après avoir établi un contact visuel. Le but est d'aller assez rapidement dans cet exercice. (**Variante** : on peut faire le tour du cercle, le plus rapidement possible. On peut introduire la possibilité d'inverser le sens. On peut demander de faire un «double-clap» pour traverser le cercle...)
- 2) Lorsque ce premier stade est bien intégré, on passe à la version plus complète de l'exercice : le récepteur va devoir faire un «clap» exactement en même temps, de manière à faire passer le courant. Il faut n'entendre qu'un seul «clap» ! Rappelez qu'il est essentiel de bien établir le contact visuel et d'attendre que le récepteur soit prêt afin de «claquer des mains» ensemble. **Démontrez** clairement comment faire !

Le but est d'aller vite. Lorsque le rythme est bien intégré, introduire un deuxième «clap», puis une troisième, puis un quatrième... etc.

Partage/discussion : qu'est-ce que cette activité vous permet d'apprendre ? En quoi est-elle utile ? Quels ressentis ?

Conseil d'animation : l'animateur joue.

Faire des nombres

Type d'activité : jeu simple

Objectif : échauffement, mise en lien, apprendre à compter.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 15 à 50 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

- 1) Indiquez que les garçons ont une valeur de 2, les filles ont une valeur de 3 (*ou l'inverse, peu importe*).
- 2) Donnez ensuite la consigne : vous allez vous regrouper, le plus rapidement possible, en formant le nombre que je vais prononcer.
Par exemple, si je dis « 5 », vous allez devoir vous mettre par deux, un garçon et une fille, en vous donnant la main. OK ?
- 3) Faire ensuite (*par exemple*) : 12 (puis : 11 – 10 – 9 – 8 – 7 – 6 – 5 ... 15...).

Variante : on peut faire des regroupements en distinguant autrement que selon le sexe des joueurs, par exemple les casquettes rouges et les casquettes jaunes, ou les foulards rouges-bleus, les T-shirts blancs...

Remarque : ce jeu peut servir de moyen pour constituer des sous-groupes (du nombre voulu).

Conseil d'animation : L'animateur peut jouer, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe. Sauf en fin de jeu, s'il s'agit de constituer des sous-groupes...

Notes :

(Les) Filles et les garçons

Type d'activité : animation collective d'échange, de réflexion et prise de conscience.

Objectif : écoute et communication ; prise de conscience des différences entre filles et garçons ; acceptation, empathie.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → → → → → → (3) plus exigeant

Durée : 45-60'

Nombre de participants : 15 à 30-40 participants

Localisation : espace suffisant ; deux groupes, deux salles ; retour en grand cercle.

Déroulement de l'activité :

1) Séparez le groupe en deux, les filles d'un côté et les garçons de l'autre. Chacun des groupes va se réunir isolément (dans des pièces séparées, sans que l'autre groupe ne les voie ou les entende). Chaque groupe doit être accompagné d'un adulte/animateur.

Chaque groupe peut en outre être divisé en **sous-groupes de 3 ou 4**. Ils se mettent en cercle et échangent tour à tour sur les questions suivantes, avec désignation d'un rapporteur à leur grand groupe respectif (qui seront entendus dans la 2^e phase) :

Pour les filles :

- 1- comment vivez-vous le fait d'être une fille dans votre classe (groupe) ?
- 2- qu'est-ce que vous aimez chez les garçons ?
- 3- quelles attitudes typiques chez les garçons vous mettent mal à l'aise (vous agacent, vous dévalorisent) ?
- 4- quelles attitudes typiques chez les garçons vous font plaisir (vous valorisent) ?

Pour les garçons :

- 1- comment vivez-vous le fait d'être un garçon dans votre classe (groupe) ?
- 2- qu'est-ce que vous aimez chez les filles ?
- 3- quelles attitudes typiques chez les filles vous mettent mal à l'aise (vous agacent, vous dévalorisent) ?
- 4- quelles attitudes typiques chez les filles vous font plaisir (vous valorisent) ?

2) Retour ensemble de toute la classe. Les filles vont se mettre en cercle au centre du cercle de garçons (tous et toutes tournés vers le centre). Elles vont écouter les rapports des différents sous-groupes, et les garçons également. Les rapports peuvent être complétés si besoin. (Rappel des règles du cercle de parole ; les garçons n'interviennent pas évidemment).

Ensuite tout le monde change de place : les garçons vont faire un cercle au centre du cercle de filles. Ils écoutent les rapporteurs de leurs sous-groupes. Les filles écoutent.

3) Retour à un seul grand cercle, filles + garçons. Discussion ouverte :

- Y a-t-il des surprises, des découvertes ?

- Qu'avez-vous appris de cette activité ? Votre regard sur le sexe opposé a-t-il évolué ? Si oui, en quel sens ? Cela vous incite-t-il à modifier certaines de vos attitudes ?

Conclusion : mettez-vous en binômes avec votre voisin : échangez UNE CHOSE que vous êtes content(e) d'avoir entendue durant cette activité.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

J'aime tes genoux

Type d'activité : jeu simple

Objectif : échauffement, mise en lien, contact physique

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM) – collègue** – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : minimum 10, jusqu'à 20-25 joueurs

Matériel : des chaises.

Localisation : espace suffisant ; joueurs assis en cercle et en mouvement.

Déroulement :

Les joueurs sont assis en cercle. Chacun tire au hasard une carte d'un jeu de cartes et doit en retenir la couleur (**pique, carreau, cœur** ou **trèfle**). L'animateur reprend les cartes et les mélange. Le jeu va commencer.

L'animateur va retourner les cartes les unes après les autres et en annoncer à chaque fois la couleur. Si c'est (*par exemple*) un carreau, tous les joueurs ayant tiré un carreau doivent se décaler d'une place vers la gauche et s'asseoir sur les genoux de leur voisin (de gauche donc). L'animateur poursuit avec la carte suivante : les joueurs de cette couleur se décalent d'une place vers la gauche, et ainsi de suite, sachant que les joueurs se déplacent toujours dans le même sens. Un même joueur peut donc avoir plusieurs joueurs sur ses genoux. Tout joueur qui a quelqu'un sur les genoux ne peut bouger : il doit passer son tour jusqu'à ce que ses genoux soient libres.

Le jeu peut s'arrêter (*par exemple*) lorsque le premier joueur a fait un tour complet et est revenu à sa place initiale.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

J'appelle (salade de fruits)

Type d'activité : jeu simple

Objectif : échauffement, mise en lien, spontanéité.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-12'

Nombre de participants : 10 à 30 joueurs

Matériel : des chaises.

Localisation : joueurs en cercle rapproché, en mouvement.

Déroulement :

Les participants sont assis sur des chaises, en cercle. Veillez à ce que les chaises soient solides, assez serrées les unes contre les autres (mais pas trop). Placez-vous au centre. Il y aura donc (avec l'animateur) une chaise de moins qu'il n'y a de joueurs.

Annoncez : « *je vais donner une caractéristique personnelle, qui peut être quelque chose que j'aime, ou que je déteste, ou une particularité vestimentaire, quoi que ce soit... et tous ceux qui partagent la même caractéristique vont devoir changer de chaise. PAR EXEMPLE : j'appelle ceux qui, comme moi, aiment rire : changez de chaise... »*

Vous vous précipitez sur une chaise libre, et nécessairement un joueur va se retrouver au centre, sans chaise. Dites alors : *tu es le nouvel « appelant ».* Donne une caractéristique et tous ceux qui la partagent avec toi vont devoir changer de chaise.

Invitez au besoin à ne pas utiliser deux fois la même caractéristique.

Poursuivez le jeu une dizaine de minutes. Veillez à terminer avant que les joueurs ne se lassent.

Variantes :

- **pour les plus âgés** : on peut demander de n'utiliser que des caractéristiques personnelles abstraites, des 'qualités', des talents, ou (mieux encore) indiquer un thème précis et alterner toutes les 2 à 3 minutes :

- j'ai
- j'aime ...
- je déteste....
- je fais très bien.... (suis expert en....)
- je ne fais pas bien....

- je souhaite que
- j'ai très peur de
- je suis triste quand
- je stresse quand

- **Variante pour les plus petits** (moins de 6-7 ans) : « **Salade de fruits** » :

Chaque joueur reçoit un nom de fruit (choisir 3 ou 4 fruits différents et faire un tour du cercle en désignant par exemple : banane-fraise-pomme-orange, banane-fraise-pomme-orange, etc...). Les participants sont assis sur des chaises, en cercle. Un volontaire vient se tenir au centre et sa chaise est retirée (il y a donc une chaise de moins qu'il n'y a de joueurs). Le joueur au centre est invité à 'appeler' une, deux ou trois sorte(s) de fruit(s), ou tout le monde (en disant alors «salade de fruits»). Les joueurs concernés doivent alors se lever et changer de chaise. Le joueur qui a appelé se précipite sur une des chaises libérées. Celui/celle qui reste sans chaise est le nouvel 'appelant'.

Conseil d'animation : L'animateur joue, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe.

Notes :

Je n'ai encore jamais...!

Type d'activité : jeu de découverte des particularités individuelles

Objectif : mise en lien, parler de soi, se dévoiler, écoute, attention...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 15-20'

Nombre de participants : 10 à 20 joueurs.

Localisation : joueurs en cercle.

Déroulement :

Les joueurs sont assis par terre, en cercle. Ils mettent leurs dix doigts au sol, bien en vue. Un à un, chacun va annoncer quelque chose qu'il n'a encore jamais fait (par exemple : *je n'ai jamais joué au tennis*). À chaque fois, tous ceux qui ont déjà fait la chose énoncée (par exemple '*déjà joué au tennis*') vont devoir lever un doigt. Le but du jeu est de rester le plus longtemps 'en course', ceux qui n'ont plus de doigts au sol étant éliminés. La stratégie utile est donc de citer quelque chose que les autres ont des chances d'avoir déjà fait, mais pas vous-même.

Conseil d'animation : l'animateur peut éventuellement jouer, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe.

Notes :

Je suis moi

Type d'activité : présentation de soi à la 3^e personne.

Objectif : mise en lien, se dévoiler, écoute et acceptation des différences...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM)** – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 30-45'

Nombre de participants : minimum 4 ; en sous-groupes de 4 ou 5.

Localisation : espace suffisant ; joueurs assis en petits cercles.

Déroulement :

Mise en place : répartir les joueurs en sous-groupes de 4 ou 5, avec de quoi écrire.

Instructions :

1) Écrivez d'abord (et partagez ensuite dans votre sous-groupe) :

« Que dirait de toi ton/ta meilleure ami(e) ? » (Décris-toi en parlant de toi-même **à la troisième personne**, en commençant par ton prénom.) PAR EXEMPLE :

- xxx... aime... (goûts, passions, talents)
- il/elle... fait très bien... (principales qualités et compétences)
- il/elle... n'aime pas trop ou déteste faire...
- il/elle... a telle ou telle inquiétude, angoisse...
- il/elle... est particulièrement attaché à... (choses et/ou personnes qui comptent le plus)...
- il/elle... a tel et tel projets... (etc. non limitatif). (accordez 5')

2) Partage en sous-groupe : xxx est... (20')

3) Retours et partage grand groupe : ressentis/apprentissages (10')

Variante pour l'instruction : « *Imagine que quelqu'un écrive un article sur toi pour un journal. Comment aimerais-tu être décrit(e) ?* »

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Jeu de noms

Type d'activité : jeu de noms

Objectif : échauffement, mise en lien, identification des prénoms

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 6 à 30 participants

Localisation : joueurs debout en cercle.

Déroulement :

- 1 – Un à un, chacun se tourne vers son voisin de droite et lui dit son prénom (bien fort). On fait le tour du cercle, écoutant le voisin de gauche, tournant, parlant au voisin de droite. L'animateur commence.
- 2 – ensuite on reprend la même chose vers la gauche : chacun se tourne vers son voisin de gauche et dit son prénom.
- 3 – ensuite on reprend vers la droite, mais cette fois chacun dit le prénom du voisin qu'il regarde.
- 4 – en pour terminer on fait la même chose vers la gauche.

Variante : on peut aussi **chanter** son prénom au lieu de simplement le dire. Dans ce cas, il est préférable d'inviter le cercle entier à répéter le même chant. Idéalement, on invitera à respecter un rythme, sans trous, sans moments d'attente, de façon à faire un seul chant rythmé avec les différents prénoms, alternant solos et chorale.

Conseil d'animation : L'animateur peut faire partie du cercle et jouer également.

Notes :

(Le) Langage des images

Type d'activité : cercle de parole.

Objectif : parler de soi, se dévoiler, écoute, acceptation des différences.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



Maternelles (GS) – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 15-30', voire plus si grand groupe.

Nombre de participants : 6 à 20-25 participants

Matériel : prévoir une série d'images ou de photos choisies en fonction d'un thème et adaptées au public visé. (Par exemple : des photos d'animaux dans toutes sortes de types d'état ou d'interactions ; des photos ou dessins exprimant divers états émotionnels ; des photos exprimant des gestes bienveillance ; des photos exprimant des attitudes malveillantes, agressives ou violentes ; etc...)

Localisation : joueurs assis en large cercle.

Déroulement :

1- **Mise en place** : L'ensemble du photolangage (les images) est dispersé sur une table, sur le côté de la salle (ou au sol au centre du cercle). Les images sont numérotées. Les joueurs sont assis en cercle, à l'écart des images.

2- **Instructions** :

- L'animateur propose aux joueurs (par vague de 4 ou 5 personnes) de se déplacer vers la table pour visualiser, en silence, l'ensemble des images. Ensuite :

- « choisissez **une image qui vous parle**, qui vous frappe, qui fait écho en vous, que ce soit de manière positive ou négative ; retenir-en le numéro ».

3- **Partage** : l'animateur invite ensuite les joueurs à s'exprimer sur leurs choix. Il précise qu'il n'y a absolument pas de « bonne » ou de « mauvaise » réponse, qu'il n'est pas question de juger ce qui est exprimé. Chaque joueur est libre de partager ce qu'il souhaite.

Option : L'animateur prend note, sur une grande feuille visible par tous, des numéros des images choisies par chacun, et des raisons qui ont poussé à les choisir. Il peut alors éventuellement mettre en évidence les images les plus souvent choisies, mais aussi la variété des raisons qui ont pu motiver le choix d'une même image par plusieurs personnes.

Dans une **étape de synthèse**, l'animateur propose aux participants de repérer les

thématiques qui sont le plus souvent apparues à travers le choix des images et les échanges qui s'en sont suivis. Il peut inciter à regrouper les questions qui ont été soulevées en rapport avec le thème choisi.

Variante : on peut inviter les joueurs à choisir une image et la prendre avec eux avant de partager avec le groupe ce que cette image leur inspire. Dans ce cas, il faut s'assurer que les images disponibles soient en grand nombre, qu'il y ait suffisamment de choix.

On peut également inviter les joueurs à choisir deux ou même trois images...

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Ma place dans le groupe

Type d'activité : partage en sous-groupes

Objectif : mise en lien, se dévoiler, forger la conscience de groupe, écoute et acceptation...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 20-30'

Nombre de participants : 8 à 30 participants, en sous-groupes de 4 ou 5.

Matériel : de quoi écrire pour chacun.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, assis en petits cercles.

Déroulement :

- 1) Les participants, en sous-groupes (de 4 ou 5), répondent d'abord par écrit aux questions suivantes (par exemple) :
 - *Mon surnom (ou petit nom/appellation utilisé en famille) :*
 - *La période de l'histoire et/ou le pays où j'aurais aimé naître :*
 - *Mon héros/héroïne préféré(e) (le modèle auquel j'aimerais ressembler) :*
 - *Mon animal préféré :*
 - *Mes trois principales qualités :*
 - *Mes trois principaux défauts :*
 - *Ce que j'aimerais être dans cinq ou dix ans :*
- 2) Ensuite ils partagent leurs réponses à tour de rôle (pas de conversations !) et comparent leurs réponses. Un rapporteur prend des notes et dresse un petit portrait du sous-groupe (en indiquant les points communs et différences)

Retour au grand groupe : retours et partage des ressentis et apprentissages.

Conseil d'animation : rappeler les règles du « cercle de parole », les consignes de communication.

L'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

(Les) Marches

Type d'activité : échauffement en mouvement.

Objectif : expression corporelle, spontanéité, présence, attention... Excellente activité pour développer la présence à soi, la conscience du corps, s'accaparer l'espace, se désinhiber, s'amuser... A faire régulièrement.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : indifférent

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

- Pour commencer, invitez les participants à explorer une marche naturelle, décontractée. Demandez-leur de bien ressentir leur corps dans cette marche...
 - Explorez ensuite différentes vitesses de marches : vitesse 'normale', vitesse 'speed' (pressé), vitesse lente (au ralenti) ... en marche arrière... sur la pointe des pieds... sur les talons... à tout petits pas... à pas de géants... en sautillant pieds joints...
 - En boitillant..., paralysé du pied, de la jambe, du dos, ...en aveugle..., léger... lourd... sur un sol brûlant... ...exténué après une longue marche dans un désert...
 - Marcher comme un bébé qui fait ses premiers pas...
...comme un roi ou une reine...
...comme un soldat, au pas dans un défilé militaire...
...comme une souris... un éléphant... un lapin... un crabe... un kangourou...
 - Avec fierté... indifférence... méfiance... maladresse... etc...
 - On peut faire des arrêts instantanés : se figer... bouger...
à 4 pattes... ramper...
- Terminez par un temps de respiration immobile, de retour à soi, de relâchement...

Conseil d'animation : l'animateur participe pleinement et démontre ce qu'il annonce.

On pourra évidemment écouter, faire les différentes propositions en tout ou en partie, en inventer d'autres... en fonction du groupe avec lequel on travaille.

Notes :

Mon corps sonne

Type d'activité : échauffement, faire ensemble des bruits avec le corps

Objectif : mise en lien, écoute, attention, coopération, spontanéité...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10 à 15-20'

Nombre de participants : 4 à 30+ participants

Localisation : joueurs assis en cercle.

Déroulement :

Pour commencer, on recherche et découvre toute une série de sons qu'on peut obtenir rien qu'en utilisant son corps : frapper dans les mains, sur les genoux, sur les joues (bouche ouverte ou fermée), sur la tête, claquer des doigts, faire claquer sa langue, mâcher, claquer des dents, souffler, tousser, utiliser la voix, frapper les pieds par terre, tirer sur ses joues, frotter les mains... etc.

Il ne faut pas nécessairement chercher à faire beaucoup de bruit. Juste écouter les sons, et apprécier surtout le « son collectif ».

Ensuite, demandez aux joueurs de **fermer les yeux et de reproduire** le son que vous faites. On commencera par un son unique, simple, en variant. Ensuite, lorsque le groupe est bien rodé, on peut faire plusieurs sons à la fois, ou une suite de plusieurs sons... Du plus simple au plus complexe, tout en évitant la cacophonie.

Chaque enfant, à tour de rôle, devient ensuite l'animateur, le chef d'orchestre.

Variante :

Voir l'activité « La Vague sonore ».

Débriefing :

- Que penses-tu de ce jeu ?
- Comment as-tu fait pour reconnaître et reproduire les sons ?

Conseil d'animation : L'animateur s'implique pleinement et guide le processus au départ.

Notes :

(Les) Noms en mouvement

Type d'activité : jeu de présentation et d'improvisation simple.

Objectif : échauffement, mise en lien, attention, mémoire des noms, expression corporelle, spontanéité, cohésion de groupe...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



Maternelles (GS) – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs en grand cercle, en mouvement.

Déroulement :

Les participants se tiennent en cercle, debout. Le premier participant (qui peut être l'animateur) dit son nom et l'accompagne d'un geste quelconque (pas trop compliqué). Son voisin doit alors répéter le nom et le geste associé, avant de lui-même énoncer son nom et trouver un geste. Le troisième participant doit ensuite répéter dans l'ordre les prénoms et gestes des deux participants qui l'ont précédé et ainsi de suite, jusqu'à ce que tous les participants se soient présentés.

Conseil d'animation : Ne vous attardez pas aux erreurs. On poursuit comme on peut.

L'animateur ici participe et anime le processus, en maintenant le rythme autant que possible.

Variantes : voir également les autres jeux de noms : « **chanter et danser son prénom** », « **jeu de noms** ».

Notes :

Nos héros préférés

Type d'activité : exploration en sous-groupes

Objectif : échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 45-60'

Nombre de participants : 6 à 30 participants

Matériel : de quoi écrire + **Option** : invitez les participants à préparer cette activité en apportant ou en recherchant des documents pour illustrer leurs choix.

Localisation : espace suffisant ; joueurs répartis en sous-groupes de 4 ou 5.

Déroulement :

1) Répartir les participants en petits groupes de quatre ou cinq. Prenez de quoi écrire.

2) **Travail en individuel** : « *Pensez chacun à trois personnes que vous considérez comme un modèle, que vous admirez, ou à qui vous aimeriez ressembler. Qu'elles vous soient distantes ou proches, qu'elles aient vécu il y a longtemps ou qu'elles soient toujours en vie, peu importe, tant qu'il s'agisse des personnes que vous admirez... Cela peut être votre mère, votre voisin de palier, votre acteur préféré ou un personnage historique... Notez les noms qui vous passent par la tête et sélectionnez ensuite les trois préférés.*

Lorsque ce choix est fait, identifiez bien les qualités dont ces personnes ont fait preuve à vos yeux. Qu'est-ce exactement que vous admirez en eux ?

(Accordez **4 à 5 minutes** pour ces 2 consignes)

3) **Partage en sous-groupes** : à tour de rôle, dans chaque groupe :

- présentez vos héros préférés, ainsi que les qualités qu'ils ont démontrées. Précisez ce qui vous a le plus touché chez ces personnes.

- dans chaque groupe, faites la liste de tous les personnages choisis, en indiquant leur domaine d'activité et les qualités qu'ils représentent.

(Accordez environ **20 à 30 minutes**)

4) **Retour au grand cercle** : chaque sous-groupe présente sa liste de héros, leur activité principale (arts, sport, politique, science, religion... ou autre) et leurs qualités.

(Pas plus de **3 à 5 minutes** par sous-groupe)

Discussion :

Quelles observations pouvez-vous faire concernant tous ces personnages, ces «héros» ? Percevez-vous des ressemblances, des différences ? Quelles valeurs culturelles, quelles valeurs universelles représentent-ils ? Y a-t-il des héros que plusieurs partagent ? En quoi ces héros sont-ils des modèles pour nous ? Comment nous en inspirer ?

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

(Les) Observateurs

Type d'activité : activité en binômes

Objectif : écoute et observation ; expression de soi.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → → → → → → (3) plus exigeant

Durée : 20-30'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel : fiches avec une série de questions

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en binômes dans un premier temps.

Déroulement :

Les participants sont invités à former des binômes et décider qui est A et qui est B. Les binômes ont alors quelques minutes chacun (2 à 3 minutes max.) pour échanger, tour à tour, sur un sujet donné (facile, tel que : *ce qu'ils ont fait les dernières vacances, leurs parents, leurs loisirs, les pays qu'ils aimeraient visiter...*). A commence à parler, B commence à écouter. L'écouter n'a pas le droit d'intervenir, de répondre ou de poser des questions, mais il doit offrir une écoute totale et maintenir un contact visuel. Cependant, il/elle doit accorder une attention particulière à l'attitude et au regard de leur partenaire, à l'expression du visage, à l'expression émotionnelle. Une fois le temps écoulé, après que les deux aient répondu à la question donnée, ils se séparent et vont vers des côtés opposés de la pièce (les A se regroupent d'un côté, les B de l'autre, idéalement de manière à ce qu'ils ne se voient pas).

L'enseignant distribue alors à tous les participants une feuille de papier avec quelques questions demandant de décrire le partenaire : *quelle est la couleur des yeux, la coiffure, les vêtements (couleur, style), quelle expression de visage, quelle gestuelle, d'autres observations*, etc. Ils ont 3 à 4 minutes pour remplir les formulaires.

Les descriptions sont ensuite collectées et mélangées. Le groupe revient à un seul grand cercle. Les fiches sont lues, une par une, à mesure qu'elles apparaissent. Un participant est invité à lire la première description. Les autres doivent deviner de qui il s'agit. Le joueur qui a écrit la description peut confirmer de qui il s'agit.

Celui qui trouve en premier peut lire la description suivante, et ainsi de suite jusqu'à ce que toutes les descriptions aient été lues et identifiées.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

(L') Orange

Type d'activité : jeu de présentation

Objectif : parler de soi, découvrir les aspects individuels de chacun, acceptation des différences, cohésion de groupe.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 30-40'

Nombre de participants : 6 à 30 participants

Matériel : une orange pour chaque participant.

Localisation : espace suffisant ; joueurs en cercle, en mouvement.

Déroulement :

- 1) L'animateur prépare un panier contenant un nombre d'oranges légèrement supérieur au nombre de participants. Il le pose sur une table (ou au sol), au milieu de la salle. Le groupe se tient debout en un large cercle autour du panier. Chaque participant est invité, un à un et en silence, à **prendre une orange** dans le panier.
- 2) Lorsqu'ils ont tous une orange dans la main, une à deux minutes sont accordées pour l'**exploration** de celle-ci. L'animateur donne quelques indications pour faciliter cette exploration : « *regardez attentivement et observez les signes particuliers de votre orange, les inégalités, les tâches plus claires ou plus sombres...* »
- 3) Sans aucun commentaire exprimé par les participants (pour l'instant) les oranges sont ensuite **replacées** dans le panier, et l'animateur les mélange à nouveau.
- 4) Chaque participant est ensuite invité, un à un, en silence, à retrouver la sienne. Le plaisir de ces **retrouvailles** peut être mis en évidence : quels ressentis lorsque vous avez retrouvé votre orange ?
- 5) En silence, l'orange doit ensuite être **pelée** avec les doigts, sans l'aide d'instrument, de manière circulaire et sans rompre la pelure ni casser les quartiers (*il peut être utile, avec les plus jeunes, d'entailler légèrement le haut de l'orange avec un couteau afin de leur donner une bonne amorce – éventuellement : **montrez comment faire** !*).

- 6) Une fois pelée, l'orange sera **goûtée** : « *mangez-en un quartier. Quel est son goût ?...* » (toujours en silence pour l'instant, on partagera plus tard.)
- 7) Chaque participant est maintenant invité à **échanger** quelques quartiers d'orange avec les autres joueurs, explorant l'éventuelle différence d'aspect et de goût et exprimant son appréciation (positive ou négative) de ces éventuelles différences.
- 8) **Discussion et partage** : ressentis et apprentissages. Relevez les similitudes entre l'orange et l'individu que nous sommes, avec ses particularités, ses petites imperfections... une carapace de protection, peut-être des traces de coups, et la douceur juteuse à l'intérieur...
- NB : attention, certaines oranges peuvent se révéler être moins bonnes, moins sucrées que d'autres. Invitez les joueurs à ne pas s'identifier à leur orange : ce n'est qu'un jeu !

Variante : ce jeu peut être fait également, dans une forme adaptée, avec des galets, ou des cailloux.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Pêcheur

Type d'activité : jeu simple

Objectif : échauffement, mise en lien, attention, réactivité.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 10 à 20-25 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Tous les joueurs se promènent dans la salle jusqu'à ce que l'animateur dise un des 3 mots suivants : « filet », « pêcheur » ou « sardine ». Les joueurs suivent alors les consignes préalablement données :

Filet : Tous les joueurs forment un grand cercle en se tenant par la main.

Pêcheur : Les joueurs se placent deux par deux : l'un se met à quatre pattes et joue le rôle du banc, l'autre s'assoit sur le banc et joue le rôle du pêcheur.

Sardine : tous se collent autour de l'animateur. La première personne qui a touché l'animateur prendra sa place pour animer la suite de l'activité : annoncer une des trois consignes...

Conseil d'animation : L'animateur joue, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe.

Notes :

(La) Pelote de laine

Type d'activité : activité de groupe, mise en lien

Objectif : faire connaissance, expression verbale, prise de conscience des liens et interactions dans le groupe, écoute et attention, acceptation des différences...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée**

Difficulté : **(1) facile** ou

→ → → →

(2) plus impliquant

(pour les variantes)

Durée : 15 à 20'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Matériel : une grosse pelote de laine ou de ficelle.

Localisation : espace suffisant ; groupe en cercle.

Déroulement :

Le groupe se tient debout en cercle. L'animateur tient une pelote de laine. Il donne son prénom, s'enroule le fil de laine de façon originale autour du bras ou de la tête, puis lance la pelote à un joueur en face de lui, tout en gardant l'extrémité de la pelote en main. Chaque participant donne son prénom et enroule le fil autour de lui de façon originale, puis il lance la pelote à un participant en face, qui fait de même. Quand tout le monde est attaché, le dernier se défait et repasse la pelote à celui qui lui avait lancé en l'appelant par son prénom.

Variantes : pour une version plus élaborée, le joueur qui reçoit la pelote de laine est invité à donner plusieurs éléments de présentation : des données factuelles (profession, âge, niveau de classe, lieu d'habitation, composition de la famille...) et des données plus « personnelles » (ce que j'aime faire le matin, en été, quand il pleut, mon animal favori, mon héros, mon dessert, ma ville, mon pays... préféré..., ce que je crains..., ce qui est important pour moi, dans ma vie, dans ma famille...)

Si le groupe se connaît déjà

Il est possible d'utiliser cet outil (la pelote de laine) pour se rappeler les prénoms. Il suffit de donner comme consigne d'interpeller la personne en face avant de lui lancer la pelote en disant une fois sa présentation terminée : « et toi, Elodie...? ». La consigne sera toujours de dire quelque chose de « personnel », soit ce qu'on sait faire, les talents particuliers qu'on a, soit un autre thème (par exemple : ce qu'ils rêvent de faire plus tard) ou une réponse à une question posée.

Pour travailler l'écoute

Il est possible d'utiliser la pelote pour inciter les membres du groupe à s'écouter. Une consigne vient alors s'ajouter à celles déjà données au début : avant que chaque participant prenne la parole, il doit indiquer à qui il s'adresse pour que la personne citée soit attentive car, une fois la pelote de laine reçue, son rôle alors sera de s'adresser à la personne précédente et reformuler ses propos. Ensuite, à son tour, elle désigne une personne à qui elle va s'adresser et fait sa présentation qui sera aussi reformulée par la personne suivante. Et ainsi de suite jusqu'à ce que le tour complet du cercle soit fait. La personne qui reformule prend le temps de vérifier auprès de la personne écoutée si sa reformulation correspond à ses propos, si ce n'est pas le cas, l'information est donnée à nouveau et reformulée jusqu'à ce que les deux participants soient d'accord.

Conseil d'animation : L'animateur peut jouer, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe.

Notes :

Pratique du 'regard neuf'

Type d'activité : activité pédagogique en binômes.

Objectif : expérimenter ce qu'est le « jugement » et comment le relâcher ; apprendre à être plus objectif ; conscientiser ses projections et interprétations.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → → → → → → (3) plus exigeant

Durée : 15-20'

Nombre de participants : 8 à 30+ participants, en nombre pair (binômes)

Localisation : joueurs éparpillés ou en double cercle, assis en binômes, face à face.

Mise en place : constituez des BINOMES, en face à face rapproché, assis de préférence. Invitez-les à décider qui est A et qui est B (ou indiquez : une rangée A, l'autre B).

Déroulement : une fois les joueurs installés, donnez les instructions suivantes :

« Regardez votre partenaire comme si c'était la première fois. Comme si vous ne saviez rien d'elle ou de lui. Maintenez un contact visuel...

Maintenant, les 'A', vont décrire 'B' (uniquement la tête, pas les vêtements ou le décor) : commencez toutes vos phrases par « **je vois...** ». Dites ce que vous voyez comme si vous étiez une caméra : '*je vois ceci...*' '*je vois cela*'... Évitez toute pensée, toute interprétation, toute appréciation. Aucun commentaire personnel, uniquement '*je vois...*'

Par exemple : vous ne pouvez pas dire 'je vois un **beau** sourire'. **Beau** est une interprétation. Que voyez-vous qui vous fait sentir que c'est beau ?... *Je vois un sourire, des dents, des plis autour de la bouche...etc.* De même, vous ne pouvez pas dire : 'je vois un visage **stressé**'... Que voyez-vous exactement qui vous permette de croire que... Explorez ce qu'est un '*regard caméra*', qui voit mais ne pense pas. OK ?

Les B en revanche n'ont pas le droit de répondre.

Les A continuent à parler et à décrire ce qu'ils voient tant que je ne donne pas le signal d'arrêter. OK ?

(Après 1 à 3 minutes, inverser les rôles. Pour les plus jeunes, 1 minutes sera déjà long !)

Partage et DISCUSSION : quels ressentis, quels apprentissages ? Quelle est l'utilité de cette activité ?

Qu'est-ce que le JUGEMENT ? Clarifiez les concepts de jugement & acceptation. La différence entre voir et juger. Dès qu'on se met à « penser quelque chose » concernant ce qu'on voit on entre dans l'interprétation, et donc dans une forme de jugement. L'acceptation implique qu'on soit dans une posture qui exprime « ok ». Le jugement tend à exprimer « ce n'est pas ok ».

Notez évidemment que le regard totalement objectif est impossible. L'exercice est une invitation à conscientiser combien d'interprétation nous mettons dans notre regard. La compétence à développer est de voir ce qui est là, et de l'accepter tel quel, sans rien en penser. Qu'est-ce que l'acceptation inconditionnelle ? En quoi est-elle importante ?

Clarifier aussi la différence entre **jugement et discernement**. On ne doit pas nécessairement s'associer à tout, on a le droit de faire des choix. D'accord pour ceci, pas d'accord pour cela. C'est une question de positionnement personnel, pas de jugement sur les choix que font les autres.

A explorer également : **stéréotypes et discriminations** : comment développer l'acceptation de la différence ? Comment relâcher les croyances, les préjugés, les rejets basés sur la différence ? Il est nécessaire d'identifier nos modes de pensée et de nous ouvrir à un monde qui célèbre la diversité, qui s'enrichit des métissages de toutes sortes.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Première impression

Type d'activité : activité en sous-groupes.

Objectif : observation, jugement et acceptation, conscientiser ses projections, communication.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 30 à 45 minutes

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel - Préparation :

- préparez autant de grandes feuilles de papier (format A3) qu'il y a de joueurs.
- sur chaque partie supérieure, collez une photo différente (découpée dans un magazine) montrant un visage expressif (gens de différentes cultures, âges, éducation, origines, niveaux sociaux, races).
- sur la partie inférieure de la feuille, en-dessous de la photo, tracez des lignes horizontales écartées d'environ 2 ou 3 centimètres (8 à 10 lignes, de façon à obtenir une dizaine d'espaces où les joueurs pourront écrire un commentaire).

Localisation : espace suffisant ; participants répartis en sous-groupes de 6 à 10.

Déroulement :

- Faites des sous-groupes de 6 à 10 joueurs maximum. Donnez une feuille différente à chaque joueur du sous-groupe.
- Demandez aux joueurs d'**écrire au bas de la feuille**, leur PREMIERE IMPRESSION de la personne sur la photo : *"Quelle est votre première impression en regardant cette photo ?... Écrivez une seule phrase, quelques mots... Ensuite, vous allez plier le bas de la feuille de façon à cacher la phrase que vous avez écrite."* (Démontrez clairement comment plier la feuille, de manière à cacher ce qui a été écrit, tout en laissant l'espace suivant disponible pour le prochain commentaire.)
- Ensuite les feuilles sont passées au voisin de droite, et chacun recommence avec la feuille reçue du voisin de gauche : *"Quelle est votre première impression en regardant la personne sur cette photo ?"*... Écrivez et pliez de façon à bien cacher ce que vous avez écrit.
- Le processus se poursuit jusqu'à ce que tout le monde dans le sous-groupe ait vu toutes les photos.
- Ensuite, dans chaque sous-groupe, lisez chacune des feuilles et faites un partage sur la diversité des premières impressions.

Discussion - Partage :

- Explorez le thème de la projection et la subjectivité : le regard qu'on porte sur les autres et sur toute chose est conditionné en fonction de sa propre expérience, de sa sensibilité.
- Explorez le thème de l'interprétation superficielle de ce qui est observé. On ne sait rien des autres mais on peut facilement avoir toutes sortes d'idées sur eux. Comment regarder plus objectivement, sans aucune interprétation, sans projection ?...

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Possibilité d'enchaîner sur l'activité « **Pratique du regard neuf** ».

Notes :

Présentations en binômes

Type d'activité : activité de communication en binômes.

Objectif : faire connaissance, communication, expression de soi, écoute, attention, cohésion de groupe, apprentissage linguistique (si en langue étrangère)

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 20-25' (selon la taille du groupe)

Nombre de participants : 6 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés en binômes.

Déroulement:

1) Les participants sont mis en binômes (utiliser un moyen qui les répartit au hasard) + décidez qui est A et qui est B. Ils ont quelques minutes (5 ou 6) pour se présenter l'un à l'autre (Qui suis-je ? Mes particularités, mes compétences, mes hobbies, mes angoisses, etc.). A commence (2-3'), ensuite ce sera au tour de B. Ils peuvent prendre quelques notes.

(NB : si l'activité est pratiquée en « langue étrangère », selon le niveau de connaissance linguistique, l'enseignant pourra afficher certaines expressions de base, ce qui peut être utile pour aider les enfants à parler d'eux-mêmes.)

2) Ensuite, chaque participant présentera son partenaire au reste du groupe (ou sous-groupe de 6 à 8 si le grand groupe est trop important).

Débriefing : ressentis et observations ? Quels apprentissages ?

Variante : cette activité peut également se faire en trinômes (voir « **interviews en trinômes** » (livret 4) ou en plus grands groupes. Toutefois, plus le nombre est important, plus l'exercice peut être difficile pour ceux qui n'ont pas l'habitude de se dévoiler face aux autres.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Puzzles géographiques

Type d'activité : activité collective

Objectif: coopération, géographie, apprentissage linguistique (si en langue étrangère)

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 6 à 20-25 participants

Matériel - préparation : Coupez une (ou plusieurs) carte géographique (d'un pays ou d'un continent choisi) dans un certain nombre de parties inégales, comme un puzzle, autant de parties qu'il y a de participants.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement:

Ensuite, distribuez à chaque participant une pièce du puzzle. Les participants doivent reconstituer la carte, qui sera ensuite affichée et explorée davantage en termes de noms et de lieux géographiques.

Dans les groupes ainsi constitués, les participants peuvent également être invités à identifier des éléments géographiques spécifiques, à les lister et à les rapporter. D'autres sujets d'intérêt, le vocabulaire de voyage, le vocabulaire culturel, etc. peuvent également être discutés, selon le niveau des participants et les objectifs de l'enseignant.

Variante : pour rendre l'exercice un peu plus compliqué, vous pouvez avoir deux ou trois zones géographiques, éventuellement de couleurs différentes. Avec un groupe restreint, les participants peuvent éventuellement tenir deux pièces, ou davantage...

Ce jeu peut aussi être un moyen de diviser un groupe en deux, en trois, ou davantage de petits groupes : s'il y a 12 participants et que vous voulez avoir trois petits groupes de 4, donnez-leur des cartes de trois pays différents, chacun coupé en 4 les pièces. Les joueurs doivent trouver à quel pays (et donc sous-groupe) ils appartiennent.

Partage / discussion : vous pouvez inviter les joueurs à partager leurs sentiments et leurs observations sur le processus coopératif. Est-ce que tout le monde a pu participer activement?

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Quel animal suis-je ?

Type d'activité : jeu simple.

Objectif : échauffement, mise en lien, mémoriser le nom des autres participants ; communiquer et développer son esprit de déduction ; apprendre à coopérer.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 15-20'

Nombre de participants : 12 à 30 participants

Matériel - préparation : des images d'animaux et leurs noms ; du ruban adhésif ou de quoi attacher les images dans le dos des joueurs.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

L'animateur colle une image d'animal dans le dos de chacun (sans que le joueur en question ne sache ou ne puisse voir de quel animal il s'agit).

Les joueurs se promènent dans l'espace déterminé. Quand on se croise on dit son prénom et chacun pose une question (une seule par rencontre !) à l'autre pour essayer de deviner le nom de l'animal qu'il porte collé dans son dos. L'autre ne peut répondre que par oui ou par non.

On peut continuer à jouer même quand on a trouvé le nom de son animal. On ne pose alors plus de questions, mais on répond à celle posée.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Qui est le meneur ?

Type d'activité : jeu collectif simple.

Objectif : échauffement, mise en lien.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Localisation : joueurs en cercle.

Déroulement :

Un volontaire sort. Le groupe désigne alors un meneur. Celui-ci fait un mouvement (se gratter le nez, le ventre, le genou... agiter la main, bouger le pied, le bassin, la tête, mimer quoi que ce soit...). Il est obligé de changer très régulièrement de mouvement et sera chaque fois instantanément imité par l'ensemble du groupe. Toutefois, les joueurs doivent éviter de le regarder afin de ne pas le trahir.

Le volontaire entre et a une (ou deux) minute pour deviner qui est le meneur. Il peut faire trois tentatives. S'il échoue il doit exécuter une punition au centre du cercle : faire un mime, une gymnastique, une clownerie, imiter un cri d'animal, chanter,...

Le meneur précédent sort et le groupe choisit un nouveau meneur.

Conseil d'animation : L'animateur peut jouer, tout en gardant un œil sur l'ensemble du groupe.

Notes :

Qui est qui : identifier les profils

Type d'activité : activité de groupe.

Objectif : connaissance du groupe, expression de soi, ouverture aux autres, coopération ; apprentissage linguistique (si en langue étrangère)

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → → → → → → (3) plus exigeant

Durée : 30-40'+

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel - préparation : préparer une feuille comportant une dizaine de cases avec une question par case et un espace pour y répondre (de quoi écrire une phrase entière). Prévoir un questionnaire par participant + stylos, papier, colle, ciseaux.

Les questions, numérotées, auront été préparées en tenant compte des besoins, des intérêts et du niveau des participants. Elles doivent permettre d'identifier des aspects personnels, tels que : petit surnom réservé au contexte familial (autre que le nom habituel !) ; lieu de naissance ; nombre de frères et sœurs ; compétences particulières ; sports pratiqués ; hobby préféré ; nourriture préférée ; etc... Il devrait également contenir des questions sur la vie quotidienne des participants : "*Que faites-vous habituellement le weekend?*" ; "*Quel métier aimeriez-vous faire plus tard?*". Pour les joueurs plus âgés, on peut cibler de manière plus précise sur les intérêts, objectifs et projets des personnes concernées.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

- 1) Les participants forment des binômes. Chaque binôme reçoit deux questionnaires (un pour chacun). Les binômes (A et B) s'entraident pour remplir les questions ensemble (5 à 10'). Ensuite, chacun découpe son questionnaire en morceaux (par « question / réponse »). Invitez bien à ne pas y mettre de noms ou prénoms !
- 2) Les binômes se rassemblent ensuite en grand groupe (ou par sous-groupes de 6 ou 8 si le grand groupe comporte plus d'une douzaine de personnes) et les questionnaires fragmentés sont dispersés sur le sol (ou sur les tables de travail) et mélangés. Chaque participant tire, tour à tour, une question à la fois et tente d'identifier le « partenaire fantôme » : Qui a été surnommé *untel* ? Qui veut devenir xxx ? Etc... On regroupe les questions/réponses et on reconstitue les divers profils. Les joueurs qui se reconnaissent dans une question peuvent confirmer qu'il s'agit bien d'eux, mais APRES avoir été identifiés seulement. Si un joueur tire une de ses

propres réponses, il peut la remettre et en choisir une autre.
Le jeu est terminé lorsque tous les questionnaires ont été réassemblés et identifiés.

Partage / discussion: vous pouvez inviter les joueurs à partager leurs sentiments et leurs observations sur le processus coopératif. Est-ce que tout le monde a eu l'occasion de participer activement?

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Notes :

Qui suis-je ?

Type d'activité : jeu collectif.

Objectif : connaissance des membres du groupe ; cohésion de groupe. Poser des questions concrètes et précises. Communication.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → (2) plus impliquant

Durée : 20'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel : Étiquettes autocollantes : une par personne + de quoi écrire.

Localisation : espace suffisant et dégagé ; joueurs en mouvement.

Déroulement :

Assis en cercle, chaque participant écrit son prénom sur une étiquette autocollante. L'animateur reprend les étiquettes, les mélange et les redistribue discrètement (on peut demander de les plier en deux pour cacher ce qui y est écrit). Chaque joueur colle l'étiquette qu'il a reçue sur le dos de son voisin de droite, sans la lui montrer.

Les joueurs doivent ensuite circuler, s'interroger (deux par deux, une question à la fois), et retrouver leur nouvelle identité en posant des questions auxquelles l'interlocuteur n'est autorisé à répondre que par oui ou par non.

Lorsqu'un joueur a découvert sa nouvelle identité, il se place à côté de la personne réelle et continue à répondre aux questions qu'on lui pose.

Remarque : dans l'option « prénoms », ce jeu nécessite que les joueurs se connaissent déjà bien. Il sera proposé plutôt en deuxième partie d'année.

Variante : ce jeu peut être joué en binômes. Alternativement, l'un questionne l'autre. Cette configuration sera plus facile pour les petits.

On peut également inviter à écrire autre chose que son prénom sur l'étiquette. Si vous faites un mix de prénoms, d'objets, d'animaux ou d'autres personnages, vous pouvez inviter à commencer par identifier : est-ce une personne, un animal, un objet, un lieu... ? Voir « **quel animal suis-je ?** ».

Conseil d'animation : La principale difficulté pour les petits (6 à 8 ans) sera de parvenir à formuler des questions pertinentes. Lors de la consigne de jeu, vous pouvez guider les enfants dans le contenu de leurs questions. Afin de ne pas se limiter à des caractéristiques physiques, vous pouvez inviter à questionner les

activités sportives, leurs hobbies, leur famille... Si vous le souhaitez, vous pouvez leur indiquer de commencer chaque question par "est-ce que je suis... / j'ai... ?".

L'animateur ici ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

Débriefing :

- Comment vous êtes-vous senti quand vous recherchez le prénom caché dans votre dos ?
- Quelles questions avez-vous posées ?
- Grâce à quelles questions avez-vous découvert qui vous étiez ?

(Le) Relais du geste

(livret 4)

Ressemblances et différences

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

(Voir « Mon journal de bord CPS (2) », activité n° 4)

Questions à répondre en individuel, avant mise en commun en sous-groupes. Utilisez le livret, un cahier, carnet de notes ou une feuille séparée.

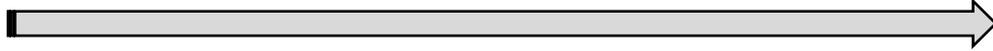
- Qui est ton/ta meilleur(e) ami(e) ?
- Quelles sont les choses que vous avez en commun (les ressemblances) ?
- Quelles sont les différences qu'il y a entre vous ?
- Qui aimes-tu qui est très différent de toi ?
- Quelles sont les choses que vous avez néanmoins en commun ?
- Est-il plus facile d'aimer quelqu'un qui te ressemble ?
- Que pouvons-nous apprendre de nos différences ?

Retrouvez votre famille animale

Type d'activité : jeu simple

Objectif : échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 12 à 30-40 participants

Matériel : bandeaux à mettre sur les yeux, un par participant.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

- 1) Distribuez des masques à tous les joueurs (foulard ou bandeaux pour jouer en aveugles).
- 2) Répartissez les joueurs en 4 ou 5 sous-groupes de 3 à 6 joueurs (il n'est pas indispensable que leurs nombres soient égaux). Rassemblez-les dans des espaces distincts, un peu à l'écart les uns des autres.
- 3) Allez tour-à-tour vers chacun de ces groupes et dites-leur « *vous êtes des vaches (...poules, chats, chiens, canards, poussins,...). Quel cri font les vaches (...poules, chats, chiens, canards, poussins,...) ?...* » Assurez-vous qu'ils fassent bien tous le même cri, afin qu'ils se reconnaissent. Ils font donc dans chaque groupe une famille animale. « *Vous allez vous éparpiller en aveugles. Le but du jeu est de vous retrouver par votre cri. Lorsque vous avez retrouvé quelqu'un de votre famille, vous lui donnez la main et constituez une chaîne. Si vous tombez sur une chaîne déjà constituée et dont le cri est le vôtre, avancez à tâtons jusqu'au bout de la chaîne et joignez-vous-y. Si ce n'est pas votre famille, repartez à la recherche des vôtres... Le jeu dure jusqu'à ce que tout le monde ait rejoint sa chaîne.* »
- 4) Invitez ensuite les joueurs à mettre leurs masques et à se disperser librement dans l'espace disponible. SANS faire les cris dans un premier temps. Juste explorer la marche en aveugle. Invitez à ne commencer qu'à votre signal. Invitez aussi à ne pas crier trop fort ni en permanence, car dans ce cas on ne s'entend plus. Échangez vos cris uniquement lors d'une rencontre.

Lorsque tous les participants sont regroupés, l'animateur invite les participants à ôter les bandeaux et reformer un cercle.

VARIANTE : on peut également faire des **familles émotionnelles** plutôt que des animaux. Les rieurs, les pleurnicheurs, les angoissés, les frigorifiés, les râleurs,...

(Note : ce jeu est très amusant également dans le noir, avec ou sans les yeux bandés, à condition qu'on ne puisse pas se voir clairement...)

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

(Les) Robots

Type d'activité : jeu simple pour les plus jeunes.

Objectif : échauffement, mise en lien ; écoute et attention.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +


maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

1) Il s'agit de prétendre être des **robots**. Faites la démonstration de ce qu'est un robot : mouvements un peu mécaniques, saccadés. Invitez-les à s'y essayer.

2) Vous allez "programmer" les robots de manière à ce qu'ils répondent aux consignes suivantes :

- AVANCER TOUT DROIT lorsqu'ils entendent **UN BEEP**,
- TOURNER SUR SOI-MÊME (toupie) lorsqu'ils entendent **DEUX BEEPS**
- S'IMMOBILISER lorsqu'ils entendent **TROIS BEEPS**.

Ajoutez l'instruction qu'ils peuvent s'immobiliser automatiquement lorsqu'ils risquent de heurter un autre robot : ils sont programmés pour **éviter les collisions** !

Encouragez les enfants à être bien attentifs aux '**BEEPS**' (que vous pouvez faire vocalement ou avec un quelconque petit instrument).

3) Bipez une première fois pour les mettre en marche... Puis explorez les 'beep-beep'... et les 'beep-beep-beep'...

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur et s'assure que tout se passe bien.

(Le) Roi du silence

Type d'activité : jeu d'attention en cercle

Objectif : échauffement, mise en lien, écoute, attention, réactivité, précision du geste

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collèges – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 20-30'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Matériel : Maracas, grelots, clochettes, boules sonnantes, tubes et autres suspensions à ding-gling-gling... etc. ; + de quoi bander les yeux (masque occultant).

Localisation : espace suffisant ; joueurs assis au sol en cercle.

Déroulement :

Les enfants sont assis en cercle. Un enfant est désigné pour être le '*gardien du trésor*'. Il prend place au centre du cercle, en ayant les yeux bandés.

Le gardien a pour mission de veiller sur un trésor constitué de maracas, grelots, clochette, etc..., qu'il dépose devant lui. Tour à tour, les enfants essaient de s'en approcher et de s'emparer d'un élément du trésor. Ils doivent pouvoir le faire et retourner à leur place silencieusement, sans que le gardien du trésor ne puisse l'entendre et localiser correctement la provenance du son. Si le gardien repère la direction du "voleur de trésor", celui-ci remet l'objet sonore et retourne à sa place. Le voleur qui a réussi à emporter son butin sans se faire repérer, il prend la place du gardien de trésor.

Débriefing :

- Comment t'es-tu senti quand tu étais gardien de trésor ?
- Comment t'es-tu senti quand tu étais voleur ?
- Comment as-tu fait quand tu étais gardien pour entendre des sons ?

Conseil d'animation : Ce jeu nécessite un temps suffisant afin que chaque enfant puisse tester le rôle de gardien de trésor.

L'animateur s'abstient de jouer, mais peut s'asseoir avec le groupe, dans le cercle. Il garde un œil sur l'ensemble du groupe et le processus du jeu.

Se joindre à la fourmilière

Type d'activité : jeu de mime, impro simple

Objectif : spontanéité, créativité, échauffement, mise en lien

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 15-20'

Nombre de participants : 8 à 20 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs assis en cercle, en mouvement dans le cercle.

Déroulement :

- Le groupe est assis en cercle. Un volontaire est appelé au centre.
 - Le volontaire doit imaginer/choisir UN LIEU D'ACTIVITE, une activité nécessitant un grand nombre de gens faisant un travail différent au même endroit (par exemple : construire une maison, un supermarché, un restaurant, une usine..., un défilé militaire, ou de mode...). **Option** : le volontaire peut soit annoncer soit garder secret (à deviner) le thème qu'il a choisi !
- (Option : on peut donner préalablement à tout le groupe un temps de réflexion sur cette question : quelle 'fourmilière imaginer ?...)*
- Le volontaire est invité à **mimer** une activité dans le contexte choisi. Sans paroles donc !
 - L'animateur désigne (un à un) d'autres joueurs qui doivent se joindre à la fourmilière, soit en aidant directement ceux qui y sont déjà, soit en se livrant à une activité qui cadre dans le thème supposé.
 - Le but est de rajouter le plus grand nombre possible d'acteurs dans le contexte choisi (et le plus rapidement).
 - On peut ensuite prendre un autre volontaire pour un nouveau lieu d'activité.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur.

Notes :

Se ranger par ordre de...

Type d'activité : jeu de dégel pour un groupe qui ne se connaît pas encore bien.

Objectif : prise de contact, communication, découverte des différences et caractéristiques de chacun...

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement : Les membres du groupe doivent se ranger en cercle dans l'ordre indiqué :

- > soit par ordre de **taille** (du plus grand au plus petit) ;
- > soit d'après la **couleur des cheveux** (du plus clair au plus foncé) ; ou **longueur**...
- > soit par ordre de **date de naissance** (du plus jeune au plus âgé) :

Instruisez : *'Ceci est un jeu silencieux. Il est interdit de parler ou même de chuchoter. Seuls les signes par gestes sont autorisés. Le but du jeu est de se ranger selon la **date de naissance** de chacun, du plus âgé au plus jeune, sans se tromper. Si vous êtes nés le même jour, vous devez identifier l'heure exacte. Lorsque chacun aura trouvé sa place (en silence !) nous vérifierons les dates de naissance en faisant le tour du cercle. Ceux qui se sont trompés de place devront danser au centre ou faire une pitrerie.'*

Lorsque le rangement est terminé, faites un tour de cercle où chacun donne sa date de naissance. Ceux qui se sont trompés, en amont comme en aval, viennent au centre. A la fin ils font une « danse ridicule » devant le cercle qui applaudit...

- > soit encore par ordre **alphabétique du prénom**, d'après la première lettre de leur prénom, ou seconde, si c'est la même, ou troisième... Pour un même prénom il faudra suivre l'ordre du nom de famille.

Toutes les consignes doivent être réalisées de manière non-verbale, exceptée la dernière si les noms ne sont pas connus.

Variante : faire des sous-groupes : nés le même mois ; prénom commençant par même lettre ; prénom comportant le même nombre de lettres...

Statues musicales

Type d'activité : jeu simple, similaire aux « chaises musicales », sauf qu'on joue sans chaises.

Objectif : échauffement, mise en lien, attention, écoute, éveil corporel.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +


maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 8 à 30 +

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Matériel : musique rythmée, entraînante.

Déroulement :

Les enfants sont éparpillés dans l'espace disponible. Ils dansent librement au rythme de la musique (invitez-les à faire des mouvements amples !). Lorsque la musique s'arrête, ils doivent instantanément s'immobiliser (se 'geler') en statue. Les statues qui bougent sont éliminées. Prenez quelques secondes (pas trop !) pour vérifier si tout le monde est bien immobile... Remettez la musique... Poursuivez jusqu'à ce qu'il y ait un gagnant. Les joueurs éliminés peuvent aider à repérer les statues qui bougent.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur, actionne la musique.

Notes

Suivez le gigolo

Type d'activité : jeu d'impro simple.

Objectif : échauffement, spontanéité, décontraction, créativité simple.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 5 à 10'

Nombre de participants : 8 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Les joueurs sont éparpillés dans l'espace de jeu. Un joueur est désigné pour être le gigolo. La seule consigne est qu'il fasse 'n'importe quoi', ensuite tous les autres l'imitent. Lorsqu'il en a assez, il désigne un autre 'gigolo'. Ceci peut idéalement se faire sur fond de musique bien rythmé.

Conseil d'animation : Que ce soient des mouvements ou des poses, des mimiques... veillez à ce que cela n'implique pas de gestes dangereux, déplacés ou irrespectueux (mais ce ne sera généralement pas le cas). Si c'est le cas, arrêtez l'activité et faites un cercle de parole sur les observations, ressentis et ce qu'il convient de faire.

L'animateur ici peut jouer, s'il n'est pas absorbé par la sono.

Variante : on peut aussi se mettre en cercle. Le gigolo vient au centre, fait 'n'importe quoi', les autres l'imitent. Lorsqu'il en a assez, il indique un autre 'gigolo'.

Notes

Symboles

Type d'activité : jeu de partage, expression de soi

Objectif : communication, écoute, acceptation des différences, ouverture aux autres. Également 'apprentissage linguistique' si pratiqué en langue étrangère.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - **CM**) – **collège** – **secondaires** – **lycée**

Difficulté : → → → → → → → → → (3) plus exigeant

Durée : 20-30' (en fonction du nombre de joueurs)

Nombre de participants : 6 à 15, maximum 20 participants

Matériel : objets amenés par les participants.

Localisation : en cercle ; espace suffisant si besoin de plusieurs cercles.

Déroulement :

Les participants ont été invités à apporter de la maison un (petit) objet symboliquement révélateur de leur personnalité, ou qui révèle une compétence particulière. Ce peut être par exemple une cuillère en bois pour quelqu'un qui aime cuisiner, ou un pinceau pour quelqu'un qui a un don spécial pour la peinture.

En grand groupe, chacun présente son objet (éventuellement dans une langue étrangère, cible de l'apprentissage) et explique pourquoi il / elle l'a choisi. Il / elle répond également aux questions du groupe concernant cet objet.

Selon le niveau du groupe, l'enseignant peut afficher certaines expressions de base qui peuvent être utiles pour présenter les symboles (par exemple: «*J'ai choisi cet objet parce que ...*» ; «*J'ai un cadeau spécial pour ...*» ; «*Mon activité préférée est ...* », etc.).

Remarque :

Si le nombre de participants est plus élevé qu'une douzaine, il est préférable de former des sous-groupes (d'environ 6 ou 7), de sorte que la présentation des objets ne dure pas trop longtemps. Une fois le jeu terminé, on peut exposer pendant un moment les objets rassemblés sur une grande table, avec le nom de la personne qui les a choisis.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur.

(Le) Tableau magique

Type d'activité : jeu d'impro, théâtre spontané.

Objectif : échauffement, mise en lien, créativité, esprit d'équipe.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 30' à 45'

Nombre de participants : 10 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Mise en place (disposition des participants) : sous-groupes de 5, 6 ou 7 joueurs

Instructions de départ :

« Je vais vous donner un thème, différent pour chaque groupe. Vous aurez ensuite 3' pour préparer une mise en scène 'statique' de ce thème. Donc sans dialogue, juste une situation figée. Chaque membre du groupe doit y jouer un rôle, qui peut être une personne ou un objet. Par exemple, si le thème est 'regarder un film à la télé', un joueur peut faire la télé, un autre le canapé, les autres assis dessus... Ensuite, nous ferons une représentation des tableaux, un groupe à la fois, avec les autres groupes comme spectateurs. Et lorsque vous ferez la présentation de votre tableau, je viendrai toucher l'un après l'autre les acteurs, pousser sur un bouton comme pour vous actionner : et vous devrez bouger et faire un son, faire une animation, jusqu'à ce que j'éteigne. OK ? »

Thèmes possibles : au supermarché ; un accident de la route ; un incendie ; à l'hôpital ; la cour de récré ; le bateau pirate ; chez le dentiste ; au zoo ; à la gare ; le terroriste ; ...

Conseils pour l'animateur : faire un échauffement d'abord (les marches, par exemple) ; on pourra terminer par une petite relaxation/détente/recentrage...

L'animateur ici ne joue pas. Il reste en observateur. Il rappelle le temps restant.

Notes

Téléphone Arabe

(de bouche à oreille)

Type d'activité : jeu simple, échauffement

Objectif : connaissance du groupe, expression de soi, ouverture aux autres, coopération, apprentissage linguistique (langue étrangère)

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : 8 à 20 participants,

Localisation : joueurs assis en cercle.

Déroulement:

Les participants s'assoient en cercle, proches les uns des autres. Le meneur du jeu commence à murmurer une phrase dans l'oreille de son voisin de droite (ou de gauche). Ce joueur continuera à chuchoter la même phrase à l'oreille de son voisin (de droite), et ainsi de suite, faisant le tour du cercle. Le dernier joueur prononce la phrase à voix haute. Nous pouvons ensuite comparer avec la phrase originale. A-t-elle été correctement prononcée et transmise ? A-t-il été comprise ?

Exemples : *il y a un chat dans l'arbre - le train arrivera à 12h15 - qui a mis un chewing-gum dans ma chaussure? - Je suis né dans une salle de bain un matin froid et pluvieux - etc...*

Variante: Donnez une phrase dans les deux directions (à droite et à gauche).

Remarque: Commencez par des phrases courtes et faciles, puis passez progressivement à des phrases plus difficiles, en fonction du niveau de langue des participants.

Conseil d'animation : l'animateur peut jouer.

Notes

Téléphone sans fil

Type d'activité : jeu simple, échauffement.

Objectif : mise en lien, présence et attention

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



Maternelles (GS) – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre : 12 à 30 participants

Localisation : espace restreint ok : joueurs en cercle.

Déroulement :

Tous les participants forment un cercle et se tiennent par la main. Une personne préalablement désignée serre la main de la personne à sa droite un certain nombre de fois (entre une et cinq fois), la personne qui reçoit les pulsions les transmet à la personne suivante sur sa droite et ainsi de suite, jusqu'à ce que les pulsions reviennent à la première personne qui peut alors vérifier si le nombre de départ a été respecté. Le jeu peut commencer lentement puis s'accélérer. Un signal peut être envoyé dans l'autre sens, puis un autre...

Variantes :

- 1) jouer les yeux fermés ;
- 2) utiliser des messages verbaux ;
- 3) encore plus amusant : se passer un petit objet en utilisant le message suivant : *ceci est un TIC*. Le récepteur doit d'abord répondre, avant de prendre : *un quoi ?* Le donneur répète : *un TIC*. Ensuite le récepteur se tourne vers le suivant et répète la même chose : *ceci est un TIC – un quoi ? – un TIC...*
Ensuite, lorsque le rythme est bien installé, l'initiateur peut lancer dans l'autre sens un autre petit objet : *ceci est un TOC – un quoi ? – un TOC... etc.*

Conseil d'animation : l'animateur peut jouer.

Notes

Touche-touche

Type d'activité : jeu simple, échauffement.

Objectif : mise en lien, contact physique, respect mutuel.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre de participants : de 9 à 25-31, en nombre impair.

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Les participants forment des binômes (A-B) qui se mettent en cercle. Un participant reste au milieu et donne des consignes au groupe, par exemple : « *touchez-vous le dos* ». Les binômes suivent les consignes : le participant A place sa main au dos du participant B et vice-versa. Généralement on se bornera à des consignes indiquant de se toucher différentes parties du corps (*les coudes, le nez, l'épaule, le petit doigt...*). Après 3 ou 4 consignes, l'animateur frappe dans les mains et les binômes doivent vite se séparer pour former de nouveaux binômes. Celui qui reste sans partenaire va au centre et donne à son tour les consignes.

Remarque :

Ce jeu convient très bien aux jeunes enfants.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur.

Notes

Touche-touche couleurs

Type d'activité : jeu simple, échauffement.

Objectif : mise en lien, mouvement, attention, écoute, assertivité.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collègue – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10'

Nombre : 12 à 30 participants

Matériel : Musique douce, un tambourin, un djembé ou une clochette...

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Les participants circulent librement au son d'une musique douce, le tambourin étant placé dans un coin de l'espace. L'animateur demande à un participant d'aller frapper sur le tambourin (ou de sonner la clochette) et de donner la consigne d'une couleur que tous les joueurs doivent alors aller toucher sur un autre joueur. Chacun à son tour est appelé à donner le signal d'une couleur.

Variante : en même temps que de nommer une couleur, on peut aussi annoncer une façon de se déplacer « sauter à pieds joints », « sauter sur un pied »...

Conseil d'animation : l'animateur peut jouer ou rester en observateur.

Notes

Trouve quelqu'un qui comme toi

Type d'activité : jeu relationnel

Objectif : acceptation, ressemblances et différences

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 20-25 minutes...

Nombre : 12 à 30 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement : le groupe est éparpillé. Chacun cherche un partenaire qui partage une caractéristique SPECIFIQUE en commun : même hobby, sport, intérêt, compétence ou talent spécial, position familiale, signe astrologique ou autre... Ensuite on se met en binômes avec le partenaire ainsi repéré. (*Conseil : Invitez à aller au-delà des caractéristiques très générales, telle que couleur de cheveux, nationalité, sexe... Explorez des détails personnels !*)

- 1) Identifiez plus précisément, plus en profondeur, ce que vous avez en commun : partagez tour à tour, en vous concentrant sur vos ressemblances. Quels ressentis face à ces ressemblances ?... (2 à 4')
- 2) Ensuite, identifiez quelques différences que vous avez certainement aussi. Et comment ressentez-vous ces différences ?... (2 à 4')
- 3) Maintenant, quittez votre binôme et circulez à nouveau dans la pièce.... Trouvez un partenaire qui vous paraît fort différent de vous. Mettez-vous en binômes et identifiez vos différences. Partagez tour à tour, constatez vos différences. Quels ressentis face à ces différences ?... Puis, prenez un temps pour identifier aussi des ressemblances, des points communs que vous avez certainement. Lesquels ? Quels ressentis par rapport à ces points communs ?...

Retour grand groupe et débriefing : qu'avez-vous appris ? Qu'est-ce qui vous a surpris dans cet exercice ?

Les ressemblances et différences sont-elles réelles ou imaginaires ? Quelles différences de ressenti lorsque vous êtes avec des personnes que vous croyez différentes ?...

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur.

Voir également : l'activité 'Des choses en commun'.

Trouve ton partenaire animal

Type d'activité : jeu simple

Objectif : mise en lien, (éventuellement : constitution de binômes)

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 10 minutes...

Nombre : 12 à 50+ participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

On distribue à chacun une carte où figure un animal (chien, chat, cochon, canard, vache, poule, etc...). Chaque carte existe en double, mais personne ne connaît la carte des autres. Les joueurs doivent faire le cri de leur animal afin de trouver leur partenaire.

Variante : ce jeu peut également se faire les yeux bandés. Autre variante : il y a 3, 4 ou 5 cartes par animal ; les familles d'animaux se retrouvent et forment des chaînes. Cette variante se jouera de préférence les yeux bandés. Voir aussi les jeux « **Retrouvez votre famille animale** » et « **Cui-cui** ».

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur.

Notes

Trouve un partenaire à ta taille

Type d'activité : jeu simple.

Objectif : mise en lien, constitution de binômes.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +



maternelles – primaires (CP - CM) – collège – secondaires – lycée

Difficulté : (1) facile

Durée : 5'

Nombre : 12 à 30-40 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs éparpillés, en mouvement.

Déroulement :

Lorsqu'il est nécessaire de constituer des binômes, demandez aux enfants de s'éparpiller dans la pièce (pour commencer) et de trouver (ensuite) quelqu'un qui :

(ATTENTION : ne donnez qu'une seule consigne à la fois !)

- a exactement la même longueur d'index
- a exactement la même longueur d'avant-bras (du coude aux bouts des doigts)
- a exactement la même taille de pieds (avec chaussures ...ou sans chaussures)
- a exactement la même couleur de cheveux
- a exactement une même couleur dans les vêtements,... etc.

Les enfants se mettent avec le partenaire identifié pareil. Ceux qui n'arrivent pas à trouver un camarade aux dimensions identiques se mettent avec celui qui se rapproche le plus de ses dimensions.

Notez bien : on peut demander de faire plusieurs mesurages (plusieurs constitutions de binômes) avant de s'arrêter sur les binômes constitués et passer à une activité suivante.

Conseil d'animation : l'animateur ne joue pas. Il reste en observateur.

Notes

(La) Vague sonore

Type d'activité : jeu de coordination rythmique

Objectif : échauffement, mise en lien, attention, écoute, coopération, maîtrise des gestes.

Âges : 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 – 11 – 12 – 13 – 14 – 15 – 16 – 17 – 18 +

maternelles – **primaires (CP - CM)** – collège – secondaires – lycée

Difficulté : → → → → **(2) plus impliquant**

Durée : 10-15'

Nombre de participants : 8 à 20-25 participants

Localisation : espace suffisant ; joueurs en cercle.

Déroulement:

Les participants sont en cercle. Le meneur de jeu explique et démontre le principe de l'activité, qui consiste à produire un son qui fait le tour du cercle de manière rythmique soutenue. Le meneur de jeu commence à frapper des mains, et tour à tour chacun, vers la droite (ou la gauche), l'imité dans le même rythme/timing: clap - clap - clap - clap ... etc. autour du cercle. Chaque joueur doit garder le rythme sans s'arrêter ni ralentir ou aller plus vite.

Une fois que le son a fait le tour et est revenu au meneur de jeu, il peut y avoir un autre tour, afin de s'assurer que les joueurs tiennent le rythme. Puis, après le tour suivant, il peut y avoir un son différent: tapoter les pieds l'un après l'autre (tap-tap). Le joueur suivant garde le même rythme (tap-tap), et ainsi de suite, autour du cercle. Le prochain tour peut frapper les mains sur les côtés ou sur les cuisses... etc.

On peut alors demander au rythme d'accélérer légèrement ... puis de ralentir ...

On peut aussi ajouter des sons avec la bouche (woo - wah - pew - pffft - ...), plus vite, puis plus lentement ...

Attention : Le passage du son/geste d'un joueur à l'autre doit être fait sans interrompre le rythme, sans parler. Un test est recommandé car il est important que les participants saisissent correctement le principe du jeu.

Variantes :

- On peut demander d'établir un contact visuel en même temps que de produire le son/geste demandé et de se tourner vers la personne à qui on donne. On peut alors introduire une possibilité de changer de direction (sans altérer le rythme !) : au lieu de se tourner, on renvoie à celui qui nous a donné.

- Une fois que le jeu est bien intégré, vous pouvez utiliser également de vrais mots, éventuellement avec un son ou un geste corporel. L'accent devrait être mis sur le bon rythme et non sur une prononciation précise.
- Autre variante : un joueur commence à faire un son continu pendant 2 à 3 secondes. Il peut y avoir une variation de notes, mais il est préférable d'explorer cet exercice sur une sonorité non-rythmée. Sans interruption du son, le voisin prend alors le relai et poursuit, sur la même note d'abord, puis en faisant évoluer le son en douceur, sans rupture de style. Le son fait ainsi le tour du cercle. L'objectif est de ne pas interrompre le son et de cocréer ensemble un ruban sonore harmonieux. On peut faire plusieurs fois le tour du cercle.
- Voir également '**(Le) Relai du geste**'.

Remarque :

Garder le bon rythme autour du cercle exige une attention soutenue. C'est tout un apprentissage. Cela peut créer un haut niveau de complicité collective.

Partage : questionnez les ressentis durant l'exercice + quelle est la difficulté ? Qu'est-ce qui permet de s'améliorer ? Quelles compétences ce jeu nous permet-il de développer ?

Conseil d'animation : l'animateur joue également et dirige l'activité. Il est recommandé d'avoir bien pratiqué ce jeu avant de l'animer.

Notes :

Index des fiches d'activités

- ◆ QE1 = pour débutants
- ◆◆ QE2 = plus impliquant
- ◆◆◆ QE3 = pour participants bien rodés
- ◆◆◆◆ QE4 = participants expérimentés

Livret 2 : Climat d'acceptation

Ambassadeur	(6 ans+)	◆	
Appel par le nom	(6 ans+)	◆	
Astuces pour former des sous-groupes	(5 ans+)	◆	
(L') Aveugle et son guide	(7 ans+)	◆	
(Le) Ballon invisible	(7 ans+)	◆	(voir livret 4)
Ballon qui suis-je	(4 ans+)	◆	
(Le) Bonjour du jour	(3 ans+)	◆	
Cercle de bonnes nouvelles	(7 ans+)	◆◆	
Cercle 'j'aime, je n'aime pas'	(4 ans+)	◆	
Chanter & danser son prénom	(5 ans+)	◆	
(La) Chasse aux signatures	(8 ans+)	◆◆	
Clins d'œil	(6 ans+)	◆	
Coco est bien assis ?	(4 ans+)	◆	
Conduite aveugle	(5 ans+)	◆	
(La) Course alphabétique	(9 ans+)	◆	
Cui-Cui	(4 ans+)	◆	
Des Choses en commun	(6 ans+)	◆◆	
Ecrire sur le dos	(6 ans+)	◆	
Faire des nombres	(7 ans+)	◆	
Faire passer le courant	(7 ans+)	◆	
(Les) Filles et les garçons	(12 ans+)	◆◆◆	
J'aime tes genoux	(6 ans+)	◆	
J'appelle (salade de fruits)	(4 ans+)	◆	
Je n'ai encore jamais...!	(7 ans+)	◆	
Je suis moi	(7 ans+)	◆◆	
Jeu de noms	(5 ans+)	◆	
(Le) Langage des images	(5 ans+)	◆◆	
Ma place dans le groupe	(7 ans+)	◆◆	
(Les) Marches	(3 ans+)	◆	
Mon corps sonne	(4 ans+)	◆	
(Les) Noms en mouvement	(6 ans+)	◆	
Nos héros préférés	(9 ans+)	◆◆	
(Les) Observateurs	(11 ans+)	◆◆◆	
(L') Orange	(10 ans+)	◆◆	
Pêcheur	(4 ans+)	◆	
(La) Pelote de laine	(7 ans+)	◆	
Pratique du 'regard neuf'	(10 ans+)	◆◆◆	
Première impression	(10 ans+)	◆◆	
Présentations en binômes	(10 ans+)	◆◆	
Puzzles géographiques	(9 ans+)	◆◆	
Quel animal suis-je ?	(6 ans+)	◆	
Qui est le meneur ?	(6 ans+)	◆	
Qui est qui : identifier les profils	(9 ans+)	◆◆◆	
Qui suis-je ?	(8 ans+)	◆◆	
Relais du geste	(7 ans+)	◆◆	
Ressemblances et différences	(9 ans+)	◆◆	
Retrouvez votre famille animale	(4 ans+)	◆	
(Les) Robots	(4 ans+)	◆	
(Le) Roi du silence	(5 ans+)	◆	
Se joindre à la fourmilière	(8 ans+)	◆◆	
Se ranger par ordre de...	(7 ans+)	◆	

Statues musicales	(3 ans+)	♦
Suivez le gigolo	(4 ans+)	♦
Symboles	(9 ans+)	♦♦♦
(Le) Tableau magique	(7 ans+)	♦♦
Téléphone Arabe	(7 ans+)	♦
Téléphone sans fil	(6 ans+)	♦
Touche-touche	(4 ans+)	♦
Touche-touche couleurs	(3 ans+)	♦
Trouve quelqu'un qui comme toi	(7 ans+)	♦♦
Trouve ton partenaire animal	(5 ans+)	♦
Trouve un partenaire à ta taille	(4 ans+)	♦
(La) Vague sonore	(7 ans+)	♦♦

Livret 3 : La Classe Coopérative

Actionner la sonnette	(7 ans+)	♦♦
Activités pour ados & adultes	(14 ans+)	♦♦
Association et discrimination	(10 ans+)	♦♦♦
Campagne publicitaire	(12 ans+)	♦♦♦
(Les) Ceintures de comportement	(6 ans+)	♦♦
(Les) Cerceaux musicaux	(4 ans+)	♦
(Le) Cercle de parole	(4 ans+)	♦♦
(La) Chaise libre	(8 ans+)	♦♦
Chef d'orchestre	(10 ans+)	♦♦♦
Cinq mots pour une histoire en équipe	(8 ans+)	♦♦
Circuit de mots	(9 ans+)	♦♦
Comme un seul homme	(7 ans+)	♦♦
Compter jusqu'à 20	(7 ans+)	♦♦
(Le) Conseil de coopération	(5 ans+)	♦♦
(Le) Coude à coude	(5 ans+)	♦
Création de scénarios	(11 ans+)	♦♦♦
Définir un contrat de classe	(10 ans+)	♦♦
Dégager un objectif commun	(11 ans+)	♦♦♦
Déséquilibre	(12 ans+)	♦♦♦
Dessin coopératif	(7 ans+)	♦♦
Dessin collectif	(5 ans+)	♦♦
Dictée coopérative	(9 ans+)	♦♦♦
Faire des binômes avec des mots	(7 ans+)	♦♦
Faire un train	(4 ans+)	♦
(La) Foire aux mots	(9 ans+)	♦♦
(Les) Fresques collectives	(7 ans+)	♦♦
Handicapés solidaires	(5 ans+)	♦
Harmonisation	(3 ans+)	♦
Inventions	(8 ans+)	♦♦
Jeu des 4 mousquetaires	(8 ans+)	♦♦
Jonglerie coopérative	(9 ans+)	♦♦
(La) Machine infernale	(8 ans+)	♦♦
Métamorphose	(8 ans+)	♦♦
(Les) Métiers	(4 ans+)	♦♦
Molécules	(5 ans+)	♦
(Les) Mots en ballade	(7 ans+)	♦♦
Nœud de groupe	(7 ans+)	♦
Passer la ligne	(9 ans+)	♦♦♦
Petit moteur	(6 ans+)	♦
(La) Pieuvre	(6 ans+)	♦♦
(Les) Pingouins sur l'iceberg	(4 ans+)	♦
Points d'appui	(6 ans+)	♦
Réaménagement des chaises	(12 ans+)	♦♦♦
(La) Recherche d'un consensus	(10 ans+)	♦♦♦
Reconstituer le texte	(8 ans+)	♦♦
Reconstituer une chanson	(8 ans+)	♦♦
Règles de vie et contrat de classe	(7 ans+)	♦♦
(Le) Ruban sonore	(5 ans+)	♦♦
Sauve qui peut !	(6 ans+)	♦♦

(livret 4)

Sculpture de groupe	(8 ans+)	♦♦
Se lever de 1 à 10	(4 ans+)	♦
(Le) Train de chaises	(6 ans+)	♦
(Le) Tutorat	(5 ans+)	♦♦♦
Vocabulaire en mouvement	(7 ans+)	♦♦

Livret 4 : Écoute et communication

Accuser réception (les cartes)	(11 ans)	♦♦♦	
Activités pour ados & adultes	(14 ans)	♦♦	
Avant-Arrière	(4 ans)	♦	
Balle qui roule	(3 ans)	♦	
(Le) Ballon invisible	(7 ans)	♦♦	
Ballon qui suis-je	(5 ans)	♦	(livret 2)
(Le) Bâton de parole (voir cercle de parole)	(5 ans)	♦	
(Le) Bâton indien	(8 ans)	♦♦	
Binômes d'exploration personnelle (voir : Écoute passive...)			
(Le) Bonjour du jour	(3 ans)	♦	
(Les) Bonjours dans le monde	(7 ans)	♦	
(Le) Cercle de parole (+ le bâton de parole)	(5 ans)	♦♦	
Cercle 'j'aime, je n'aime pas'	(5 ans)	♦	
(Le) Cercle Samoan	(12 ans)	♦♦♦	
Chacun son tour	(4 ans)	♦	
(La) Chasse aux signatures	(8 ans)	♦♦	(livret 2)
Cinq mots pour une histoire en équipes	(9 ans)	♦♦	(livret 3)
Comme un seul homme	(9 ans)	♦	(livret 3)
Compter jusqu'à 20	(7 ans)	♦♦	
(Le) Contact visuel	(7 ans)	♦	
Conversation en relai	(9 ans)	♦♦♦	
Conversation sur un prénom	(9 ans)	♦♦♦	
Conversations non-verbales	(5 ans)	♦	
(Le) Débat "POUR" ou "CONTRE"	(12 ans)	♦♦♦	
Demander sans faire pression	(10 ans)	♦♦♦	
Démonstration d'une conversation	(9 ans)	♦♦♦	
Dessin à deux	(7 ans)	♦♦	(livret 3)
Dessin de groupe	(5 ans)	♦	(livret 3)
Donne – Prends	(11 ans)	♦♦	
Du tac au tac	(12 ans)	♦♦♦	
Écoute active : clarifier les besoins et objectifs	(12 ans)	♦♦♦	
Écoute active : la reformulation	(12 ans)	♦♦♦♦	
Écoute active : le questionnement invitant	(16 ans)	♦♦♦♦	
Écoute en trinômes	(12 ans)	♦♦♦	
Écoute passive : binômes d'exploration personnelle	(11 ans)	♦♦	
Est-ce que vous entendez ce que j'entends?	(5 ans)	♦	
(La) Foire aux mots	(9 ans)	♦♦	
Histoires en chaînes	(11 ans)	♦♦♦	
Interview en trinômes	(12 ans)	♦♦♦	
Je n'ai encore jamais...!	(7 ans)	♦♦	(livret 2)
Ma place dans le groupe	(6 ans)	♦	(livret 2)
Mes mains peuvent le dire	(3 ans)	♦	
(Le) Message clair	(6 ans)	♦♦	
(Le) Message-JE	(9 ans)	♦♦	
Mimes en chaîne	(7 ans)	♦♦♦	
Mimes en miroirs	(7 ans)	♦♦	
Mon schéma de communication	(11 ans)	♦♦♦	
Mon corps sonne	(4 ans)	♦♦	(livret 5)
(Les) Mots magiques	(7 ans)	♦♦	
(Les) Observateurs	(11 ans)	♦♦♦	
Oui mais... oui et...	(9 ans)	♦♦	
Parler face au groupe	(7 ans)	♦♦	(livret 5)
Photolangage	(7 ans)	♦♦	
Piperlé	(7 ans)	♦♦	
Poignées de main	(12 ans)	♦♦	
Positionnez-vous	(11 ans)	♦♦	(livret 7)

Poursuivre le récit	(12 ans)	♦♦	(livret 5)
Présentations en binômes	(10 ans)	♦♦♦	
Principes d'une bonne écoute (voir : démonstration d'une conversation)		♦♦♦♦	
Proximité	(11 ans)	♦♦	
Questions ouvertes / questions fermées	(11 ans)	♦♦♦	
Qui est qui : identifier les profils	(8 ans)	♦♦♦	(livret 2)
Qui suis-je ?	(7 ans)	♦♦	(livret 2)
Raconte-moi !	(5 ans)	♦	(livret 5)
(La) Recherche d'un consensus	(11 ans)	♦♦♦♦	(livret 3)
Relais du geste	(7 ans)	♦♦	
Relaxation d'écoute	(10 ans)	♦♦	(livret 10)
Rencontres aveugles	(7 ans)	♦	
(Le) Roi du silence	(5 ans)	♦	(livret 2)
Se ranger par ordre de...	(5 ans)	♦	(livret 2)
(Les) Six chapeaux de Bono	(12 ans)	♦♦♦	
Symboles	(8 ans)	♦♦♦♦	(livret 2)
Un mot à la fois	(7 ans)	♦♦	

Livret 5 : Estime de soi, confiance, créativité

Ambassadeur (mimes)	(6 ans)	♦	
Amplificateur d'affirmation	(9 ans)	♦♦	
(L') Animal 'Confiance'	(7 ans)	♦♦	
Applaudissements	(5 ans)	♦	
Appréciations en miroir	(11 ans)	♦♦	
Associations de mots	(9 ans)	♦♦	
Avec mes 4 sens	(4 ans)	♦	
Avoir confiance	(7 ans)	♦♦	
(Le) Ballon invisible	(7 ans)	♦	(livret 4)
Boutique du changement	(10 ans)	♦♦♦	
Cadeaux imaginaires	(9 ans)	♦♦	
Cercle d'appréciation	(7 ans)	♦♦	
Cercle des bonnes nouvelles	(9 ans)	♦	
Chef d'orchestre	(10 ans)	♦♦	
Cinq mots pour une histoire (en équipes)	(8 ans)	♦♦	
Compter de 1 à 10 (différentes tonalités)	(6 ans)	♦♦	
Conte collectif (pessimiste-optimiste)	(9 ans)	♦♦	(livret 9)
Création de scénarios	(11 ans)	♦♦♦	
Créer des histoires	(4 ans)	♦♦	
Danse aveugle	(4 ans)	♦♦	
Dessin coopératif	(7 ans)	♦♦	(livret 3)
Dessin de groupe	(5 ans)	♦	(livret 3)
Devine le métier !	(7 ans)	♦	
"Donne" - "Prends"	(11 ans)	♦♦	
Du tac au tac	(11 ans)	♦♦♦	
Estime de soi	(10 ans)	♦♦	
Etoile du jour	(3 ans)	♦	
Exercices d'impro et de mimes	(6 ans)	♦♦	
Faire des erreurs	(8 ans)	♦♦	
Faire l'acteur	(5 ans)	♦	
Faire sa valise	(6 ans)	♦♦	
Fresques collectives	(7 ans)	♦♦	(livret 3)
(Les) Gestes de bienveillance	(5 ans)	♦	(livret 9)
Histoire dont les personnages sont des objets	(10 ans)	♦♦	
Inventaire de mes forces et faiblesses	(9 ans)	♦♦	
Inventions	(7 ans)	♦♦	(livret 3)
Je suis là !	(7 ans)	♦♦	
Jeu de rôle ASSERTIVITE	(10 ans)	♦♦♦	
J'habite dans une maison magnifique	(7 ans)	♦♦	
Marche-Arrêt	(7 ans)	♦♦	
(Les) Marches	(5 ans)	♦	
(Les) Métiers	(5 ans)	♦♦	(livret 3)
Mon corps sonne	(5 ans)	♦♦	
Nos héros préférés	(11 ans)	♦♦	(livret 7)

(La) Parade des animaux	(3 ans)	◆	
Parler face au groupe	(7 ans)	◆◆	
Positionnez-vous	(11 ans)	◆◆	(livret 7)
Poursuivre le récit	(11 ans)	◆◆◆	
Que fais-tu ?	(8 ans)	◆◆	
Quels talents particuliers as-tu ?	(7 ans)	◆◆	
Que se passe-t-il ensuite ?	(9 ans)	◆◆	
Qu'est-ce qui vous met de bonne humeur ?	(5 ans)	◆	(livret 9)
Qu'est-ce qui vous rend heureux ?	(8 ans)	◆	(livret 9)
Questions délirantes	(8 ans)	◆◆	
Raconte-moi !	(3 ans)	◆	
Relais du geste	(7 ans)	◆◆	(livret 4)
Ruban sonore	(7 ans)	◆◆	(livret 3)
Sculpture de groupe	(7 ans)	◆◆	(livret 3)
Se joindre à la fourmilière	(9 ans)	◆◆	
(Les) Statues	(5 ans)	◆	
Statues musicales	(3 ans)	◆	
Suivez le gigolo	(4 ans)	◆	
(La) Surenchère	(8 ans)	◆◆	
(Le) Tableau magique	(7 ans)	◆◆	
Théâtre spontané - Improvisations créatives	(9 ans)	◆◆◆	
Thèmes d'impro	(8 ans)	◆◆	
(Le) Tour du monde en 30 minutes	(8 ans)	◆◆	
Traduction visuelle	(9 ans)	◆◆	
(Les) Trois cercles	(8 ans)	◆◆	
Trois mots pour une histoire	(6 ans)	◆◆	
Tu ne peux pas me prendre !	(7 ans)	◆◆	
Une réalisation dont je suis fier	(7 ans)	◆◆	
Un matin dans la jungle	(3 ans)	◆	
Un mot à la fois	(8 ans)	◆◆	(livret 4)
(La) Vague sonore	(7 ans)	◆◆	(livret 2)
Vocabulaire en mouvement	(9 ans)	◆◆	

Livret 6 : Émotions, besoins, résolution des conflits

Ceci n'est pas mon ballon	(5 ans)	◆	
(Les) Chaises-émotions	(8-9 ans)	◆◆	
(Le) Chapeau aux émotions	(4 ans)	◆	
Combien d'émotions y a-t-il ?	(4 ans)	◆◆	
Comment émergent les émotions ?	(10 ans)	◆◆	
Comment les émotions se manifestent dans le corps ?	(7 ans)	◆◆◆	
Contes (+questions à explorer)	(3 ans)	◆◆	
Dans la peau de l'autre (les chaussures)	(10 ans)	◆◆◆	
Dans les pas de l'autre	(10 ans)	◆◆◆	
Demander sans faire pression	(10 ans)	◆◆	
Des choses pas très gentilles	(5 ans)	◆◆	
Dessiner les problèmes	(7 ans)	◆◆	
Écoute active : clarifier les besoins et objectifs	(11 ans)	◆◆◆	
Émotions : 1-2-3 « émotion » !	(3 ans)	◆	
Étiquettes	(7 ans)	◆◆◆	
Exider - Demander	(12 ans)	◆◆◆	
Explorer la confrontation	(9 ans)	◆◆◆	
Expression artistique après lecture d'un conte	(5 ans)	◆◆	
Face aux émotions, que puis-je faire ?	(5 ans)	◆◆	
Geler-dégeler	(6 ans)	◆◆	
Harmonisation	(6 ans)	◆	
(Le) Jeu des quatre mousquetaires	(8 ans)	◆◆	
Ma fiche 'colère'	(9 ans)	◆◆◆	
Mains chaudes	(9 ans)	◆◆	
Marionnettes en conflit	(5 ans)	◆◆◆	
Mes besoins	(7 ans)	◆◆	
Mes besoins, mes objectifs	(12 ans)	◆◆◆◆	(livret 7)
(Le) Message JE	(9 ans)	◆◆	(livret 4)
(Le) Message clair	(6 ans)	◆◆	

(La) Météo du jour	(3 ans)	◆	
Mettre en scène et décrypter la violence	(12 ans)	◆◆◆◆	
Mime tes émotions	(8 ans)	◆	
Mon album personnel	(3 ans)	◆	
Mon état d'esprit en ce moment	(7 ans)	◆◆	
Mon schéma émotionnel	(11 ans)	◆◆◆	
(Le) Panneau aux émotions	(3 ans)	◆	
Pastilles de couleur	(6 ans)	◆◆	
Penser et ressentir	(10 ans)	◆◆	(livret 9 & 10)
Photolangage	(7 ans)	◆◆	(livret 4)
(Les) Photos émotions	(3 ans)	◆	
Pratique de la médiation	(14 ans)	◆◆◆	
Quand on se dispute (+ la roue à solutions)	(5 ans)	◆◆	
Quels besoins les ressentis suivants cachent-ils ?	(9 ans)	◆◆	
Quels sont nos besoins les plus importants ?	(7 ans)	◆◆	
Qu'est-ce que cela me fait ?	(7 ans)	◆◆	
Ressentir dans le corps	(7 ans)	◆◆	
Résoudre les conflits	(9 ans)	◆◆	
(La) Roue à solutions	(6 ans)	◆◆	
Sculptures d'argile en binômes	(6 ans)	◆	
Se sentir 'relax'	(7 ans)	◆	(livret 10)
(La) Sonnette d'alarme	(5 ans)	◆	
Symboliser l'émotion	(16 ans)	◆◆◆	
(Le) Thermomètre à émotions (voir « Panneau aux émotions »)	(3 ans)	◆	
Une idée encore plus chouette	(5 ans)	◆◆	

Livret 7 : Autonomie, responsabilité, motivation, objectifs

Activités pour ados & adultes	(14 ans)	◆◆	(livret 2)
«A cause de...», «Grâce à...»	(9 ans)	◆◆	(livret 9)
Amplificateur d'affirmation	(9 ans)	◆◆	(livret 5)
Apprendre à se motiver	(12 ans)	◆◆◆	
Au lieu de... je peux dire... : voir « Plutôt que de dire... »			
(L') Aveugle et son guide	(7 ans)	◆	(livret 2)
Avoir-Faire-Être	(12 ans)	◆◆◆	
(La) Boîte à solutions	(7 ans)	◆◆	
Boutique du changement	(10 ans)	◆◆◆	(livret 5)
(Les) Cartes de 'Responsabilité'	(11 ans)	◆◆◆	
Car-Wash	(7 ans)	◆	
Ce que je voudrais réaliser	(7 ans)	◆◆	
(Les) Ceintures de comportement	(7 ans)	◆◆	(livret 3)
Cercle d'appréciation	(7 ans)	◆◆	(livret 5)
(Le) Cercle de parole (+ le bâton de parole)	(5 ans)	◆◆	(livret 4)
(Le) Cercle Samoan	(12 ans)	◆◆◆	(livret 4)
(La) Chasse aux trésors	(10 ans)	◆◆	
Chef d'orchestre	(10 ans)	◆◆◆	(livret 3)
Clarifier les contrats	(9 ans)	◆◆	
Conduite aveugle	(5 ans)	◆	(livret 2)
(Le) Conseil de coopération	(5 ans)	◆◆	(livret 3)
Contrat de résolution positive	(9 ans)	◆◆	
(Le) Contraire du problème	(9 ans)	◆◆	
Debout – assis	(9 ans)	◆◆	
Définir un contrat de classe	(10 ans)	◆◆	(livret 3)
Dégager un objectif commun	(11 ans)	◆◆◆	(livret 3)
Demander sans faire pression	(10 ans)	◆◆◆	(livret 4)
Dessiner les problèmes	(9 ans)	◆◆	
Écoute active : clarifier les besoins et objectifs	(12 ans)	◆◆◆	
Écoute active : le questionnement invitant	(16 ans)	◆◆◆◆	(livret 4)
Étiquettes	(11 ans)	◆◆◆	(livret 6)
(Feuille d') Évaluation de mes objectifs	(9 ans)	◆◆	
Faire des erreurs	(8 ans)	◆◆	(livret 5)
(La) Fiche de réflexion	(9 ans)	◆◆◆	(livret 6)
Handicapés solidaires	(5 ans)	◆	(livret 3)
Inventaire de mes forces et faiblesses	(9 ans)	◆◆	

J'ai échoué	(11 ans)	♦♦	
Je dois... je choisis...	(9 ans)	♦♦	
Journal de mes réalisations	(9 ans)	♦♦	
(La) liste de mes réalisations	(9 ans)	♦♦	
Marche - Arrêt	(9 ans)	♦♦	
Ma recette de réussite	(9 ans)	♦♦	
Mes affirmations positives	(9 ans)	♦♦	
Mes besoins, mes objectifs	(12 ans)	♦♦♦	
Mes forces et faiblesses (-> Inventaire de...)	(12 ans)	♦♦♦	
Mes principaux défis (ce que j'essaie d'améliorer)	(12 ans)	♦♦♦	
(Le) Message clair	(6 ans)	♦♦	(livret 6)
(Le) Message-JE	(9 ans)	♦♦	(livret 4)
(Les) Métiers (responsabilités, tâches...)	(4-5 ans)	♦♦	(livret 3)
Mettre en place la solution	(9 ans)	♦♦	
Mon album personnel	(3 ans)	♦	(livret 6)
Mon auto-évaluation	(9 ans)	♦♦	
Mon contrat de résolution positive -> Voir « Contrat de résolution positive »			
Mon moi qui change	(9 ans)	♦♦	
Mon schéma de communication	(11 ans)	♦♦♦	(livret 4)
Mon schéma de victime	(12 ans)	♦♦♦	
Mon schéma émotionnel	(11 ans)	♦♦♦	(livret 6)
Nos héros préférés	(11 ans)	♦♦	
(L') Objectif du jour	(7 ans)	♦♦	
Objectifs mélangés	(9 ans)	♦♦♦	
On change tout le temps	(9 ans)	♦♦	
Pensée positive : comment muscler son cerveau	(8 ans)	♦♦	(livret 9)
Plutôt que de dire.... je peux dire	(9 ans)	♦♦	
Positionnez-vous	(10 ans)	♦♦	
Prendre soin de soi	(9 ans)	♦♦	
(La) Puissance de l'intention	(12 ans)	♦♦♦	(livret 9)
Quelques compétences à développer	(9 ans)	♦♦	
Quels besoins les ressentis suivants cachent-ils ?	(10 ans)	♦♦	
Quels pas concrets ?	(10 ans)	♦♦	
Quels sont nos besoins les plus importants ? :	(9 ans)	♦♦	
Quels sont tes besoins ?	(9 ans)	♦♦	
Qu'est-ce qui vous met de bonne humeur?	(5 ans)	♦	
Qu'est-ce qui vous rend heureux ?	(10 ans)	♦	
Qui vous fait faire quoi?	(10 ans)	♦♦♦	
(La) Recherche d'un consensus	(11 ans)	♦♦♦♦	(livret 3)
Règles de vie et contrat de classe	(6 ans)	♦♦	
(La) Roue à solutions	(7 ans)	♦♦	(livret 6)
Sauve qui peut !	(6 ans)	♦♦	
Si j'étais célèbre	(7 ans)	♦	
Tes besoins à toi	(9 ans)	♦♦	
(Les) Trois cercles	(9 ans)	♦♦	
(Le) Tutorat	(5 ans)	♦♦♦	(livret 3)
Une expérience réussie	(9 ans)	♦♦	
Une journée parfaite	(9 ans)	♦♦	
Victime – agresseur – sauveur	(12 ans)	♦♦♦♦	
Visualiser le succès	(10 ans)	♦♦	
Vogue le navire	(12 ans)	♦♦♦	

Livret 8 : Bienveillance - Non-violence - Empathie

Applaudissements	(5 ans)	♦	
Appréciations	(7 ans)	♦♦	
Appréciations en miroir	(11 ans)	♦♦	
Association et discrimination	(11 ans)	♦♦♦	(livret 3)
(L') Aveugle et son guide	(5 ans)	♦♦	(livret 2)
(Le) Bonjour du jour	(3 ans)	♦	(livret 2)
Cadeaux imaginaires	(8 ans)	♦♦	
Car Wash (lavomatic)	(9 ans)	♦	(livret 7)
Ce que je vois (voir « pratique du regard neuf »)	(8 ans)	♦♦♦	(livret 2)
(Le) Cercle d'appréciation	(7 ans)	♦♦	(livret 5)

(Le) Cercle de bonnes nouvelles	(7 ans)	♦♦	(livret 2)
(La) Conduite aveugle	(5 ans)	♦	(livret 2)
Demander sans faire pression	(6 ans)	♦♦	(livret 4)
Des choses pas très gentilles	(6 ans)	♦♦	(livret 6)
Dessin de groupe	(5 ans)	♦♦	(livret 3)
(La) Douche des mots doux	(7 ans)	♦♦	
Exercice d'empathie	(12 ans)	♦♦♦	(livret 2)
(Les) Filles et les garçons	(11 ans)	♦♦♦	
(Les) Gestes de bienveillance	(5 ans)	♦	
(Le) Harcèlement	(12 ans)	♦♦♦	
Harmonisation	(3 ans)	♦	(livret 3)
Lévitation	(12 ans)	♦♦♦	(livret 10)
Massage énergétique (tapping)	(7 ans)	♦	(livret 10)
(Le) Message clair	(6 ans)	♦♦	(livret 6)
Mettre en scène et décrypter la violence	(11 ans)	♦♦♦	
(Les) Mots magiques	(6 ans)	♦♦	
Partager	(4 ans)	♦♦	
Positionnez-vous	(9 ans)	♦♦	(livret 7)
Pratique de la médiation	(12 ans)	♦♦♦	(livret 6)
Première impression	(9 ans)	♦♦♦	(livret 2)
Prendre soin de soi	(6 ans)	♦♦	
Quand on se dispute	(7 ans)	♦♦	(livret 6)
Quels talents particuliers as-tu ?	(7 ans)	♦♦	(livret 5)
Qu'est-ce que la violence ?	(9 ans)	♦♦	
Qu'est-ce qui est violent ?	(8 ans)	♦♦	
(La) Quille	(10 ans)	♦♦	
Respiration accompagnée	(7 ans)	♦♦	(livret 10)
Ronde des mercis	(7 ans)	♦♦	
Se faire des amis	(5 ans)	♦	
(Un) Sentiment de gratitude	(9 ans)	♦	
Slapping	(7 ans)	♦♦	(livret 10)
Transmettre l'énergie de bienveillance	(5 ans)	♦♦	
Trouve un partenaire à ta taille	(5 ans)	♦	(livret 2)
Valeurs	(10 ans)	♦♦	(livret 7)

Livret 9 : pensée positive

«À cause de...», «Grâce à...»	(9 ans)	♦♦	
Accéder à un espace positif	(9 ans)	♦♦	
Activités pour favoriser le développement d'un schéma mental créatif)	(5-6 ans)	♦♦	
Affirmations positives	(10 ans)	♦♦	
Affirmations positives (les planches)	(10 ans)	♦♦	
Amplificateur d'affirmation	(10 ans)	♦♦	
Appréciations en miroir	(12 ans)	♦♦	(livret 5)
Apprendre à se motiver	(12 ans)	♦♦♦	(livret 7)
"Au lieu de... je peux dire..."	(8 ans)	♦♦	
Boutique du changement	(11 ans)	♦♦♦	(livret 5)
Ce que j'aime en moi / j'admire chez les autres	(7 ans)	♦♦	
Ce que je suis capable de faire	(7 ans)	♦	
(Le) Cercle des bonnes nouvelles	(9 ans)	♦	
Cercle d'appréciation	(7 ans)	♦♦	
Cinq objectifs sur les doigts de la main	(7 ans)	♦♦	(livret 7)
Clarifier les contrats	(9 ans)	♦♦	(livret 7)
(Le) Conte collectif 'Pessimiste – Optimiste'	(9 ans)	♦♦	
Contrat de résolution positive	(8-9 ans)	♦♦	(livret 7)
(L') Échelle de 0 à 10	(10 ans)	♦♦	
Écoute positive	(12 ans)	♦♦	
Estime de soi	(9 ans)	♦♦	(livret 10)
Être dans la joie	(11 ans)	♦♦	(livret 10)
Faire des erreurs	(7 ans)	♦♦	(livret 5)
(Les) Gestes de bienveillance	(5 ans)	♦	(livret 8)
Identifier les croyances négatives	(12 ans)	♦♦♦	
(L') Inventaire de mes forces et faiblesses	(9 ans)	♦♦	(livret 5)

J'ai échoué	(11 ans)	◆◆	
Mes affirmations positives	(8 ans)	◆◆	
(Mon) contrat de résolution positive (voir : « contrat de... »)			(livret 7)
Mon moi qui change	(9 ans)	◆◆	(livret 7)
Nos héros préférés	(11 ans)	◆◆	(livret 5)
On change tout le temps	(9 ans)	◆◆	(livret 7)
Pensée positive : comment muscler son cerveau	(8 ans)	◆◆	
Penser et ressentir	(10 ans)	◆◆	
Positionnez-vous	(9 ans)	◆◆	
(La) Puissance de l'intention	(11 ans)	◆◆◆	
Qu'est-ce qui vous met de bonne humeur	(8 ans)	◆◆	
Qu'est-ce qui vous rend heureux ?	(8 ans)	◆	
Qu'est-ce qu'une pensée négative/positive ?	(9 ans)	◆◆	
Recadrer les croyances négatives	(14 ans)	◆◆◆	
Savourer l'instant présent	(10 ans)	◆◆	
Se faire des amis	(5 ans)	◆	
(Un) Sentiment de gratitude	(9 ans)	◆◆	(livret 8)
(Les) Trois cercles	(9 ans)	◆◆	(livret 5)
Une journée parfaite	(7 ans)	◆◆	
Votre jour de triomphe	(9 ans)	◆◆	

Livret 10 : relaxation – ancrage corporel

Accéder à un espace positif	(12 ans)	◆◆◆	
Autotapping	(5 ans)	◆	
Avoir-Faire-Être	(12 ans)	◆◆	(livret 7)
Boutique du changement	(11 ans)	◆◆◆	(livret 5)
Cinq, quatre, trois, deux, un	(5 ans)	◆	
Danse aveugle	(6 ans)	◆◆	(livret 5)
Danse folle	(4 ans)	◆	
Détectives renifleurs	(4 ans)	◆◆	
Équilibrer l'espace	(7 ans)	◆◆	
Estime de soi	(9 ans)	◆◆	
Être dans la joie	(11 ans)	◆◆	
Exercice d'empathie	(11 ans)	◆◆◆	
(Le) Fœtus	(7 ans)	◆◆	
Gonfler le ballon (relaxation simple)	(6 ans)	◆	
(La) Graine qui devient arbre	(7 ans)	◆	
Harmonisation	(3 ans)	◆	
Je suis un arbre	(7 ans)	◆	
Lévitacion	(12 ans)	◆◆	
Mains chaudes	(8 ans)	◆◆	
(La) Marche de pleine conscience	(8 ans)	◆◆	
(Les) Marches	(4 ans)	◆	
Massage énergétique (Tapping en trinômes)	(5 ans)	◆	
(Le) Mouvement lent	(10 ans)	◆◆	
(L') Ours et les bûcherons	(4 ans)	◆	
Penser et ressentir	(10 ans)	◆◆	
(La) Poupée de chiffon	(5 ans)	◆	
(La) Relaxation d'écoute	(10 ans)	◆◆	
Relaxation mandala	(5 ans)	◆◆	
Relaxation pour faciliter l'expression créative	(9 ans)	◆◆	
Relaxation simple	(7 ans)	◆	
Respiration accompagnée	(8 ans)	◆◆	
Rituels d'ancrage corporel	(6 ans)	◆	

(1) Tonicité musculaire

- (1.1) Jouer sur le contraste « contraction / relâchement »
- (1.2) Jouer sur le contraste « mobilité / immobilité »
- (1.3) Jouer sur le contraste « toucher énergétique / en douceur »

(2) Mobilisation des différentes articulations du corps

- (2.1) Mobiliser l'articulation du cou
- (2.2) Mobiliser les articulations du membre supérieur
- (2.3) Mobiliser l'articulation de la colonne vertébrale
- (2.4) Mobiliser l'articulation du bassin

(2.5) Mobiliser les articulations du membre inférieur

(3) Mobilité du visage

(3.1) Mobiliser les muscles du visage

(3.2) Mobiliser les yeux

(3.3) Mobiliser le nez et la bouche

(4) Contact tactile (le toucher)

(4.1) Massages sur soi pour réveiller le corps

(4.2) Massages sur soi pour réveiller le corps

(4.3) Massages sur soi pour relâcher le corps

(4.4) Massages sur soi pour se calmer

(4.5) Toucher le corps d'un partenaire pour une prise de conscience corporelle

(4.6) Toucher le corps d'un partenaire pour une prise de conscience du volume du corps

(4.7) Massages sur le corps d'un partenaire

(5) Équilibre / Verticalité

(5.1) Prendre conscience de l'équilibre et de la verticalité du corps en position debout

(5.2) Se balancer pour retrouver la verticalité du corps

(5.3) Prendre conscience de la verticalité en position assise

(6) Respiration

(6.1) Prendre conscience de la respiration

(6.2) La respiration accompagne les mouvements à partir de la tête

(6.3) La respiration accompagne les mouvements à partir des épaules, des bras

(6.4) La respiration accompagne les mouvements à partir des coudes

(6.5) La respiration accompagne les mouvements à partir de la colonne vertébrale

(6.6) La respiration accompagne la tenue de l'équilibre sur un pied

(7) Écoute auditive

(7.1) Reconnaître des bruits

(7.2) Se concentrer pour écouter attentivement

(7.3) Écouter attentivement pour reproduire un son

(8) Exercices de visualisation

(8.1) Se concentrer sur un objet

(8.2) Visualiser les différentes parties du corps

(8.3) Visualiser des images apaisantes

Rocking	(10 ans)	◆◆
Savourer l'instant présent	(10 ans)	◆◆
Se sentir 'relax'	(7 ans)	◆◆
Slapping	(10 ans)	◆◆
(La) Surenchère	(8 ans)	◆◆
Un matin dans la jungle	(4 ans)	◆
(Le) Vent	(5 ans)	◆
Visualisation créative : le voyage	(12 ans)	◆◆◆
Visualiser le succès	(11 ans)	◆◆◆
Votre jour de triomphe	(9 ans)	◆◆
Yoga détente	(5 ans)	◆◆◆

INDEX ALPHABETIQUE

NIVEAU correspondant

- ◆ QE1 = pour débutants
- ◆◆ QE2 = plus impliquant
- ◆◆◆ QE3 = pour participants bien rodés
- ◆◆◆◆ QE4 = participants expérimentés (lycée, adultes)

A -----			(âge)
A cause de... grâce à...	◆◆	(livret 9)	9
Accéder à un espace positif	◆◆	(livret 9)	9
Accuser réception	◆◆	(livret 4)	11
Actionner la sonnette	◆◆	(livret 3)	6/7
Activités pour ados & adultes	◆◆	(livret 3 & 4)	14
Activités pour favoriser le développement de l'intelligence (schéma mental créatif)	◆◆	(livret 9)	3
Affirmations positives (les cartes)	◆◆◆	(livret 9)	9
Ambassadeur	◆	(livret 2 & 5)	6
Amplificateur d'affirmation	◆◆◆	(livret 5 & 9)	10
(L') Animal Confiance	◆◆	(livret 5)	7
Appel par le nom	◆	(livret 2)	6
Applaudissements	◆	(livret 5 & 8)	6
Appréciations	◆◆	(livret 8)	7
Appréciations en miroir	◆◆◆	(livret 5)	10
Apprendre à se motiver	◆◆◆	(livret 7)	12
Associations de mots	◆	(livret 5)	7
Association et discrimination	◆◆◆	(livret 3)	11
Astuces pour former des sous-groupes	◆	(livret 2)	4
Au lieu de... je peux dire... : voir « Plutôt que de dire... »	◆	(livret 7 & 9)	8
Auto-tapping	◆	(livret 10)	6
Avant-arrière	◆	(livret 4)	6
Avec mes 4 sens	◆	(livret 5)	4
(L') Aveugle et son guide	◆◆	(livret 2)	6
Avoir confiance	◆◆	(livret 5)	7
Avoir-Faire-Etre	◆◆◆	(livret 7)	12
B -----			
Balle qui roule	◆	(livret 4)	3
Ballon invisible	◆◆	(livret 2)	7
Ballon qui suis-je	◆	(livret 2)	5
(Le) Bâton indien	◆◆	(livret 4)	8
(La) Boîte à solutions	◆◆	(livret 7)	7
(Le) Bonjour du jour	◆	(livret 2 & 4)	3
(Les) 'Bonjours' dans le monde	◆	(livret 4)	5
(La) Boutique du changement	◆◆◆	(livret 5)	10
C -----			
Cadeaux imaginaires	◆◆	(livret 5 & 8)	8
Campagne publicitaire	◆◆◆	(livret 3)	12
Cartes de responsabilité	◆◆◆	(livret 7)	12
Car-Wash	◆	(livret 7)	6
Ceci n'est pas mon ballon	◆◆	(livret 6)	6
(Les) Ceintures de comportement	◆◆	(livret 3 & 7)	6
Ce que j'aime en moi / j'admire chez les autres	◆◆	(livret 9)	7
Ce que je suis capable de faire	◆◆	(livret 9)	5
Ce que je vois (le regard neuf)	◆◆◆	(livret 8)	8
Ce que je voudrais réaliser	◆◆	(livret 7)	7
(Les) Cerceaux musicaux	◆	(livret 3)	5
Cercle d'appréciation	◆◆	(livret 5)	6
Cercle de bonnes nouvelles	◆◆	(livret 2 & 5)	7
Cercle de parole	◆◆	(livret 3 & 4)	4

Cercle 'j'aime, je n'aime pas'	◆	(livret 2 & 4)	4
Cercle samoan	◆◆◆	(livret 4)	12
Chacun à son tour	◆	(livret 4)	4
(Les) Chaises-émotions	◆◆	(livret 6)	8/9
(La) Chaise libre	◆◆	(livret 3)	8
Chanter / danser son prénom	◆	(livret 2)	6
(Le) Chapeau aux émotions	◆	(livret 6)	4
(La) Chasse aux signatures	◆◆	(livret 2)	8
(La) Chasse aux trésors	◆◆	(livret 7)	10
Chef d'orchestre	◆◆	(livret 3 & 5)	9
Cinq mots pour une histoire en équipes	◆◆	(livret 3)	8
Circuit de mots	◆◆	(livret 3)	9
Clarifier les contrats	◆◆	(livret 7)	9
(La) Classe coopérative : quelles stratégies ?	◆◆	(livret 3)	7
Clins d'œil	◆	(livret 2)	7
Coco est bien assis ?	◆	(livret 2)	5
Combien d'émotions y a-t-il ?	◆	(livret 6)	6
Comment émergent les émotions ?	◆◆	(livret 6)	10
Comment les émotions se manifestent...	◆◆◆	(livret 6)	7
Comme un seul homme	◆◆	(livret 3)	7
Compter de 1 à 10 (différentes tonalités)	◆◆	(livret 5)	6
Compter jusqu'à 20	◆◆	(livret 3 & 4)	8
Conduite aveugle	◆	(livret 2)	6
Conseil de coopération	◆	(livret 3)	5
(Le) Contact visuel	◆	(livret 4)	7
Conte collectif pessimiste-optimiste	◆◆	(livret 9)	9
Contes (questions à explorer)	◆	(livret 6)	3
(Le) Contraire du problème	◆◆	(livret 7)	9
Contrat de résolution positive	◆◆	(livret 7)	8
Conversation en relai	◆◆◆	(livret 4)	9
Conversation sur un prénom	◆◆◆	(livret 4)	10
Conversations non-verbales	◆	(livret 4)	5
(Le) Coude à coude (chaîne musicale)	◆	(livret 3)	5
(La) Course alphabétique	◆◆◆	(livret 2)	9
Création de scénarios	◆◆◆	(livret 3 & 5)	11
Créer des histoires	◆◆	(livret 5)	4
Cui-Cui	◆	(livret 2)	5

D

Danse aveugle	◆◆	(livret 5)	4
Danse folle	◆	(livret 10)	3
Dans la peau d'un autre	◆◆◆	(livret 6)	9
Dans les pas de l'autre	◆◆◆	(livret 6)	9
(Le) Débat "POUR" ou "CONTRE"	◆◆◆	(livret 4)	12
Debout – Assis	◆◆	(livret 7)	9
Définir un contrat de classe	◆◆	(livret 3)	7
Dégager un objectif commun	◆◆◆	(livret 3)	11
Demander sans faire pression	◆◆	(livret 4 & 6)	6
Démonstration d'une conversation + Principes d'une bonne écoute	◆◆	(livret 4)	8
Des choses pas très gentilles	◆◆	(livret 6)	5
Des choses en commun	◆	(livret 2)	6
Déséquilibre	◆◆◆	(livret 3)	12
Dessin coopératif	◆◆	(livret 3)	7
Dessin collectif	◆	(livret 3)	5
Dessiner les problèmes	◆	(livret 6 & 7)	8
Détectives renifleurs	◆	(livret 10)	4
Devine le métier !	◆◆	(livret 5)	8
Dictée coopérative	◆◆◆	(livret 3)	9
"Donne" - "Prends"	◆◆◆	(livret 4 & 5)	11
(La) Douche de mots doux	◆◆	(livret 8)	7
Du tac au tac	◆◆◆	(livret 4 & 5)	11

E

(L') Échelle de 0 à 10	◆◆	(livret 9)	10
------------------------	----	------------	----

Écoute active : clarifier les besoins et objectifs	◆◆◆	(livret 4 & 6)	12
Écoute active : la reformulation	◆◆◆	(livret 4)	12
Écoute active : le questionnement invitant	◆◆◆◆	(livret 4)	16
Écoute active : questions ouvertes, questions fermées	◆◆◆	(livret 4)	12
Écoute en trinômes	◆◆◆	(livret 4)	10
Écoute passive : binômes d'exploration personnelle	◆◆	(livret 4)	11
Écoute positive	◆◆	(livret 9)	12
Écrire sur le dos	◆	(livret 2)	6/7
Emotions : 1-2-3 « émotion » !	◆	(livret 6)	5
Équilibrer l'espace	◆◆	(livret 10)	7
Est-ce que vous entendez ce que j'entends?	◆	(livret 4)	4
Estime de soi	◆◆	(livret 5 & 10)	10
Étiquettes	◆◆◆	(livret 6)	12
(L') étoile du jour	◆	(livret 5)	3
Être dans la joie	◆◆	(livret 10)	11
Évaluation de mes objectifs	◆◆	(livret 7)	9
Exercice d'empathie	◆◆◆	(livret 8)	12
Exercices d'impro et de mimes (ambassadeur)	◆◆	(livret 5)	6
Exiger – Demander	◆◆◆	(livret 6)	12
Exploration aveugle en binômes (voir « Aveugle et son guide »)		(livret 2)	6
Explorer la confrontation	◆◆◆	(livret 6)	9
Explorer le mouvement	◆	(livret 10)	7
Expression artistique après lecture d'un conte	◆◆	(livret 6)	5

F

Face aux émotions, que puis-je faire ?	◆	(livret 6)	3
Faire des binômes avec des mots	◆◆	(livret 3)	7
Faire des erreurs	◆◆	(livret 5)	8
Faire des nombres	◆	(livret 2)	7
Faire l'acteur	◆	(livret 5)	4
Faire passer le courant (Clap synchro)	◆◆	(livret 2)	7
Faire sa valise	◆	(livret 5)	6
Faire un train	◆	(livret 3)	4
(Les) Filles et les garçons	◆◆◆	(livret 2)	11
(Le) Fœtus	◆◆	(livret 10)	7
(La) Foire aux mots	◆◆	(livret 3 & 4)	8
(Les) Fresques collectives	◆◆	(livret 3)	7

G

Geler-dégeler	◆◆	(livret 6)	7
(Les) Gestes de bienveillance	◆	(livret 8)	5
(La) Graine qui devient arbre	◆◆	(livret 10)	7

H

Handicapés solidaires	◆	(livret 3)	6
(Le) Harcèlement	◆◆◆	(livret 8)	11
Harmonisation	◆	(livret 3 & 6)	4
Histoire dont les personnages sont des objets	◆◆	(livret 5)	9
Histoires en chaînes	◆◆◆	(livret 4)	9

I

Interviews en trinômes	◆◆◆	(livret 4)	9
Inventaire de mes forces et faiblesses	◆◆◆	(livret 5 & 7)	8
Inventions	◆◆	(livret 3)	7

J

J'aime tes genoux	◆	(livret 2)	7
J'appelle (salade de fruits)	◆	(livret 2)	4
Je dois – Je choisis	◆◆◆	(livret 7)	14
Je n'ai encore jamais...!	◆◆	(livret 2)	7
Je suis là !	◆◆	(livret 5)	9
Je suis moi (présentation de soi à la 3 ^e personne)	◆◆	(livret 2)	8
Je suis un arbre	◆	(livret 10)	6
Jeu de noms	◆	(livret 2)	5

Jeu de rôle ASSERTIVITE	◆◆◆	(livret 5)	12
(Le) Jeu des 4 mousquetaires	◆◆	(livret 3)	7
J'habite dans une maison magnifique	◆◆	(livret 5)	7
Jonglerie coopérative	◆◆	(livret 3)	10
Journal de mes réalisations	◆◆	(livret 7)	9

L

(Le) Langage corporel	◆	(livret 10)	8
(Le) Langage des images	◆◆	(livret 2)	5
Lévitacion	◆◆◆	(livret 10)	12
Liste de mes réalisations	◆◆	(livret 7)	9

M

Machine infernale (La)	◆◆	(livret 3)	8
Ma fiche colère	◆◆◆	(livret 6)	9
Mains chaudes	◆◆◆	(livret 6)	9
Ma place dans le groupe (Forger la conscience de groupe)	◆◆	(livret 2)	8
Marche – Arrêt	◆◆	(livret 5)	7
(La) Marche de pleine conscience	◆◆	(livret 10)	7
(Les) Marches	◆	(livret 2 & 5)	4
Ma recette de réussite	◆◆	(livret 7)	9
Marionnettes en conflit	◆◆	(livret 6)	6
Massage énergétique (Tapping)	◆◆	(livret 10)	7
Mes affirmations positives	◆◆	(livret 7)	9
Mes besoins	◆◆	(livret 6)	7
Mes besoins, mes objectifs	◆◆◆	(livret 6)	12
Mes forces et faiblesses (voir : « Inventaire de... »)	◆◆	(livret 7)	12
Mes mains peuvent le dire	◆	(livret 4)	3
Mes principaux défis	◆◆◆	(livret 7)	12
Message clair	◆◆	(livret 4 & 6)	7
Messages-JE	◆◆	(livret 4 & 6)	8
Métamorphose	◆◆	(livret 3)	8
Météo du jour : 1-2-3 météo	◆	(livret 6)	4
(Les) Métiers	◆	(livret 3)	4
Mettre en place la solution	◆◆	(livret 7)	9
Mettre en scène et décrypter la violence	◆◆◆	(livret 6 & 8)	12
Mime en chaîne	◆◆	(livret 4)	7
Mimes en miroir	◆◆◆	(livret 4)	7
Mime tes émotions !	◆◆	(livret 6)	7
Molécules	◆	(livret 3)	4/5
Mon album personnel	◆	(livret 6)	4
Mon auto-évaluation	◆◆	(livret 7)	9
Mon Contrat de résolution positive : voir « Contrat de résolution positive » (livret 7)	◆◆	(livret 7)	9
Mon corps sonne	◆◆	(livret 2 & 5)	5
Mon état d'esprit en ce moment	◆◆	(livret 6)	7
Mon moi qui change	◆◆	(livret 7)	9
Mon schéma de communication	◆◆◆	(livret 4)	10
Mon schéma de victime	◆◆◆	(livret 7)	12
Mon schéma émotionnel	◆◆◆	(livret 6)	10
Mots en ballade	◆◆	(livret 3)	6
Mots magiques	◆◆	(livret 4 & 8)	6
(Le) Mouvement lent	◆◆	(livret 10)	10

N

Nœud de groupe	◆◆	(livret 3)	7
(Les) Noms en mouvement	◆◆	(livret 2)	8
Nos héros préférés	◆◆	(livret 2 & 7)	8

O

(L') Objectif du jour	◆◆	(livret 7)	7
Objectifs mélangés	◆◆◆	(livret 7)	9
(Les) Observateurs	◆◆◆	(livret 2 & 4)	11
On change tout le temps	◆◆	(livret 7)	9
(L') Orange	◆◆	(livret 2)	10

Oui mais... oui et...	◆◆◆	(livret 4)	9
(L') Ours et les bûcherons	◆	(livret 10)	4

P

(Le) Panneau aux émotions	◆	(livret 6)	3
Parade d'animaux	◆	(livret 5)	3
Parler face au groupe	◆◆	(livret 4 & 5)	7
Partager	◆◆	(livret 8)	3
Passer la ligne	◆◆◆	(livret 3)	8
Pastilles de couleur	◆◆	(livret 6)	6
Pêcheur	◆	(livret 2)	5
(La) Pelote de laine	◆	(livret 2)	7
Pensée positive : comment muscler son cerveau	◆◆	(livret 9)	8
Penser et ressentir	◆◆	(livret 9 & 10)	10
Petit moteur	◆	(livret 3)	6
Photolangage	◆	(livret 4)	6
Photos émotions	◆	(livret 6)	4
(La) Pieuvre	◆◆	(livret 3)	6
(Les) Pingouins sur l'iceberg	◆	(livret 3)	4
Piperlé	◆◆	(livret 4)	5
Plutôt que de dire... je peux dire...	◆◆	(livret 7 & 9)	9
Poignées de main	◆◆◆	(livret 4)	9
Points d'appui	◆	(livret 3)	6
Positionnez-vous	◆◆◆	(livret 7)	11
(La) poupée de chiffon	◆	(livret 10)	5
Poursuivre le récit	◆◆◆	(livret 5)	11
Pratique du 'regard neuf'	◆◆◆	(livret 2)	10
Pratique de la médiation	◆◆◆	(livret 6)	12
Première impression	◆◆	(livret 2)	9
Prendre soin de soi	◆◆	(livret 7 & 8)	9
Présentations en binômes	◆◆◆	(livret 2 & 4)	10
Principes d'une bonne écoute	◆◆◆	(livret 4)	9
Proximité	◆◆◆	(livret 4)	7
(La) Puissance de l'intention	◆◆◆◆	(livret 9)	12
Puzzles géographiques	◆◆◆	(livret 2)	8

Q

Quand on se dispute : la roue à solutions	◆	(livret 6)	6
Que fais-tu ?	◆◆◆	(livret 5)	8/9
Quel animal suis-je ?	◆◆	(livret 2)	5
Quelques compétences à développer	◆◆	(livret 7)	9
Quels talents particuliers as-tu ?	◆	(livret 5)	6
Quels besoins les ressentis suivants cachent-ils ?	◆◆◆	(livret 6)	9
Quels pas concrets ?	◆◆	(livret 7)	10
Quels sont nos besoins les plus importants ?	◆	(livret 6)	7
Quels sont tes besoins ?	◆◆	(livret 7)	9
Que se passe-t-il ensuite ?	◆◆◆	(livret 5)	11
Qu'est-ce que cela me fait ?	◆◆	(livret 6)	7
Qu'est-ce que la violence ?	◆◆	(livret 8)	9
Qu'est-ce qui est violent ?	◆◆	(livret 8)	8
Qu'est-ce qui vous met de bonne humeur ?	◆	(livret 9)	4
Qu'est-ce qui vous rend heureux ?	◆◆	(livret 9)	10
Qu'est-ce qu'une pensée négative/positive ?	◆◆	(livret 9)	10
Questions délirantes	◆◆	(livret 5)	8
Questions d'exploration individuelle (voir : Écoute passive)	◆◆◆	(livret 4)	10
Questions ouvertes / questions fermées	◆◆◆	(livret 4)	12
Qui est le meneur ?	◆	(livret 2)	6
Qui est qui : identifier les profils	◆◆◆	(livret 2)	8
Quille (La)	◆◆	(livret 8)	10
Qui suis-je ?	◆◆	(livret 2)	6
Qui vous fait faire quoi ?	◆◆◆	(livret 7)	10

R

Raconte-moi !	◆	(livret 5)	4
Réaménagement des chaises	◆◆◆	(livret 3)	12

Recadrer les croyances négatives	◆◆◆	(livret 9)	14
(La) Recherche d'un consensus	◆◆◆	(livret 3)	10
Reconstituer le texte	◆◆	(livret 3)	8
Reconstituer une chanson	◆◆	(livret 3)	8
Règles de vie et contrat de classe	◆◆	(livret 3 & 7)	7
Règles du cercle de parole	◆	(livret 4)	5
Relais du geste	◆◆	(livret 2 & 4)	5
Relaxation d'écoute	◆◆	(livret 10)	10
Relaxation mandala	◆	(livret 10)	5
Relaxation simple (respiration & détente)	◆	(livret 10)	7
Rencontres aveugles	◆◆	(livret 4)	6
Respiration accompagnée	◆◆	(livret 10)	7
Respiration de l'arbre	◆◆	(livret 10)	9
Ressemblances et différences	◆◆◆	(livret 2)	9
Ressentir dans le corps	◆◆◆	(livret 6)	6
Résoudre les conflits	◆◆	(livret 6)	9
Retrouvez votre famille animale	◆	(livret 2)	4
Rituels d'ancrage corporel	◆	(livret 10)	6
(Les) Robots	◆	(livret 2)	4
Rocking	◆◆	(livret 10)	7
(Le) Roi du silence	◆	(livret 2)	5
(La) Ronde des mercis	◆◆	(livret 8)	7
(La) Roue à solutions	◆	(livret 6)	6
(Le) Ruban sonore	◆◆	(livret 3)	7

S

Sauve qui peut !	◆	(livret 3)	5
Savourer l'instant présent	◆◆	(livret 9 & 10)	10
Sculptures d'argile en binômes	◆◆	(livret 6)	6
Sculpture de groupe	◆◆◆	(livret 3)	8
Se faire des amis	◆	(livret 8)	5
Se joindre à la fourmilière	◆◆	(livret 2 & 5)	8
Se lever de 1 à 10	◆	(livret 3 & 10)	4
(Un) Sentiment de gratitude	◆	(livret 8)	9
Se ranger par ordre de...	◆	(livret 2)	7
Se ranger selon la date de naissance	◆	(livret 2)	7
Se sentir 'relax'	◆◆	(livret 10)	7
Si j'étais célèbre	◆	(livret 7)	7
(Les) Six chapeaux de Bono	◆◆◆	(livret 4)	12
Slapping	◆◆	(livret 10)	7
(La) Sonnette d'alarme	◆	(livret 6)	5
(Les) Statues	◆	(livret 5)	5
Statues musicales	◆	(livret 2 & 5)	3
Suivez le gigolo	◆	(livret 2 & 5)	5
(La) Surenchère	◆◆	(livret 5)	8
Symboles	◆◆◆	(livret 2)	8
Symboliser l'émotion	◆◆◆◆	(livret 6)	16

T

(Le) Tableau magique	◆◆	(livret 2 & 5)	7
Tapping en trinômes (voir «Massages énergétique»)◆	◆◆◆◆	(livret 10)	5
Téléphone Arabe (de bouche à oreille)	◆	(livret 2)	6
Téléphone sans fil	◆	(livret 2)	6
Tes besoins à toi	◆◆	(livret 7)	9
Théâtre spontané - Improvisations	◆◆◆	(livret 5)	11
Thèmes d'impro	◆◆	(livret 5)	9
Touche-touche	◆	(livret 2)	4
Touche-touche couleurs	◆	(livret 2)	5
(Le) Tour du monde en 30 minutes	◆◆	(livret 5)	10
Traduction visuelle	◆◆◆◆	(livret 5)	9
Transmettre l'énergie de bienveillance	◆◆	(livret 8)	5
(Le) Train de chaises	◆◆	(livret 3)	6
(Les) Trois cercles	◆◆	(livret 5 & 7)	8
Trois mots pour une histoire	◆◆	(livret 5)	7
Trouve quelqu'un qui comme toi	◆◆	(livret 2)	7

Trouve ton partenaire animal	◆	(livret 2)	4
Trouve un partenaire à ta taille	◆	(livret 2)	4
Tu ne peux pas me prendre !	◆◆	(livret 5)	6
(Le) Tutorat	◆◆◆	(livret 3)	5
U -----			
Une expérience réussie	◆◆	(livret 7)	9
Une journée parfaite	◆◆	(livret 7 & 9)	9
Une réalisation dont je suis fier	◆◆	(livret 5)	7
Un matin dans la jungle	◆	(livret 5 & 10)	4
Un mot à la fois	◆◆	(livret 4)	8
V -----			
(La) Vague sonore	◆◆	(livret 2)	7
Valeurs	◆◆	(livret 8)	10
(Le) Vent	◆	(livret 10)	5
Victime – agresseur – sauveur	◆◆◆◆	(livret 7)	12
Visualisation créative : le voyage	◆◆	(livret 10)	12
Visualiser le succès	◆◆	(livret 7)	10
(Le) Vocabulaire en mouvement	◆	(livret 3)	6
Vogue le navire	◆◆◆	(livret 7)	12
Votre jour de triomphe	◆◆	(livret 9 & 10)	9
X -----			
Y -----			
Yoga détente	◆	(livret 10)	4
Z -----			

Formation d'animateur en éducation émotionnelle et sociale

avec Michel Claeys

La formation clarifie les stratégies pédagogiques et développe les compétences personnelles nécessaires pour une mise en œuvre correcte des outils de l'éducation aux compétences psychosociales.

Il est évident que pour proposer des activités d'EES de manière pertinente et cohérente, l'éducateur doit pouvoir démontrer les compétences nécessaires et animer l'ensemble des outils, ceux de la classe **coopérative** dans une approche **active, positive et diversifiée**. Cela ne s'improvise pas.

Si vous n'avez pas eu l'occasion de suivre une formation appropriée, si vous souhaitez en suivre une, ou si vous estimez devoir en proposer une aux personnel de votre établissement, veuillez vous renseigner ou prendre contact avec Michel Claeys pour l'organisation d'une formation dans votre établissement. Différents formats peuvent être envisagés. Une formation peut être réalisée sur 1, 2 ou 3 weekends, ou sur une dizaine de sessions de 2 ou 3 heures, hebdomadaires ou bimensuelles. Il suffit d'une équipe motivée d'au moins une dizaine d'enseignants (maximum 50).

Voir www.education-emotionnelle.com

Email : asso-educemo@gmail.com

Publications :

- Michel Claeys, ***Education émotionnelle de la maternelle au lycée*** (nouvelle édition, revue et augmentée, Le Souffle d'Or 2018).
- Michel Claeys, ***Le défi émotionnel*** (éditions Le Souffle d'Or, 2018).
- Michel Claeys, ***Mon journal de bord CPS – cahier d'élève, livrets 1 et 2***. Editions BoD, 2018 :
<https://www.bod.fr/librairie/catalogsearch/result/?q=mon+journal+de+bord+CPS>
- Michel Claeys, ***Enseignants CPS (10 livrets avec toutes les fiches d'activités)***. (PDF)