

Des jeux pour entrer en communication, mieux se connaître (brise-glace)

- Le petit bonhomme de Proust

Objectifs : Réfléchir à ses goûts et aspirations personnelles

Partager les réponses afin de renforcer les liens

Déroulement : Chaque participant répond au questionnaire puis remplit le bonhomme de ses réponses numérotées, le meneur de jeu récupère les bonhommes puis il énonce les réponses et les membres du groupe retrouvent la personne.

- Prolongement : faire une grande affiche

Ma qualité préférée chez les autres.

Mon trait de personnalité le plus révélateur.

Ce que mes amis préfèrent le plus chez moi

Mon occupation préférée.

Mon idée du bonheur

La couleur que je préfère.

La fleur que je préfère.

L'oiseau que je préfère.

Le plat que je préfère.

La boisson que je préfère.

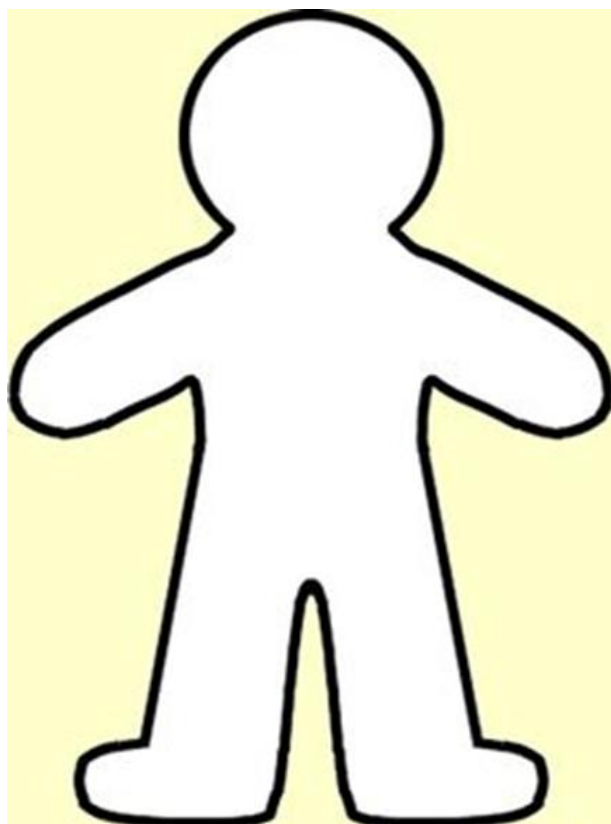
Le mot que je préfère.

Mes héros préférés

Le don de la nature que je voudrais avoir.

Ma devise.

Mon état d'esprit actuel.



Ressources Atéssoué :

- Les chaises et les prénoms.

Choisir un participant dont le prénom ne commence pas trop près de la lettre « A » et disposer un feutre devant sa chaise. Annoncer la consigne de façon assez directive : « Quand le taperai dans les mains, vous vous mettez debout et vous déplacerez pour vous classer par ordre alphabétique des prénoms. A la fin de l'exercice, la personne dont le prénom commence par une lettre la plus proche du «A» sera debout devant la chaise repérée par le feutre. A sa gauche se tiendra la personne dont le prénom par ordre alphabétique est le plus près du premier et ainsi de suite jusqu'à la personne dont le prénom est le plus proche de « Z » qui se tiendra à droite de la chaise repérée par le feutre. Ai-je été clair ? ». Laissez une ou deux secondes de silence et tapez dans les mains. A la fin de l'exercice, faites un tour de « table » pour vérifier.

- Jeu avec les prénoms.

Les participants sont debout en cercle en respectant les distances barrières. Chacun donne son prénom en suivant le sens des aiguilles d'une montre. Deux à trois tours de prénoms sont réalisés. Pour le tour suivant l'animateur demande aux personnes de donner le prénom de la personne qui la précède plutôt que le sien. Deux tours sont réalisés avec cette consigne. Pour les deux tours suivants les participants donnent le prénom de la personne qui les suit. Il est possible de varier la consigne à loisir (ex donner le prénom d'une personne quelle que soit sa position et avoir donné tous les prénoms à la fin du tour...

- Le « compté » chronologique.

Les joueurs se tiennent debout en cercle. Ils doivent compter de 1 jusqu'au nombre total de joueurs (exemple 10) de façon chronologique. Chaque joueur peut dire un chiffre et un seul chiffre. Ce n'est pas un « tour de table » et il ne faut pas se couper la parole. Si deux joueurs parlent en même temps, le groupe recommence à un et c'est un joueur différent du tour précédent qui débute. Pour ce jeu on peut aller facilement jusqu'à 15. Si votre groupe compte 7 joueurs, le groupe comptera jusqu'à 14 et chacun pourra alors donner deux chiffres.

- Jeu de mains et dialogue :

Les participants se tiennent face à face par paire.

Ils effectuent un jeu de mains comme la comptine « Tiens voilà main droite, tiens voilà main gauche... ». Quand cette phrase gestuelle est installée, les membres des paires essaient d'avoir un dialogue tout en continuant les mouvements.

Objectifs :

- Comprendre la différence entre concentration et attention
- Mettre en évidence l'inefficacité de la double tâche (attention)
- Entraîner son cerveau à cette capacité

- Le mime des ambassadeurs :

Constituer deux sous-groupes au hasard. Quand le jeu débute un « ambassadeur » pour chaque sous-groupe se rend auprès du meneur de jeu. Celui-ci possède une liste de dix titres de films connus. Il murmure à l'oreille des « ambassadeurs » le titre du premier film à faire découvrir à leur équipe respective. Les « ambassadeurs » retournent auprès de leur équipe et miment le titre en rébus ou miment une scène du film. Les partenaires donnent des titres ou des mots auxquels le mime leur fait penser mais ne peuvent pas poser de questions. Quand l'équipe découvre un titre de film à trouver, un autre « ambassadeur » se rend auprès du meneur de jeu pour obtenir le titre suivant à découvrir et cela jusqu'à ce qu'une équipe ait trouvé les dix titres. Attention veillez à ce qu'il n'y ait pas d'erreurs...Chaque participant est mime au moins une fois, le mime ne parle pas et ne dessine pas. Titres proposés : King-Kong/Orange mécanique/Vol au-dessus d'un nid de coucou/L'homme invisible/Star-Wars/Les enfants du paradis/Le fabuleux destin d'Amélie Poulain/Blanche neige/Bienvenue chez les ch'tis/Le désert des tartares.

Objectifs :

- Développer la dynamique de groupe (motivation)
- Développer la solidarité (climat de confiance)
- Découvrir quelques principes de communication orale (on a tendance à répéter, on va trop vite, tout ce que je fais est interprété, plus je suis précis, concret plus c'est clair). Ces éléments sont en lien avec les conditions de l'apprentissage.

- **Le mot lancé.**

Les participants sont disposés en cercle. Le meneur de jeu balance son bras droit et fait claquer des doigts de la main droite à la fin du mouvement. Le groupe synchronise ses mouvements avec le meneur de jeu. Au claquement de doigt, le meneur de jeu lance un mot (ex : brouette). Son voisin a le temps d'un mouvement de bras et au claquement de doigts suivant doit lancer un mot en lien avec le précédent (ex : cacahuète pour la rime ou jardinier). Le suivant à son tour a le temps d'un mouvement pour lancer un mot en lien avec le précédent (ex salée ou légume) et ainsi de suite.

Règles du jeu : un joueur peut être éliminé s'il ne trouve pas de mot à son tour ou s'il utilise un mot déjà utilisé au cours de la manche ou s'il parle trop tôt ou trop tard ou si son mot n'a rien à voir avec le précédent. Dans ce dernier cas c'est le meneur de jeu qui arrête la manche et demande des explications. Si l'explication, même alambiquée, tient la route le joueur peut rester. Dans le cas contraire, il est éliminé.

Objectifs :

- Apprendre à se concentrer
- Prendre conscience de sa respiration
- Enrichir le vocabulaire (ex de jeu en anglais), mémoriser (consolidation de l'apprentissage)
- Développer la solidarité
- Dédramatiser l'évaluation

- **Le champ de mines**

Durée : 15 - 30 minutes

Nombre de participants : 4 - 10 personnes (nombres pairs)

Matériel nécessaire : divers objets, plusieurs bandeaux

Objectif : ce jeu développe la confiance, la communication et l'écoute active. Cette activité peut se révéler un jeu de plage excellent pour dynamiser une équipe.

Règles : Trouvez un espace ouvert tel qu'un parking vide ou un parc. Placez les objets (cônes, boules, bouteilles, etc.) de façon aléatoire dans l'espace ouvert. Demandez à vos collaborateurs de former des paires, et demandez à une personne de chaque paire de porter le bandeau. L'autre personne doit conduire son coéquipier d'un bout à l'autre de l'espace ouvert sans marcher sur les objets - en utilisant uniquement des instructions verbales.

- **Dessin à l'aveugle**

Durée : 10 - 15 minutes

Nombre de participants : 2 personnes ou plus

Matériel nécessaire : une image, des stylos et du papier

Objectif : Cette activité est axée sur l'interprétation et la communication.

Règles : Formez des groupes de deux. Demandez aux participants de s'asseoir dos à dos. Donnez le stylo et le papier à l'un d'eux et l'image à l'autre. La personne avec l'image décrit l'image pour son coéquipier sans réellement dire ce que c'est. La personne avec le stylo et le papier dessine ce que représente l'image, selon elle, à partir de la description verbale. Fixez une limite temporelle de 10 - 15 minutes.

Des activités ritualisées pour se rassurer, être en sécurité et être serein et attentif

- **Des rituels pour bien démarrer la journée**

« Calme et attentif comme une grenouille » (pour maternelles et primaires)

Activités d'automassage :

L'automassage est un excellent exercice pour lutter contre le stress et contre des petites douleurs musculaires.

Pratiquer régulièrement l'automassage permet de retrouver la paix et la sérénité.

Petite info : l'automassage peut se pratiquer debout, assis, en mouvement.

Chauffer ses mains en les frottant dynamiquement avant de commencer à se masser afin de stimuler le corps avec la chaleur.

- **Bien être :**

Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=wqasPNZd3uU>

Regarder la vidéo et ensuite, chacun, pour lui, va nommer

- 5 choses qu'il a vu
- 4 choses qu'il a entendu
- 3 choses qu'il a senti
- 2 choses qu'il a touché
- 1 chose qui fait se sentir bien

Des jeux de coopération

- Construire la plus haute tour

<https://www.kactus.com/blog/team-building/top-10-des-icebreakers/>

Les participants sont divisés en petits groupes de 4 à 5. Chaque groupe reçoit un petit matériel d'architecte : 20 spaghettis, 3 marshmallows et du scotch.

Le but est de construire la tour la plus haute en un temps limité, et elle doit tenir, ne pas s'écrouler...

Il s'agira dans le groupe de s'entendre sur la technique à choisir.

Objectif : se détendre, souder des petits groupes, libérer la créativité.

Durée : 10 minutes.

Voir l'extrait de la conférence TED de Tom Wujec

<https://www.youtube.com/watch?v=hUPRpyDGFsU>

- Le jeu des 7 erreurs

Deux équipes de 7 élèves sont alignées face à face, et s'observent sans parler. Les deux lignes sont espacées de 4 à 5 mètres.

Au bout de quelques minutes, une équipe se retourne pour ne pas regarder l'autre équipe qui se met à échanger entre eux des accessoires (ceintures, lunettes, collier...) ou des vêtements (chaussures, écharpe, veste, gilet), de manière à avoir 7 changements au total. Quand l'équipe est prête, la première se retourne et observe à nouveau pour trouver les 7 erreurs.

Lorsqu'ils ont trouvé, c'est au tour de l'autre équipe de jouer.

Objectif : se détendre, souder des petits groupes, libérer la créativité.

- Se ranger par ordre de pointures sans parler

Deux équipes d'une dizaine d'élèves sont alignées face à face. Quand l'enseignant donne le top départ, chaque élève dans chaque équipe se range dans l'ordre croissant de leur pointure de chaussures, mais ils ont interdiction de parler. Ils peuvent donc mimer, comparer leurs pieds, utiliser leurs doigts s'ils veulent indiquer leur pointure... IL utilisent leur imagination pour pouvoir se ranger avant l'autre équipe. Le but est de se ranger les premiers, avant l'autre équipe, pour gagner. L'enseignant vérifie ensuite s'il n'y a pas d'erreurs.

Objectif : se détendre, souder des petits groupes, libérer la créativité.

- Le code de conduite

Objectifs : Echanger sur ses valeurs, travailler en équipe pour arriver à un consensus et exercer leurs aptitudes de communication.

Imaginez.

Du jour au lendemain, la vie telle qu'on la connaît a pris fin.

Dans un scénario apocalyptique, les gens doivent se battre pour survivre dans la nature.

Nécessairement, de petites communautés se forment et un code de conduite doit être mis en place pour maintenir l'ordre.

À partir de cette mise en contexte, demandez à votre équipe de se mettre en équipe et d'élaborer le code de conduite de leur société. À l'aide de leur créativité, ils devront déterminer ce qui est acceptable comme interdit.

Cette activité leur permettra d'échanger sur leurs valeurs, de travailler en équipe pour arriver à un consensus et d'exercer leurs aptitudes de communication.

De retour en grand groupe, chaque équipe pourra présenter ses règles et expliquer comment elle y est arrivée.

- Chasse au trésor

Objectif : un bel exercice pour renforcer l'esprit d'équipe qui aide à briser les clans, en encourageant les gens à travailler avec des collègues et son environnement

Durée : > 1 heure

Nombre de participants : deux petits groupes ou plus

Matériel nécessaire : des stylos et du papier

Règles : Séparez le groupe en plusieurs équipes de deux ou plus. Faites une liste de tâches saugrenues pour chaque équipe à réaliser en groupe. Il peut s'agir de faire un selfie avec un inconnu, de prendre une photo d'un immeuble ou d'un objet à proximité du bureau, etc.

Donnez la liste à chaque équipe, en lui impartissant un délai pour remplir toutes les tâches.

Celle qui accomplit le plus de tâches le plus rapidement gagne ! (Vous pouvez aussi créer votre propre système de points selon la difficulté de la tâche si vous le souhaitez !)

Des jeux pour découvrir ses propres qualités, ses propres forces : développer les compétences psychosociales

- Guide d'aveugle (Ressource Atéssoué)

Les participants se disposent en ligne face à face. Vous demandez à un participant de simuler l'exercice avec vous. Il est aveugle et vous êtes guide d'aveugle. Vous montrez la manière de guider avec un foulard et précisez que le jeu s'effectue en silence. Le guide doit être très vigilant à ce que l'aveugle ne se fasse pas mal ! Après 3 ou 4' de guidage les aveugles gardent les yeux fermés et les guides changent. Après les deux fois 3 ou 4', les couples reviennent en salle. Dans un deuxième temps, vous intervertissez les guides et les aveugles afin que chacun éprouve les deux postures. Vous pouvez réaliser cet exercice quelle que soit la salle où vous vous trouverez en circulant dans et hors de la salle.

Après l'exercice un débat peut se faire avec les participants : « Qu'avez-vous ressenti ? Quels apprentissages retirer de ce jeu ? Peut-on le faire avec des élèves et pourquoi ?

- L'avion en papier

Taille de l'équipe : 6 à 12 personnes

Durée : 20 à 30 minutes

Objectifs : Collaborer sur un projet, travailler sur ses compétences en communication, sa capacité à déléguer et sa gestion du temps

Règles du jeu : Scindez votre équipe en groupes de deux à quatre personnes et confiez à chaque équipe une pile de morceaux de carton. Donnez à chacune 10 à 15 minutes pour concevoir le meilleur avion en papier long courrier (les recherches sur téléphone ou ordinateur sont autorisées) et donner un nom à leur compagnie aérienne (n'oubliez pas de dire que l'avion doit voler).

Une fois les avions en papier fabriqués, organisez une compétition dans un grand couloir ou dehors pour déterminer lequel vole le plus loin.