



les francas

L'éducation en mouvement !

DES JEUX COOPERATIFS POUR BATIR LA PAIX

**AVEC LES ENFANTS, LES JEUNES, LES PARENTS
DE NOS ACCUEILS DE LOISIRS**

compilation de documents recueillis sur internet par

les francas du nord
24 rue Malsence
59800 lille
03 20 56 72 22

francas.nord@wanadoo.fr

www.lesfrancasdunord.unblog.fr

Bonjour à tous,

L'ONU a décrété la période 2001-2010 comme **décennie internationale pour une culture de non-violence et de paix** au profit des enfants du monde : initiative louable et ambitieuse qui reste cependant méconnue.

Une coordination régionale s'est mise en place pour porter à la connaissance du plus grand nombre cette initiative. Une semaine de l'éducation à la Paix est donc organisée du 4 au 12 octobre 2008. Elle se construit sur les propositions de chacun.

Les Francas du Nord sont membres de cette coordination. Développer une culture de Paix est un objectif de l'association. Ainsi nous proposons ce recueil de **jeux coopératifs pour bâtir la paix** construit à partir de documents recueillis sur Internet et vous invitons à consulter le livre jeux coopératifs pour bâtir la paix, de l'université de paix de Namur, disponible à l'association départementale.

L'**objectif** est le suivant :

Que dans chaque **accueil de loisirs adhérent aux Francas du nord** des jeux pour la paix soient proposés aux enfants et aux jeunes, qu'un témoignage sur ces jeux soit recueilli, par exemple des affiches avec des photographies des jeux, leurs règles et des commentaires des joueurs... réalisés par les enfants. Ces documents seront mis en valeur lors de la semaine de l'Éducation à la Paix.

N'hésitez pas à informer le plus grand nombre, faire participer les parents, contacter la presse, pour indiquer que l'éducation à la paix se fait aussi avec les centres de loisirs et rappeler que la **semaine du 2 au 12 octobre 2008** est la **semaine régionale de l'éducation à la paix**.

Pour plus de renseignement et un accompagnement sur cette démarche vous pouvez contacter simon, animateur départemental aux Francas du Nord.

La solidarité en jeux

Et si les jeux proposaient autre chose que de dresser les joueurs les uns contre les autres en ne valorisant que le plus fort, le plus performant ?...

Et si les jeux fondaient le plaisir de jouer sur la solidarité et l'entraide ?...

Utopie ?

Non, ces jeux existent même s'ils sont encore peu connus en France...

Le principe des jeux coopératifs repose sur la poursuite d'un objectif de groupe qui ne pourra être réalisé que par l'entraide et la solidarité entre les joueurs. Le défi proposé nécessite la mobilisation de chacun et la concertation de tous. Il ne s'agit pas de gagner sur l'adversaire mais de faire équipe et cause commune pour gagner ensemble... ou de perdre ensemble si l'équipe s'est mal organisée.

La coopération crée dans le groupe une atmosphère de confiance où chacun peut apprendre à s'exprimer, à défendre son point de vue avec assurance. Coopérer c'est "construire ensemble", mais l'action collective n'est pas la simple addition des actions individuelles ! Par le dialogue et la négociation il est possible de trouver ensemble la meilleure façon de jouer. Les jeux coopératifs allient plaisir de jouer et valeur éducative pour mettre hors-jeu la violence.

Mettre hors-jeu la violence

La plupart des jeux ont recours au modèle "gagnant-perdant" et favorisent le "chacun-pour-soi". Si la compétition-émulation est constructive et facteur d'éducation à la vie sociale, la compétition-exclusion conduit à des comportements destructeurs tant chez le gagnant que chez les perdants. Quand elle se résume à la loi du plus fort, la compétition est source de violence. Il est donc important de maintenir un équilibre entre compétition et coopération.

Le principe des jeux coopératifs repose sur la poursuite d'un objectif de groupe qui ne pourra être réalisé que par l'entraide et la solidarité entre les joueurs. Le défi proposé nécessite la mobilisation de chacun et la concertation de tous. Il ne s'agit pas de gagner sur l'adversaire mais de faire équipe et cause commune pour gagner ensemble... ou de perdre ensemble si l'équipe s'est mal organisée.

La coopération crée dans le groupe une sécurité de base, une atmosphère de confiance où chacun peut apprendre à s'exprimer, à défendre son point de vue avec assurance. Coopérer c'est "construire ensemble", mais l'action collective n'est pas la simple addition des actions individuelles ! Par le dialogue et la négociation il est possible de trouver ensemble la meilleure façon de jouer.

Les jeux coopératifs allient plaisir de jouer et valeur éducative pour mettre hors-jeu la violence.

Tu es éliminé-e!

La plupart des jeux actuels fonctionnent sur la compétition: sans cette dimension le suspense tombe et la partie n'a plus de ressort.

La compétition-émulation est une confrontation constructive et un facteur d'éducation à la vie sociale. C'est l'occasion de s'affirmer, de se dépasser.

Mais la compétition peut devenir dangereuse quand elle se résume à la loi du plus fort. Si gagner consiste à éliminer l'autre, le jeu conduit à une concurrence agressive et même violente entre les joueurs.

Le plaisir de jouer disparaît derrière la satisfaction d'avoir été le plus fort ou la colère d'avoir encore perdu.

La compétition-exclusion conduit à des comportements destructeurs tant chez le gagnant que chez les perdants.

La compétition envahissante

De plus en plus, la vie est présentée comme un combat, une compétition sans merci.

"Il faut se battre pour réussir dans la vie"... tel est le message que font généralement passer les adultes auprès des enfants. Dans ces conditions, ne faut-il pas, dès le plus jeune âge, encourager l'esprit de compétition ?

On entend souvent cette question. Si l'on admet volontiers que jeux et jouets des petits fassent appel au plaisir et à la découverte, on est vite tenté de préparer l'enfant à la vie, de le mettre, par le jeu, dans les conditions qu'il rencontrera dans l'existence.

Ainsi la compétition envahit-elle beaucoup d'espaces. Il existe néanmoins des jeux et des sports qui sont pratiqués de façon à allier coopération et compétition et qui favorisent la détente et l'esprit d'équipe.

En effet, il est important d'apprendre à gagner comme il est important d'apprendre à perdre ! On peut gagner sans écraser et perdre sans haine. Cela nécessite un développement de la personnalité, de l'autonomie, pour être capable de faire des choix plus libres et plus constructifs.

Le but de l'éducation (é-ducere signifie conduire à l'extérieur de la famille) est bien d'apprendre à se situer par soi même pour, peu à peu, avoir moins besoin de se comparer aux autres.

Le plaisir de jouer

Les jeux coopératifs privilégient le plaisir de jouer, non seulement à travers l'histoire mise en scène mais encore par le soin apporté aux éléments de jeu toujours colorés et agréables au toucher, notamment pour les plus jeunes enfants.

Chaque jeu propose un objectif qui ne pourra être atteint que par l'entraide et la solidarité entre les joueurs. Dans un jeu coopératif, les joueurs trouvent un bénéfice réciproque à aider et à ce faire aider.

C'est l'occasion de jouer réellement en groupe, de prendre des décisions en commun et de donner à chacun sa pleine mesure.

Le défi à relever ensemble nécessite la mobilisation de chacun et la concertation de tous: éteindre l'incendie, se mesurer au dragon, sauver les habitants de l'île en feu, échapper aux pirates, combattre les pluies acides, etc.

De plus, certains jeux coopératifs proposent un message éducatif comme par exemple l'apprentissage du tri des déchets ménagers dans le jeu Recyclons les déchets.

Stratégies en herbe

Dans les jeux traditionnels, les plus petits sont trop souvent les perdants systématiques alors que dans les jeux de coopération, ils participent à part entière au même titre que les plus grands.

Il ne s'agit plus de gagner sur l'adversaire mais de faire équipe et cause commune pour... gagner ensemble, sous peine de perdre ensemble si le défi proposé n'a pas été relevé.

Les jeux coopératifs s'adressent à diverses catégories d'âge, à partir de 3 ans.

Pour les plus grands, ce sont des jeux de stratégie. Certains jeux proposent des variantes de plus en plus complexes qui peuvent s'adresser à tous, adultes compris.

Chaque jeu est introduit par une histoire à raconter aux enfants pour stimuler leur imagination: ils peuvent ainsi s'identifier aux personnages et se sentir plus impliqués dans le défi à relever.

Développer la confiance

Les jeux coopératifs fonctionnent sur la communication et la concertation.

Il faudra donc expliquer son jeu... ou se rendre à d'autres arguments et modifier son choix. Chaque mouvement de jeu concerne tout le monde et s'inscrit dans une démarche collective.

La coopération crée dans le groupe une sécurité de base, une atmosphère de confiance où chacun pourra s'exprimer, manifester ses besoins, sans peur d'être jugé. Coopérer c'est construire ensemble.

L'éducation à la coopération n'est pas seulement liée à la réussite du jeu, mais aussi à l'environnement dans lequel le jeu se déroule. Les jeux coopératifs stimulent les aptitudes à négocier et réveillent en chacun la créativité.

De l'individu au groupe

Lorsque l'on aborde le jeu coopération avec les réflexes habituels du chacun pour soi, il y a toutes chances pour que la partie soit perdue. C'est généralement l'observation que l'on peut faire à la première expérience.

En effet, si chacun doit tenir sa place avec compétence (plutôt que compétition), il doit en même temps être capable de prendre du recul sur son propre jeu pour intervenir, si nécessaire, dans le champ collectif.

La performance individuelle n'est pas seule suffisante. L'action collective et le sens de l'efficacité peuvent nécessiter une autre attitude, non compétitive, solidaire.

Les jeux coopératifs vont ainsi permettre à l'enfant de comprendre la notion d'interdépendance et de relation les uns aux autres, et de mesurer en quoi l'action collective n'est pas la somme des actions individuelles.

Il expérimentera également que par le dialogue et la négociation on peut trouver ensemble la meilleure façon d'agir, chacun à sa place et à son niveau.

Eduquer à la paix

Si le voisin n'est plus l'ennemi à battre, faut-il que ce soit pour autant la corneille, l'ours ou l'orage qui le remplace ?

La tentation existe de vouloir reproduire les mécanismes de compétition-exclusion par habitude ou par peur de l'inconnu. Il s'agirait, dans cette hypothèse, de fonctionner en équipe uniquement pour vaincre la nature, l'animal ou l'oiseau. Ce n'est pas la conception des jeux coopératifs.

On peut jouer ensemble dans l'émulation par rapport au défi proposé sans qu'il y ait nécessairement un ennemi à éliminer !

Le jeu devient ainsi un moment de détente et de créativité qui favorise le développement de qualités nouvelles et notamment la solidarité.

Cette dimension aura d'autant plus de chance d'être assimilée si le joueur a l'occasion de la voir mise en oeuvre ou de la vivre lui-même en d'autres lieux: famille, école, travail, quartier, etc.

En favorisant l'autonomie et la solidarité, la confiance en soi et en l'autre, ces nouveaux outils peuvent modifier les relations interpersonnelles et, à terme, les relations sociales. Ce sont des éléments d'une éducation à la paix.

Apprendre à résoudre les conflits

Autonomie, solidarité, entraide... tout cela peut paraître résolument positif et optimiste mais la réalité est bien différente. On côtoie davantage la compétition, l'exclusion et la violence.

Le conflit est quotidien. Il naît chaque fois qu'il y a confrontation de besoins, d'intérêts et de valeurs. Et la coopération doit se frayer un chemin au milieu des heurts, des crises et des limites de chacun.

C'est pourquoi l'éducation à la coopération doit s'accompagner nécessairement d'une éducation à la résolution non-violente des conflits. Sinon l'attitude coopérative reste une velléité qui conduit à tous les découragements et à tous les échecs.

Il s'agit d'acquérir les moyens d'aborder sereinement les conflits et de trouver des solutions satisfaisantes pour les parties concernées.

Autrement dit, l'approche compétitive, souvent facteur d'exclusion (modèle gagnant / perdant), sera soigneusement évitée au profit d'une approche coopérative où les deux parties, dans le respect et l'écoute mutuels, vont rechercher ensemble une solution créative et durable à leur problème.

L'éducation à la résolution non-violente des conflits se pratique dès l'école dans certains pays comme les Etats-Unis, le Canada, l'Australie, etc.

C'est, à notre avis, un objectif fondamental dans toute démarche éducative.

Du Canada à l'Allemagne

Les jeux coopératifs sont issus principalement des "new games" (nouveaux jeux) créés par Stewart Brand aux Etats-Unis au moment de la guerre du Vietnam. Le principe fondamental en est l'engagement physique, même assez rude, mais sans gagnant ni perdant.

Des Canadiens ont ensuite repris une partie de ces jeux, où il n'y avait ni violence ni compétition, pour en faire des jeux coopératifs.

Terry Orlick, enseignant à l'université d'Ottawa a joué un rôle important dans cette démarche. Il a étudié différentes cultures, notamment papoue, innuit (eskimo), chinoise... Il y a repéré des jeux coopératifs et, sur les traces de l'anthropologue Margaret Mead, il a étayé la thèse selon laquelle il y aurait un lien entre la fréquence de l'utilisation des jeux coopératifs et le caractère non-violent de telle ou telle culture.

Ses travaux dans les écoles du Canada ont permis de mieux cerner l'impact de la pratique de tels jeux sur les comportements et plus particulièrement sur la faculté d'évoluer en groupe.

Ensuite, des psychologues allemands ont ramené des Etats-Unis des ouvrages sur les jeux de coopération qui, pour l'essentiel, étaient des jeux de plein air. Ils en ont adapté les mécanismes pour créer des jeux de société coopératifs.

Des outils pour l'animation et l'éducation

Il y a des jeux coopératifs de plein air et des jeux coopératifs de table. Ces derniers ont été développés notamment par l'éditeur allemand Herder autour des recherches menées par l'équipe de psychologues allemands.

D'autres fabricants, tels Haba ou Ravensburger, proposent eux aussi plusieurs titres. Tous ces jeux ont des règles traduites en Français, mais les boîtes de jeu, toujours en version originale, constituent un handicap à leur commercialisation.

La diffusion actuelle nécessite un investissement certain de la part des diffuseurs. De nombreux réseaux commencent à s'intéresser à ces jeux, que ce soit dans les milieux de l'éducation (écoles) ou de l'animation (ludothèques, centres sociaux, associations...).

Outils d'animation, d'observation, de connaissance de soi et des autres, ils concernent les parents, instituteurs, éducateurs, animateurs, formateurs, et toutes les personnes pour qui le jeu est un moment important de l'éducation et la solidarité une dimension essentielle de la vie en société.

Fiches techniques : les jeux coopératifs

Le jeu coopératif met plus l'accent sur le plaisir et le partage que sur l'effort et la compétition. Chaque joueur est responsable de la sécurité et du bien-être des autres. Comme il n'y a ni gagnant, ni perdant, chaque participant peut respecter son rythme et ses limites.

Caractéristiques

- Tous les participants sont gagnants et valorisés
- Il n'y a pas d'élimination, pas de mise en évidence d'un joueur
- les échanges et les gestes de coopération entre participants sont favorisés
- les règles sont simples
- l'activité comprend un défi, une stimulation
- tous les joueurs doivent avoir du plaisir et être en action
- aucun joueur ne doit avoir d'habileté techniques ou morphologiques spéciales lui donnant un avantage sur les autres.

Exemples de jeux :

1. Les gardes-fous

Objectif : initier un contact physique non menaçant entre participant.

Nombre de participant : de 8 à 15

Durée : de 15 à 20 minutes

Espace : grand

Matériel requis : un foulard

Déroulement :

Les participants se placent en cercle, en laissant un espace d'environ une longueur de bras entre eux. Une personne est invitée à aller au centre du cercle. L'animateur lui bande les yeux et la fait tourner sur elle-même pour la désorienter. Il amène ensuite cette personne près de la circonférence intérieure du cercle formé par les participants.

Le volontaire qui a toujours les yeux bandés marche à reculons et doit essayer de faire le tour du cercle.

Le rôle des gens du cercle est de garder le volontaire à l'intérieur en les guidant très doucement au moyen de leurs mains placées devant eux. Il se déplace à son rythme et se laisse guider en toute confiance.

Note : il est très important de respecter le rythme de la personne au centre du cercle. Il est préférable de réaliser cet exercice en silence.

2. Le guide et l'aveugle

Objectif :

- permettre de communiquer sans l'usage de la parole
- développer la confiance au sein du groupe
- créer de la complicité entre participants

Nombre de participant : min 5

Durée : de 5 à 10 minutes

Espace : grand

Matériel requis : un foulard, divers obstacles

But : Mener les participants non-voyants le long d'un parcours

Déroulement :

Une personne a les yeux bandés; l'autre la conduit d'abord avec le bras autour de la taille, ensuite par la main, enfin par le bout d'un doigt. Par après, on permute les rôles

Consignes particulières :

⊕ Veillez à la sécurité des participants non-voyants

⊕ Convenir d'une consigne sonore d'urgence

3. L'oiseau silencieux enchanteur

Objectif :

- Développer la dynamique de groupe
- Développer la coopération

Nombre de participant : min 10

Espace : pas trop grand

Matériel requis : foulards

But : Former une grande chaîne humaine

Déroulement :

Ce jeu se déroule sans paroles. Tous les participants ont les yeux bandés. Ils se déplacent seuls dans un espace limité à la recherche d'un oiseau extraordinaire. Quand ils rencontrent quelqu'un, ils disent "cui-cui". Si celui-ci répond "cui-cui", ils continuent leur recherche, car cet oiseau extraordinaire est silencieux. En fait, il s'agit d'une personne désignée par l'animateur, elle restera les yeux ouverts et muette devant toute interpellation.

Lorsque quelqu'un a rencontré "l'oiseau qui ne répond pas", il le prend par la main , ouvre les yeux et devient lui aussi un mystérieux et merveilleux oiseau silencieux.

Le jeu se termine lorsque tout le groupe forme une grande chaîne dans un silence total.

Consignes particulières :

- ⊕ Le terrain est bien limité et sécurisant.
 - ⊕ Une musique classique à bas volume peut rendre le jeu encore plus poétique.
-

4. Démêlons-nous !

Objectif :

- Développer la dynamique de groupe
- Développer Le sentiment d'union et d'appartenance au groupe
- Développer la coopération

Nombre de participant : min 5

Espace : dans un local

Matériel requis : pelote de grosse laine

But : se démêler

Déroulement :

Faire passer une pelote de grosse laine dans le groupe. Chacun l'enroule autour de soi de façon originale et la passe au suivant. Quand tout le mont est attaché, détricoter!

Consignes particulières :

- L'animateur veille à la sécurité des participantes : pas de laine au niveau du cou (étranglement), laine trop serrée,...

LES JEUX COOPÉRATIFS

"Venez, commençons par jouer"

Nous sommes des pingouins et nageons dans l'eau (dans un espace limité) . Il y a quelques icebergs (représentés par quelques feuilles de journaux). On passe un morceau de musique et chacun évolue dans l'espace. On arrête la musique, les pingouins rejoignent les icebergs. Le tour suivant, on replie les feuilles de journaux en 2, puis encore une fois en 2 et ainsi de suite. Quelques tours après, il reste un iceberg où tous les pingouins doivent grimper.

Vous n'imaginez pas les fous rires que cela a déclenché. Il a fallu se retenir les uns aux autres, grimper les uns sur les autres...

Ce jeu ressemble à un petit jeu que nous connaissons tous: chaise musicale. La grande différence, c'est que personne n'est perdant, personne n'est exclu du jeu, tous doivent trouver place.

Il faut qu'un jeu soit amusant. Et bien, le jeu des pingouins, comme tous les jeux coopératifs, sont amusants pour tous . Chacun se sent bien et utile dans le groupe. Le fait de se toucher, de devoir se tenir et se porter favorise la cohésion du groupe.

Second jeu: nous jouons à "**chat-souris**", avec une petite modification: les souris sont amoureuses. Lorsqu'elles se tiennent par 2, le chat, attendri, ne les attrape pas. Mais les souris ne peuvent pas rester par 2 et doivent ensuite se lâcher.

Nous faisons une première partie: chacun, essayant de "sauver sa peau", s'encourt à l'approche du chat et essaye d'agripper un partenaire qui se sauve aussi.

La 2ème partie est très différente: nous finissons par comprendre que le meilleur moyen d'échapper au chat est d'aller sauver le partenaire en danger en accourant vers lui.

EXEMPLES DE JEUX COOPÉRATIFS

OBJECTIFS:

- apprendre aux jeunes à mieux comprendre ce qui concerne les minorités et leurs situations (particularités linguistiques, culturelles, religieuses,...); - apprendre comment gérer et prévenir des situations de tensions ou conflits;
- stimuler des stratégies de jeux coopératifs pour gagner ensemble.

ÂGE DES PARTICIPANTS: 12ans ou plus

NOMBRE DE PARTICIPANTS: équipes de 7 à 9 personnes

MATÉRIEL:

une longue ficelle, une petite carte par participant, trois triangles en papier/carton par équipe.

DÉROULEMENT:

vous devez expliquer le jeu étape par étape (on explique une étape, on la joue, on explique l'étape suivante, etc.)

Étape 1: Chaque participant coupe un morceau de la ficelle de la longueur de son choix.

Étape 2: Chacun attache un bout de sa ficelle à une partie de son corps.

Étape 3: l'autre bout de la ficelle de chacun est attaché aux autres de l'équipe en un gros noeud central

Étape 4: distribution des cartes. Donnez une carte à chaque personne et dites-leur de ne pas la montrer aux autres ni de dire aux autres ce qu'il y a dessus.

cartes pour la "majorité" (3 à 6 personnes choisies au hasard pour un groupe de 7)

Vous devez trouver au moins ces deux pièces et construire cette maison:

NE PARLEZ PAS TROP, AGISSEZ !

cartes pour la "minorité" (1 à 4 personnes pour un groupe de 7)

Vous devez trouver ces trois pièces et construire votre maison:

Votre langue consiste à dire toujours le contraire de ce que vous voulez dire (phrases négatives)

NE PARLEZ PAS TROP AGISSEZ

Les participants ne doivent pas savoir qu'il y a une "majorité" une "minorité" et ne doivent pas savoir ce que les autres doivent faire.

Étape 5: Instruction aux participants: "faites ce que vous devez faire d'après votre carte."

Les participants construisent leur maison.

Les 3 triangles de chaque équipe sont cachés pas trop loin. Ils doivent les trouver et les mettre ensemble pour former leur figure.

Étape 6: Évaluation du jeu.

Exemples de questions d'évaluation:

- Remarquez les différences de longueur des cordes. Qu'est-ce que cela signifie pour vous? Comment ressentez-vous cette distance ?
- Avez-vous réalisé qu'en étant liés ensemble vous formez une petite communauté ? Les deux groupes de votre communauté travaillaient à "construire une maison pour tout le monde ".
- Quelle importance cela avait-il pour vous d'atteindre votre objectif ? Avez-vous écouté les souhaits des autres ? Avez-vous perçu un comportement particulier au sein de votre groupe ? Avez-vous découvert d'autres personnes avec un même but que vous ? Comment avez-vous ressenti cela ?
- Comment qualifiez-vous votre communication?
- Pensez à des situations de la vie réelle qui ressemble à celle que vous venez de vivre.
- Tâchez d'utiliser ces expériences en situation de conflit dans la vie réelle.

QUELQUES EXEMPLES DE JEUX COOPERATIFS DE GROUPES

Pingouins sur la banquise

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueurs: 10 et plus

Matériel: Papiers journaux, musique (ou... chant par un participant)

But du jeu : Tous les pingouins doivent rester sur la banquise même si celle-ci se met à fondre.

Les participants sont les pingouins et ils se baladent dans l'eau sur une musique. Lorsque la musique s'arrête, les pingouins doivent monter sur les papiers journaux (banquises). Au fur et à mesure du jeu, les papiers journaux sont de moins en moins nombreux mais tout le monde doit pouvoir se mettre sur le journal restant.

Les pingouins se prélassent dans l'eau sur une musique mais lorsque le danger approche, les pingouins remontent sur la banquise. Malheureusement, celle-ci fond et tous les pingouins doivent pourtant y rester ...

Variantes: Utilisation d'autres matériaux ou adaptation à d'autres thèmes que les pingouins et leur banquise.

Assis comme dans un fauteuil

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueurs: 10 et plus

Matériel: Sifflet

But du jeu : Former un cercle et s'asseoir sur les genoux les uns des autres.

Il faut former un cercle où les joueurs sont épaule contre épaule. A ce moment-là, les participants font un quart de tour vers la droite et un petit pas vers l'intérieur du cercle. Il s'agit ensuite au signal sonore de s'asseoir sur les genoux de la personne derrière soi.

Variantes: Une fois assis, on peut proposer de marcher dans cette position ou de lever la jambe extérieure, ..

Le nœud humain

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueurs: 10 et plus

Matériel: Néant

But du jeu : Démêler un nœud fait par le corps des participants eux-mêmes.

Les joueurs forment un cercle où ils sont épaule contre épaule. Tout le monde ferme les yeux et tend ses bras en avant. Chacun attrape une main pour chacune des siennes. Le nœud étant fait, les joueurs ouvrent les yeux et doivent essayer de le défaire tous ensemble sans se lâcher les mains.

Variantes: Néant

La bouteille ivre

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueurs: 6 à 9

Matériel: Néant

But du jeu : Faire voyager une personne toute raide dans un cercle formé par ces partenaires.

Former un cercle assez concentrique sans être collé les uns aux autres. Une personne se place au centre du cercle et doit se raidir. Elle se lance alors tomber en arrière où un des partenaire la rattrape pour la renvoyer doucement vers un autre participant.

Une bouteille est tombée à la mer et est ballottée par les remous de la mer jusqu'à ce qu'elle s'échoue sur la plage.

Variantes: Néant

Le coureur aveugle

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueur: à partir de 8

Matériel: un foulard

But du jeu: arrêter ensemble le coureur aveugle qui fonce contre le mur.

Un joueur volontaire (l'exercice n'est pas facile: essayez!) doit courir, les yeux bandés par le foulard, contre mur formé par ces partenaire qui devront l'arrêter en douceur.

variante: même jeux, mais sans foulard, en fermant les yeux: c'est aussi un jeu très intéressant pour tester la maîtrise que l'on peut avoir sur son propre corps.

La pieuvre

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueurs: 5 ou 6

Matériel: Néant

But du jeu : La pieuvre que forment les 5 ou 6 joueurs doit se déplacer sans problème, et de façon coordonnée.

Quatre ou cinq joueurs forment un cercle autour du dernier joueur qui représente la tête de la pieuvre et doit la diriger dans ses déplacements entre des obstacles. Les autres joueurs sont les pattes et doivent toucher la tête d'un seul doigt et fermer les yeux. Sans perdre ce contact physique, ils doivent suivre tous les mouvements de la tête.

La pieuvre doit se déplacer sur la plage, mais celle-ci est encombrée de déchets. Sa tête les voit bien, mais il faut bien diriger ses longues pattes.

Variante: Néant

L'autruche

Type de jeu : Jeu coopératif physique

Nombre de joueurs: 12 à 20

Matériel: Parachute

But du jeu : Se retrouver tous à plat ventre et pouvoir discuter sous le parachute en voyant toutes les têtes.

Les joueurs tiennent le parachute au sol et le lève au-dessus de leur tête ensemble au signal. Lorsqu'il est au-dessus des têtes un second signal est donné auquel il faut sans lâcher le parachute se coucher à plat ventre en tenant le parachute serré autour de notre cou. L'air ne peut pas s'échapper sur les côtés pour qu'on garde une bulle le plus longtemps possible.

On se retrouve dans le désert où il fait très chaud. Pour échapper à cette chaleur, les autruches tendent leur cou très fort et pique ensuite leur tête dans le sable, nous allons faire pareil, mais nous ce sera la tête dans le parachute.

Variante: jeu du champignon où plutôt que de se coucher, on s'assied sur les bords du parachute.

Exemples de jeux coopératifs

Les activités suivantes sont ouvertes aux équipes masculines, féminines et mixtes.

- **Soccer intérieur** : Il n'y a pas de hors-jeu ; le gradient n'est pas confiné à son but ; les murs sont en jeu ; le contact physique n'est pas permis ; le ballon doit demeurer sous le niveau des épaules ; le nombre de joueurs dans les équipes est indéterminé mais il doit être le même des deux côtés.
- **Volley-ball** : Équipes égales en nombre ; le jeu se termine quand le temps est écoulé ; si les équipes sont mixtes, il est suggéré que des joueurs des deux sexes doivent toucher au ballon avant qu'il soit renvoyé de l'autre côté, s'il y a plus d'une touche ; il y a possibilité d'essayer un nombre illimité de touches.
- **Touch Football** : Touche d'une main ; l'équipe défensive s'écrie « touch ! » pour indiquer qu'il y a eu touche ; le jeu s'arrête quand le ballon tombe au sol ; il est interdit de bloquer ; les passes vers l'avant sont illimitées ; tout le monde peut attraper une passe.
- **Hockey-balle** : Le nombre de joueurs par équipe dépend des installations et de la volonté des équipes ; il n'y a pas de hors-jeu ; les murs sont en jeu ; les bâtons doivent demeurer sous le niveau des hanches, personne ne peut entrer dans la zone du gardien ; il n'y a pas de plaquages sur les murs ; pas de charge avec le bâton ; substitution libre ; les buts ne peuvent pas être marqués à partir de la zone défensive.
- **Basketball** : Il est suggéré que le jeu soit à trois contre trois pour les équipes féminines et masculines mais que les équipes mixtes jouent à six de chaque côté ; règlements du basketball mixte : les hommes ne peuvent avoir possession du ballon dans la zone restrictive (sous le panier) - c'est à dire, pas de passes, de contact, de prise de rebonds, de charges au panier ni de tirs dans la zone restrictive ; substitution libre ; pas d'entre-deux pour la mise au jeu, il n'y a que la possession et la reprise du ballon ; points : hommes, 2 points ; femmes 4 points si directement dans le panier, 3 points si le ballon frappe l'anneau, 2 points si le ballon frappe le panneau.
- **Balle-molle *slowpitch*** : Le lanceur affronte sa propre équipe, on lance jusqu'à ce que le frappeur mette la balle en jeu ; dix ou douze joueurs de chaque côté (nombre égal) substitution illimitée ; à chaque manche, tous les joueurs de l'équipe ont un tour au bâton ; le jeu arrête quand la balle du dernier frappeur revient au marbre ; si c'est mixte, deux femmes doivent jouer à l'avant-champ.
- **Hockey** : Équipes à nombre égal, substitution illimitée ; pas de lancés-frappés ; pas de plaquages ; sans gardien de but à l'occasion ; pas de mises au jeu - seulement la possession ; pas de hors-jeu, ou hors-jeu à la ligne centrale seulement ; il est suggéré que la rondelle ne soit pas soulevée (ou qu'une rondelle molle soit utilisée) ; peu d'équipement requis - casques, jambières, coquille (pour hommes seulement) ; si on emploie des gardiens de but, ils seront équipés ; après un but, l'autre équipe a la rondelle et attaque.
- **Ballon balai** : Équipes à nombre égal, substitution illimitée ; pas de hors-jeu, les gardiens ne peuvent faire de passes au-delà de la ligne centrale ; le plafond et les murs sont en jeu ; après un but, l'autre équipe a le ballon et attaque ; pas de plaquages ; les balais ne doivent pas être portés haut (plus haut que le niveau des hanches) ; le port du casque est obligatoire ; la prise de possession se fait suite aux revirements ; si c'est mixte, il est suggéré qu'il y ait nombre égal de filles et de garçons pour chaque équipe et qu'un garçon ou une fille soit dans les buts ; si des chaussures de ballon balai sont permises, il devrait y avoir une ligue avec ces chaussures et une ligue sans, pour que le jeu soit juste.

