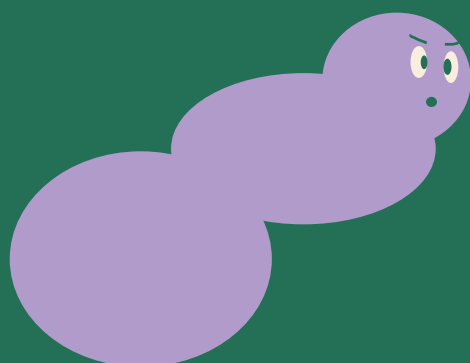
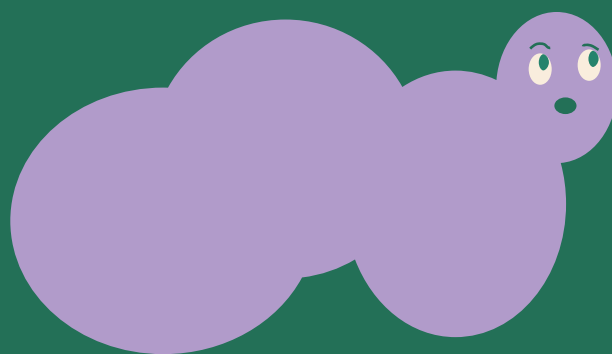
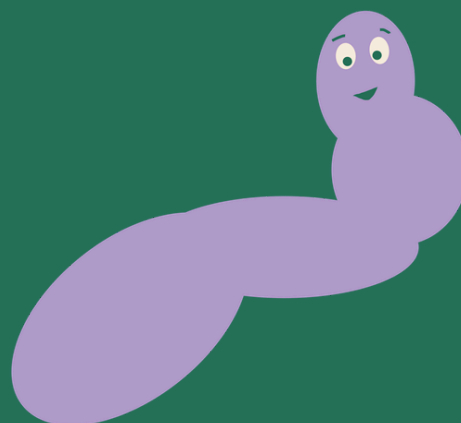


# Carnet



## d'activités



# des Tiers Lieux



# SOMMAIRE

|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| <b>1. Introduction</b>         | p. 3-4    |
| <b>2. Brise-Glace</b>          | p. 5-6    |
| Le pan!                        | p. 8      |
| <b>3. Mini-jeux</b>            | p. 9 - 10 |
| L'ambassadeur                  | p. 12     |
| La tomate                      | p. 14     |
| Le rollerscatch                | p. 16     |
| Le monstre collectif           | p. 18     |
| Le jeu du foulard              | p. 20     |
| Course à l'aveugle             | p. 22     |
| Kim goût                       | p. 24     |
| Kim vue                        | p. 26     |
| Le chef d'orchestre            | p. 28     |
| Le tueur                       | p. 30     |
| <b>4. Activités mi-longues</b> | p. 31-32  |
| Balle au prisonnier            | p. 34     |
| L'épervier                     | p. 36     |
| <b>5. Activités longues</b>    | p. 37-38  |
| Les mini-olympiades            | p. 40     |
| <b>6. Mes activités</b>        | p. 41-42  |
| Fiche libre                    | p. 44     |

1



# INTRODUCTION

Ce carnet se veut être une ressource rassemblant diverses activités à réaliser avec des groupes à destination principalement d'enfants. Il propose à la fois des mini-jeux et des activités plus longues. L'idée de ce carnet est de proposer des activités accessibles qui nécessitent peu de matériel, peu de préparation, afin de pouvoir être mobilisées facilement dans différents contextes. Ce carnet a également vocation à évoluer au fil du temps, en s'enrichissant de nouvelles idées, d'expériences vécues et de contributions collectives.

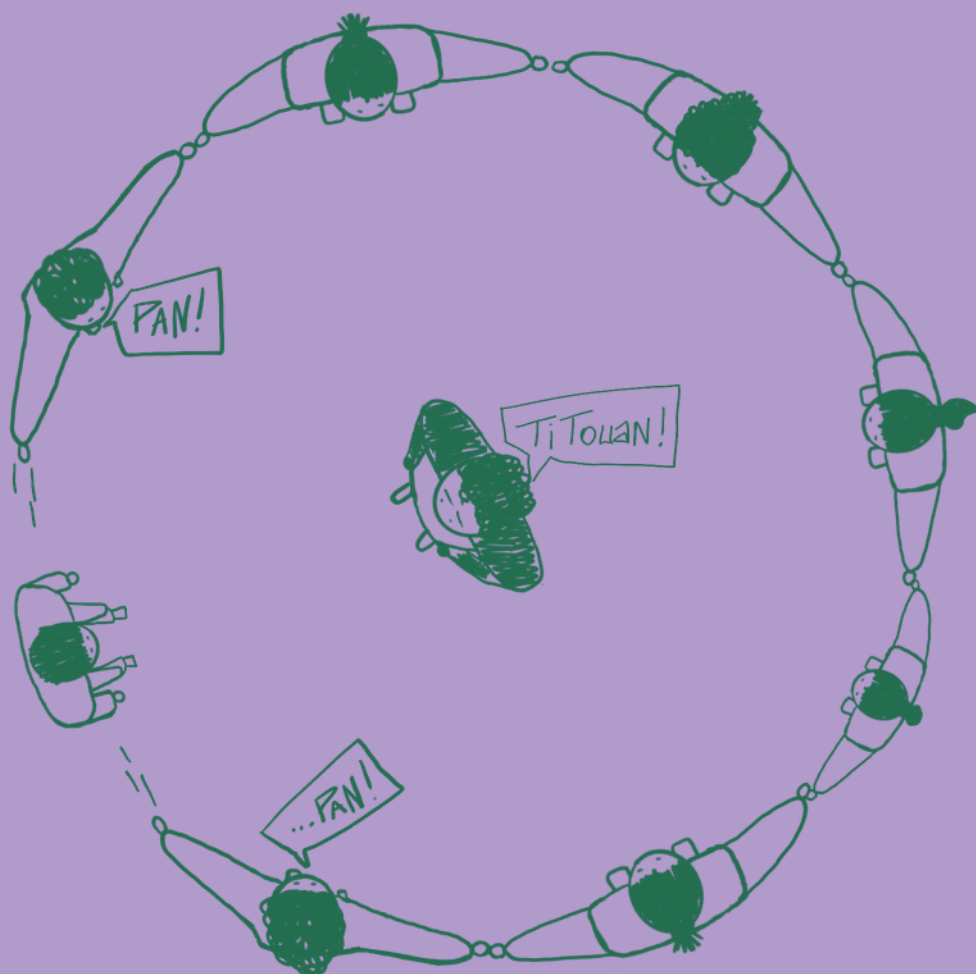
Ce carnet a été réalisé par Inès Quintin dans le cadre d'Archipel.

2



**Brise-Glace**

Les jeux brise-glace (ou icebreakers) sont de courtes activités utilisées en début de rencontre afin de faciliter les premiers échanges au sein d'un groupe. Ils permettent aux participant.es de faire connaissance, d'apprendre les prénoms, de se sentir à l'aise et de créer une première dynamique collective.



# N°1

## Le pan!

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                      |                                     |                                    |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| Type d'activité   | Brise Glace<br><input checked="" type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Mini-jeu<br><input type="checkbox"/> | Moyenne<br><input type="checkbox"/> | Longue<br><input type="checkbox"/> |
| Durée             | 10 - 20 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                      |                                     |                                    |
| Participant.es    | Minimum 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                      |                                     |                                    |
| Matériel          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                      |                                     |                                    |
| Objectifs         | <ul style="list-style-type: none"><li>■ Rapidité</li><li>■ Mémorisation des prénoms</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                      |                                     |                                    |
| But du jeu        | Ne pas se faire tuer!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                      |                                     |                                    |
| Point d'attention | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                      |                                     |                                    |
| Déroulement       | <p>Les participant.es sont en cercle. Une personne est au centre du cercle. La personne va dire à haute voix le prénom de quelqu'un.e.</p> <p>La personne appelée s'accroupit immédiatement. Ses deux voisin.es doivent se tourner l'un.e vers l'autre et dire « PAN ! » le plus vite possible.</p> <p>Le/La plus lent.e est éliminé.e. Autre règle : si la personne qui doit s'accroupir le fait trop lentement et que les voisin.es ont tiré avant, c'est elle qui est alors éliminée.</p> |                                      |                                     |                                    |

3

Mini-jeux



Les mini-jeux sont de courtes activités simples à mettre en place. Ils peuvent être utilisés pour dynamiser un groupe, relancer l'attention ou combler un moment de flottement au cours d'une animation. Faciles à intégrer dans des activités plus longues, ils nécessitent peu de préparation et peu de matériel (parfois aucun, ou simplement un objet comme un foulard ou un ballon).



Equipe 1

COURS!



Animatrice



Liste de mots



Equipe 3



UN PHARE!?



Equipe 2

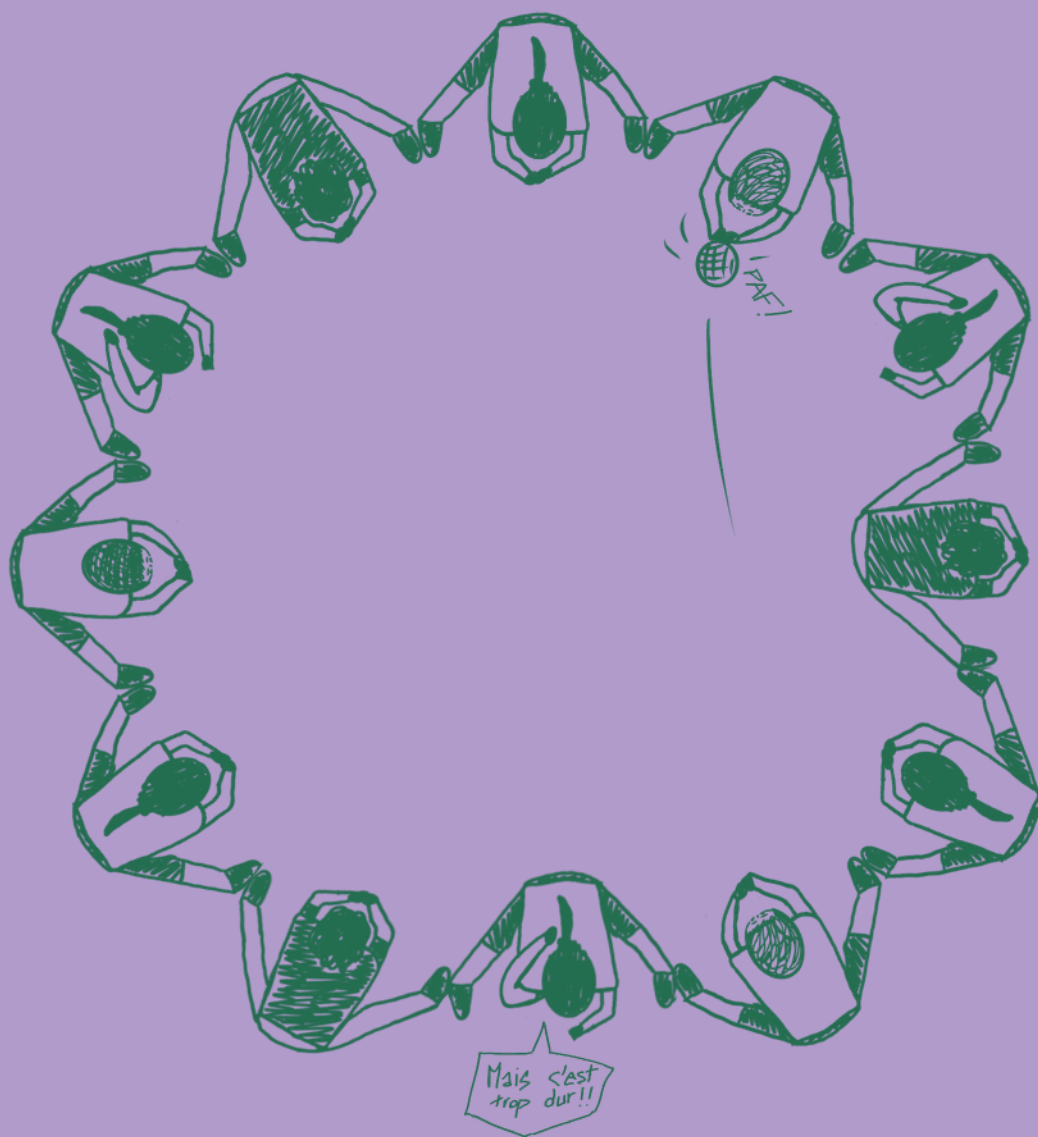


COURS!

# N° 2

## L'ambassadeur

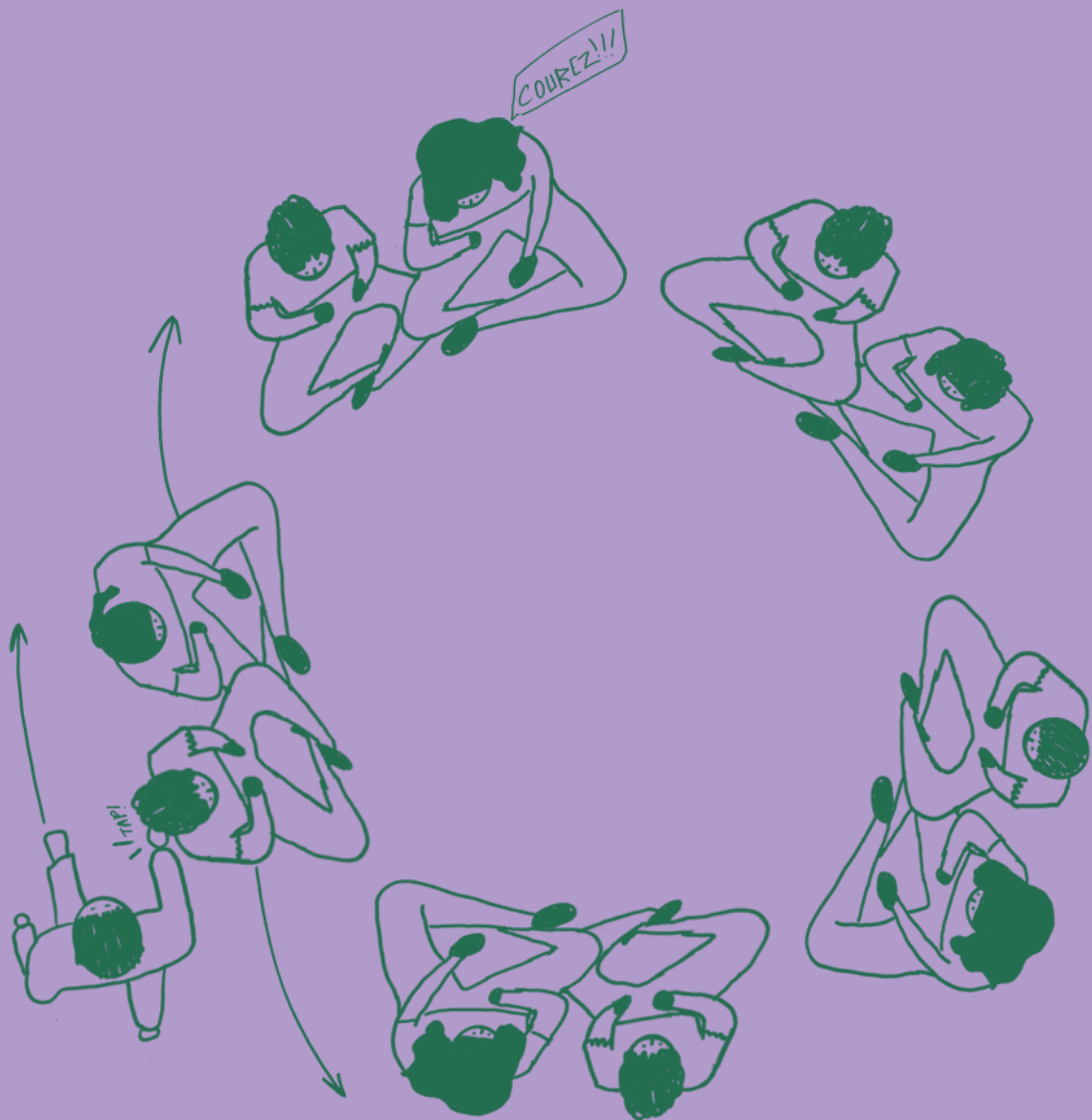
| Type d'activité   | Brise Glace<br><input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Mini-jeu<br><input checked="" type="checkbox"/> | Moyenne<br><input type="checkbox"/> | Longue<br><input type="checkbox"/> |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| Durée             | 15 - 20 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                 |                                     |                                    |
| Participant es    | Minimum deux équipes de 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                 |                                     |                                    |
| Matériel          | <input type="checkbox"/> Liste de mots                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                 |                                     |                                    |
| Objectifs         | <input type="checkbox"/> Coopération<br><input type="checkbox"/> Rapidité<br><input type="checkbox"/> Expression Corporelle                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                 |                                     |                                    |
| But du jeu        | Faire deviner le plus rapidement possible à son équipe tous les mots de la liste.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                 |                                     |                                    |
| Point d'attention | Adapter les mots de la liste à l'âge des enfants.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                 |                                     |                                    |
| Déroulement       | <p>Un.e animateur.trice se place au centre du terrain. Les équipes sont à distance égale entre elles et de l'animateur.trice.</p> <p>Un.e ambassadeur.trice de chaque équipe court chez l'animateur.trice positionné.e au centre pour recevoir le premier mot de la liste. Il/elle court et retourne vers son équipe et mime le mot. Quand le mot est trouvé, la personne qui l'a deviné court chercher le mot suivant.</p> <p>L'équipe qui termine la liste en premier gagne.</p> |                                                 |                                     |                                    |



# N° 3

## La tomate

| Type d'activité   | Brise Glace <input type="checkbox"/> Mini-jeu <input checked="" type="checkbox"/> Moyenne <input type="checkbox"/> Longue <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Durée             | 15 - 20 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Participant es    | 4 à 20 personnes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Matériel          | ■ Un ballon                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Objectifs         | ■ Réflexes<br>■ Rapidité<br>■ Dynamique de groupe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| But du jeu        | Éliminer les autres participant.es.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Point d'attention | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Déroulement       | <p>Les participant.es forment un cercle avec les jambes écartées de sorte que le cercle soit fermé. Chaque participant.e lie ses mains ensemble pour former un "poing". La balle est donc envoyée en faisant des touches avec les poings liés.</p> <p>L'objectif est d'envoyer le ballon entre les jambes d'un.e autre joueur.euse. Si le ballon passe entre les jambes d'un.e joueur.euse, cette personne perd l'usage d'une main. Si le ballon repasse une deuxième fois entre les jambes de cette même personne, elle doit se retourner. À la troisième fois, elle continue à jouer retournée, mais avec une seule main. Au quatrième passage du ballon entre ses jambes, la personne est éliminée.</p> |



# N° 4

## Le Rollerscatch

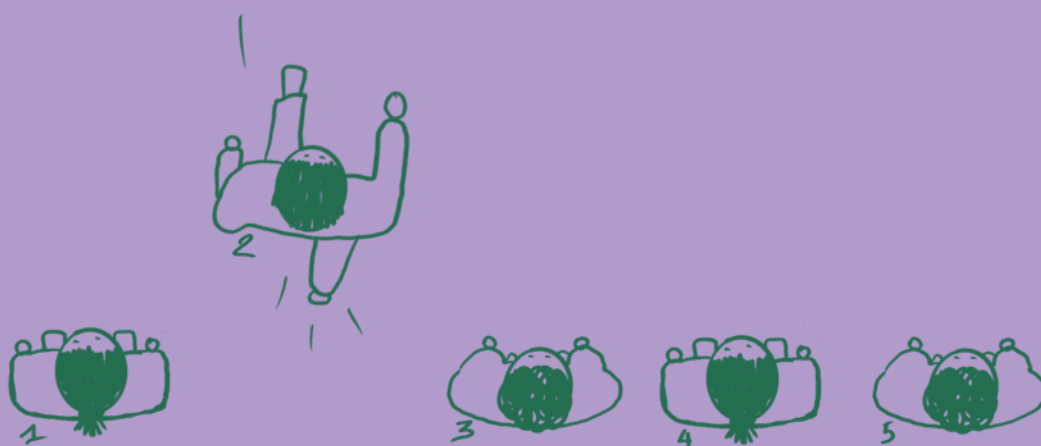
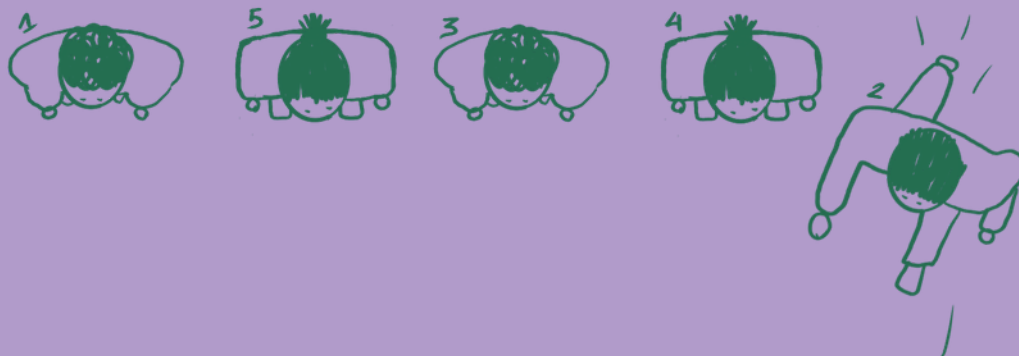
|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                           |
| <b>Durée</b>             | 15 - 20 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 9 personnes - Chiffres impair                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Matériel</b>          | ■ /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Objectifs</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Réactivité</li> <li>■ Coordination en duo</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>But du jeu</b>        | Ne pas rester trop longtemps le loup.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Point d'attention</b> | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Déroulement</b>       | <p>Les participant.es forment un cercle assis par deux.<br/>Un.e "loup" tourne autour et tape doucement sur la tête d'une personne.</p> <p>La personne tapée et son/sa partenaire partent en courant en sens opposé. Ils/Elles doivent faire le tour du cercle et se réasseoir à leurs places avant le loup.</p> <p>La personne restant debout devient le nouveau loup.</p> |



# N° 5

## Monstre Collectif

|                          |                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>                                                        |
| <b>Durée</b>             | 10 - 15 minutes                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 3 personnes                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Matériel</b>          | ■ /                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Objectifs</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Coopération</li> <li>■ Créativité</li> <li>■ Écoute</li> </ul>                                                                                                                                  |
| <b>But du jeu</b>        | Se coordonner le plus vite possible pour faire une belle statue.                                                                                                                                                                         |
| <b>Point d'attention</b> | /                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Déroulement</b>       | <p>L'animateur.trice donne un thème (le vent, l'amour,...) ou une contrainte (ex : 6 jambes, 3 bras et une tête).</p> <p>Chaque petit groupe de trois ou quatres animé.es doivent créer une statue collective le plus vite possible.</p> |



# N° 6

## Le jeu du foulard

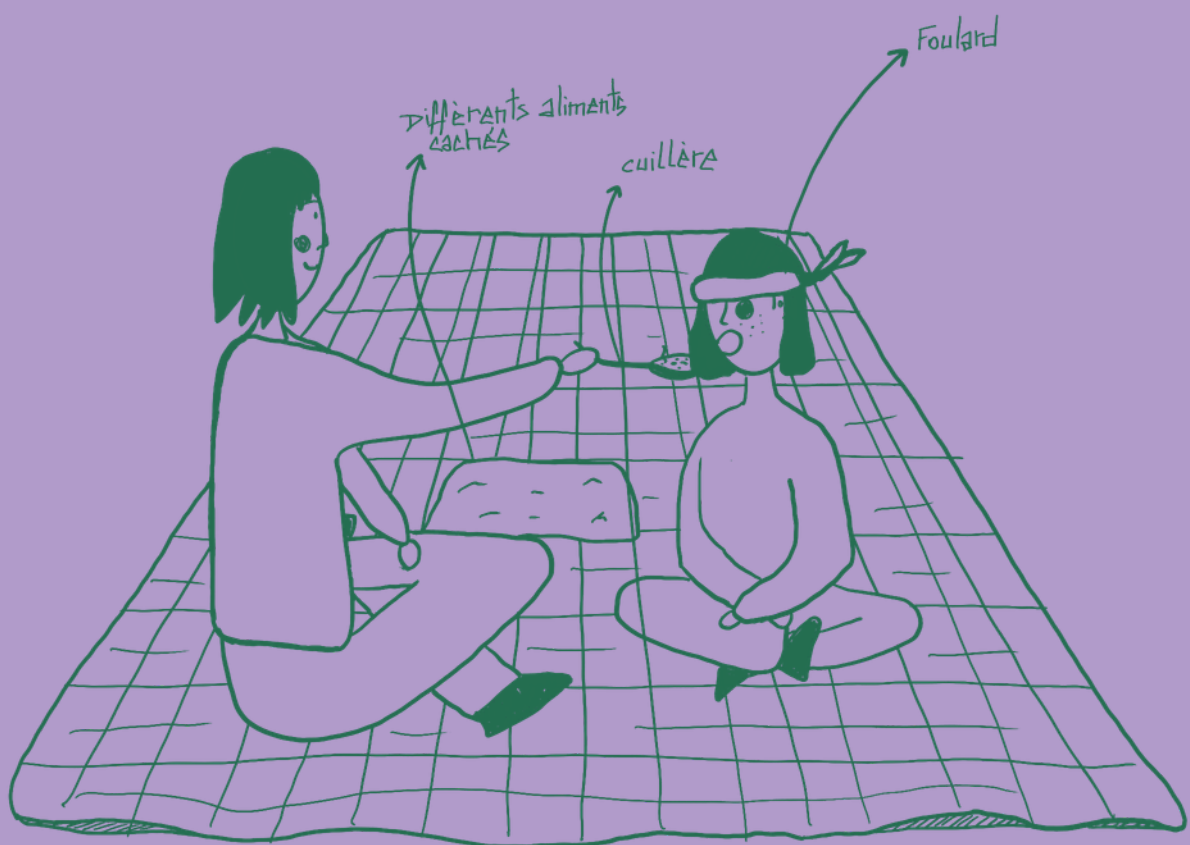
|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Type d'activité   | Brise Glace <input type="checkbox"/> Mini-jeu <input checked="" type="checkbox"/> Moyenne <input type="checkbox"/> Longue <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Durée             | 15 - 20 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Participant es    | Minimum 2 équipes de 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Matériel          | ■ Un foulard ou une chasuble ou un torchon,...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Objectifs         | ■ Rapidité<br>■ Réactivité                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| But du jeu        | Ramener le foulard dans sa zone.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Point d'attention | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Déroulement       | <p>Former deux équipes et attribuer un numéro à chaque joueur.euse (mêmes numéros dans chaque équipe).</p> <p>Placer le foulard au centre. L'animateur.trice annonce un numéro. Les deux joueur.euses concerné.es courent vers le centre pour attraper le foulard.</p> <p>Celui/Celle qui attrape le foulard doit le ramener dans son camp sans se faire toucher dans le dos. S'il/elle est touché.e avant d'avoir franchi sa ligne, il/elle doit lâcher le foulard au sol permettant à l'autre joueur.euse de récupérer le foulard.</p> |



# N° 7

## Course à l'aveugle

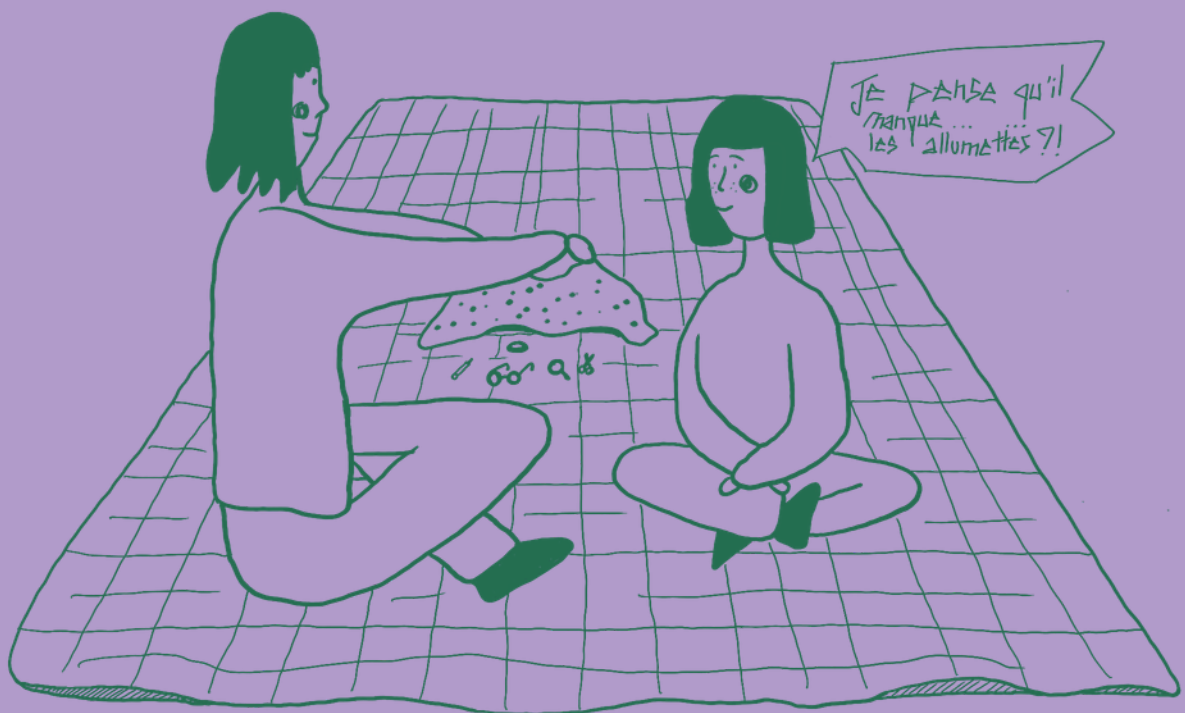
|                          |                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>                                |
| <b>Durée</b>             | 15 - 30 minutes                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 2                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Matériel</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Foulards, écharpes, bandeaux,...</li> <li>■ Petits objets à cacher</li> </ul>                                                                                           |
| <b>Objectifs</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Confiance</li> <li>■ Communication</li> <li>■ Orientation</li> </ul>                                                                                                    |
| <b>But du jeu</b>        | Finir la course le plus rapidement possible.                                                                                                                                                                     |
| <b>Point d'attention</b> | /                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Déroulement</b>       | <p>Former des duos.</p> <p>Une personne a les yeux bandés. L'autre doit la guider uniquement à la voix pour retrouver un objet caché dans une zone définie et le ramener.</p> <p>Inverser les rôles ensuite.</p> |



N° 8

# Kim Goût

|                          |                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| <b>Durée</b>             | 15 minutes                                                                                                                                                                        |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 1                                                                                                                                                                         |
| <b>Matériel</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Foulards, écharpes, bandeaux,...</li> <li>■ Aliments</li> <li>■ Cuillères</li> </ul>                                                     |
| <b>Objectifs</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Confiance</li> <li>■ Communication</li> <li>■ Orientation</li> </ul>                                                                     |
| <b>But du jeu</b>        | Deviner tous les goûts/ les aliments que contient une cuillère.                                                                                                                   |
| <b>Point d'attention</b> | /                                                                                                                                                                                 |
| <b>Déroulement</b>       | Sur une cuillère préparer une mixture avec plusieurs aliments: ketchup, chocolat, confiture,... Le ou la participant.e devra deviner tous les goûts les yeux bandés.              |



N° 9

# Kim Vue

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Durée</b>             | 15 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Matériel</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Grand essuie/couverture</li> <li>■ Divers Objets</li> <li>■</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Objectifs</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mémorisation courte durée</li> <li>■ Concentration</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>But du jeu</b>        | Retenir tous les objets                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Point d'attention</b> | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Déroulement</b>       | <p>L'animateur.trice va disposer une dizaine d'objets en tout genre et de différentes tailles sous un drap.</p> <p>Au top départ les participant.es auront quelques secondes pour retenir un maximum d'objets.</p> <p>Une fois, le drap remis, les participant.es énumèrent les divers objets. Une autre variante est de simplement retirer un ou deux objets et les enfants doivent trouver lesquels ont été enlevé.</p> |



# N° 10

## Le chef d'orchestre

| Type d'activité   | Brise Glace <input type="checkbox"/> Mini-jeu <input checked="" type="checkbox"/> Moyenne <input type="checkbox"/> Longue <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Durée             | 15 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Participant es    | Minimum 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Matériel          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Objectifs         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Coopération</li> <li>■ Discrétion</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| But du jeu        | Ne pas se faire démasquer par l'inspecteur.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Point d'attention | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Déroulement       | <p>Les participant.es sont en cercle, un enfant, "l'inspecteur", va s'éloigner quelques instants. Pendant ce temps-là, le groupe va se mettre d'accord sur un chef d'orchestre. Ce dernier va devoir faire faire un bruit et un geste, comme s'il jouait d'un instrument.</p> <p>Tout le groupe va suivre ce que le chef d'orchestre fait. Ce dernier peut changer tout le temps de mouvement. Le but est de ne pas se faire démasquer par l'enfant qui s'était éloigné.</p> |



# N° 11

## Le tueur

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Type d'activité   | Brise Glace <input type="checkbox"/> Mini-jeu <input checked="" type="checkbox"/> Moyenne <input type="checkbox"/> Longue <input type="checkbox"/>                                                                                                                            |
| Durée             | 15 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Participant es    | Minimum 6                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Matériel          |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Objectifs         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Coopération</li> <li>■ Discrétion</li> </ul>                                                                                                                                                                                         |
| But du jeu        | Ne pas se faire démasquer par l'inspecteur.                                                                                                                                                                                                                                   |
| Point d'attention | /                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Déroulement       | <p>Les participant.es sont en cercle, un enfant, "l'inspecteur", va s'éloigner quelques instants. Pendant ce temps-là, le groupe va se mettre d'accord sur un «tueur». Dès que le «tueur» fait un clin d'oeil à un.e autre participant.e, la personne meurt et se couche.</p> |

4

Activités mi-longues

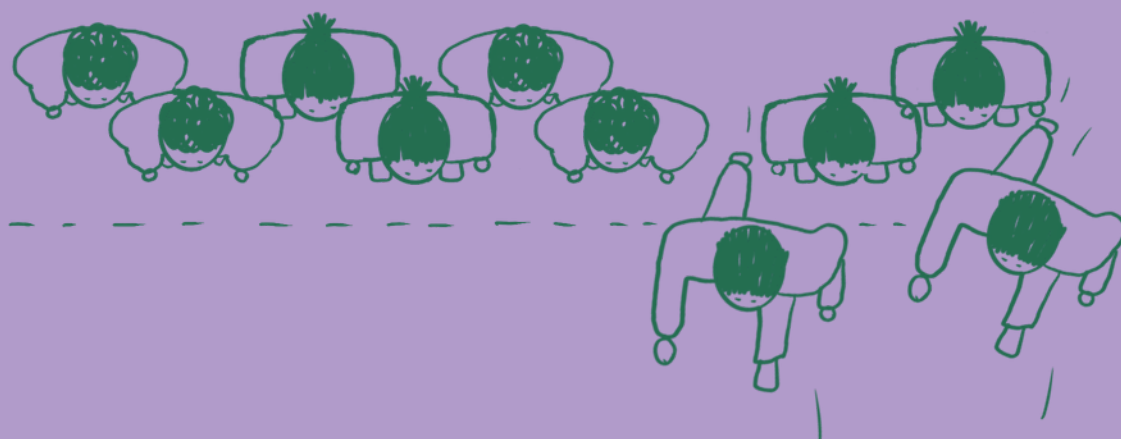
Les activités mi-longues sont des jeux qui s'inscrivent dans une durée plus étendue que les mini-jeux, tout en restant accessibles et dynamiques. Elles demandent généralement un peu plus de temps et plus d'espace, et parfois du matériel simple (ballon, terrain délimité...).



# N° 12

## Balle au prisonnier

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Type d'activité   | <div>Brise Glace</div> <div>Mini-jeu</div> <div>Moyenne</div> <div>Longue</div> <div> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Durée             | 30 - 45 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Participant es    | Minimum 8 - équipe pairs                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Matériel          | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Un ballon</li> <li>■ De quoi délimiter le terrain</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Objectifs         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Coopération</li> <li>■ Réactivité</li> <li>■ Coordination</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| But du jeu        | Mettre tous les adversaires en «prison».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Point d'attention | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Déroulement       | <p>Le terrain (rectangulaire) est divisé en deux zones, derrière chaque zone se trouve «la prison». Les participant.es sont donc divisé.es en deux équipes, une dans chaque zone.</p> <p>Les joueur.euses doivent toucher les adversaires avec le ballon (sans viser la tête). Si un.e joueur.euse est touché.e sans que le ballon ne rebondisse avant, il va en prison derrière le camp adverse.</p> <p>Un.e prisonnier.e peut être libéré.e si un.e coéquipier.e lui fait une passe qu'il attrape.</p> <p>L'équipe qui met tous les adversaires en «prison» gagne.</p> |



# N° 13

## L'épervier

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>                                                                                                                                               |
| <b>Durée</b>             | 30 minutes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Matériel</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Objectifs</b>         | <input type="checkbox"/> Vitesse<br><input type="checkbox"/> Ruse                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>But du jeu</b>        | Ne pas se faire toucher par l'épervier.                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Point d'attention</b> | /                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Déroulement</b>       | <p>Un.e personne est désigné.e pour être l'épervier. Les autres sont derrière une ligne.</p> <p>Au signal, ils et elles doivent traverser le terrain pour rejoindre l'autre camp sans se faire toucher.</p> <p>Les joueur.euses touché.es deviennent également un épervier.</p> <p>La dernière personne non touché.e gagne.</p> |

5

Activités Longues

Les activités longues sont des animations qui se déroulent sur une période plus étendue, généralement entre une heure et une demi-journée. Elles permettent de construire une véritable dynamique de groupe, d'approfondir les interactions et de proposer une expérience collective plus immersive. Ces activités demandent une préparation plus importante.



SALT  
EN LONGUEUR



CONCOURS  
DE POIDS



APNÉE

# LES OLYMPIADES



LANCAT DE  
BûCHES

mètre

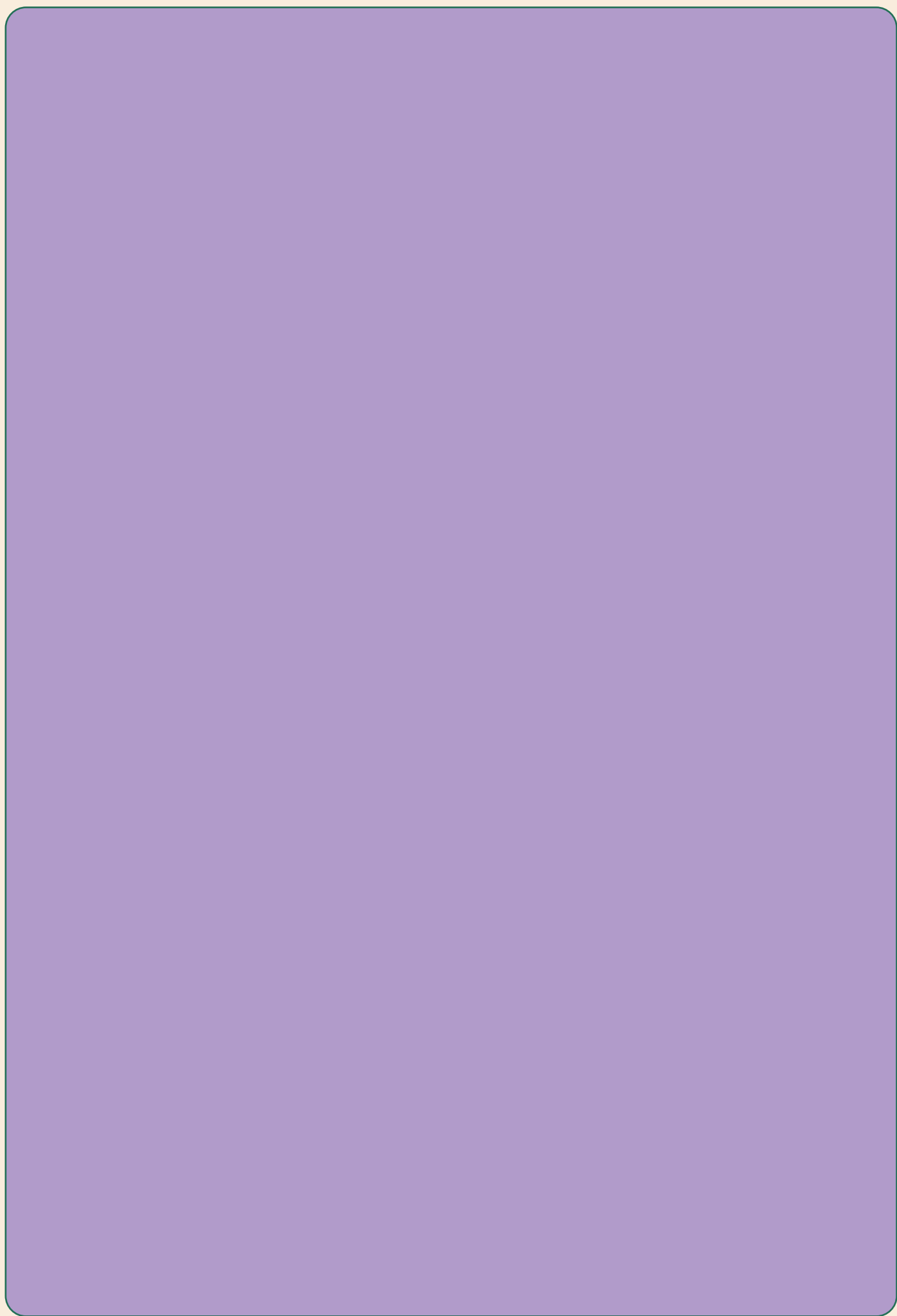
# N°14 Les Mini- Olympiades

|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Type d'activité</b>   | <b>Brise Glace</b> <b>Mini-jeu</b> <b>Moyenne</b> <b>Longue</b><br><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>                                                                                                                                                            |
| <b>Durée</b>             | 1h30 - 2 heures                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Participant es</b>    | Minimum 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Matériel</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Varie en fonction des activités prévues</li> <li>■ Chronomètre, mètre, ...</li> <li>■ Bassine</li> </ul>                                                                                                                                                                                            |
| <b>Objectifs</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Vitesse</li> <li>■ Ruse</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>But du jeu</b>        | Se dépasser physiquement et faire des activités sportives                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Point d'attention</b> | Être plusieurs animateur.trices                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Déroulement</b>       | <p>Mettre en place plusieurs postes en fonction du nombre d'animateur.trices (sprint, saut en longueur, lancer, apnée, parcours...).</p> <p>Les participant.es circulent librement entre les activités et disposent de trois essais par poste.</p> <p>À la fin, un classement symbolique est proposé à l'aide de pincés à linge colorés.</p> |

6

Mes activités

Cet espace est laissé libre afin de pouvoir compléter le carnet au fil des expériences et des animations. Il permet de noter de nouvelles activités, d'adapter des jeux existants ou de garder une trace des pratiques testées sur le terrain.



N°

----

-----

Type d'activité

Brise Glace

Mini-jeu

Moyenne

Longue

☐☐☐☐

Durée

--

Participant es

Matériel

■  
■  
■

Objectifs

■  
■

But du jeu

Point d'attention

Déroulement



N°

----

-----

Type d'activité

Brise Glace

Mini-jeu

Moyenne

Longue

☐☐☐☐

Durée

--

Participant es

Matériel

■  
■  
■

Objectifs

■  
■

But du jeu

Point d'attention

Déroulement

