

Chapitre 3

Jeux et exercices

COMMENT UTILISER LES FICHES D'EXERCICES

Nous avons tenté de vous donner le plus d'indications possible pour mettre en œuvre un exercice. En reprenant la fiche type, voyons comment vous pouvez en tirer le meilleur profit, tout en gardant un maximum de flexibilité pour que l'exercice soit vraiment celui des participants et porte votre style d'animation.

- Le **nom** est celui sous lequel nous l'avons rencontré, ou alors nous l'avons inventé.
- **Catégorie (de 1 à 7)** : les exercices sont répertoriés selon la fonction qu'ils doivent remplir, souvent ils pourraient se trouver dans plusieurs catégories. La richesse du travail en groupe est immense, il se produit une résonance dans le vécu des participants qui y trouvent des réponses sur mesure.
 1. Rencontre.
 2. Cohésion.
 3. Coopération, résolution de problème.
 4. Leadership, prise de pouvoir.
 5. Humour.
 6. Plaisir d'être ensemble.
 7. Cristallisation, clôture (ce qui confirme le changement avec lequel on repart).
- **Objectif** : c'est le but que l'on veut obtenir dans l'ici et maintenant du groupe. La rubrique **Catégorie** fait référence à un

classement par thèmes, qui peuvent être métaphoriques et qui produiront un effet dans le temps du fait de les avoir vécus ; alors que la rubrique **Objectif** indique un but que l'on veut voir se développer immédiatement dans le groupe.

- **Nombre de participants : min./max.** Les valeurs sont indicatives d'un style d'animation. En groupe de formation, le maximum peut varier selon la population concernée, sa motivation, le nombre d'animateurs. Dans une gare remplie de voyageurs bloqués par la grève, il est possible d'organiser un grand jeu coopératif qui transformera l'événement en une véritable fête internationale !
- **Lieu/environnement : intérieur ou extérieur.** Presque tous les exercices peuvent être organisés en extérieur, et quand cela n'est pas possible, en intérieur, ce qui est toujours beaucoup moins agréable et plus fatigant.
- **Pièges à éviter** : ce sont les dérives qui peuvent saboter un exercice si vous ne les interrompez pas rapidement. En fait, si nous avons beaucoup de temps disponible ou si nous étions dans une relation de psychothérapie, nous nommerions la dérive pour que le groupe l'identifie, puis nous la laisserions évoluer pour que chacun prenne conscience de sa nocivité et que le groupe trouve lui-même un antidote.
- **Matériel nécessaire** : c'est tout ce dont vous pourriez avoir besoin, hormis les participants.
- **Protections** : il s'agit là des dommages physiques qu'il faut prévenir pour ne pas avoir d'accidents.
- **Durée totale** : dans une animation, il est difficile de savoir de combien de temps nous avons besoin pour entreprendre une action et la terminer pour en obtenir les bénéfices optimaux. Les temps que nous indiquons comprennent la mise en place de l'action, son déroulement, et le temps d'intégration nécessaire à la clôture, selon la taille et la nature du groupe.
- **Consignes de départ** : c'est la formulation à faire aux participants pour qu'ils s'impliquent dans l'action proposée.

- **Description de l'exercice** : le comment cela va se passer pour les animateurs débutants.
- **Exploitation de l'exercice** : les axes ou les pistes qu'il faudra explorer au cours du partage pour que chacun en tire un acquis.
- **Source** : les jeux et exercices que nous vous livrons font partie du patrimoine de l'humanité. Bien prétentieux serait celui qui en revendiquerait l'invention ou la paternité.

Note : un tableau récapitulatif de tous les jeux et exercices présentés se trouve en fin d'ouvrage, aux pages 142 et suivantes.