



# FICHE THÉMATIQUE

## LE PROGRAMME ET SES OBJECTIFS

**PLAY International** est une ONG pionnière dans le secteur du développement et de l'éducation par le sport, fondée sur la conviction que le jeu sportif est une source de solutions pour répondre à nos enjeux de société. L'inclusion sociale des demandeurs d'asile et des réfugiés est un enjeu important. C'est pour répondre à celui-ci que PLAY International est impliquée dans ce programme.

L'objectif spécifique de ce kit pédagogique est **d'outiller les acteurs de terrain travaillant auprès de mineurs non-accompagnés**, dans le but de :

- Favoriser leur inclusion et leur bien-être par l'activité physique et le jeu sportif ;
- Contribuer à développer des compétences psychosociales pour favoriser leur inclusion sociale ;
- Travailler sur la **gestion du stress et l'expression des ressentis** ; développer l'**analyse et la pensée critique** ; travailler sur l'**identification et l'expression des besoins**, ainsi que sur la **coopération et l'entraide**.

## DÉFINITIONS

**Demandeur d'asile** : personne qui a quitté son pays d'origine et qui souhaite obtenir le statut de réfugié. Les demandeurs d'asile sont en attente de régularisation et sont légalement résidents temporaires dans un pays. Les demandeurs d'asiles sont soit en famille, soit seuls. Ceux qui arrivent seuls et étant mineurs sont nommés les mineurs non-accompagnés (MNA).

**Mineur non-accompagné (MNA)** : les MNA dépendent d'un **autre régime que les autres demandeurs d'asile**. En tant que mineurs, ils basculent sous l'autorité de l'**Aide Sociale à l'Enfance (ASE)**, qui s'occupe aussi des mineurs français en situation de difficulté. Les **adolescents de 15 à 17 ans forment plus de 90% des MNA**, dont l'**écrasante majorité sont des garçons (90%)**.

# ENJEUX LIÉS À L'INCLUSION SOCIALE DES MINEURS NON-ACCOMPAGNÉS (MNA)

## Enjeux de scolarisation

Les MNA ont le droit d'être scolarisés, mais dans les faits, rejoindre un parcours scolaire ou de formation se passe de manière relativement aléatoire et lente pour eux, d'où parfois l'émergence d'une certaine incompréhension ou frustration. De plus, une inquiétude existe sur la suite de leur parcours passé leurs majorité, et cela exerce une pression supplémentaire dans leur nécessaire insertion professionnelle.

## Enjeux de suivi social et de « mixité » sociale

Il est parfois difficile d'effectuer un suivi des MNA pour les travailleurs sociaux, ceux-ci déclarent en effet être parfois confrontés de la part des MNA à une attitude non-coopérative, ce qui peut compromettre le processus d'accompagnement.

Aussi, les jeunes peuvent avoir tendance à « s'enfermer » et ne côtoyer que leurs pairs (foyer, communauté, etc.), ceci est couplé à la rareté des activités sociales ou professionnelles qui leur sont proposées. Souvent, leur inclusion sociale se voit freinée.

## Enjeux psychologiques et sociaux

La plupart des MNA rencontrent des difficultés à s'ouvrir aux autres et à communiquer, ce qui affecte leurs relations sociales, compliquant leur inclusion sociale. Aussi, comme chez beaucoup de jeunes adolescents, il leur est difficile de mettre des mots sur ce qu'ils ressentent.

Les MNA portent seuls de très lourdes responsabilités. Sans compter le stress que cela induit, ils peuvent recevoir un grand nombre d'informations contradictoires ce qui rend difficile pour eux de nouer des relations de confiance.

## Les compétences psychosociales : définition, intérêt et approche par le sport-outil

Les **compétences psychosociales (CPS)** sont les capacités d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. Ce sont les **aptitudes** d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un **comportement approprié et positif** à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement. *Exemples : gestion du stress, coopération, etc.*

L'Organisation Mondiale de la Santé reconnaît aujourd'hui l'importance des CPS. En effet, les **qualités humaines** (savoirs-être) sont aujourd'hui reconnues comme **essentielles pour assurer l'inclusion d'un individu dans la société.**

Par ailleurs, de nombreux travaux ont permis de démontrer que **le jeu sportif et l'activité physique** sont **des outils efficaces** dans le processus **d'acquisitions de compétences psychosociales.**

## L'APPROCHE DE PLAY INTERNATIONAL

Pour déterminer les CPS à aborder lors des séances socio-sportives, **des entretiens ont été effectués avec des professionnels de terrain**. Les encadrés ci-dessous présentent, pour chaque CPS identifiée grâce à ce diagnostic, le constat effectué puis l'approche proposée par PLAY International. Chaque séance est construite autour d'un objectif pédagogique et de messages-clés que le jeu permettra d'expérimenter.

---

### Gérer son stress et ses émotions

- **Constat** : les MNA peuvent avoir du mal à exprimer leurs émotions et ressentis, **ce qui les empêche de se libérer de leur stress**.
- **Approche proposée** :
  - Comprendre en quoi exprimer ses ressentis peut permettre de se libérer du stress vécu.
  - Comprendre ce qu'est une émotion, pour mieux en identifier les effets et l'exprimer.

---

### Communiquer efficacement : identifier et exprimer ses besoins

- **Constat** : les MNA **ont des besoins, mais ne les identifient ou ne les expriment pas toujours clairement**, compliquant l'aide sociale qui pourrait leur être apportée.
- **Approche proposée** :
  - Comprendre qu'identifier ses besoins permet de développer une meilleure connaissance de soi.
  - Comprendre qu'exprimer et partager ses besoins permet de construire des relations de confiance.

---

### Avoir une analyse et une pensée critiques

- **Constat** : les MNA reçoivent une **grande quantité d'informations** (entourage, travailleurs sociaux...), parfois contradictoires. Ils doivent **apprendre à les trier et prendre des décisions difficiles**.
- **Approche proposée** :
  - Faire preuve de discernement dans la prise d'informations pour pouvoir prendre une décision en connaissance de cause.

---

### Coopérer et s'entraider

- **Constat** : nombre de MNA peuvent faire preuve d'un **manque de coopération, notamment avec les travailleurs sociaux**.
- **Approche proposée** :
  - Faire l'expérience de relations de coopération pour créer ou recréer du lien de façon positive et constructive.

# TABLEAU DE PRÉSENTATION DES SÉANCES

Compétence psychosociale abordée	Nom de la séance	Méthode
Gérer ses ressentis et son stress	<b>Émotions en motion</b>	Séance socio-sportive
Avoir une analyse et une pensée critiques	<b>Tous aux abris !</b>	Séance socio-sportive
Communiquer efficacement : identifier et exprimer des besoins	<b>Ramener les coupelles à la maison</b>	Séance socio-sportive
	<b>L'union fait la force</b>	Séance socio-sportive
Coopérer et s'entraider	<b>En équipe, tout est possible !</b>	Séance socio-sportive

## ÉMOTIONS EN MOTION

Compétence psychosociale développée :

Gérer ses émotions et son stress.

### Objectif éducatif de la séance

Arriver à mettre en place une stratégie et des décisions collectives malgré une situation stressante.

#### MATÉRIEL



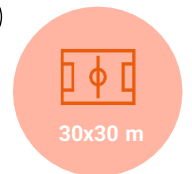
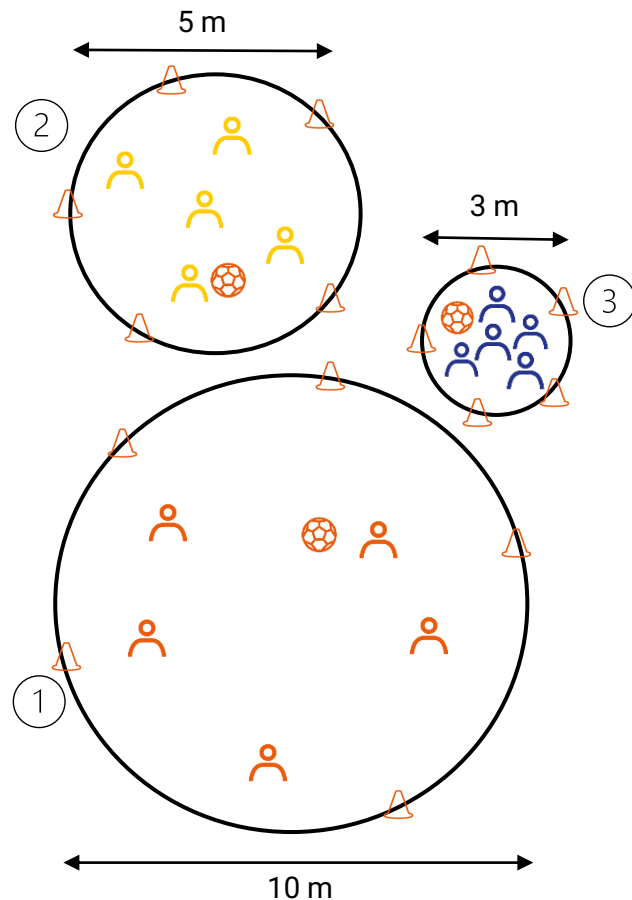
3 jeux de chasubles



15 cônes (pour les zones)



3-5 ballons en mousse



#### ÉCHAUFFEMENT

10'

Effectuer une partie de passe à dix. Constituer deux équipes mixtes et équilibrées. Chaque équipe qui réussit à enchaîner dix passes sans que le ballon ne sorte du terrain ou que l'équipe adverse ne l'intercepte marque un point. Le porteur du ballon n'a pas le droit de se déplacer. Aucun contact n'est autorisé. À chaque point marqué, le ballon est rendu à l'équipe adverse. Tous les types de passes sont autorisés.



#### JEU SPORTIF

30'

**But du jeu :** Obtenir le plus grand nombre de points à chaque partie.

Diviser le groupe en trois équipes de nombre égal. Matérialiser **trois cercles inégaux** sur le sol avec les coupelles (un cercle de chaque couleur). Au début de chaque partie, tous les membres de l'équipe doivent se trouver dans le même cercle ; il y a un cercle par équipe (ex. : les joueurs bleus dans le cercle de couleur bleue). Donner aléatoirement un ou plusieurs ballons à chaque équipe.

Chaque membre d'une équipe peut toucher les adversaires des autres équipes en lançant un ballon. Si un joueur est touché par un ballon, il rejoint le cercle de l'équipe suivante, dans le sens des aiguilles d'une montre (si besoin, utiliser les aides numériques en **annexe**). Si la balle touche le visage d'un joueur, s'il capte la balle avant qu'elle ne touche le sol, ou si la balle a touché le sol avant de le toucher, cela n'est pas considéré comme une action valable.

**Il est interdit de sortir d'un cercle**, sauf pour aller chercher un ballon resté à l'extérieur. Tout tir doit être effectué depuis l'intérieur du cercle d'une équipe pour être valable.

À la fin de chaque partie (4 minutes) :

- L'équipe qui a **le plus de membres de son équipe dans son cercle de départ** remporte la partie (y compris s'ils ont été touchés plusieurs fois et se retrouvent dans le même cercle qu'au début du jeu).
- En cas d'égalité, l'équipe celle qui a **le plus de joueurs dans son cercle** remporte la partie (même si ils ne sont pas de la bonne équipe). *Exemple : l'équipe bleue est à égalité avec l'équipe rouge, mais comporte aussi dans son cercle 4 joueurs des autres équipes (contre 3 chez les rouges), elle remporte donc la partie.*

## VARIABLES

- Jouer une dernière partie avec les mêmes règles mais en modifiant les paramètres pour que les cercles des trois équipes soient de la même taille (environ 10 mètres de diamètre chacun).
- En fonction du nombre de joueurs, faire quatre équipes au lieu de trois, la quatrième équipe étant répartie autour de l'aire de jeu pour renvoyer les ballons (en tournant à chaque partie)
- Pour dynamiser le jeu, augmenter progressivement le nombre de ballons (jusqu'à 5 si besoin).
- Pour éviter que les joueurs ne sortent trop souvent de leur zone (pour éviter les ballons), mettre en place une pénalité collective (ex. : *toute l'équipe joue avec une main dans le dos après 3 sorties*).



RETOUR AU CALME

10'

## QUESTIONS POUR LANCER LA DISCUSSION

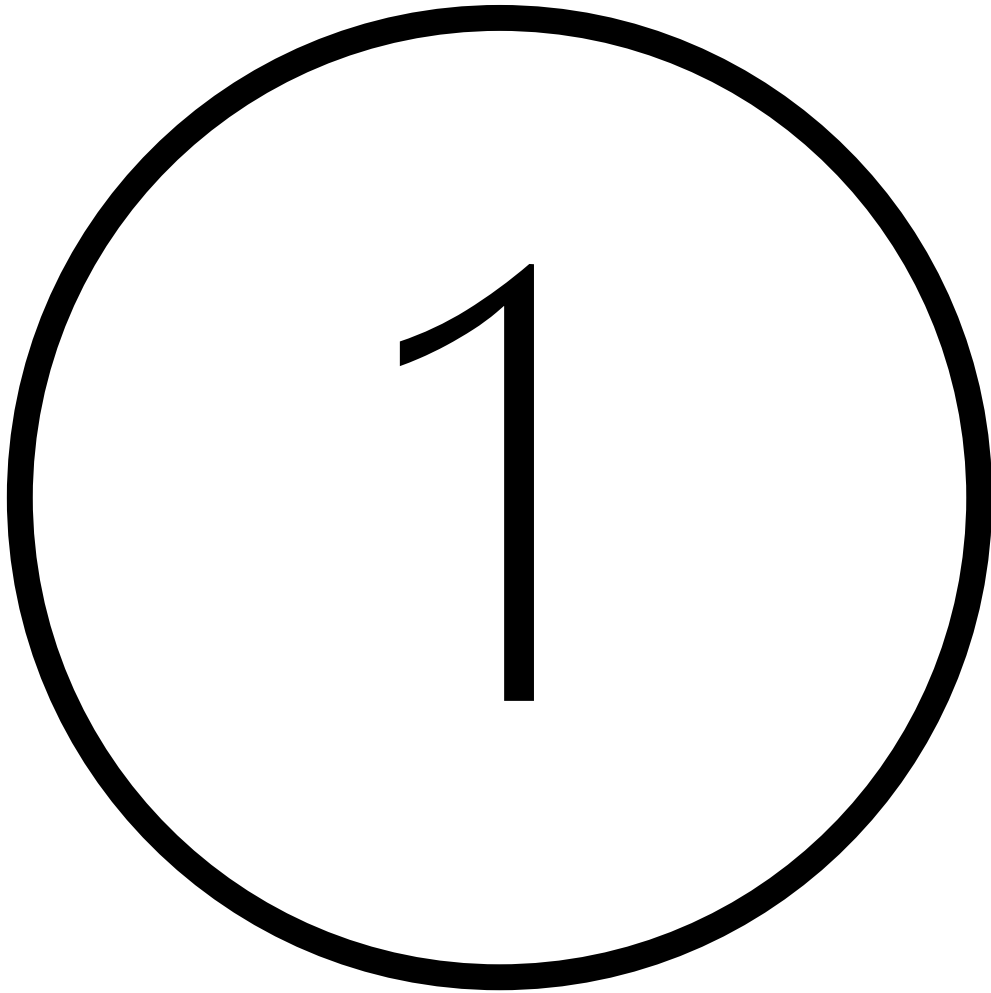
- Avez-vous réussi à mettre en place une stratégie avec votre équipe malgré les autres joueurs qui essayaient de vous toucher avec les ballons ?
- Qu'avez-vous mis en place pour tenter de remporter la partie ?
- Avez-vous trouvé la situation de jeu stressante ? Si oui, comment l'avez-vous gérée ?
- Comment vous êtes-vous senti lorsque que vous étiez touchés par un ou plusieurs ballons ? Lorsque vous n'avez pas réussi à rejoindre votre cercle de départ ?
- Vous sentez-vous parfois comme cela dans des situations de la vie quotidienne ?
- Est-ce que ce jeu vous a apporté quelque chose pour mieux comprendre et gérer des situations de stress ?

## ÉLÉMENTS CLÉS

- Chacun ressent à sa manière une situation, selon son caractère mais aussi selon les événements qu'il ou elle a déjà vécu. Dans le jeu par exemple, tout le monde n'a pas ressenti le fait d'être touché par les ballons de la même manière.
- Dans une situation stressante, il est important d'arriver à faire preuve de discernement par rapport aux multiples émotions que l'on va ressentir.
- En cas de besoin, il est important d'arriver à communiquer sur ses ressentis et de faire appel à des professionnels (ex. : *travailleurs sociaux, éducateurs*) qui sont là pour accompagner et apporter des éléments de réponse.
- Le fait d'exprimer et de partager ce que l'on ressent peut aider à **accepter ses émotions et permettre de les gérer de manière plus constructive.**

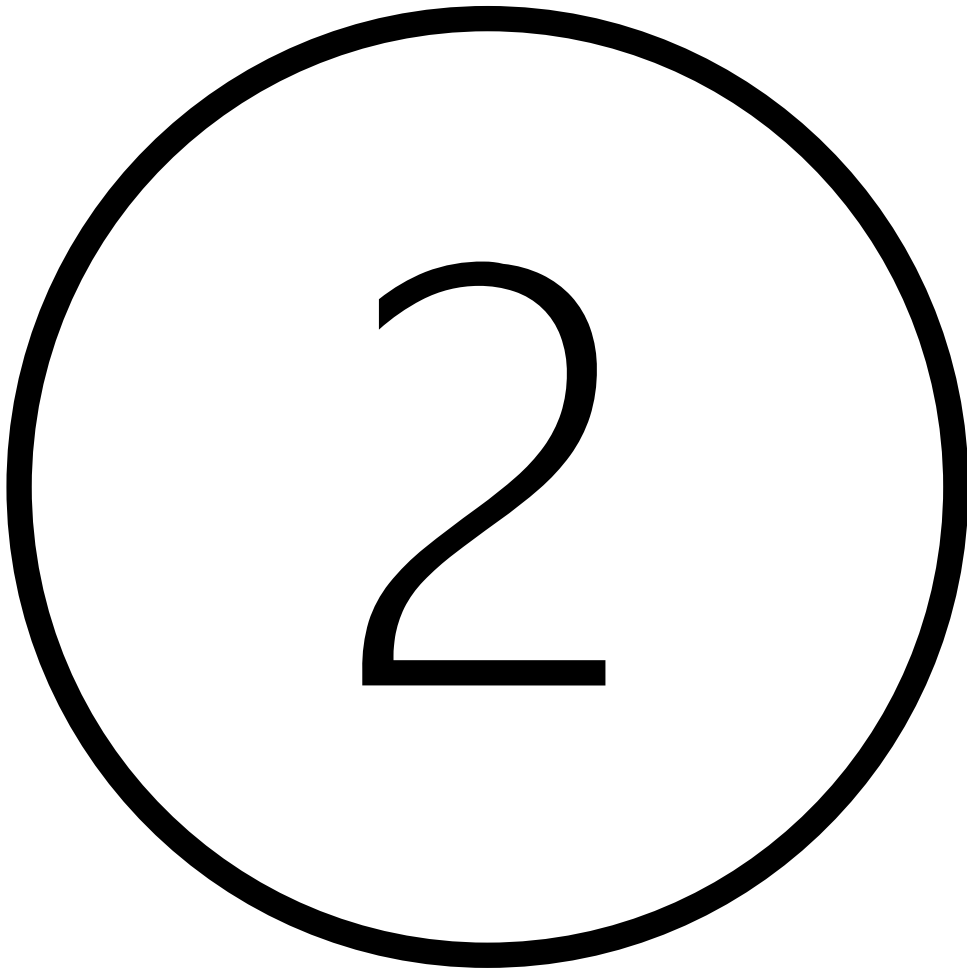
## ANNEXE

Numéro de zone à placer une fois, dans le sens des aiguilles d'une montre.



## ANNEXE

Numéro de zone à placer une fois, dans le sens des aiguilles d'une montre.





## ANNEXE

Numéro de zone à placer une fois, dans le sens des aiguilles d'une montre.



## TOUS AUX ABRIS !





**Compétence psycho-sociale développée :**

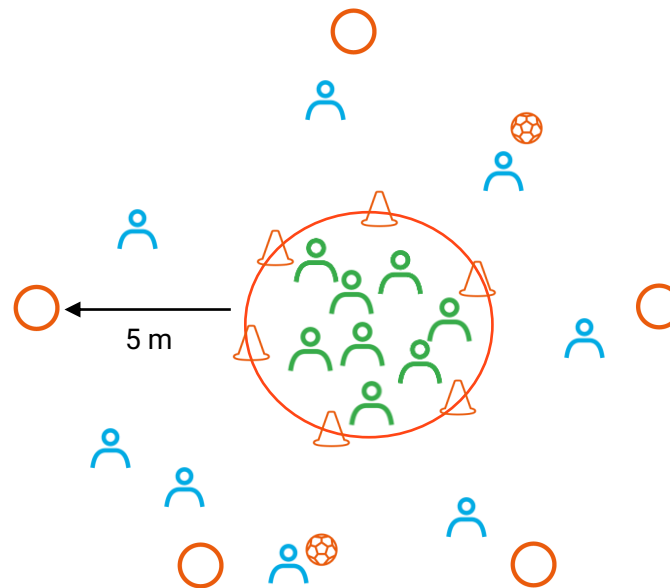
Avoir une analyse et une pensée critiques.

**Objectif éducatif de la séance :**

Faire preuve de discernement dans la prise d'informations pour pouvoir prendre une décision en connaissance de cause.

### MATÉRIEL

-  2-3 balles en mousse
-  2x10 chasubles
-  5 cerceaux
-  6 cônes (pour la zone)
-  1 sifflet
-  1 chronomètre



### ÉCHAUFFEMENT

 10'

Échauffement général : les joueurs courent dans le terrain sans toucher les cerceaux et en se faisant des passes avec les deux ballons. Au coup de sifflet, ils vont tous toucher l'intérieur du rond central, y déposer les ballons puis vont se placer dans un cerceau. L'animateur montre avec sa main en l'air le nombre maximum qu'ils doivent être dans chaque cerceau. L'objectif est donc de ne pas se retrouver seul en dehors d'un cerceau.

Échauffement spécifique : l'animateur peut ajouter progressivement des déplacements particuliers (ex. : *pas chassés*) et demander de varier le type de passes (ex. : *au-dessus du rond central, avec rebond*).



### JEU SPORTIF

 30'

**But** : Marquer le maximum de points dans chaque partie.

## CONSIGNES

### Partie 1 : Compréhension du jeu.

Positionner cinq bases (cerceaux) dans le terrain autour du rond central (zone centrale), et diviser le groupe en deux équipes de cinq à dix joueurs : une équipe de lanceurs (*en bleu sur le schéma*) et une équipe de coureurs (*en vert sur le schéma*). Les lanceurs, **positionnés dans le terrain**, doivent éliminer un maximum de coureurs en les touchant avec un ballon. Ils peuvent toucher plusieurs joueurs si ceux-ci ne sont pas encore arrivés dans une base. Au signal de l'animateur, les coureurs **partent de la zone centrale** et doivent arriver **jusque dans les bases**. Chaque coureur arrivé dans une base (en y posant au moins un pied) rapporte **1 point**. *Faire trois manches par équipe en comptant le score total des trois manches (ex. : 5 + 6 + 5 = 16 points), puis inverser les rôles. L'équipe avec le plus grand score remporte la partie.*

Pour faciliter la compréhension des consignes, des aides visuelles en annexe pourront être utilisées.

### Partie 2 : Limite de nombre

Le principe et les règles du jeu sont identiques à la partie précédente. Dans cette seconde partie, l'animateur énonce juste après le signal de départ (à l'oral ou avec les doigts) combien de coureurs maximum peut contenir chacune des cinq bases (2, 3, 5). Tous les coureurs partent de la zone centrale, tant qu'ils ne sont pas dans les bases, les lanceurs peuvent les toucher. *Faire trois manches par équipe en comptant le score total des trois manches, puis inverser les rôles.*

### Partie 3 : Phase individuelle

Le principe et les règles du jeu sont identiques à la partie précédente. Deux consignes spécifiques sont données pour le positionnement dans les bases : **1/ debout sur un pied et en se tenant l'autre jambe, 2/ une main dans la zone**. L'animateur énonce la consigne choisie (à l'oral ou avec sa main) par le chiffre 1 ou 2. Ceux qui réussissent marquent un point. Tant qu'ils ne sont pas dans la bonne position, les **coureurs peuvent toujours être touchés** par les ballons. *Faire trois manches par équipe en comptant le score total des trois manches, puis inverser les rôles.*

### Partie 4 : Duo

Même principe que la phase individuelle, mais cette fois-ci les jeunes sont en duo. Un binôme qui réussit équivaut à un point pour chacun des deux joueurs. Deux nouvelles consignes sont données pour des gestes à réaliser **en binôme** : **1/ joueurs sur un pied et tenus par le bras, 2/ joueurs en position « chaise » dos à dos**. Tant qu'ils ne sont pas dans la bonne position, le binôme de **coureurs peut toujours être touché**. *Faire trois manches par équipe en comptant le score total des trois manches, puis inverser les rôles.*

## RÈGLES

- Il est interdit de toucher le visage avec le ballon (la touche ne compte pas).
- Les lanceurs doivent se faire **au minimum une passe** avant de lancer le ballon sur un coureur.
- Il est interdit aux lanceurs d'entrer dans les bases ou dans le rond central.
- Il est interdit de toucher un coureur s'il est dans le rond central.

## VARIABLES

- Pour augmenter la difficulté des coureurs, ajouter un 3<sup>ème</sup> ballon pour les lanceurs.
- Pour complexifier le jeu dans les parties 3 et 4, ajouter un 3<sup>ème</sup> geste à réaliser par les coureurs.



RETOUR AU CALME

10'

## POUR INITIER LA RÉFLEXION

- Que fallait-il faire pour atteindre l'objectif ? Comment avez-vous fait ?
- Quelles informations deviez-vous prendre ? Comment avez-vous fait ? Dans quel ordre ?
- Avez-vous parfois douté de certaines informations ? Pourquoi ?
- Toutes les informations que vous avez récupérées vous ont-elles été utiles ?
- Qu'est-ce qui vous a aidé à prendre les bonnes décisions ? Pourquoi ?
- Qu'est-ce qui est important à prendre en considération avant de faire un choix ?

## PISTES D'ÉCHANGES

- Toute information **n'est pas bonne ou utile car elle peut être le fruit d'une interprétation**. Il est essentiel de savoir **prendre son temps, prendre du recul, et éviter de se précipiter**.
- Avant de prendre une décision, **je peux me renseigner, questionner les bonnes personnes, mesurer les conséquences de mes choix**.

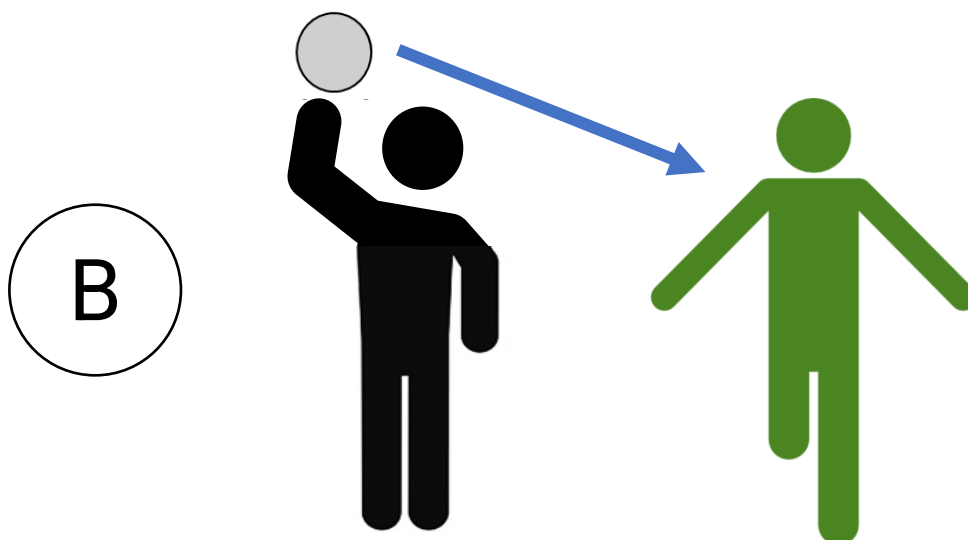
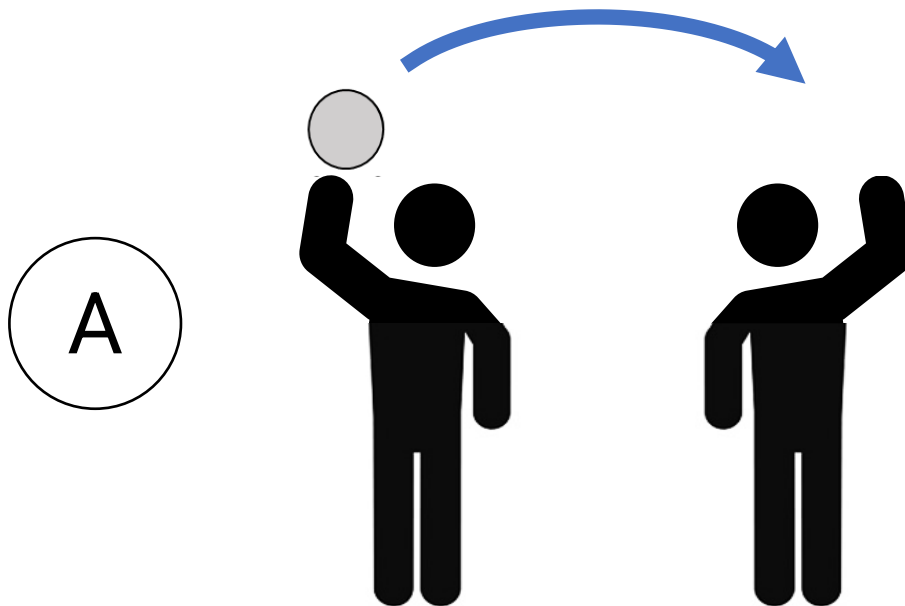
## ANNEXE

### Tableau récapitulatif des différentes parties

Partie	Consignes
Partie 1 : <b>Compréhension du jeu</b>	Au signal, les coureurs partent de la zone centrale pour intégrer les bases, sans se faire toucher par les ballons.
Partie 2 : <b>Limite de nombre</b>	Au signal, les coureurs doivent repérer combien de joueurs peuvent intégrer une même base (sur indication de l'animateur) et se placer dans celles-ci en fonction.
Partie 3 : <b>Phase individuelle</b>	Au signal, les joueurs se rendent dans une base et s'y positionnent à partir de l'indication donnée par l'animateur (debout sur un pied et en se tenant l'autre jambe <u>ou</u> en ayant une main dans la zone).
Partie 4 : <b>Duo</b>	Au signal, les joueurs se rendent en binôme dans une base et s'y positionnent à partir de l'indication donnée par l'animateur (les deux joueurs sont sur un pied et se tiennent par le bras <u>ou</u> ils se maintiennent en position « chaise » dos à dos).

**AIDE VISUELLE**  
**Rôle des lanceurs**  
**PARTIES 1, 2, 3 et 4**

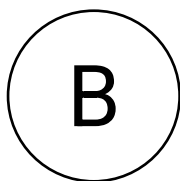
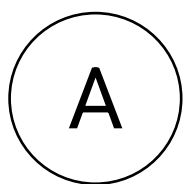
Visuel explicatif des consignes à **montrer à l'équipe des lanceurs.**



**AIDE VISUELLE**  
**Rôle des coureurs**  
**PARTIE 1**

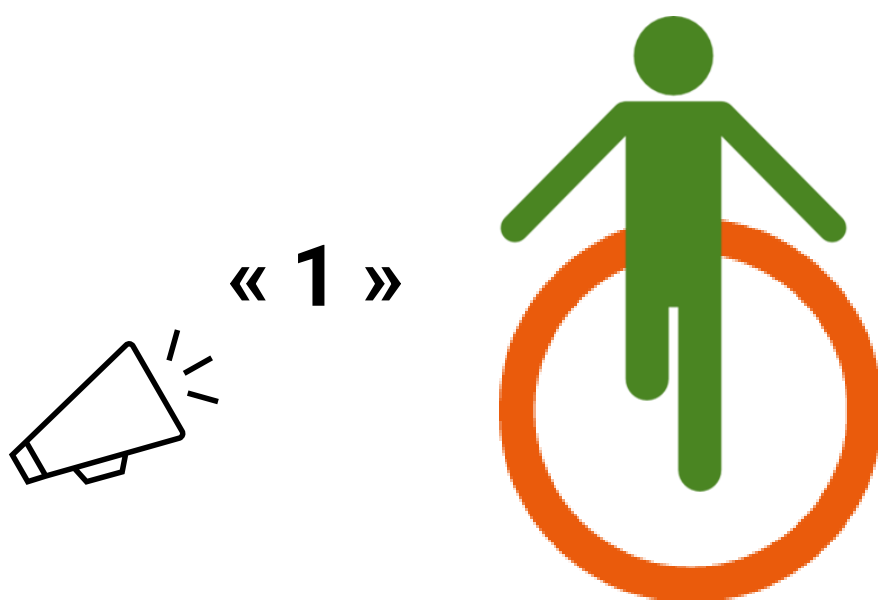
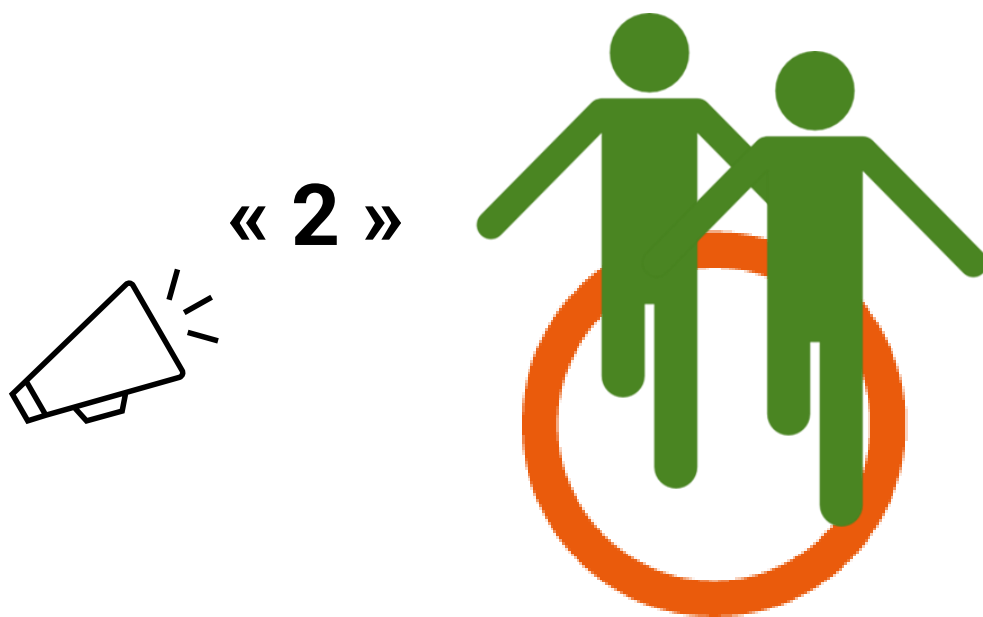
Visuel explicatif des consignes à **montrer à l'équipe des coureurs.**

**« Go »**



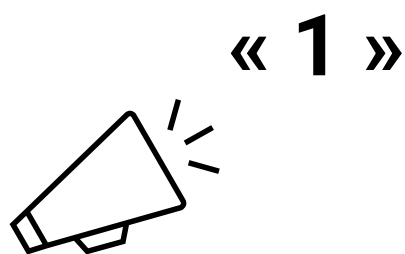
**AIDE VISUELLE**  
**Rôle des coureurs**  
**PARTIE 2**

Visuel explicatif des consignes à **montrer à l'équipe des coureurs.**



**AIDE VISUELLE**  
**Rôle des coureurs**  
**PARTIE 3**

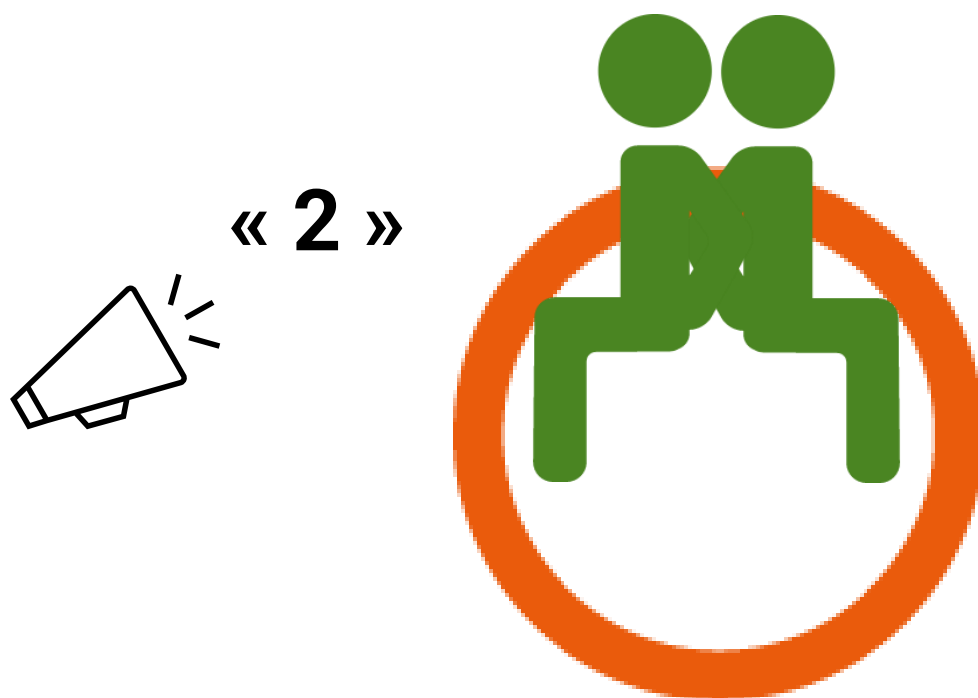
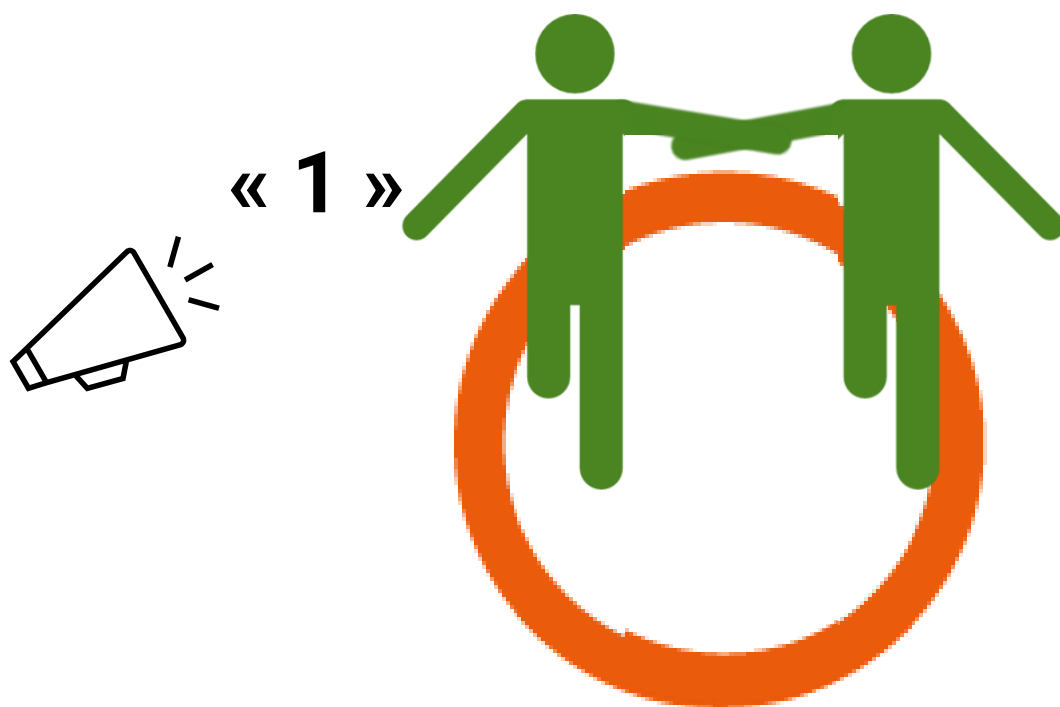
Visuel explicatif des consignes à **montrer à l'équipe des coureurs.**





**AIDE VISUELLE**  
**Rôle des coureurs**  
**PARTIE 4**

Visuel explicatif des consignes à **montrer à l'équipe des coureurs.**



## RAMENER LES COUPELLES À LA MAISON







Compétence psycho-sociale développée :

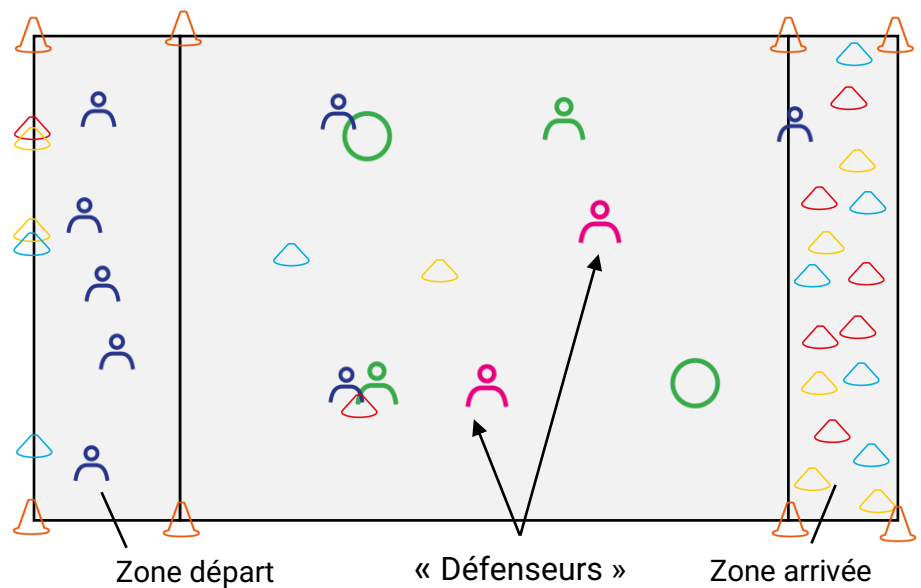
Communiquer efficacement : identifier et exprimer ses besoins.

Objectif éducatif de la séance :

Comprendre qu'identifier ses besoins permet de développer une meilleure connaissance de soi.

### MATÉRIEL

-  2 x 2 chasubles (2 couleurs)
-  3 x 12 coupelles (3 couleurs)
-  8 cônes (pour le terrain)
-  2-3 cerceaux
-  1 chronomètre
-  Annexe



### ÉCHAUFFEMENT

 10'

L'échauffement prend la forme d'un jeu d'Épervier. Deux joueurs se situent au milieu du terrain. Deux zones sont délimitées à chaque bout du terrain. Les joueurs, situés dans une zone, doivent traverser le terrain et aller dans la zone en face sans se faire toucher par les éperviers. Si un joueur est touché, alors il devient épervier à son tour lors de la manche suivante. Si un joueur sort du terrain, il est considéré comme touché. La partie s'arrête lorsqu'il ne reste qu'un joueur en jeu.

Jouer deux ou trois parties, en changeant les éperviers au début de jeu.



### JEU SPORTIF

 30'

**But :** Ramener l'ensemble des coupelles identifiées individuellement puis collectivement le plus vite possible.

## CONSIGNES :

Placer l'ensemble des coupelles dans la zone d'arrivée, comme sur le schéma. Nommer deux à trois défenseurs (selon la taille du terrain) et leur donner une chasuble **de la même couleur** pour qu'ils soient identifiables.

### Partie 1 : 3 coupelles par joueur

Le but du jeu est de ramener **exactement trois coupelles par joueur ou joueuse** (ex. : *s'il y a six joueurs, dix-huit coupelles à ramener*). Au signal, tous les joueurs ou joueuses peuvent traverser le terrain pour aller chercher une coupelle et la ramener dans la zone de départ. Dès qu'un joueur ramène une coupelle, il la dépose et doit former sa propre pile de coupelles. Si un joueur est **touché à deux mains par un défenseur** dans la zone centrale, il sort sur le côté du terrain et retourne dans la zone de départ (il peut ensuite tenter de repartir). Si un joueur avait une coupelle à la main au moment de se faire toucher, il la **dépose au sol immédiatement** (n'importe quel autre joueur pourra s'en saisir par la suite). Lorsqu'un joueur a ramené ses 3 coupelles, il peut alors **aider mes partenaires**. La partie s'arrête lorsque **l'ensemble des joueurs a ramené ses trois coupelles**. *Annoncer le temps réalisé par le groupe.*

### Partie 2 : Cartes « objectif »

Distribuer une carte « objectif » à chaque joueur (**annexe**). Le but du jeu est de ramener le nombre de coupelles correspondant aux cartes « objectif » de chaque joueur. Lorsqu'un joueur a complété son objectif individuel, il peut le signaler (ex. : *en levant un bras en l'air*) et se rendre disponible pour **aider ses partenaires**. La partie s'arrête lorsque les coupelles ramenées correspondent à l'ensemble des cartes du groupe. *Annoncer le temps réalisé par le groupe, l'objectif étant de battre le temps mis précédemment.*

### Partie 3 : Mise en place des « joker »

Distribuer une autre carte « objectif » à chaque joueur (**annexe**). Dans cette dernière partie, **ajouter un ou plusieurs défenseurs**, et **nommer en plus deux « jokers »** qui seront intouchables (**en vert** sur le schéma). Placer aussi **un cerceau par « joker »** sur le terrain.

Les règles sont les mêmes que dans la partie 2, auxquelles est ajoutée la suivante : pour demander de l'aide, **n'importe quel joueur peut aller se placer dans l'un des cerceaux disponibles** (un pied au moins à l'intérieur du cerceau). Si l'un des « joker » vient le chercher, ils sont alors **intouchables** et autorisés à **se déplacer ensemble librement pour effectuer un trajet** (pour aller chercher une coupelle ou pour revenir). En complément des « joker » les joueurs peuvent aussi **s'entraider pour ramener les coupelles**.

La partie s'arrête lorsque les coupelles ramenées correspondent à l'ensemble des cartes du groupe. *Annoncer le temps réalisé par le groupe et comparer au record précédent. Si besoin, faire plusieurs parties en faisant tourner les joueurs dans les différents rôles. Encourager la coopération, l'entraide et la communication entre les joueurs.*

## RÈGLES

- Il est interdit de sortir des limites du terrain (cela compte comme une touche).
- Il est interdit de transporter plus d'une coupelle à la fois.
- Les défenseurs doivent toucher les joueurs et joueuses à deux mains.

## VARIABLE

- Pour augmenter la difficulté, les défenseurs peuvent toucher à une seule main.
- En fonction du nombre de joueurs, faites varier le nombre de défenseurs et de jokers.
- Une contrainte de déplacement est attribuée pour les binômes joker - joueur lorsqu'ils se déplacent ensemble (ex. : *cloche-pied, courir en arrière, seulement deux appuis au sol, etc.*)



## RETOUR AU CALME

🕒 10'

### POUR INITIER LA RÉFLEXION (ÉMOTIONS ET RESENTIS)

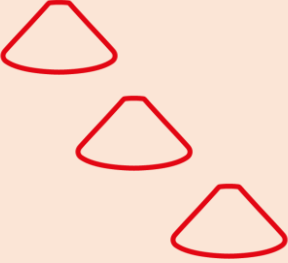
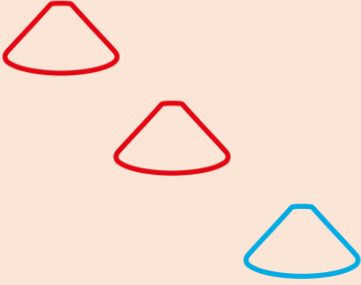
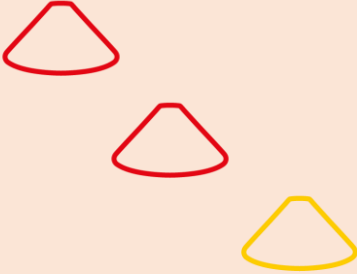
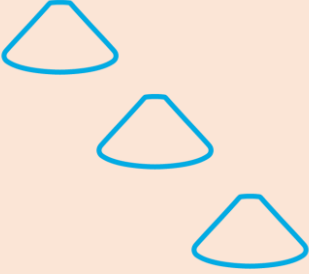
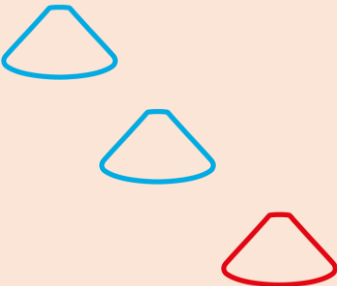

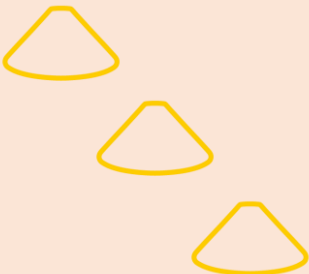


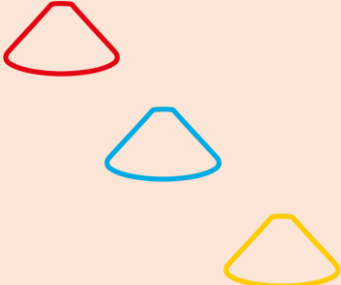
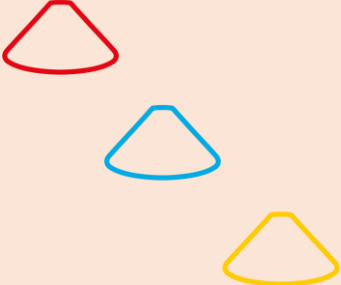
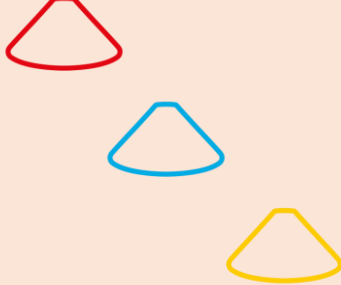
- Avez-vous eu besoin d'aide pendant le jeu ? De quelle aide pouviez-vous bénéficier dans le jeu ?
- Dans la vie de tous les jours, connaissez-vous des personnes à qui vous pouvez vous adresser en cas de besoin ou de problème ?
- Quels sont vos besoins essentiels, ceux dont vous ne pouvez pas vous passer ?
- De quoi d'autre avez-vous besoin ? Quelles sont vos envies ?

### PISTES D'ÉCHANGES

- C'est important **d'accepter ou de demander de l'aide pour identifier mes besoins** (ex. : *éducateurs ou éducatrices, travailleurs sociaux ou travailleuses sociales, psychologues, etc.*).
- Pour répondre à un besoin ou un problème, **il faut le connaître et l'identifier**.
- **Chacun a des besoins essentiels**, par exemple : *se loger, se laver, s'habiller, se nourrir*.
- Connaître ses besoins, c'est aussi **mieux se connaître soi-même**.

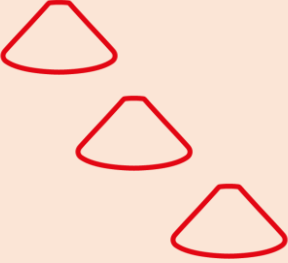
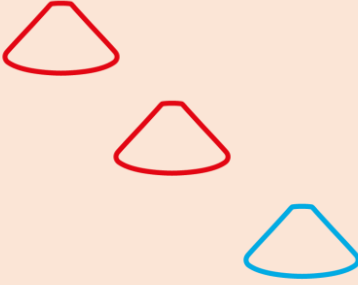
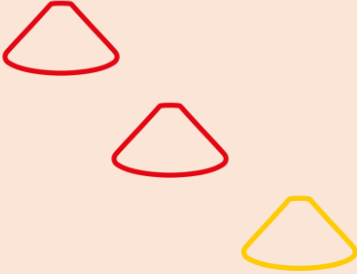
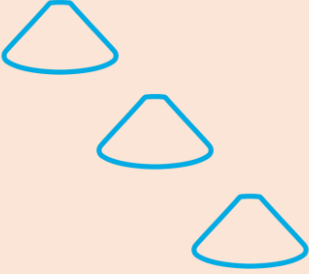
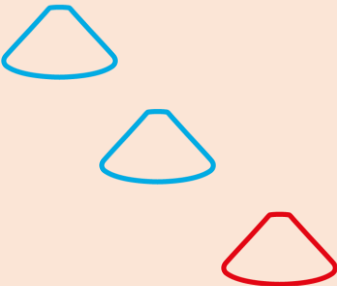

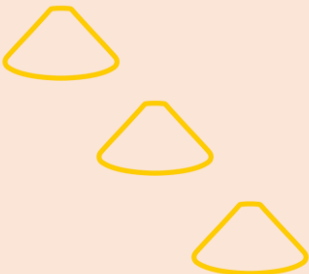


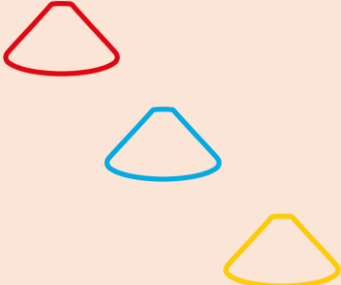
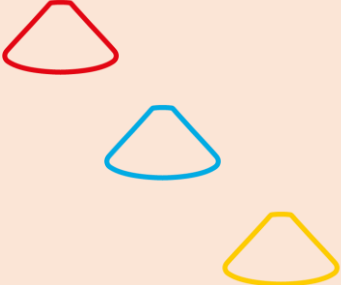
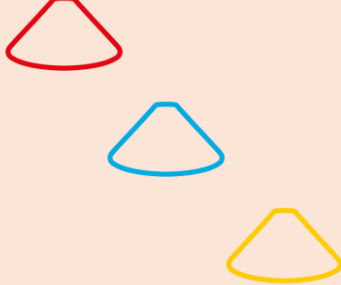
Chaque carte « objectif » correspond à un nombre de coupelles à ramener, d'une ou plusieurs couleurs.



<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 
<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 
<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 
<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 

Chaque carte « objectif » correspond à un nombre de coupelles à ramener, d'une ou plusieurs couleurs.



<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 
<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 
<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 
<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 	<p>« Objectif »</p> 

## L'UNION FAIT LA FORCE


Compétence psycho-sociale développée :


Communiquer efficacement : identifier et exprimer des besoins


Objectif éducatif de la séance :


Comprendre qu'exprimer et partager ses besoins permet de construire des relations de confiance.


### MATÉRIEL

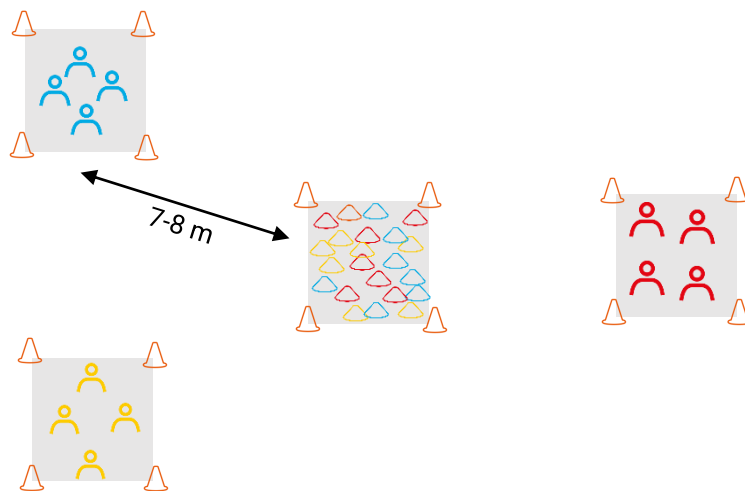
 3 jeux de chasubles

 30 coupelles de couleur pour le jeu

 16 cônes pour délimiter les zones

 1 chronomètre

 Annexe



### ÉCHAUFFEMENT

 10'

Les participants sont répartis en trois ou quatre équipes, dans trois ou quatre zones réparties sur le terrain. Au centre du terrain, matérialiser une zone où sont placées toutes les coupelles de couleurs. Dans chaque équipe, les joueurs s'attribuent chacun une des couleurs des coupelles, le plus équitablement possible (par exemple, pour une équipe de 8 joueurs, 2 joueurs par couleur). Il faut seulement qu'il y ait moins de coupelles au milieu que de joueur ayant cette couleur (par exemple, s'il y a 8 joueurs « rouge » au global des équipes, il ne faut au milieu que 6 ou 7 coupelles rouges). Le jeu prend la forme d'un bérêt : l'animateur énonce une couleur, et dans chaque équipe, le plus rapidement possible, les joueurs de cette couleur doivent attraper et ramener chacun dans leur camp une coupelle de la couleur annoncée. Plusieurs parties sont jouées.



### JEU SPORTIF

 30'

**But du jeu :** Ramener le plus rapidement possible la bonne combinaison de coupelles dans la zone de chaque équipe.

Les participants sont répartis en équipes de quatre à six joueurs. Matérialiser une zone par équipe (3x3m), et une zone centrale où sont placées les coupelles. Il y a **dix coupelles de chaque couleur, si possible selon les couleurs de chasubles des équipes**. Les joueurs des différentes équipes se répartissent en attaquants et en défenseurs comme ils le souhaitent (ils peuvent aussi choisir de ne pas mettre de défenseurs). Les défenseurs portent leur chasuble **attachée à un bras**. Personne ne peut changer de rôle au cours d'une même partie.

Les attaquants sont **les seuls autorisés à collecter des coupelles dans la zone centrale** et dans les zones des autres équipes. Ils ne sont autorisés à porter qu'une seule coupelle à la fois. Tout joueur touché et tenant une coupelle doit **immédiatement la laisser tomber**, puis doit retourner dans sa propre zone avant de tenter à nouveau sa chance. Tout attaquant dont les deux pieds se trouvent à l'intérieur d'une zone ne peut pas être touché.

Les défenseurs ont pour objectif de ralentir un maximum les attaquants dans la quête de leur combinaison de coupelles. Ils sont les seuls autorisés à toucher les joueurs des autres équipes et doivent se déplacer dans le terrain. Ils ne sont pas autorisés à pénétrer dans les zones (centrale ou des équipes).

### Partie 1 : Pas de communication verbale

Chaque équipe doit rapporter une certaine combinaison de coupelles (à annoncer à chaque équipe - voir *tableau annexe*). Les joueurs ne sont pas autorisés à communiquer entre eux de quelque manière que ce soit pendant toute la partie. Après 4 minutes, **la première équipe** à ramener la bonne combinaison de coupelles **remporte la partie**.

### Partie 2 : Communication verbale par équipe

Chaque équipe doit rapporter une nouvelle combinaison de coupelles (à annoncer à chaque équipe - voir *tableau annexe*). Les joueurs **sont autorisés à communiquer entre coéquipiers**. Donner un temps de concertation d'équipe de deux minutes pour discuter de la stratégie avant de commencer. Après 4 minutes, **la première équipe** à ramener la bonne combinaison de coupelles **remporte la partie**.

### Partie 3 : Communication verbale entre les équipes (*chronométrer la partie*)

**Toutes les équipes** doivent rapporter une combinaison de coupelles (annoncer à toutes les équipes - voir *tableau annexe*) **le plus rapidement possible**. Dans cette dernière partie, il est **interdit pour les joueurs de déposer les coupelles dans leur propre camp**, il n'y a donc plus de défenseurs. Les équipes sont toutes autorisées à communiquer entre elles pendant la partie. Donner un temps de concertation pour discuter de la stratégie avant de commencer. La partie se termine **lorsque toutes les équipes ont réussi**. *Rejouer cette partie pour battre le record de temps du groupe.*

## VARIABLES

- En fonction du nombre de joueurs, augmenter le nombre de zones (ajouter dans le même temps une 4<sup>ème</sup> couleur de coupelle).
- Pour complexifier le jeu dans la partie 3, proposer une nouvelle combinaison de coupelles plus complexe à résoudre collectivement.



RETOUR AU CALME

10'

## QUESTIONS POUR LANCER LA DISCUSSION

- Qu'était-il utile de faire pour réussir dans le jeu ?
- Que devaient faire les autres équipes ?
- Comment le jeu a-t-il évolué au fil des parties ? Quels ont été les effets/conséquences sur votre groupe ?
- Quelle aurait été la conséquence si vos coéquipiers n'exprimaient pas leurs besoins ? Pourquoi ?
- Dans la vie de tous les jours, quel intérêt peut-on avoir à exprimer et partager ses besoins ?

## ÉLÉMENTS CLÉS

- Pour **être aidé ou s'entraider**, il est essentiel de **pouvoir exprimer ses besoins**.
- Il est important d'exprimer ses besoins à des personnes de confiance comme des proches, ou encore des professionnels (ex. : *travailleurs sociaux, éducateurs, etc.*).
- Pour satisfaire certains besoins, la coopération et le travail en équipe sont indispensables.
- Partager ses besoins **contribue à une meilleure compréhension mutuelle**.

## ANNEXE

### Tableau d'objectifs

#### À utiliser par l'animateur du jeu

**NOTE :** Choisir l'objectif correspondant au nombre d'équipes participantes et à la partie en jeu. Pour chaque objectif, le total est de 10 coupelles.

<b>Objectifs pour chaque partie</b>			
	<b>Partie 1</b>	<b>Partie 2</b>	<b>Partie 3</b>
<p><b>Si vous jouez avec 3 équipes</b></p>	<p><b>6</b> coupelles de la couleur de l'équipe + <b>2</b> coupelles de <u>chaque</u> autre couleur</p>	<p><b>2</b> coupelles de la couleur de l'équipe + <b>4</b> coupelles de <u>chaque</u> autre couleur</p>	<p><b>4</b> coupelles de la couleur de l'équipe + <b>3</b> coupelles de <u>chaque</u> autre couleur</p>
<p><b>Si vous jouez avec 4 équipes</b></p>	<p><b>1</b> coupelle de la couleur de l'équipe + <b>3</b> coupelles de chaque autre couleur</p>	<p><b>3</b> coupelles de la couleur de l'équipe + <b>3</b> coupelles de la couleur de l'équipe la plus éloignée + <b>2</b> coupelles de chaque autre couleur</p>	<p><b>1</b> coupelle de la couleur de l'équipe + <b>5</b> coupelles de la couleur de l'équipe la plus éloignée + <b>2</b> coupelles de chaque autre couleur</p>
<p><b>Si vous jouez avec 5 équipes</b></p> <p><i>Dans ce cas, prévoir une 5<sup>ème</sup> couleur de coupelle ou un autre objet à ramener.</i></p>	<p><b>2</b> coupelles de la couleur de l'équipe + <b>2</b> coupelles de chaque autre couleur</p>	<p><b>3</b> coupelles de la couleur de l'équipe + <b>1</b> coupelle de la couleur de l'équipe suivante à droite + <b>2</b> coupelles de chaque autre couleur</p>	<p><b>1</b> coupelle de la couleur de l'équipe + <b>3</b> coupelles de la couleur de l'équipe suivante à droite + <b>2</b> coupelles de chaque autre couleur</p>



## EN ÉQUIPE, TOUT EST POSSIBLE

Compétence psychosociale développée :

Coopérer et s'entraider.

Objectif éducatif de la séance :

Coopérer pour créer ou recréer du lien de façon positive et constructive.

### MATÉRIEL



2-3 chasubles pour les défenseurs et un par binôme d'attaquants



40 à 50 coupelles



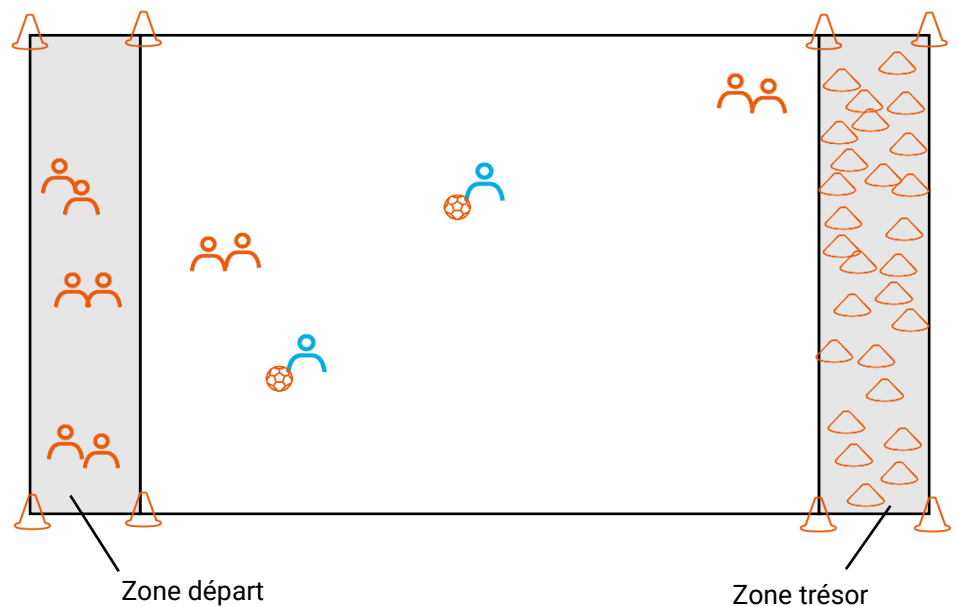
8 cônes pour le terrain



2 à 3 ballons en mousse



1 chronomètre



40-50 min



20x30 m



10-20 jeunes



15-18 ans



### ÉCHAUFFEMENT

10'

Délimiter un terrain avec des coupelles. Tous les joueurs sont à l'intérieur. Deux joueurs sont les chats, ils ont le ballon et ne portent pas de chasuble. Pour attraper un joueur, ils doivent le toucher avec le ballon tenu (et non lancé). Ils sont autorisés à se faire des passes entre eux. Un chat qui a le ballon dans les mains peut faire deux pas maximum. Un joueur ne peut être touché que par le chat qui a le ballon dans les mains, et par le ballon seulement. Un joueur qui sort des limites du terrain quand il est poursuivi est considéré comme touché. Un joueur touché enlève sa chasuble et devient chat. Les deux derniers joueurs en jeu gagnent la partie et deviendront les chats de la partie suivante.



### JEU SPORTIF

30'

**But du jeu :** Ramener le maximum de coupelles dans le temps imparti.

Il y a deux à trois défenseurs dans un terrain délimité par des plots. Tous les autres joueurs font partie d'une même équipe d'attaque divisée en binômes. **Les binômes sont reliés par une chasuble que chacun des joueurs doit tenir à une extrémité.** Matérialiser une zone de départ et une zone « trésor » qui sont des zones de sécurité pour les attaquants (interdiction pour les défenseurs d'y pénétrer).

Les binômes d'attaquants doivent **atteindre la zone du trésor, prendre une coupelle par personne et revenir dans la zone de sécurité.** Tous les binômes peuvent se déplacer quand et comme ils le souhaitent une fois le jeu commencé.

Un binôme d'attaquants n'est autorisé à saisir que deux coupelles à chaque essai. Lorsqu'un joueur du binôme est touché par une balle lancée par un défenseur, **le binôme est immobilisé** et doit **poser les coupelles au sol.** Un autre binôme pourra éventuellement venir les récupérer ultérieurement. Si un attaquant est touché à la tête par une balle, cela ne compte pas et il peut alors continuer d'avancer.

Le binôme est également immobilisé **dans les situations suivantes :**

- Le binôme **se détache** (ex. : *chasuble lâchée par un des joueurs*) ;
- Le binôme ou l'un des joueurs le constituant **sort des limites du terrain.**

Afin de libérer un binôme, un autre binôme doit venir **passer sous la chasuble tendue par les deux joueurs immobilisés.**

**Compter le score à la fin de chaque partie (1 coupelle = 1 point).** L'objectif de l'équipe étant de battre son score, en rapportant **plus de coupelles que lors de la partie précédente**, dans un *temps imparti de 4 minutes*. Le jeu se termine lorsque tous les binômes d'attaquants sont touchés ou lorsque toutes les coupelles sont ramenées.

### Partie 1 :

Expliquer les consignes et **ne pas laisser de temps aux joueurs pour discuter ou s'organiser stratégiquement.** Fin du jeu : lorsque le temps imparti de 4 minutes est écoulé ou lorsque tous les binômes d'attaquants sont touchés, compter le nombre de coupelles récupérées.

### Partie 2 :

**Donner 2 à 3 minutes aux joueurs pour discuter ou s'organiser, et les aider à choisir les meilleures stratégies à adopter.** Changer les joueurs en défense, si nécessaire. Fin du jeu : idem que la partie précédente, comparer le score à celui réalisé précédemment.

## VARIABLES

- Augmenter ou diminuer le nombre de défenseurs ;
- Imposer seulement trois pas de déplacement avec la balle avant un tir pour les défenseurs ;
- Modifier les manières de délivrer les binômes (ex. : en tapant dans la main).



RETOUR AU CALME

10'

## QUESTIONS POUR LANCER LA DISCUSSION

- Qu'avez-vous apprécié dans le jeu ? Pourquoi ?
- Quelles stratégies vous ont permis d'améliorer votre score d'équipe entre la partie 1 et 2 ?
- En quoi ce jeu était-il un jeu de coopération ? Quelle différence majeure il y a-t-il avec un jeu compétitif ?
- Auriez-vous pu atteindre seul votre objectif ?
- Comment avez-vous contribué à la réussite du groupe ? Quel était votre rôle dans l'équipe ?
- Que pourrait améliorer l'équipe si vous deviez jouer à nouveau ?

## ÉLÉMENTS CLÉS

- Pour parvenir à un but commun, il est nécessaire **que chacun agisse par et pour le collectif.**
- Pour coopérer efficacement, **il est essentiel de communiquer.**
- Une bonne coopération permet de **développer des relations de confiance avec les autres.**