

## TABLE DES MATIERES

### JEUX CALMES

LE FURET MUSICIEN.....	5
LE JEU DE KIM.....	7
LE JEU DES MIMES .....	9
LE MIKADO GEANT.....	6
LE PORTRAIT.....	10
LES MARIAGES.....	4
LES METIERS.....	3
LES OBJETS MAGIQUES .....	11
PIGEON VOLE .....	8

### JEUX DYNAMIQUES

LE BERET.....	19
LA COURSE A LA POMME DE TERRE.....	14
LA COURSE AU CHOCOLAT.....	13
LA TOMATE.....	17
LE PASSAGE DU GUÉ.....	16
LE JEU DE L'OIE GEANT.....	15
LES CHAISES MUSICALES.....	18

# Carnet de jeux pour les veillées « Pétales »



« Pétales » Groupe de la P.P.H. de la Gironde  
de personnes ayant un handicap mental  
Sélection de jeux adaptés par le P. Vincent GARROS

# JEUX CALMES

Matériel :

- Un béret ou tout autre objet pouvant être attrapé facilement et non fragile : foulard, clochette...

Déroulement du jeu :

Ceux qui veulent participer se divisent en deux groupes égaux. Dans chaque groupe on se donne un numéro : 1, 2 3 ...

Les deux équipes, en ligne, face à face. Entre eux, au milieu, l'objet à attraper posé sur le sol.

Le meneur du jeu appelle : « les Numéros x »  
Ceux qui portent ce numéro, courent chercher l'objet pour le ramener au camp. Pour interrompre la saisie, l'adversaire doit toucher de sa main droite l'adversaire. L'objet est alors posé à terre, les joueurs rentrent dans leur camp. Un autre couple de joueur est appelé en remplacement.

L'équipe qui ramène l'objet dans son camp marque un point.

Partie en 7 points maximum.



## LES CHAISES MUSICALES

### Matériel :

Autant de chaises que de participants  
Un instrument de musique ou un lecteur CD

Mise en place des chaises en rond vers l'extérieur .

### Déroulement :

Au son de la musique, les participants tournent autour des chaises sans les toucher. A l'arrêt de la musique, chacun doit s'asseoir sur une chaise.

Au deuxième tour, on enlève une chaise. Celui qui ne s'est pas assis à temps a perdu. Ainsi de suite jusqu'au dernier. Celui-ci fera fonctionner la musique à la prochaine partie.

### Variante :

Lorsque le jeu est bien connu et que les participants sont assez agiles, les chaises peuvent être mises de manière désordonnée.

Les participants devant toujours tourner autour sans les toucher pendant la musique.

## LES METIERS

### Matériel :

Sur de petites cartes, écrire des noms de métiers. Choisir de préférence des métiers qui se font en ESAT : cuisinier, jardinier, serveur, balayeur... et des métiers très connus : infirmier, boulanger, chauffeur...

Préparer des objets : manche à balai, cuillère en bois, casserole ... ,

### Déroulement :

Un premier volontaire vient mimer un métier tiré au hasard sur une carte. Il fait les gestes qui correspondent à ce travail sans dire un mot. Il peut, s'il le souhaite utiliser un objet.<<

Le premier qui a trouvé, prend sa place et fait le mime d'un autre métier.

### Variante : Jeu par équipe :

Deux équipes s'affrontent. A tour de rôle un joueur de chaque équipe propose à l'autre équipe de trouver le métier mimé.

## LES MARIAGES ou LE MEMORY

### Matériel :

Grandes cartes à jouer ou bien jeu 16 à 20 images en double en format A4.

Exemple : photocopies d'animaux, d'objets simples, de formes géographiques de couleurs différentes.

Veiller à varier au maximum pour favoriser la mémorisation.

### Déroulement du jeu :

Les images sont placées au sol, retournées. A tour de rôle ou bien par équipe, un joueur retourne deux images. Si elles sont identiques, il les garde et marque un point pour lui ou son équipe. S'il a gagné, il rejoue, sinon, il retourne les images en essayant d'en garder mémoire.

Le jeu s'achève quand toutes les images sont trouvées.

## LA TOMATE

### Matériel :

- Un ballon pas trop lourd ou une grosse balle

### Déroulement du jeu :

L'ensemble des participants se mettent en rond, jambes un peu écartées, les pieds droits et gauches touchant ceux des voisins. Ceci forme des « portes ».

La balle introduite dans le cercle, il faut avec les mains croisées pousser la balle de façon à la faire sortir par les « portes » ainsi formées par les jambes écartées. Chaque joueur défend sa « porte ».

Quand la balle est passée, le joueur est éliminé du groupe. Le cercle se reforme ainsi de plus en plus petit.

On détermine le gagnant des deux derniers par 3 « tirs aux buts » : face à face.

## LE PASSAGE DU GUÉ

### Matériel :

Trois supports par concurrents : feuilles de papier ou de carton format A4 , des patins de feutre ou même des bassines de plastique ( plus difficile) .

### Déroulement :

Délimiter une ligne de départ et une ligne d'arrivée en face distantes de 5 à 6 mètres.

Chaque concurrent pose ses pieds sur un support, tient dans sa main le 3°.

A « top » de départ, il pose le 3° sur le sol et met un pied dessus. Le support libre et pris ensuite puis posé un peu plus loin pour le second pied.

Ainsi de suite jusqu'à l'arrivée !

### Attention :

Ne pas poser le pied en dehors du support. Ne pas marcher avec les supports en les faisant glisser !

### Nota :

Ne pas proposer ce jeu à des concurrents n'ayant pas un assez bon équilibre.

## LE FURET MUSICIEN

### Matériel :

Un foulard  
Un bâton (ex : une  
clavette, un crayon, ou  
un marqueur)  
Une clochette ou un  
sifflet



### Déroulement

Tout le monde se met en rond, assis ou debout. Au centre un animateur, les yeux bandés avec le foulard, porte une clochette. Le bâton circule entre les mains du groupe en silence.

Lorsque l'animateur sonne la clochette. STOP ! Celui qui possède le bâton doit chanter un refrain ou mimer un instrument de musique ( ou un métier )avec le bâton.

On compte « dix », s'il n'y arrive pas, il est placé au milieu du groupe, assis par terre.

Le jeu s'arrête quand il en reste trois. Ils sont les vainqueurs et peuvent chanter ensemble une chanson de leur choix. Le groupe peut reprendre le chant. **5**

# LE MIKADO GEANT

## Matériel :

- Mikado géant du commerce ou :
- Mikado réalisé avec des bambous ou des brochettes de bois colorées. La taille peut aller de la brochette au manche à balai !

## Déroulement :

Le jeu peut se faire en individuel ou en équipe.

L'ensemble des baguettes sont placées au centre en faisceau puis lâchées rapidement. Elles tombent et se croisent.

A tour de rôle, chacun essaie d'en prendre une sans faire bouger les autres.

Si une baguette est prise, le joueur ou son équipe gagne un point.

On passe au joueur suivant ou à un membre de l'autre équipe.

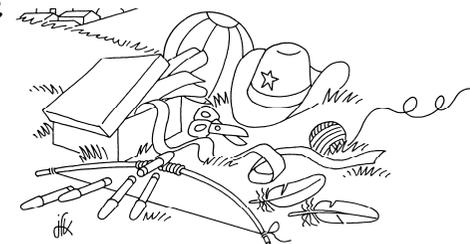
A gagné, l'équipe qui a remporté le plus de baguette.

Il est possible d'attribuer des points : 1, 5, 10 et 20 points à des baguettes de couleurs différentes comme au jeu traditionnel de **mikado**.

# JEU DE L'OIE GEANT

## Matériel :

- Un gros dé à lancer
- 4 à 8 pions de 10 à 20 centimètres
- Réaliser un plateau de jeu avec 30 à 50 cases formant un parcours numéroté de 1 à ... Arrivée.
- Préparer autant d'épreuves que de cases à jouer à écrire sur une fiche ou dans une enveloppe à découvrir en équipe.
- Les épreuves doivent être variées : réponses à des questions, énigmes, préparer un chant, un déguisement ...



## Déroulement :

Le plateau, assez grand est posé au sol.

Les pions, autant que de joueurs ou d'équipes sont placés devant la case 1.

A tour de rôle un joueur tire le dé et place son pion dans la case qu'indique le nombre du dé.

L'épreuve ou la question est remise

Chaque équipe passe la première fois à tour de rôle. Puis, ils se placent au fur et à mesure pour leur réponse devant l'animateur du jeu.

Nota : Ce jeu nécessite de l'espace afin que les groupes puissent se déplacer et chercher leurs réponses ailleurs qu'autour du plateau de jeu.

## LA COURSE A LA POMME DE TERRE

### Matériel :

- le double de pommes de terre que de joueurs participants
- Ficelle
- Craie

### Déroulement :

Déterminer au sol une ligne de départ et une ligne d'arrivée avec la craie.

Attacher une pomme de terre à la ceinture des participants. La pomme de terre doit être entre 5 et 10 centimètres du sol.

Une pomme de terre est au sol.

### But du jeu :

En balançant la pomme de terre accrochée à la ceinture, faire progresser l'autre pomme de terre et lui faire franchir la ligne d'arrivée !

**Nota : fous rires assurés !**

## JEU DE KIM

### Matériel :

- Dix à vingt objets ( selon la difficulté voulue pour le jeu). Exemple d'objet : un verre, une fleur en papier, une clochette, une flûte à bec, une fourchette etc... Veiller à varier au maximum pour favoriser la mémorisation.
- Un grand tissu de couleur sombre.

### Déroulement :

Les objets sont présentés et nommés.

L'animateur de jeu place les objets. Il laisse du temps pour mémoriser puis recouvre du tissu.

Il prend sous le tissu un objet dans sa main et relève le tissu.

Gagne un point le premier qui trouve l'objet enlevé.

On recommence autant de fois que voulu.

Variante : Au lieu d'enlever, l'animateur de jeu déplace un objet.



## PIGEON VOLE

### Matériel :

- Une liste de noms désignant des « volants » ou non

### Déroulement du jeu :

Un animateur de jeu a préparé une série de mots désignant des objets ou des animaux pouvant voler ou non. On commence toujours par « Pigeon vole ». Les joueurs sont debout.

Chaque joueur doit lever le doigt si l'objet annoncé vole.

Lorsqu'un joueur lève le doigt lors d'un nom qui ne « vole pas », il a perdu : l'animateur s'arrête, ce joueur s'assoit. L'animateur reprend.

Le vainqueur est celui qui reste, il peut devenir à son tour animateur du jeu.

### Proposition de liste :

**Pigeon** - Avion — Canard — Camion— Pinson— Poule— Pintade— Poupée— Rouge gorge— Mésange— ULM— Maison— Canari— Merle— Cerf volant — Hanneton — Couteau— Oie sauvage— Oiseau - Mouche —Hibou— Chameau— Mouche— Coucou— Abeille —Perruche — Chouette —Cheval— Autruche ...

## LA COURSE AU CHOCOLAT

### Matériel :

- une plaque de chocolat noir
- une assiette plate
- une fourchette
- un couteau
- un chapeau
- un gant
- un dé

### Déroulement du jeu :

L'assiette est garnie de la plaque de chocolat sortie de son papier. On pose à côté : la fourchette, le couteau, le chapeau et le gant.

Le dé circule entre les personnes disposées en rond.

Le premier qui fait 6 vient au milieu. Il se coiffe du chapeau, met le gant et commence à couper un carré de chocolat, puis le mange ou le laisse pour un suivant...

Pendant ce temps, le dé continue à circuler.

Dès qu'une personne fait 6, il prend la place de celui qui est au milieu.

Le jeu se termine quand la plaque est mangée !

**NOTA:**

**Interdit de manger le chocolat avec les doigts !**

# JEUX DYNAMIQUES



### Projet:

Excellent pour une veillée.

Il s'agit de faire refaire un mime par des personnes différentes qui se le transmettent.

Le dernier doit raconter l'histoire qu'il a compris.

### Déroulement :

- trois ou quatre concurrents sortent de la pièce
- L'animateur fait une 1<sup>o</sup> fois un mime devant l'assemblée en racontant.
- On fait venir le 1<sup>o</sup> concurrent. Le mime est refait sans parole!
- Ce concurrent le refait devant le 2<sup>o</sup>
- Ceci jusqu'au dernier qui lui devra le refaire en racontant

### Bien veiller à :

- Le dernier concurrent parle facilement et est inventif. On peut choisir un animateur.
- Pour faciliter le mime et sa compréhension , on utilise des objets qui sont réels dans l'histoire.

### Exemple :

- sac à dos, chapeau, bâton s'il s'agit d'un pèlerin,
- casserole, cuillère, allumettes s'il s'agit d'un cuisinier ...

# LE PORTRAIT

## Matériel :

- un grande feuille de papier (paper-board)
- quelques marqueurs de couleurs différentes
- un foulard

## Déroulement :

L'animateur propose au groupe de réaliser un portrait, il dessine tout d'abord un grand ovale. Puis il demande au groupe ce qu'il souhaite dessiner : un homme, une femme puis ce qu'il manque. Au fur et à mesure des réponses : deux yeux, des oreilles, un nez, .... l'animateur propose à la personne qui a répondu de venir le dessiner. Il prévient que l'on va dessiner les yeux bandés.

Attention : certains n'aiment pas avoir les yeux bandés. IL faut d'abord placer la personne devant la feuille et lui donner le marqueur de la couleur qu'il veut . Ensuite, l'animateur bande les yeux.

Pour mettre en confiance, la première personne à venir peut être un animateur, un parent ..

Fous rire assurés!

## Variantes :

L'animateur peut proposer de compléter le portrait par des lunettes, un chapeau etc...

# LES OBJETS MAGIQUES

## Matériel :

- Récolter une dizaine au moins d'objets différents que l'on peut prendre dans la main

Par exemple : une poupée, un caillou, une petite voiture, un fruit, une clé, un réveil, une photo, un outil, un livre, une bougie, une statuette ...

## But du jeu :

Inventer un conte, une histoire fantastique à plusieurs, à partir des objets posés sur une table ou par terre au milieu du groupe.

## Déroulement :

L'animateur commence une histoire avec l'objet qu'il veut et le prend dans sa main. Puis il invite quelqu'un à inventer la suite à partir d'un autre objet.

A tour de rôle dans l'ordre que l'on veut un participant prend un objet et raconte un évènement de l'histoire dans laquelle l'objet trouve sa place.

L'animateur reformule si nécessaire, rend l'histoire compréhensible.

Cela développe les capacités d'invention du groupe.