

Forme de jeu «S'exprimer par des mimiques»

Video (<https://www.youtube.com/embed//cg3LFD9p9wU>)

Durée

8 à 10 minutes

Matériel

–

Action

Deux jeunes se font face à l'échauffement. L'un avance vers l'autre jusqu'à ce que ce dernier lui fasse comprendre - par l'expression de son visage - qu'il ne doit pas s'approcher davantage.

Les rôles sont ensuite échangés.

Cf. Jonke (1990). Nonverbale Kommunikation – Körpersprache

Favoriser les compétences psychosociales: Capacité à communiquer

Etape 1 – Observation (perception)

- Avez-vous bien compris l'expression du visage (mimique) de la personne en face ?

Etape 2 – Evaluation (discussion)

- Etait-il facile/difficile pour vous de faire comprendre votre limite personnelle ? Pourquoi ?
- La personne en face de vous est-elle arrivée trop près ? Qu'avez-vous ressenti à ce moment-là ? Comment avez-vous changé votre expression du visage ?

Etape 3 – Conseil (autre action possible)

- Comment se faire comprendre grâce à des mimiques claires au quotidien et dans le sport ?
- Imaginez que quelqu'un s'approche trop près de vous. Comment pouvez-vous appuyer vos paroles par des mimiques claires ?

Etape 4 – Accompagnement (application)

- Le moniteur vérifie si l'exercice a permis aux jeunes de faire comprendre leurs propres limites et de respecter celles des autres. Si non, il attire une nouvelle fois leur attention sur ce point.

Etape 5 – Retour à l'étape 1

Pour de plus amples informations: <https://www.coolandclean.ch>