10 jeux calmes

pour faire redescendre le groupe

Jeu	Comment on joue	Âge · durée
Le roi du silence	Le roi désigne en silence celui qui bouge ou parle ; le dernier immobile devient roi.	Dès 4 ans · 10 min
Le dessin dans le dos	On dessine une forme simple dans le dos du voisin, qui la fait passer. On compare au bout.	Dès 6 ans · 10 min
Les statues	Musique : on danse ; silence : on se fige. Ralentir la musique à chaque tour.	Dès 3 ans · 10 min
Qu'est-ce qui a changé ?	Un joueur sort, on change un détail dans la pièce, il doit le trouver.	Dès 5 ans · 10 min
La météo du corps	L'adulte raconte une météo que les enfants font avec leurs mains sur le dos du voisin.	Dès 3 ans · 5 min
Le téléphone arabe	Un message chuchoté fait le tour du cercle ; on compare le départ et l'arrivée.	Dès 5 ans · 10 min
Le Kim des objets	Dix objets sur un plateau, 30 secondes pour regarder, on en retire un.	Dès 5 ans · 10 min
La respiration du ballon	On gonfle un ballon imaginaire en inspirant, on le dégonfle en soufflant, cinq fois.	Dès 3 ans · 5 min
Le mot qui suit	Chacun ajoute un mot pour construire une histoire, à voix basse.	Dès 7 ans · 10 min
Le coloriage à deux	Deux enfants colorient le même dessin sans se parler.	Dès 4 ans · 15 min

ADéPA · Outil gratuit · Usage et copie autorisés. Revente interdite.