En soutien avec Aviq, CAP48, Cocof.

Le parcours d'Andy : animation de sensibilisation au handicap

Fiche Baladins (6-8 ans)



Objectif : Faire vivre aux jeunes une aventure collective où chaque défi représente une forme de diversité du handicap. Chaque épreuve permet de gagner une couleur du drapeau d'Andy.

👍 Le parcours d'Andy est adapté à chaque branche du Mouvement.

👍 Le parcours peut se vivre en intersection et lors d'une journée d'unité.

Principe général

Le groupe doit **retrouver les 5 couleurs du drapeau des diversités du handicap** :

- **Rouge →** Diversités motrices : usage d'un fauteuil/canne/orthèses, ou difficultés de mobilité.
- **Jaune →** Neurodiversité : TSA, TDAH, troubles "dys", etc.
- **Blanc →** Diversités invisibles : douleurs chroniques, maladies invalidantes, fatigues, épilepsie…
- **Bleu →** Diversités psychiques : dépression, anxiété, bipolarité, schizophrénie, etc.
- **Vert →** Diversités sensorielles : surdité, malvoyance, hypersensibilités sensorielles, etc.

Chaque couleur du **drapeau d'Andy**, drapeau mondial officiel de la diversité du handicap, est associée à un défi.
Quand une équipe réussit un défi, elle obtient la couleur correspondante (bande de tissu, ruban, carte ou galet peint).
À la fin de l'activité, toutes les équipes rassemblent leurs couleurs pour reconstituer ensemble ce symbole d'unité.

Organisation pratique

- L'activité dure environ **2h-2h30**.
- Les jeunes sont en **équipes de 5 à 6**.
- Chaque équipe commence à un poste différent, puis tourne en passant à chaque poste afin de récupérer chacune des couleurs.
- Les animateurs et animatrices tiennent les postes.
- Chaque poste dure entre **15 et 20 minutes**.

NB : Cette animation est une activité proposée par la fédération Les Scouts. En tant qu'animateur ou animatrice, il ne tient qu'à toi et à ton staff de te l'approprier et de la modifier en fonction de vos réalités.

Tableau synthèse des activités en fonction de la branche, des objectifs et notions à retenir

	Baladins	Louveteaux	Eclaireurs	Pionniers
Objectif général	Comprendre les différentes diversités du handicap et vivre une situation concrète sur la diversité en question.			
Notions clés*	Prise de conscience, notion d'aide et de consentement	Comprendre que c'est l'environnement le problème et non la personne (inclusion)	Inclusion, validisme et autodétermination	Inclusion systémique et responsabilité collective
Situation concrète	Parcours sportif avec contraintes motrices Défi/mission intellectuelle et collective Course relai Représentation créative et/ou théâtrale Relais déménageur			

: Objectif et notions clés pour les baladins et baladines.

*Les notions clés :

- sont des messages de fond à faire passer via la situation concrète et le passage par le mini débat réflexif. Pas de grande notion théorique, mais une prise de conscience et réflexion sur les attitudes et comportements de chacun·e au quotidien ;
- évoluent en fonction de l'âge. À chaque tranche d'âge viennent s'ajouter des notions complémentaires en intégrant les notions clés précédentes.



Quelques mots d'explication sur les notions clés

Inclusion

L'inclusion, c'est le groupe qui s'adapte à chacun·e, et non l'inverse. Dès le départ, on réfléchit à comment permettre à tous les jeunes de participer pleinement à l'animation.

On adapte dès le départ le lieu, les activités, les règles de jeu ou les façons de participer.

Exemples : proposer plusieurs façons de jouer dans un même jeu, choisir des lieux accessibles, valoriser la coopération plutôt que la performance.

Validisme

Le validisme, c'est le système qui fait croire qu'être valide est la norme. Il fait penser que les personnes handicapées sont « *moins capables* », ou sont d'office « *à aider* ».

Il existe trois formes de validisme.

Le validisme frontal : direct et visible, il exclut clairement. « *Ce n'est pas fait pour toi.* » / « *Tu ne pourras pas suivre.* »

Le validisme bienveillant : plus discret, il part d'une bonne intention, mais prive la personne de son autonomie. « *Laisse, je vais le faire pour toi.* » / « *Pas la peine de lui demander son avis.* »

Le validisme héroïque : il met la personne handicapée sur un piédestal, comme si vivre ou réussir « *malgré tout* » était exceptionnel. Ce regard admiratif garde en réalité la norme valide comme référence.

Dans tous les cas, le résultat est le même : la personne perd du pouvoir sur sa propre vie.

Autodétermination

Avoir une place au sein d'un groupe ne suffit pas : il faut aussi pouvoir choisir comment participer.

S'autodéterminer, c'est pouvoir faire ses propres choix, être écouté·e sans jugement ou encore avoir un environnement qui rend ces choix possibles.

Consentement

C'est la boussole de l'autodétermination : c'est dire oui, non ou je ne sais pas encore, et que ce choix soit entendu et respecté.

Rendez-vous sur lesscouts.be/handicap pour plus de détails !

Poste 1 - diversités motrices

Le sentier des possibles

Objectif général

Découvrir que tout le monde ne se déplace pas de la même manière.

Objectifs spécifiques

Apprendre à demander avant d'aider, coopérer et respecter le rythme de l'autre.

Matériel

- Matériel pour la réalisation du parcours : corde pour le chemin, obstacles (chaises, pierres, sacs, rondins, poutre basse, planche d'équilibre, une couverture ou deux bancs pour faire un tunnel…)
- 1 foulard ou balle à transporter
- Ruban jaune ou bandelette à imprimer (en annexe) pour reconstituer le drapeau d'Andy

Déroulement

But : traverser un mini parcours (cordes au sol, obstacles, cerceaux) avec contraintes pour ramener le foulard rouge.

- Réaliser un mini parcours avec quelques obstacles à franchir : essayer de monter et descendre sur un trottoir, contourner un obstacle, monter et descendre une pente, marcher sur différents sols (herbe, gravier, macadam, etc.), transporter un objet d'un endroit à un autre, etc.
- Exemple de mini défis supplémentaires à intégrer dans le parcours :
  - Assis à terre, le ou la participant·e doit essayer de se mettre sur une chaise ou un banc sans utiliser / bouger le bas de son corps (on peut attacher avec un foulard).
  - Écrire « bonjour » sans les mains.
  - Ramasser un objet au sol sans plier un bras ou sans s'agenouiller.
  - Ouvrir une bouteille d'eau avec une seule main (bouteille légèrement dévissée par sécurité).
  - Appuyer sur un "interrupteur" (post-it collé sur un mur) avec une contrainte (brassard, manique, bras limité).
  - Transporter un gobelet rempli d'eau sans le renverser, malgré la contrainte donnée.

Mise en situation : Imaginez que ce sentier n'est pas prévu pour tout le monde. Votre mission : le traverser et le rendre accessible.

Réalisation du parcours en binôme (15 min)

1. Former des **binômes** : un·e aventurier·e traverse le chemin, l'autre guide.
2. Le ou la participant·e réalise le parcours avec une contrainte :
    - Manque une jambe : garde un genou plié.
    - Manque un bras : tiens une main dans le dos.
    - Perte de mobilité des mains et doigts : mains dans des maniques de cuisine
    - **Variante :** possibilité de combiner les contraintes, par ex. : devoir utiliser main droite et jambe gauche uniquement.
3. Le guide donne des **indications simples** ou tend la main après avoir demandé l'accord.
4. On **inverse les rôles** après le premier passage.

Débriefing après l'activité	
Questions à poser	**Éléments clés à faire émerger**
• Comment t'es-tu senti·e quand tu devais te déplacer avec un bras dans le dos ? • Qui t'a aidé ? Comment ? • Comment tu t'es senti·e quand on t'aidait ?	• Certaines choses deviennent plus dures selon notre corps ; aider c'est d'abord **demander**. • Notion clé : le consentement

Poste 2 - neurodiversités

« Jacques a dit… mais pas pour tout le monde »

Objectif général

Comprendre que tout le monde ne saisit pas les consignes de la même manière.

Objectif spécifique

Développer l'écoute et la tolérance face aux différences de compréhension.

Matériel

- Cartes rôles à réaliser
- Ruban jaune ou bandelette à imprimer (en annexe) pour reconstituer le drapeau d'Andy

Déroulement

Découpé en 3 phases progressives + 3 ou 4 min de mini débat à la fin.

Phase 1 : « *Jacques a dit* » classique (5 min)

L'objectif du jeu « *Jacques a dit* » est de réaliser les instructions qui commencent par « *Jacques a dit* ». Le but est de piéger les joueurs ou joueuses qui font un mouvement sans que l'instruction commence par cette phrase. L'animateur ou animatrice donne des instructions comme :

- « *Jacques a dit touche ton nez !* » ;
- « *Jacques a dit saute !* » ;
- « *Assieds-toi par terre !* » ;
- « *Tourne sur toi-même !* » ;
- « *Jacques a dit bras en l'air !* ».

Plus d'idées ? Tu en trouveras en annexe.

Si un enfant obéit à une instruction qui n'est pas précédée de « *Jacques a dit* », il est éliminé ou reçoit un point négatif.

Phase 2 : « *Jacques a dit* » profil cognitif + contraintes du cadre (7 min)

Chaque enfant reçoit discrètement une *carte consigne* rigolote qui modifie sa manière d'écouter les consignes. Il garde l'information pour lui ou elle.

Les cartes rôles possibles

Profils « mode de traitement »

- Visuel : « *Tu obéis seulement quand Jacques montre le geste.* »
- Auditif : « *Tu n'obéis que si Jacques parle avec une voix aigüe / grave.* » (au choix)
- Kinesthésique : « *Tu fais la consigne en mode ralenti (comme dans l'eau).* »

Profils « vitesse de traitement »

- Traitement lent : « *Tu attends 2 secondes avant d'agir.* »
- Besoin de répétition : « *Tu n'agis que si la consigne est répétée deux fois.* »

Profils « surcharge / inhibition »

- Surcharge : « *Si deux consignes arrivent trop vite, tu fais STOP (statue).* »
- Facilement distrait : « *Si l'animateur ou animatrice tourne son foulard autour de son cou, tu dois le regarder avant de faire la consigne.* »

Profils « logiques inversées »

- Inverse : « *Quand Jacques met les mains sur la tête, tu fais le contraire.* »
- Autorégulation : « *Tu peux dire STOP si c'est trop rapide.* »

NB : En tant qu'animateur ou animatrice, entraine-toi un peu avant afin de bien maitriser les différents paramètres des cartes rôles.

Tu trouveras en annexe les cartes rôles à imprimer

Phase 3 : Les consignes coopératives (5 min)

1. Nouvelle version du « *Jacques a dit…* » en version coopération. Les enfants doivent **échanger, s'expliquer, coopérer** pour réussir. L'animateur ou animatrice valorise les initiatives (« *Bonne idée de t'être arrêté·e pour attendre ton copain !* »).

2. « *Jacques a dit* », mais version coopération :
   - « *Jacques a dit : faites une ronde !* »
   - « *Jacques a dit : faites une statue rigolote à 3 !* »
   - « *Jacques a dit : formez une grande étoile !* »
   - « *Jacques a dit : faites un pont humain !* »
   - « *Jacques a dit : alignez-vous du plus petit au plus grand SANS parler.* »
   - « *Jacques a dit : construisez une lettre géante avec vos corps.* »



But : faire émerger que **communiquer et s'ajuster ensemble** est plus important que « réussir parfaitement la consigne ».

Débriefing après l'activité	
Questions à poser	**Éléments clés à faire émerger**
Pourquoi vous n'avez pas tous fait pareil ?	Parce qu'on n'a pas tous reçu la même consigne.
Qu'est-ce qui aide à bien comprendre ?	Montrer, expliquer, attendre, parler doucement.
Est-ce que, dans la vraie vie, on apprend tous et toutes de la même manière ?	Non : chacun·e a son rythme et son style.
Est-ce que c'était plus difficile quand il y avait de la musique, du bruit ou de la confusion ? Pourquoi ?	Faire émerger que **le cadre** peut créer ou amplifier la difficulté.
Comment peut-on aider quelqu'un ?	Expliquer autrement, répéter calmement, respecter le rythme.
Qu'est-ce qui vous a aidé quand il y avait trop d'informations ?	Identifier les stratégies d'adaptation collective.

Poste 3 - Diversités invisibles

Le relai des sacs mystères

Objectif général

Comprendre que certaines difficultés **ne se voient pas**.

Objectif spécifique

Introduire la notion d'empathie : ressentir ce que l'autre peut vivre et agir avec respect.

Matériel

- 1 bâton de relai par équipe (phase 1)
- Sacs identiques (1 par équipe) :
  - certains lourds (2–3 pierres, sable) ;
  - certains légers ou vides.
  - ➔ Le staff décide de la répartition : aléatoire, ou une équipe lourde / une légère ; l'important est de ne pas l'annoncer.
- 4 plots ou foulards pour délimiter la piste de course
- Ruban blanc ou bandelette à imprimer (en annexe) pour reconstituer le drapeau d'Andy

Déroulement

Phase 1 : Relai sans sac (référence neutre) (4–5 min)

1. Former **2 à 4 équipes** équilibrées.
2. Donner **un bâton** à chaque équipe.
3. Proposer différents types de course en relai en se passant le bâton.
4. Chacun·e passe **une fois** (ou deux si petit groupe).

But caché : créer un **point de comparaison** : même règle, même effort (mais pas forcément même difficulté pour chacun·e, notamment suite à un handicap invisible), même compréhension.

Phase 2 : Relai invisible (apparition des différences) (5 min)

1. **Retirer les bâtons**, donner **1 sac identique par équipe** :
   - certaines équipes ont un sac **léger** (boules de papier journal) ;
   - d'autres un sac **lourd** (2-3 pierres, sable, etc.) **sans rien dire**.
2. Règle : « *Vous devez faire le même relai, mais votre sac ne doit **jamais** être posé.* »
3. Lancer la course, et varier les sacs relais entre les groupes.

Débriefing après l'activité	
Questions à poser	**Éléments clés à faire émerger**
Comment tu t'es senti·e en portant ton sac ?	Fatigue, effort, frustration → prendre conscience de ses propres limites.
Qu'est-ce que tu as remarqué chez les autres pendant le relai ?	Les autres peuvent avoir des difficultés invisibles → diversité invisible. On peut ressentir et respecter la difficulté de l'autre. On n'a pas toujours la même expérience, même si ça ne se voit pas.
Que pourrais-tu faire si quelqu'un a plus de difficulté que toi ?	Adapter son comportement, proposer de l'aide avec respect. L'empathie, ce n'est pas faire pour l'autre sans demander, c'est se mettre à sa place et lui demander comment aider.

Poste 4 : diversités psychiques

Découvrir ses émotions

Objectif général

Explorer et exprimer les émotions complexes : encourager les jeunes à utiliser des moyens créatifs (dessin, théâtre, écriture, jeux de rôle) pour représenter des émotions difficiles à verbaliser.

Objectif spécifique

- Comprendre l'impact de ces émotions sur soi et sur les relations avec l'autre.
- Déconstruire les idées reçues sur « ce qui est visible ou normal ».

Matériel

- Cartes ou images d'émotions : joie, colère, peur, tristesse, surprise, dégout, honte, fierté (adapté selon l'âge) ou le *Jeu des émotions Les Scouts*.
- Ruban bleu ou bandelette à imprimer (en annexe) pour reconstituer le drapeau d'Andy
- Papier et crayons (optionnel pour dessiner les émotions)
- Espace libre pour mime et jeux de rôle

Déroulement

Phase 1 : introduction (5 min)

But : introduire les émotions à partir de l'univers du film d'animation *Vice-Versa*.

À partir d'une image d'un des personnages de *Vice-Versa* (Joie, Tristesse, Peur, Colère, Dégout) ou d'une petite séquence vidéo du film (séquence ou bande-annonce sur YouTube) demander :

« Est-ce que vous connaissez ces personnages ? À votre avis, que représentent-ils ? »

1. Définition simplifiée des émotions (liée au film) et explication :
   - « *Dans Vice-Versa, chaque personnage représente une émotion.* »
   - « *Une émotion, c'est quelque chose que l'on ressent à l'intérieur et qui influence nos gestes, nos paroles et nos relations.* »
   - Donner des exemples directement tirés de l'imaginaire du film :
     - « *Quand Colère prend trop de place, on peut se mettre à crier ou bougonner.* »
     - « *Quand Joie est là, on sourit, on saute, on rigole.* »
     - « *Quand Tristesse arrive, on peut se sentir lourd·e ou vouloir être seul·e.* »

2. Petit jeu rapide : « Qui pilote le tableau de bord ? » (1 min)

Demander aux enfants : **« *Quelle émotion pilote votre tableau de bord aujourd'hui ?* ».**
Ils peuvent pointer un personnage ou le nommer.

Phase 2 : Expression des émotions (10-15 min)

Option A – Mime

- Chaque enfant reçoit une carte émotion.
- Il mime l'émotion sans parler, et les autres doivent deviner de laquelle il s'agit.
- **Variante :** faire en petits groupes et créer une **mini scène** combinant plusieurs émotions.

Option B – décrire une situation

- Chaque enfant tire une carte émotion.
- Il raconte une situation où il a ressenti cette émotion (ex. : « *J'étais triste quand mon jouet est tombé et s'est cassé.* »).
- **Variante :** le groupe peut proposer des **solutions ou manières de gérer l'émotion**, pour relier à l'impact sur soi et les autres.

Option C – Dessin ou expression créative

- Les enfants dessinent ou colorient ce que représente pour eux l'émotion.
- Afficher ensuite les créations pour montrer la diversité des ressentis et la richesse de chaque expression.
- **Variante :** fabriquer le baromètre des émotions de l'UNICEF.

Phase 3 : Mini débat réflexif (5 min)

Débriefing après l'activité	
Questions à poser	**Éléments clés à faire émerger**
Est-ce que tout le monde ressent les émotions de la même façon ?	• Chaque personne peut ressentir la même émotion différemment (ex. : tristesse légère vs grande tristesse). • Intensité, durée et manière de l'exprimer varient d'une personne à l'autre. • Il n'y a pas de « bonne » ou « mauvaise » manière de ressentir une émotion.
Est-ce que les émotions se voient toujours ?	• Certaines émotions sont visibles (joie, colère), d'autres moins (tristesse, anxiété). • On peut ressentir quelque chose profondément sans le montrer.

	• Importance d'être attentif ou attentive aux autres et de poser des questions pour comprendre ce qu'ils ressentent.
Comment nos émotions influencent-elles nos relations avec les autres ?	• Les émotions peuvent rendre les interactions plus faciles ou plus difficiles. • Une émotion forte peut influencer la manière dont on parle ou agit avec les autres. • Reconnaitre ses émotions, et celles des autres, aide à mieux communiquer et à soutenir les autres.

Poste 5 – Diversités sensorielles

Le relai déménageur

Objectif général

Comprendre la diversité sensorielle et la coopération entre les sens.

Objectif spécifique

Expérimenter la communication sans la vue ni la parole.

Matériel

- Objets à transporter (balles, plots, cordes, foulards)
- 2 bacs ou cerceaux (un bac en zone A et un bac en zone B)
- Bandeaux pour les yeux, casque antibruit, moufle…
- Ruban vert ou bandelette à imprimer (en annexe) pour reconstituer le drapeau d'Andy

Déroulement

Phase 1 : Le relai déménageur simple (4-5 minutes)

- Chaque équipe (4–6 joueurs) transporte les objets le plus rapidement possible.
- Un enfant part, prend un objet dans A, l'amène à B.
- Retour, relai au suivant.

Phase 2 : Le relai sensoriel (6-10 minutes)

On ajoute des diversités sensorielles. Chaque équipe a diverses ***contraintes sensorielles*** :

Diversité visuelle

- Un enfant porte le bandeau (vue très réduite).
- **Variante plus compliquée :** il peut être guidé uniquement par une clochette secouée par un coéquipier ou une coéquipière.

Diversité auditive

- Un enfant pose un casque antibruit léger (ou se bouche les oreilles avec les mains).
- Il ne peut suivre que les indications visuelles (gestes, signes).

Diversité tactile / proprioceptive

- Un enfant doit transporter l'objet avec des moufles.
- Ou doit marcher avec des baskets beaucoup trop grandes (sensation modifiée de mouvement).

Règles :

- Les enfants doivent coopérer pour réussir malgré les différences.
- On change les rôles après 2 tours.

Débriefing après l'activité	
Questions à poser	**Éléments clés à faire émerger**
Est-ce que c'était pareil pour tout le monde ?	Non : chacun·e avait une contrainte différente (voir moins, entendre moins, sentir moins).
Qu'est-ce qui était le plus difficile pour toi ?	Exprimer son ressenti : manque de vision, difficulté à entendre, à manipuler…
Qu'est-ce qui t'a aidé ?	Un·e copain ou copine qui guide doucement, montre, attend, parle calmement.
Comment as-tu aidé quelqu'un de ton équipe ?	On guide, on montre, on explique, on attend. → Coopération.
Est-ce grave si quelqu'un avance plus lentement ?	Non : chacun·e a son rythme, et c'est normal.
Qu'est-ce qu'on peut faire pour que tout le monde réussisse ensemble ?	Coopérer, sécuriser le chemin, aider sans pousser, montrer au lieu de crier.

RASSEMBLEMENT FINAL

Reconstitution du drapeau d'Andy



Durée

15 minutes

Matériel

- Les 5 couleurs gagnées par les équipes : rouge, jaune, blanc, bleu, vert
- Une grande affiche ou tissu avec les 5 emplacements vides (exemple en annexe)
- Colle / pinces / scratchs / ficelle
- Éventuellement : musique

Déroulement

Phase 1 : Introduction (5 min)

Les animateurs et animatrices rassemblent toutes les équipes et annoncent :
« *Aujourd'hui, vous avez traversé 5 défis de couleurs différentes.*
Chaque défi/couleur que vous avez gagné représente une forme de diversité humaine. »

L'animateur ou animatrice montre/indique chaque bande du drapeau.

- **Rouge** : « la diversité motrice — les personnes qui bougent, se déplacent ou utilisent leur corps différemment. »
- **Jaune** : « la neurodiversité — les personnes qui pensent, apprennent ou se concentrent autrement. »
- **Blanc** : « les diversités invisibles — des choses qu'on ne voit pas mais qui existent vraiment : fatigue, douleurs, maladies… »
- **Bleu** : « la diversité psychique — les émotions, l'anxiété, les difficultés qui touchent le mental. »
- **Vert** : « la diversité sensorielle — la vue, l'ouïe, l'odorat, le toucher, tout ce qui change notre façon de percevoir. »

Astuce : l'animateur ou l'animatrice peut à chaque couleur poser la question aux baladin·es s'ils se souviennent quel type de diversité il s'agit.

« *Vous avez vu que certains défis étaient plus faciles ou plus difficiles selon les personnes.*
Mais vous avez aussi vu que la ***coopération****, l'****écoute*** *et le* ***respect du consentement*** *permettent de réussir ensemble. C'est ça, l'inclusion : on ne change pas les personnes, on change la manière de fonctionner ensemble.* »

Phase 2 : Reconstitution du drapeau (8 min)

Chaque équipe vient ensuite déposer tour à tour les couleurs remportées à travers les postes afin de reconstituer le drapeau d'Andy. Les baladin·es collent chaque bandelette de couleur sur le drapeau en version sans bandelette disponible en annexe et prêt à imprimer.

Phase 3 : Message de clôture (2 min)

« Ce parcours nous a montré qu'il existe beaucoup de manières différentes de vivre le monde.
Certaines se voient, d'autres non.
On n'a pas tous les mêmes forces ni les mêmes difficultés → ce n'est pas grave.
Ce drapeau n'est pas là pour dire qui est 'normal' ou pas.
Il nous rappelle que ***dans notre groupe, la force vient de la diversité, pas de la ressemblance. Dans notre groupe, chaque différence compte et apporte quelque chose. »***

Annexes

POSTE 2 : neurodiversités
« Jacques a dit… mais pas pour tout le monde »

Liste d'idées d'ordres pour « *Jacques a dit* » classées par catégories :

Ordres corporels simples

- « *Jacques a dit : touche ton nez.* »
- « *Jacques a dit : lève les mains en l'air.* »
- « *Jacques a dit : saute une fois.* »
- « *Jacques a dit : fais un tour sur toi-même.* »
- « *Jacques a dit : touche tes pieds.* »
- « *Jacques a dit : fais une grimace.* »
- « *Jacques a dit : marche sur place.* »
- « *Jacques a dit : fais un grand sourire.* »

Ordres rigolos

- « *Jacques a dit : marche comme un pingouin.* »
- « *Jacques a dit : imite une poule.* »
- « *Jacques a dit : fais le bruit d'un moteur.* »
- « *Jacques a dit : prends une pose de superhéros.* »
- « *Jacques a dit : avance au ralenti.* »
- « *Jacques a dit : fais semblant d'escalader une montagne.* »

Ordres sportifs / dynamiques

- « *Jacques a dit : fais 3 sauts.* »
- « *Jacques a dit : mettez-vous par 3, 4, 5, etc.* »
- « *Jacques a dit : cours sur place comme si tu étais poursuivi·e par un ours.* »
- « *Jacques a dit : saute comme un kangourou.* »
- « *Jacques a dit : fais semblant de nager.* »
- « *Jacques a dit : fais une pompe (ou une fausse pompe pour les petits).* »
- « *Jacques a dit : trouve quelqu'un et faites un high-five.* »

Ordres d'expression / théâtre

- « *Jacques a dit : mime que tu portes un objet très lourd.* »
- « *Jacques a dit : mime que tu es dans une tempête.* »
- « *Jacques a dit : fais comme si le sol était brulant.* »
- « *Jacques a dit : mime un personnage au choix (pirate, roi, robot…).* »
- « *Jacques a dit : fais comme si tu étais invisible.* »

Ordres nature

- « *Jacques a dit : écoute le vent (immobilité).* »
- « *Jacques a dit : imite un arbre qui bouge dans la forêt.* »
- « *Jacques a dit : imite un animal de la forêt.* »
- « *Jacques a dit : fais le bruit du feu de camp.* »
- « *Jacques a dit : marche comme si tu traversais une rivière.* »

Ordres plus “pièges”

- « *Jacques a dit : touche ta tête avec ton genou* » (impossible → fou rire garanti).
- « *Jacques a dit : fais un clin d’œil… mais sans bouger le visage.* »
- « *Jacques a dit : tape dans tes mains 5 fois très vite.* »
- « *Jacques a dit : lève la main droite… et ne la baisse pas (continuer le jeu).* »
- « *Jacques a dit : fais exactement le contraire de ce que je dis après.* »
  (Et ensuite, dire exprès des ordres sans « *Jacques a dit* ».)

Les cartes rôles possibles

 **Visuel** Tu obéis seulement quand Jacques montre le geste.	 **Auditif** Tu n’obéis que si Jacques parle avec une voix aigüe ou grave.
 **Kinesthésique** Tu fais la consigne en mode ralenti (comme dans l’eau).	 **Traitement lent** Tu attends 2 secondes avant d’agir.
 **Besoin de répétition** Tu n’agis que si la consigne est répétée deux fois.	 **Surcharge** Si deux consignes arrivent trop vite, tu fais STOP (statue).





Facilement distrait

Si l'animateur ou animatrice tourne son foulard autour de son cou, tu dois le regarder avant de faire la consigne.



Autorégulation

Tu peux dire STOP si c'est trop rapide.



Inverse

Quand Jacques met les mains sur la tête, tu fais le contraire.

Annexe : Reconstitution du drapeau d'Andy



