

Arts visuels

8-12 ans

15 à 30 min

Petit groupe (5 à 15)

Moins de..., plus de loisirs hors ligne

Jeu de mémoire qui amène les jeunes à nommer des activités (sportives, créatives, artistiques ou autre divertissement) qui se font sans écran.

Source: Défi Pause - Capsana

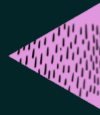
Déroulement

Préparation

Demander au groupe de s'asseoir en cercle.

Consignes

1. À vous de commencer le jeu pour donner le bon exemple. Remplissez la phrase « Moins de _____, plus de _____ » avec les mots de votre choix, par exemple : moins de temps d'écran, plus d'activité physique; moins de réseaux sociaux, plus de musique; moins de TikTok, plus d'impro; etc.
2. La joueuse ou le joueur suivant doit nommer à nouveau ce que vous avez dit et ajouter sa propre phrase.
3. La troisième personne doit nommer ce que les deux personnes avant elle ont dit puis ajouter sa propre phrase, et ainsi de suite.
4. Si une joueuse ou un joueur oublie un énoncé, elle ou il perd son tour.



5. Lorsque trois jeunes se trompent, on recommence le jeu.

Retour sur l'activité : Cette activité permet aux jeunes de prendre conscience de l'importance des loisirs sans écran et propose différentes activités qu'ils ou elles pourraient expérimenter. Afin d'encourager la réflexion, commencez en leur demandant ce qu'ils ou elles retiennent de cette activité. Si vous souhaitez aller plus loin, voici quelques questions supplémentaires qui peuvent être posées selon leur niveau de compréhension et leur âge :

- Parmi toutes ces activités, est-ce qu'il y en a une que vous aimeriez essayer?
- Pourquoi est-ce important de prendre des moments sans écran de temps en temps?

Variantes

- Pour les groupes plus vieux, il peut être amusant de faire en sorte que la phrase rime, par exemple : moins de cell., plus d'aquarelle; moins de jeux vidéo, plus de vélo; moins de tablettes, plus de boulette; etc.