

#6 Moins de... Plus de loisirs hors ligne

Groupe d'âge : les plus jeunes

Durée : 20 à 30 minutes



Objectif

Grâce à un jeu de mémoire, amener les jeunes à nommer des activités (sportives, créatives, artistiques ou autre divertissement) qui se font hors ligne.

Matériel requis

- Aucun

Temps de préparation : Aucun

Déroulement

1. Demandez au groupe de s'asseoir en cercle (s'assurer qu'il y a 2 mètres entre chaque enfant).
2. 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.
3. Le prochain à participer doit nommer à nouveau ce que vous avez dit et ajouter sa propre phrase.
4. Le troisième participant doit nommer ce que le premier a dit, ce que le deuxième a dit puis ajouter sa propre phrase, et ainsi de suite.
 - Si un participant oublie un énoncé, il perd son tour.
 - Lorsque trois jeunes se trompent, on recommence le jeu.
 - **Autre suggestion** : 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.

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 pourraient expérimenter. Afin d'encourager la réflexion, commencez en leur demandant ce qu'ils retiennent de cette activité. Si vous souhaitez aller plus loin, voici quelques questions supplémentaires qui peuvent être posées selon le niveau de compréhension et l'âge de vos jeunes :

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?