

LE NOEUD HUMAIN

Informations pratiques

Durée de l'animation : 15 minutes

Nombre de participant-e-s : 10 à 25 personnes

Nombre d'animateurs-trices : 1

Matériel : Aucun

Public : Tout public mais l'éviter si on l'on n'est pas sûr du rapport que les participant-e-s ont à leur corps et à celui des autres

Disposition de l'espace : Salle ou extérieur pouvant contenir le nombre de personne présentes, vide.

Objectifs de l'animation

Stimuler la coopération et dynamiser les participant-e-s.

Résumé de l'animation

Les participant-e-s vont créer un nœud géant en se tenant par les mains et vont devoir sans jamais se lâcher les mains former un cercle et dénouer la situation.

/!\ Ce jeu entraîne de la proximité et du contact entre les personnes, être sûr du contexte avant de le lancer, au risque d'avoir des conséquences non-voulues.

Déroulé de l'animation

On demande aux participant-e-s de se mettre en cercle et de se souvenir de la personne située à leur droite et à leur gauche.

Ils et elles marchent ensuite dans l'espace.

À un moment, l'animateur-riche dit de s'arrêter et de ne plus bouger. Ils/elles devront attraper la main de la personne qui se situait à leur droite dans le cercle avec la main droite et à leur gauche avec la main gauche.

Une fois le nœud créé ils et elles devront le défaire et reformer un cercle, sans jamais se lâcher les mains.

Variante

Les participant-e-s forment un cercle et ferme les yeux. Ils/elles s'avancent, bras tendus et mains ouvertes vers le centre du cercle. Ils et elles doivent s'accrocher à une autre main tendue, toujours les yeux fermés. Une fois que tout le monde est accroché, les participant-e-s ouvrent les yeux et commencent à démêler le nœud.