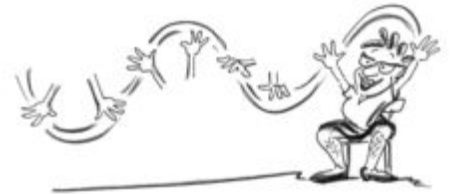


Jeux sur la chaise pour 60 ans et plus – Retour au calme: Dieu de la pluie

Les participants se détendent en groupe et de manière ludique. Leur capacité de mémorisation est aussi sollicitée.

Le moniteur, «dieu de la pluie», montre des mouvements aux «humains». Ces derniers les reprennent selon le principe de la vague («ola») qui se propage de l'un à l'autre autour du cercle.



Mouvements:

- Vent = se frotter les mains
- Tempête = agiter les bras au-dessus de la tête
- Gouttes = taper dans les mains
- Pluie = frapper le sol avec les pieds
- Orage = taper dans les mains et frapper le sol avec les pieds
- Soleil = dessiner un soleil avec les deux bras

Source: Barbara Vanza, Erika Tschumi, Sonja Werz (Pro Senectute)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO