

Jeux sur la chaise pour 60 ans et plus – Mise en train: Oncle Joe

Une chaîne de mouvements se propage le long du cercle formé par les participants. Coordination requise!

En cercle. Le moniteur lance le jeu en demandant à son voisin de droite: «Connais-tu oncle Joe?». Ce dernier répond par la négative. Le moniteur lève l'index et dit: «Oncle Joe fait ainsi!», et il agite son index.

Son voisin transmet alors la question plus loin et lève à son tour l'index. On continue ainsi jusqu'à ce que tous les participants agitent leur index.

Au tour suivant, le moniteur montre un nouveau mouvement, comme frapper le sol avec le pied droit, se taper la cuisse avec la main gauche, rouler les épaules, etc. Chaque nouveau mouvement s'ajoute au précédent!



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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO