

**FYYSISEN JA PSYKOSOSIAALISEN TOIMINTAKYVYN TUKEMINEN / koko kehon liikuttaminen / sosiaaliset taidot / mieliala**

**Ryhmämenetelmä**

**LAULAEN JA TANSSIEN**

**TAVOITTEET**

**Vanhus**

- harjoittaa hengitystä
- käyttää koko kehoaan
- parantaa nivelten liikkuvuutta
- nauttii yhdessäolosta

**MENETELMÄ / AKTIVITEETTI**

**Ohjeet hoitajalle**

- kehota ryhmää päättämään yhdessä jokin laulu
- jaa ryhmä kahtia
- kehota toista puolta laulamaan laulu
- kehota toista puolta tanssimaan koko kehoaan käyttäen laulu ilmentäen laulun rytmiä ja sanoja
- vaihda tehtäviä
- kehota ryhmää päättämään uusi laulu
- jne.

**VÄLINEET**

- tarvittaessa laulujen sanoja monistettuna