

## Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig aufbereitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Thema: Aktiv & fit - Ganzheitliches Gedächtnistraining, Ausgabe: 3  
Titel: Arbeit macht das Leben süß (21 S.)

### Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus dem Programm »Seniorenbetreuung« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG\*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Die aus der Praxis des Pflegealltags heraus entwickelten Übungen und Aktivierungen unterstützen Sie dabei, den Tagesablauf der Senioren Ihrer Einrichtung positiv und abwechslungsreich zu gestalten und das körperliche Wohlbefinden wie auch das soziale Miteinander gezielt zu fördern.

▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/senioren](http://www.edidact.de/senioren).

### Lieder & Hörgeschichten (als Dateien im mp3-Format)

(Nur) bei Beiträgen zu denen Lieder bzw. Hörgeschichten vorhanden sind, finden Sie entsprechende Hinweise mit Links zur Downloadmöglichkeit direkt in der Detailansicht des Artikels auf eDidact.

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig. Vollständige Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

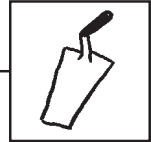
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

[www.edidact.de](http://www.edidact.de) | [www.mgo-fachverlage.de](http://www.mgo-fachverlage.de)



# Arbeit macht das Leben süß



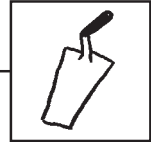


Arbeit macht das Leben süß

## Übersicht

## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Heiteres Beruferaten</b>		3	
	<b>2 Berufspantomime</b>	evtl. Blankokarten mit Berufen	3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Begriffe sammeln</b> Berufe	Flipchart	4	
	<b>2 Assoziationsübung</b> Kein – Ohne	Flipchart, evtl. <b>Bildkarten</b>	4	14
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Berufe, früher und heute	Biografische Fragen	5	
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Ordnungsübung</b>	evtl. Blankokarten, <b>Bildkarten,</b> <b>Wortkarten</b>	6	14 15
	<b>2 Anagramm</b> Wortneubildungen	<b>Kopiervorlage</b> oder Flipchart	6	16
	<b>3 Merkübung</b>	Flipchart oder Blankokarten, <b>Bildkarten</b>	7	14
	<b>4 Wortfindungsübung</b> Buchstabengerüst	<b>Kopiervorlage</b> oder Flipchart	8	17
	<b>5 Wahrnehmungsübung</b>	Vorschlag für akustische Wahrnehmung	9	
	<b>6 Konzentrationsübung</b> „Versteckte Berufe“ – Berufsviereck	<b>Kopiervorlage</b>	9	18
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Gedicht</b> • Das Lied von der Glocke	<b>Kopiervorlage</b> <b>(Buchstabengerüst)</b>	10	19
	<b>2 Sprichwörter</b> Aus zwei mach eins	<b>Kopiervorlage</b>	11	20
	<b>3 Lied</b> • Es klappert die Mühle	<b>Textvorlage</b>	12	21
Wissenswertes	Berufe von A bis Z		12	



# A Bewegung

## Übungsanleitungen (Bewegung im Sitzen!):

Vorschläge der Teilnehmer können in die Bewegungsimprovisation eingebaut werden.

Zu **Übung A2**: Berufe werden auf Karten vorgegeben. Jeder Teilnehmer zieht eine Karte und macht dazu einen Bewegungsvorschlag vor. Alle anderen Teilnehmer machen mit (mindestens 3 Wiederholungen und jeweils die Seite wechseln – mit der rechten und der linken Hand bzw. mit dem rechten und dem linken Fuß, ...) und versuchen zu erraten, welcher Beruf gemeint ist.

**Wichtig:** Die Bewegungen sollen nur soweit ausgeführt werden, wie sie den Teilnehmern gut tun!

## 1 „Heiteres Beruferaten“

Jeder Teilnehmer soll zu seinem (oder einem) früheren Beruf eine typische Bewegung (im Sitzen!) machen. Soweit möglich, machen auch alle anderen Teilnehmer die Bewegung mit (mit mehreren Wiederholungen, z.B.: je 3 x) und versuchen zu erraten, welcher Beruf gemeint ist.

Falls einem Teilnehmer keine Bewegung einfällt, können auch die anderen Teilnehmer oder der Trainer eine Bewegung zum Beruf vorschlagen.

## 2 Berufspantomime

### Schneider/Schneiderin

→ z.B.: nähen mit der Hand oder mit einer alten Nähmaschine/Fußbewegungen

**Tischler/Tischlerin** → z.B.: hobeln oder hämmern

**Koch/Köchin** → z.B.: rühren

**Sekretär/Sekretärin** → z.B.: Schreibmaschine schreiben

**Polizist/Polizistin** → z.B.: Verkehr regeln

**Lehrer/Lehrerin** → z.B.: an der Tafel schreiben

**Lastwagenfahrer/Lastwagenfahrerin** → z.B.: am Lenkrad drehen, schalten, ...

**Verkäufer/Verkäuferin** → z.B.: dem Kunden etwas über die Verkaufstheke reichen

**Bügler/Büglerin** → z.B.: bügeln

**Pfarrer/Pfarrerin/Nonne** → z.B.: beten

usw.

### Was wird trainiert?

- Erinnerungsvermögen/Langzeitgedächtnis
- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (→ Durchblutungssteigerung)
- evtl. Kurzzeitgedächtnis (→ Merken)

### Alltagstransfer:

Die Aktivierung des Körpers führt zur Verbesserung der Gehirnaktivität und bereitet optimal auf das nachfolgende Gedächtnistraining vor.

### Weiterführende Vorschläge:

Geübte, fitte Teilnehmer können sich auch die Bewegungen/Berufe merken.



Arbeit macht das Leben süß

## Übungen

# B Einstimmung

## 1 Begriffe sammeln

### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln möglichst viele Berufe zu bestimmten Fragestellungen (die Fragestellung variiert mit dem Leistungsniveau der Teilnehmer).

#### Sammeln:

- typische Männerberufe
- typische Frauenberufe
- „Berufe“/Tätigkeiten einer Hausfrau
- alte/aussterbende/ausgestorbene Berufe (z.B. Säckler)
- neue Berufe? (z.B. Computertechniker)
- Berufe mit bestimmten Anfangsbuchstaben (s. „Wissenswertes“)
- Berufe ohne „R“ im Wort (s. „Wissenswertes“)

#### Was wird trainiert?

- (leichtes) Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis (Dekodierung)
- (leichte) Wortfindung
- Assoziationsfähigkeit

#### Alltagstransfer:

Ein Thema wird von mehreren Standpunkten betrachtet. Es werden möglichst viele Antworten gesammelt.

#### Weiterführende Vorschläge:

Die Antworten können auf einem Flipchartbogen aufgeschrieben werden, dies erleichtert ungeübten Gruppen das weitere Assoziieren! Bei sehr ungeübten Teilnehmern müssen die Antworten manchmal mit Hinweisen (oder Bildmaterial) angeregt werden.

Bei geübten, fitten Teilnehmern kann die Übung mündlich durchgeführt werden.

## 2 Assoziationsübung

### Übungsanleitung:

Bei dieser Assoziationsübung soll man zu einem vorgegebenen Beruf ein zweites Wort finden, das mit dem Beruf verbunden wird, z.B. eine Tätigkeit oder einen Gegenstand bzw. ein Werkzeug etc. (z.B.: KEIN Jäger – OHNE Fernglas). Die Übung kann im Plenum mündlich oder am Flipchart schriftlich durchgeführt werden.

- |                             |                     |   |
|-----------------------------|---------------------|---|
| 1. <b>KEIN</b> Tischler     | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Hammer, Nägel, Säge, Hobel, ...)       |
| 2. <b>KEIN</b> Maurer       | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Ziegel, Zement, Kelle, ...)            |
| 3. <b>KEINE</b> Schneiderin | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Nadel, Zwirn, Schere, ...)             |
| 4. <b>KEIN</b> Arzt         | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Medikamente, Spritze, Stethoskop, ...) |
| 5. <b>KEINE</b> Friseurin   | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Kamm, Bürste, Fön, Schere, ...)        |
| 6. <b>KEINE</b> Köchin      | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Kochlöffel, Töpfe, Gewürze, Herd, ...) |
| 7. <b>KEIN</b> Maler        | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Pinsel, Farbe, Leiter, ...)            |
| 8. <b>KEIN</b> Schuster     | – <b>OHNE</b> _____ | (z.B.: Hammer, Nadel, Zwirn, Leisten, ...)    |