

## 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: 6  
Titel: Meine Heimat (20 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)



# Meine Heimat





## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Koordination und Rhythmus</b>	CD, evtl. Orff-Instrumente	3	
	<b>2 Liedbegleitung</b>	<b>Textvorlage</b> , evtl. Tuch	3	<b>20</b>
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Biografisches Gespräch</b> Heimat, Herkunft		4	
	<b>2 Wortfindungsübung</b> Themenwort HEIMAT, zusammengesetzte Wörter mit HEIMAT	<b>Kopiervorlage</b>	4	<b>11</b>
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Kennen Sie Deutschlands Bundesländer?</b>	<b>Kopiervorlagen</b>	5	<b>12, 13</b>
	<b>2 Kennen Sie Österreichs Bundesländer?</b>	<b>Kopiervorlagen</b>	6	<b>14, 15</b>
	<b>3 Zum Vorlesen</b>		6	
	<b>4 Deutschlandquiz – Österreichquiz</b>	<b>Kopiervorlage</b> , evtl. Atlas	7	<b>16</b>
	<b>5 Häuser zum Wohnen</b>	<b>Bildkarten</b>	7	<b>17</b>
<b>D</b> Ausklang	<b>Lieder</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nationalhymne BRD</li> <li>• Bundeshymne Österreich</li> <li>• Nun ade ...</li> </ul>	<b>Textvorlage</b> <b>Textvorlage</b> <b>Textvorlage</b>	8	<b>18</b> <b>19</b> <b>20</b>
Wissenswertes	über die Bundesländer in Deutschland und Österreich		8	



# A Bewegung

## 1 Koordination und Rhythmus

### Übungsanleitung:

Zu Marschmusik werden folgende Bewegungen gemacht, die allerdings nicht zu heftig ausgeführt werden sollten. Marschmusik hat einen hohen Aufforderungscharakter, auch beeinträchtigte Teilnehmer haben Lust, mitzumachen.

- 1 Klopfen im Takt mit geschlossenen Fingerspitzen auf den Tisch oder die Schenkel – 4 x rechts – 4 x links – 4 x beide (Dauer kann auch verlängert werden).
- 2 Klopfen im Takt mit der Faust – rechts – links – beide je 4 x.
- 3 Im Takt gleichzeitig: Rechte Hand Handfläche – linke Hand Faust – je 4 x, dann Wechsel.
- 4 Für fitte Teilnehmer: zugleich – rechte Hand Handfläche – linke Hand Faust (1 x) – rechte Hand – Faust – linke Hand Handfläche (1 x) ... im Wechsel.
- 5 Zum Ausruhen der Hände: Mit den Füßen im Takt dazumarschieren.
- 6 Füße: abwechselnd Ferse und Spitze am Boden aufsetzen.
- 7 Für fitte Teilnehmer: 4 und 5.

## 2 Liedbegleitung

Das Lied „Nun ade du mein lieb Heimatland“ wird mit Klatschen oder Trommeln begleitet; bei der Zeile „lieb Heimatland ade“ wird gewunken, eventuell mit einem Tuch, mit Handwechsel.

→ **M** **Textvorlage** s. Seite 20

### Was wird trainiert?

- Reaktionsvermögen
- Konzentration
- Rhythmusgefühl

### Alltagstransfer:

Der aktivierende, aufmunternde Effekt von Musik wird erlebt.

### Weiterführende Vorschläge:

Mit jedem Finger einzeln auf den Tisch klopfen, entweder rechts-links oder mit beiden Händen gleichzeitig. Märsche können auch ganz einfach mit Orff-Instrumenten begleitet werden.



## B Einstimmung

### 1 Biografisches Gespräch

#### Übungsanleitung:

Das Gespräch bietet für Trainer und andere Teilnehmer die Gelegenheit, mehr über die Herkunft der Gruppenmitglieder zu erfahren. Diese biografischen Informationen sind nicht nur für die Gruppenarbeit, sondern auch für die Betreuung und Pflege der betagten Menschen sehr wichtig.

#### Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Wo wurden Sie geboren?
- Können Sie sich noch an das Haus erinnern, in dem Sie aufgewachsen sind?
- Sind Sie ein Stadt- oder ein Landkind?
- Wie sah es in Ihrer Heimatstadt/Ihrem Heimatdorf aus?
- Wie lange lebten Sie dort?
- Wann und warum verließen Sie Ihre Heimat?

#### Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Konzentration
- Formulierung

#### Alltagstransfer:

Die Erinnerung an die Kinder- und Jugendzeit ist ein wichtiger Punkt der eigenen Identität (wo sind meine Wurzeln?).

#### Weiterführende Vorschläge:

Hatten/haben Sie Gelegenheit, Ihre Heimat wiederzusehen?

### 2 Wortfindungsübung

#### Übungsanleitung:

Mit den Anfangsbuchstaben des Wortes HEIMAT werden entsprechende Wörter gesucht. Dies erfolgt mündlich mit Notizen oder schriftlich auf dem Arbeitsblatt in Kleingruppen.

Außerdem werden zusammengesetzte Wörter mit HEIMAT gesucht.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 11

#### Lösungsvorschläge:

H: Haus, Held

E: Einheit, Einigkeit, einzigartig

I: Idealismus

M: Mutter, Mut

A: Adler, Austria

T: Treue, Toleranz

zusammengesetzte Wörter mit HEIMAT: heimatlos, Heimatland, Heimatort, Heimatrecht, Heimat, Heimatgefühle, Heimatfilm, Heimatgeschichte, Heimatdichter, Heimatkunde, Heimathafen, Wahlheimat