

## 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: Apfel, Nuss und Mandelkern (19 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](#).

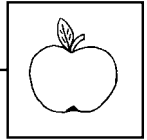
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

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

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

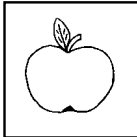
☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

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



# Apfel, Nuss und Mandelkern



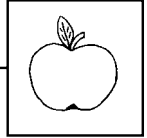


Apfel, Nuss und Mandelkern

## Übersicht

## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>Sind die Äpfel schon reif?</b>		3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Rätselgedicht</b>	<b>Textvorlage</b>	4	<b>11</b>
	<b>2 Begriffe sammeln</b> rund um Äpfel und Nüsse	evtl. Flipchart, <b>Kopiervorlage</b>	4	<b>12</b>
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Tastübung</b> Von welchem Baum ist das?	evtl. Baumwollsäckchen	5	
	<b>2 Wortfindungsübung</b> erster und letzter Buchstabe gegeben, „Äpfel“, die keine sind	<b>Kopiervorlage</b>	5	<b>13</b>
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Obstanbau, Garten, Kochen, Backen, Essen		6	
	<b>4 Eine merkwürdige Apfelernte</b>	<b>Textvorlage, Kopiervorlage</b>	7	<b>14 15</b>
	<b>5 Obstkisten stapeln</b>	<b>Kopiervorlage</b>	7	<b>16</b>
	<b>6 Ordnungsübung</b> Bildern Begriffe zuordnen	<b>Kopiervorlage</b>	8	<b>17</b>
<b>D</b> Ausklang	<b>Gedichte</b> • Einkehr • Goldene Welt	<b>Textvorlage Textvorlage</b>	8	<b>18 19</b>
Wissenswertes	über Äpfel und Nüsse		9	



## A Bewegung

Sind die Äpfel schon reif?

### Übungsanleitung:

Zur folgenden Geschichte werden je nach Kondition der Teilnehmer die Bewegungen improvisiert, wobei es jedem selbst überlassen bleibt, wie weit er die Übung mitmacht; auch konzentriert zuzuhören ist eine Möglichkeit.

**Heute ziehen wir unsere Gummistiefel an**

→ rechter Fuß/linker Fuß

**und marschieren in den Obstgarten.**

→ Gehbewegungen, je nach Fitness abwechselnd das rechte und linke Bein hochheben

**Am Apfelbaum sehen wir leuchtend rote Äpfel hängen, allerdings an den höheren Ästen. Wir müssen uns anstrengen, sie zu sehen, und stehen auf den Zehenspitzen.**

→ rechts/links abwechselnd den Fuß von der Ferse zu den Zehen rollen

**Nun versuchen wir, einen Apfel zu pflücken. Wir erfassen ihn und drehen ihn vom Zweig herunter.**

→ rechte Hand dreht auf der linken Seite und umgekehrt – im Wechsel

**Ganz oben hängen auch noch ein paar.**

→ rechten Arm hinaufstrecken, dann linken Arm

**Nun sind schon zwei Körbe voll und wir tragen sie in den Schuppen.**

→ Gehbewegungen – die Arme seitlich am Körper lassen und in gegengleicher Bewegung in Richtung Boden ziehen (als ob man schwere Körbe tragen würde) – Bewegung nur angedeutet!! – wichtig ist, dass mit dem rechten Fuß die linke Hand bewegt wird und umgekehrt

### Was wird trainiert?

- Koordination
- Visualisierung
- Konzentration

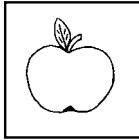
### Alltagstransfer:

Bewegung fördert die Gehirndurchblutung und die gute Laune.

### Weiterführende Vorschläge:

Erinnerungen an eigene Ernteerlebnisse werden erzählt.

Die Teilnehmer sammeln, welche Früchte etc. noch im Herbst geerntet werden.



Apfel, Nuss und Mandelkern

Übungen

## B Einstimmung

### 1 Rätselgedicht

#### Übungsanleitung:

Das Rätselgedicht wird vorgelesen. Dann haben alle Teilnehmer genügend Zeit, über die Lösung nachzudenken. Es kann das Thema erraten werden, wenn das Rätsel tatsächlich am Anfang einer Einheit steht und keine verräterischen Utensilien gezeigt werden.

Für kognitiv beeinträchtigte Teilnehmer stellt das Rätsel auch später noch eine Herausforderung dar. Die Lösung sollte genau besprochen werden.

→ **M** Textvorlage s. Seite 11

**Lösung:** der Apfel

#### Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Konzentration
- Denkfähigkeit
- Merkfähigkeit

#### Alltagstransfer:

Die Kombination mehrerer Hinweise zu einer Lösung ist grundlegend für die alltägliche Problembearbeitung.

#### Weiterführende Vorschläge:

Welche Hinweise beschreiben einen Apfel oder eine Nuss noch?

### 2 Begriffe sammeln

#### Übungsanleitung:

Mündlich in der Großgruppe (eventuell mit Notizen am Flipchart) werden Begriffe rund um Äpfel und Nüsse gesammelt.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 12

#### Lösungen:

- 1 Apfelstrudel, Apfelkuchen, Apfeltorte, Bratapfel, Apfelmus, ...; Nusstorte, Nusshörchen/-kipferl, Nussschokolade, Kekse, Früchtebrot, Lebkuchen, Marzipan
- 2 Ende August: Elstar, Gals, Cox Orange, Alkmene, Boskoop; Oktober: Jonagold, Gloster, Golden Delicious, RubINETTE
- 3 Walnüsse, Haselnüsse (beide einheimisch); Paranüsse, Kokosnüsse, Cashewnüsse, Erdnüsse, ... s. auch Wissenswertes auf Seite 9.

#### Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Abrufen von Wissensinhalten
- Konzentration