

## 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: 7  
Titel: Rund ums Jahr (22 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](#).

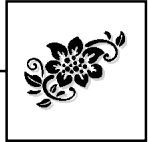
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[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)



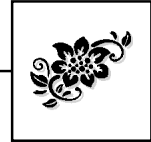
# Rund ums Jahr





## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Geburtstagslied</b>	evtl. Rhythmusinstrumente	3	
	<b>2 Für jede Jahreszeit</b>		3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Zeitliche Orientierung</b>	<b>Kopiervorlage</b>	4	<b>12</b>
	<b>2 Jahresübersicht</b>	<b>Kopiervorlage</b>	5	<b>13</b>
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Zuordnungsübung</b> Bilder zu den Jahreszeiten	<b>Kopiervorlagen</b>	5	<b>14, 15</b>
	<b>2 Wortfindungsübung</b> Hauptwörter mit gleichem Wortanfang bzw. Wortende	<b>Kopiervorlage</b>	6	<b>16</b>
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> vorläufiges Resümee und Zukunftsaussichten		6	
	<b>4 Entspannung</b> Mandala ausmalen	<b>Kopiervorlage</b>	7	<b>17</b>
	<b>5 Konzentrationsübung</b> Suchen von Zahlen von 1 bis 30	<b>Kopiervorlage</b>	7	<b>18</b>
	<b>6 Anagramm</b> Kalenderblatt	<b>Kopiervorlage</b>	7	<b>19</b>
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Rätsel</b> Was/wer bin ich?		8	
	<b>2 Gedicht</b> Der dreizehnte Monat	<b>Textvorlage</b>	9	<b>20f.</b>
	<b>3 Lied</b> Es war eine Mutter, ...	<b>Textvorlage</b>	9	<b>22</b>
Wissenswertes	zum Kalender		10	



# A Bewegung

## 1 Geburtstagslied

### Übungsanleitung:

Im Lied werden alle 12 Monate erwähnt und die Teilnehmer, die in dem jeweiligen Monat Geburtstag haben, melden sich. Entweder wird dann ein Rhythmusinstrument betätigt oder eine andere Bewegung gemacht.

Und wer im **Januar/Jänner** geboren ist, steht auf, steht auf, steht auf (oder ist dran, ist dran, ist dran)!  
Er nimmt sein Instrument in die Hand und schlägt es an, so gut er kann,  
schlag an, schlag an, schlag an,  
schlag an, schlag an, schlag an.

Und wer im **Februar** geboren ist, steht auf, steht auf, steht auf ...

### Was wird trainiert?

- Reaktionsvermögen
- Konzentration
- Orientierung (biografische Orientierung im Jahreskreis)

### Alltagstransfer:

Bewegung unterstützt kognitive Leistungen.

## 2 Für jede Jahreszeit

### Übungsanleitung:

Zu jeder Jahreszeit passend werden Bewegungen durchgeführt, im Sitzen oder Stehen; der Trainer beginnt, die Teilnehmer können weitere Bewegungen erfinden. Jede der Bewegungen wird drei- bis viermal wiederholt.

#### Winter:

Es ist kalt –  
wir reiben unsere Hände, wir reiben unsere Oberarme – rechte Hand – linker Arm und umgekehrt.

#### Frühling:

Endlich kommt die Sonne –  
wir strecken der Sonne das Gesicht entgegen. Wir breiten beide Arme aus und atmen die Frühlingsluft ein.

#### Sommer:

Es ist heiß –  
wir wischen uns mit dem Handrücken den Schweiß von der Stirn, linke Hand – rechte Hand.  
Wir probieren aus, wie kalt das Wasser im See ist –  
abwechselnd rechts und links mit den Zehenspitzen auf den Boden tippen.



**Herbst:**

Erntezeit –

wir versuchen, die reifen Äpfel zu pflücken – mit rechter und linker Hand abwechselnd nach oben greifen.

Es regnet –

wir spannen den Schirm auf, rechts – links.

**Was wird trainiert?**

- Kreativität
- Vorstellungsvermögen
- Konzentration
- vor allem Hand-, Arm- und Schultermuskulatur

**Alltagstransfer:**

Automatisierte Alltagsbewegungen werden bewusst durchgeführt.

**Weiterführende Vorschläge:**

Eine Bewegungsabfolge soll gemerkt und wiederholt werden.

## B Einstimmung

### 1 Zeitliche Orientierung

**Übungsanleitung:**

Grundsätzlich sollte in jeder Einheit festgestellt werden, welches Datum ist etc.

Besonders am Jahresbeginn kann man sich mit einem Jahresüberblick beschäftigen, aber auch während des laufenden Jahres kann die Wochen-, Monatseinteilung etc. wiederholt werden.

Auf dem Arbeitsblatt oder nur mündlich sollen Lücken in den Aussagen ergänzt werden.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 12

**Lösungen:**

12; 28 – 30 – 31; 365; 6. Januar/Jänner; 24. Dezember; März; September; April; November

**Was wird trainiert?**

- zeitliche Orientierung
- Konzentration
- Abstraktionsvermögen

**Alltagstransfer:**

Die Beschäftigung mit der nahen Zukunft wird angeregt.

**Weiterführende Vorschläge:**

Ausgehend vom bestehenden Datum kann weiter gefragt werden: Welcher Wochentag/welches Datum war vor drei Tagen, vorgestern, wird übermorgen sein ...?