

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: 8
Titel: Frühlingsgrüße (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.

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

✉ 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 | www.mgo-fachverlage.de



Frühlingsgrüße

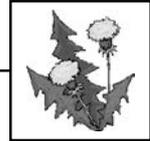




Frühlingsgrüße Übersicht

Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegung zur Musik	CD	3	
	2 Frühlingsgeschichte Frühlingsblumen	Servietten, Tücher, Bälle, Bänder in Frühlingsfarben, evtl. Frühlingsblumen	3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln/ Themenwort Frühling	Kopiervorlage , evtl. Flipchart	4	11
	2 Lückengedicht Frühlingsglaube	Textvorlage	5	12, 13
	3 Biografisches Gespräch		5	
C Hauptteil	1 Bildspiel Was gehört zum Frühling?	Kopiervorlagen	6	14, 15
	2 Ausreißer Was passt nicht dazu?	Kopiervorlagen	6	16
	3 Was beginnt mit FRÜH-? Wortfindungsübung	Kopiervorlage	7	17
	4 Gartenbeete Puzzlespiel	Kopiervorlage , evtl. Karton, Moosgummi	7	18
	5 Entspannung Ein Frühlingstag		8	
	6 Rätsel Gesucht wird ...	Kopiervorlage	8	19
D Ausklang	1 Gedicht Frühlings Ankunft	Textvorlage	9	20
	2 Lied Nun will der Lenz uns grüßen	Textvorlage , evtl. CD, Gitarre	9	21
Wissenswertes	Frühling		10	



A Bewegung

1 Bewegung zur Musik

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer machen die Bewegungen mit, soweit es ihre körperliche Konstitution erlaubt. Die Bewegungen werden zu Musik ausgeführt, im Takt oder jeden zweiten Takt.

Die Bewegungswechsel sollten genau angekündigt werden, wobei gewartet werden sollte, bis der Großteil der Gruppe den Wechsel mitvollzogen hat.

Nicht alle Bewegungen müssen gemacht werden, auf die mögliche Überlastung der Arme sollte geachtet werden.

Musikvorschlag: Pizzicato-Polka von Johann Strauß

- 1) Ellenbogen auf die Tischplatte stützen – rechte Hand: mit dem Zeigefinger auf den Daumen tippen – mit dem Mittelfinger – mit dem Ringfinger – mit dem kleinen Finger – zurück (5x) – gleiche Abfolge mit der linken Hand
- 2) Hände locker im Schoß ruhen lassen – mit den Füßen im Takt gehen
- 3) Füße ruhen – mit beiden Händen die Oberschenkel seitlich abwärts klopfen (rechte Hand – rechtes Bein), wenn möglich bis zu den Knien – wieder zurück (5x)
- 4) Füße abwechselnd rechts und links anheben (Fersen bleiben am Boden), als wolle man eine Nähmaschine bedienen
- 5) wieder bei 1 beginnen

Was wird trainiert?

- Reaktionsvermögen
- Koordination
- Rhythmusgefühl

Alltagstransfer:

Bewegung unterstützt kognitive Leistungen.

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer denken sich eigene Bewegungen zur Musik aus.

2 Frühlingsgeschichte

Übungsanleitung:

Mehrere Teilnehmer bekommen jeweils Servietten, Tücher, Bälle oder Bänder in Frühlingsfarben (Gelb, Rot, Blau, Grün), eventuell sogar in jede Hand verschiedene Farben.

Jedes Mal, wenn in der Geschichte eine Blume genannt wird, wird die Hand mit der passenden Farbe gehoben, das Tuch bzw. das Band kann dazu in die Luft geschwungen werden. Beim Wort „Garten“ heben alle die Hand. Narzisse, Himmelschlüssel, Primel – gelb

Tulpen – rot

Veilchen, Hyazinthen – blau

Bäume – grün

Schneeglöckchen, Frühlingsknotenblume, Gänseblümchen – weiß



Frühlingsgrüße Übungen

Endlich ist der Schnee beinahe geschmolzen, nur im Schatten des alten Apfel**baumes** schimmert es noch weiß, trotzdem lugen schon **Schneeglöckchen** hervor. Im Vorgarten sehen wir **Gänseblümchen** und ganz an der **Garten**mauer entdecken wir ein bescheidenes **Veilchen**.

Wo nur die **Himmelschlüssel** bleiben, die letztes Jahr im **Garten** wuchsen? Dafür leuchten in der Sonne die **Narzissen**, und auch die **Tulpen** zeigen schon farbige Köpfchen.

Der Duft einer hochgewachsenen **Hyazinthe** steigt uns in die Nase, in den Töpfen blühen die **Primeln**.

Der Magnolien**baum** protzt mit dicken Knospen, bald wird er seine riesigen Blüten öffnen. Wie schön und wohltuend sich der **Garten** nach dem langen Winter präsentiert! Lange genug haben wir auf **Narzissen**, **Tulpen**, **Hyazinthen** und das grüne Laub der **Bäume** gewartet.

Endlich können wir uns an **Schneeglöckchen** und **Gänseblümchen** erfreuen, ein **Veilchen** entdecken und einen Strauß **Himmelschlüssel** pflücken.

Was wird trainiert?

- Reaktionsvermögen
- Koordination
- Merkfähigkeit

Alltagstransfer:

Ein verlässliches Reaktionsvermögen hilft, Gefahren früher zu erkennen.

Weiterführende Vorschläge:

Als Konzentrationshilfe können echte Blumen auf den Tisch gelegt werden, dann entfällt der Gedankensprung Blume – Farbe – Band/Tuch.

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln/Themenwort

Übungsanleitung:

Zu den Themen „Frühlingsboten“, „Tätigkeiten im Frühling“, „Eigenschaften des Frühlings“ etc. werden mündlich im Plenum Begriffe gesammelt, mit oder ohne Notizen am Flipchart.

Falls es die Konzentration der Gruppe zulässt, können die Begriffe auch nach dem Anfangsbuchstaben gesucht werden (Themenwort).

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 11

Lösungsvorschläge:

Frühlingsblumen; **R**asenmähen, **R**osenschneiden, **R**adieschen; **Ü**bermut; **H**ase, **H**yzinthe; **l**ind, **l**au, **L**üftchen; **I**gel, **I**ris; **N**arzisse, **N**ässe; **G**änseblümchen, **G**artenarbeit, **G**emüse; **S**chneeschnitzwerk, **S**chneeglöckchen; **B**uschwindröschen, **b**arfuß; **O**sterglocken; **T**auwetter, **T**ulpen; **E**rde.

Was wird trainiert?

- (exakte) Wortfindung
- Konzentration

Alltagstransfer:

Die genaue Begriffsbildung erleichtert die Kommunikation im Alltag.