

## 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: Man soll die Feste feiern, ... (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](#).

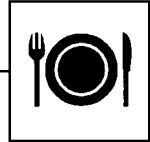
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[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)



## Man soll die Feste feiern, ...



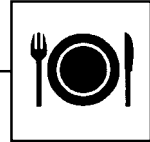


Man soll die Feste feiern, ...

## Übersicht

## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	<b>1 „Blumen“ schenken und weitergeben</b>	echte Blumen, Seidenblumen, farbige Servietten o.Ä.	3	
	<b>2 „Walzertanz“ – Bewegung zur Walzermusik</b>	Walzermusik	3	
B Einstimmung	<b>1 Begriffe sammeln</b> Anlässe zum Feiern und Schenken	evtl. Flipchart	4	
	<b>2 Assoziationsübung</b> Kein – Ohne	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	4	13
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Feste und Einladungen		5	
C Hauptteil	<b>1 Begriffe rund um Feste von A bis Z</b>	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	6	14
	<b>2 Anagramm</b> FEIERTAGSLAUNE	<b>Kopiervorlage</b>	6	15
	<b>3 Merk- bzw. Ordnungsübungen (sowie Wahrnehmungsübung)</b> Bilder benennen, ordnen und merken	<b>Bildkarten</b>	7	16, 17
	<b>4 Wortfindungsübung – Buchstabengerüst</b>	<b>Kopiervorlage,</b> Flipchart	8	18
	<b>5 Konzentrationsübung</b> Symbole und Wörter zählen	<b>Kopiervorlage</b>	9	19
D Ausklang	<b>1 Sprichwörter rückwärts lesen</b> Redewendungen zum Thema „Feiern“	<b>Kopiervorlage</b>	9	20
	<b>2 Lied – Lückentext</b> Trink, Brüderlein trink	<b>Textvorlage</b>	10	21
	<b>3 Dankgedicht – Festabschluss</b> Das schöne Fest	<b>Textvorlage</b>	11	22
Wissenswertes			12	



# A Bewegung

## Übungsanleitungen: (Bewegung im Sitzen!)

**Wichtig:** Bewegungen nur so weit ausführen, wie sie den Teilnehmern gut tun!

### 1 „Blumen“ schenken und weitergeben

Die Teilnehmer geben „Blumen“ in der Runde weiter. Es können entweder echte Blumen oder Seidenblumen bzw. ersatzweise farbige Servietten weitergegeben werden:

- im Uhrzeigersinn weitergeben
- der **Trainer klatscht zweimal**  
→ Richtungswechsel: **gegen den Uhrzeigersinn** weitergeben
- der **Trainer klatscht einmal**  
→ wieder Richtungswechsel: wieder **im Uhrzeigersinn** weitergeben

Der Schwierigkeitsgrad kann je nach Leistungsniveau der Teilnehmer auch gesteigert werden, z.B. muss im Uhrzeigersinn das linke Bein gehoben und gesenkt werden (= Gehbewegung nur mit einem Bein) – gegen den Uhrzeigersinn ist das rechte Bein an der Reihe!

### 2 „Walzertanz“ – Bewegung zur Walzermusik

Zu schwungvoller Walzermusik schunkeln und bewegen sich die Teilnehmer im Sitzen.

Dabei kommt der ganze Körper zum  $\frac{3}{4}$ -Takt in Bewegung: Die Beine, Pobacken, Hüften, der Oberkörper bis hin zu den Schultern und Armen sind dabei aktiv!

#### Was wird trainiert?

- Erinnerungsvermögen/Langzeitgedächtnis (Einstimmung auf das Thema)
- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- fokussierte Aufmerksamkeit und Reaktionsschnelligkeit (bei Übung 1)
- Rhythmusgefühl

#### Alltagstransfer:

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

Die (schnelle) Reaktion auf bestimmte Signale bei Übung 1 ist das ganze Leben lang wichtig, um mit der Umwelt in Kontakt zu bleiben.

#### Weiterführende Vorschläge:

Bei Übung 1 könnte der Schwierigkeitsgrad noch gesteigert werden, indem die verwendeten „Blumen“ oder Servietten zwei Farben haben und es für die jeweilige Farbe bestimmte Signale gibt (z.B. einmal Klatschen bedeutet Rot im Uhrzeigersinn und Blau gegen den Uhrzeigersinn; zweimal Klatschen bedeutet dann Rot gegen den Uhrzeigersinn und Blau im Uhrzeigersinn). Diese Übung ist nur für sehr fitte, geübte Teilnehmer geeignet!



Man soll die Feste feiern, ...

Übungen

## B Einstimmung

### 1 Begriffe sammeln

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln Begriffe zu vorgegebenen Themen:

#### 1) Was kann alles gefeiert werden?

z.B. Geburtstag, Namenstag, Hochzeitstag, Taufe, Erstkommunion, Firmung, Hochzeit, Beförderung, Gewinne, Erfolge, Geburt, Junggesellenabschied

#### 2) Zu welchen Gelegenheiten kann man Blumen schenken?

z.B. Geburtstag, Verlobung, Einladung, Frühlingsbeginn, Valentinstag, bei Liebeserklärungen, bei Versöhnungen, bei Krankenbesuchen, als kleine Freude

Bei ungeübten Teilnehmern können die Ergebnisse am Flipchart gesammelt werden, damit die Teilnehmer die Ergebnisse sehen und es nicht immer wieder zu Wiederholungen kommt.

Bei geübten/fitten Teilnehmern es ist möglich, diese Übung mündlich durchzuführen.

#### Was wird trainiert?

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

#### Alltagstransfer:

Die Teilnehmer sammeln möglichst viele Ideen (Brainstorming) und werden dadurch angeregt, über Feiernmöglichkeiten und Feieranlässe nachzudenken, an die sie vielleicht schon lange nicht mehr gedacht haben. Es werden Erinnerungen an die schönen Momente des Lebens wach.

#### Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer können versuchen, Daten zu sammeln, die für sie ein Feiertag wären (den eigenen Geburtstag oder den von Freunden und Familienmitgliedern, Namenstage, Hochzeitstage und andere Jubiläen). Dies fördert die Orientierung zur Person.

### 2 Assoziationsübung

#### Übungsanleitung:

Bei dieser Assoziationsübung soll zu einem vorgegebenen Begriff ein zweites Wort gefunden werden, das mit diesem Begriff eng verbunden wird, z.B. KEIN Fest – OHNE Grund, Gäste, ...

Die Übung kann im Plenum mündlich oder am Flipchart schriftlich durchgeführt werden. Anhand des Arbeitsblattes kann nach der Gruppenstunde jeder im eigenen Tempo Lösungen finden.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 13

#### Lösungsvorschläge:

- |                       |   |                   |                                    |
|-----------------------|---|-------------------|------------------------------------|
| 1. <b>KEIN</b> Wein   | - | <b>OHNE</b> _____ | (z.B. Trauben, Rebe, Alkohol, ...) |
| 2. <b>KEIN</b> Kaffee | - | <b>OHNE</b> _____ | (z.B. Bohnen, Tasse, Rösten, ...)  |