

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: 9

Titel: Eine Reise nach Italien (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.

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:

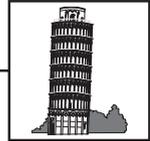
[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de

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

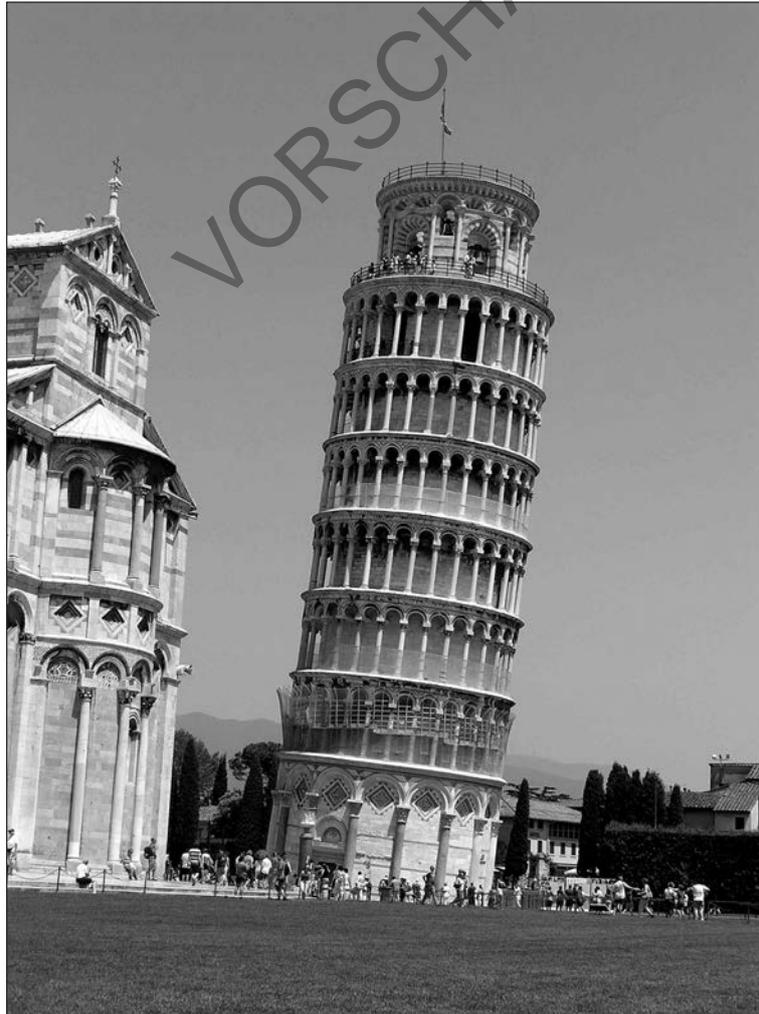
☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

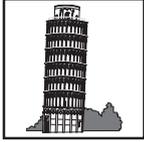
www.edidact.de | www.mgo-fachverlage.de





Eine Reise nach Italien



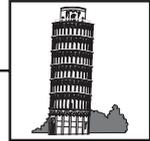


Eine Reise nach Italien

Übersicht

Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation „Koffer auspacken“		3	
	2 Bewegungsimprovisation „Pizza backen“		3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Sehenswürdigkeiten, Speisen, Souvenirs	Kopiervorlage	4	11
	2 Biografisches Gespräch Urlaubserinnerungen		5	
C Hauptteil	1 Bildspiel Sehenswürdigkeiten zuordnen	Kopiervorlage, evtl. Overheadprojektor	6	12
	2 Ausreißer Welche Städte liegen nicht in Italien?	Kopiervorlage, evtl. Karten	6	13
	3 Zuordnung deutsche und italienische Begriffe	Kopiervorlage	7	14
	4 Wortgerüste – Berühmte Menschen Namen ergänzen	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	7	15
	5 Entspannen sie sich! Bildbetrachtung und Geschichte	Textvorlage, evtl. Overheadprojektor	8	16
	6 Wort im Wort	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	8	17
D Ausklang	1 Lied Komm ein bisschen mit nach Italien	Textvorlage	9	18
	2 Gedicht Kennst du das Land ...	Textvorlage	9	19
Wissenswertes	Italien		9	



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation „Koffer auspacken“

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sitzen im Kreis ohne Tische. Jeder macht mit, so gut er kann.

Wir sind endlich in unserem Hotelzimmer angekommen, lassen uns auf das Bett fallen und ruhen uns ein bisschen aus.

→ zurücklehnen, Arme herabhängen lassen und tief ein- und ausatmen

Anschließend wird der Koffer ausgepackt. Wir öffnen die Schlösser.

→ Die Daumen der rechten und der linken Hand abspreizen und wieder beugen.

Wir öffnen den Kofferdeckel.

→ Hände zu Fäusten schließen und vom Körper weg hochführen

Wir packen die Blusen, die Unterwäsche und die Socken in den Schrank.

→ beide Hände nach unten strecken und dann nach oben führen

Dann werden die Hosen auf Bügel gehängt und die Schuhe in den Schrank gestellt. Die Waschsachen bringen wir ins Bad.

→ auf der Stelle gehen

Wir öffnen die Fenster und lassen die warme Luft herein.

→ beide Arme in Schulterhöhe nach vorne strecken und nach außen führen

Wir atmen tief ein und aus. Jetzt erkunden wir den Urlaubsort.

Was wird trainiert?

- Koordination
- Konzentration
- Grobmotorik

Alltagstransfer:

Bewegung durchblutet das Gehirn und hilft, geistige Leistungen zu fördern.

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer denken sich selbst weitere Bewegungen zum Kofferauspacken aus.

2 Bewegungsimprovisation „Pizza backen“

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sitzen in der Runde an einem Tisch. Die Bewegungen werden je nach individueller Mobilität mitgemacht.



Eine Reise nach Italien

Übungen

Wir haben im Urlaub von der Wirtin ein Pizza-Rezept bekommen. Das wird gleich ausprobiert. Wir kneten zunächst den Teig.

→ beide Hände vor dem Körper energisch zu Fäusten schließen und wieder öffnen

Es ist eine Menge Teig und wir müssen fest kneten. Dann rollen wir den Teig aus.

→ Hände zu Fäusten schließen und die Unterarme vor- und zurückführen; bei der Vorwärtsbewegung den Oberkörper leicht nach vorne beugen, dann wieder aufrichten

Jetzt bereiten wir den Belag vor. Zunächst Tomaten und Zwiebeln schneiden.

→ Die linke Hand hält eine Tomate, mit der rechten ausgestreckten Hand wird die Schneidebewegung ausgeführt; dann umgekehrt.

Dose mit Tomatensoße öffnen.

→ mit der linken Hand den Dosenöffner halten, die rechte Hand im Handgelenk vom Körper wegdrehen

Jetzt werden auf der Pizza die Tomatensoße und die Zutaten verteilt. Zuletzt legen wir noch Käsescheiben auf den Belag.

→ mit beiden Händen Käsescheiben vom Teller nehmen und auf die Pizza legen

Gewürze über die Pizza streuen.

→ die Finger der rechten Hand am rechten Daumen reiben, dann die gleiche Bewegung mit der linken Hand ausführen

Fertig! Die Pizza in den Ofen schieben und die Zeitschaltuhr einschalten.

→ die rechte Hand im Handgelenk vor dem Körper nach rechts drehen; links umgekehrt

Was wird trainiert?

- Koordination
- Konzentration auf eine Handlungsabfolge
- Visualisierung

Alltagstransfer:

Länger nicht mehr gebrauchte, automatisierte Bewegungsabläufe werden aktiviert.

Weiterführende Vorschläge:

Wie ist meine Lieblingspizza belegt?

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Zur Einstimmung auf das Thema bzw. zur Aktivierung des semantischen Feldes sammeln wir Sehenswürdigkeiten, typische Speisen und Souvenirs aus Italien.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 11