

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: 11
Titel: Die Heilige Nacht (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](#).

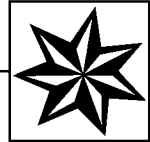
Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[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



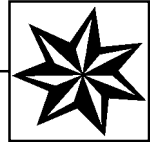
Die Heilige Nacht





Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation „Kerzenlicht“		3	
	2 Bewegungsimprovisation „Leise rieselt der Schnee“		4	
B Einstimmung	1 KEIN – OHNE Assoziationsübung	Kopiervorlage	4	11
	2 Wörter mit gegebenem Anfang oder Ende Wortfindungsübung	Kopiervorlage	5	12
	3 Biografisches Gespräch Heiligabend		5	
C Hauptteil	1 Sternpuzzle	Kopiervorlage	6	13
	2 Wortgerüst vorgegebene Anfangs- und Endbuchstaben	Kopiervorlage	6	14
	3 Weihnachtsevangelium zum Vor- und Mitlesen	Textvorlage	7	15
	4 Schau genau! Konzentrationsübung	Kopiervorlage	7	16
	5 Anagrammvariation Wörter zerlegen	Kopiervorlage	8	17
D Ausklang	1 Rätsel Begriffssuche anhand von Hinweistexten		9	
	2 Gedicht Christbaum	Textvorlage	9	18
	3 Lied Stille Nacht	Textvorlage	10	19
Wissenswertes	Lied „Stille Nacht“		10	



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation „Kerzenlicht“

Übungsanleitung: (Bewegung im Sitzen!)

Jeder macht mit, soweit er kann; niemand soll überfordert werden. Besonders auf Bewegungseinschränkungen durch Schlaganfall und Parkinson sollte geachtet werden; die Übungen kann man entsprechend adaptieren.

Wir stellen uns vor, wie wir früher in der Weihnachtsnacht nach der Christmesse ein Licht nach Hause getragen haben, um die Kerzen am Tannenbaum anzuzünden.

→ Die Teilnehmer formen aus der linken Hand eine Schale für die Kerze. Mit der anderen Hand schützen sie das Licht.

Wir stapfen durch hohen Schnee.

→ Die Teilnehmer treten auf der Stelle und heben die Füße, so hoch es geht.

Wir stemmen uns gegen den Wind.

→ Die Teilnehmer beugen sich nach vorn, zur rechten und zur linken Seite.

Wir begegnen einem Nachbarn und grüßen ihn.

→ Die Teilnehmer neigen den Kopf. Sie nehmen die Kerze in die rechte Hand und schützen das Licht mit der linken.

Vor der Haustür bleiben wir stehen und schütteln den Schnee von den Stiefeln.

→ Die Teilnehmer schütteln die Füße – erst den rechten, dann den linken. Dann stampfen sie auf dem Boden.

Wir schließen auf.

→ Drehbewegung im Handgelenk der freien Hand, dann im anderen Handgelenk, weil die Tür nicht aufgehen will

Schließlich drücken wir die Klinke hinunter.

→ Abwärtsbewegung im Handgelenk

Wir stellen das Licht ab, um Mantel, Schal und Mütze abzulegen ...

→ Die Teilnehmer stellen diesen Ablauf pantomimisch dar.

... und die Handschuhe.

→ jeden Finger der rechten und der linken Hand abstreifen

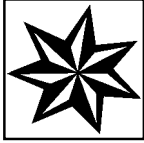
Jetzt zünden wir mit der mitgebrachten Kerze die Lichter des Tannenbaums an ...

→ pantomimisch darstellen

... und bewundern den geschmückten Baum.

Was wird trainiert?

- Reaktionsvermögen
- Koordination
- Konzentration



2 Bewegungsimprovisation „Leise rieselt der Schnee“

Übungsanleitung: (Bewegung im Sitzen!)

Die erste Strophe des Liedes „Leise rieselt der Schnee“ wird beim Singen von Handbewegungen begleitet. Die zweite Strophe wird ohne Bewegungen gesungen. Dann wird die erste Strophe mit den Bewegungen wiederholt. Die dritte Strophe wird wieder nur gesungen. Den Abschluss bildet die erste Strophe mit Bewegungen.

1. Zeile: „Leise rieselt der Schnee“

→ Die Teilnehmer heben beide Arme und bewegen alle Finger.

2. Zeile: „Still und starr ruht der See“

→ Die Teilnehmer beschreiben zuerst mit dem rechten Arm in Schulterhöhe von außen nach innen einen Halbkreis; dann mit dem linken Arm. (Diese Bewegung eventuell wiederholen).

3. Zeile: „Weihnachtlich glänzet der Wald“

→ Die Teilnehmer malen mit beiden Armen Tannenbäume in die Luft.

4. Zeile: „Freue dich, Christkind kommt bald“

→ Die Teilnehmer fassen sich bei den Händen und schunkeln langsam nach rechts und nach links.

Was wird trainiert?

- Reaktionsvermögen
- Koordination
- Merkfähigkeit
- Rhythmusgefühl

Alltagstransfer:

- Bewegung durchblutet das Gehirn, hebt die Stimmung und bietet so die Voraussetzung für erfolgreiche kognitive Leistungen.

Weiterführende Vorschläge:

- Kennen Sie noch Lieder, die das Thema „Schnee“ oder „Weihnachten“ behandeln?

B Einstimmung

1 KEIN – OHNE

Übungsanleitung:

Die Übung ist eine geordnete Begriffesammlung, das heißt die Teilnehmer ergänzen den Satz „Kein Christbaum ohne ...“ usw. Dadurch ist die Auswahl an Wörtern zwar eingeschränkt, aber trotzdem bleiben genug Abrufmöglichkeiten. Die Ergebnisse können schriftlich festgehalten werden.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 11

Lösungsvorschläge:

Kein CHRISTBAUM ohne Lametta, Kugeln, Sterne, ...

Kein GEBÄCK/KEKS ohne Zucker, Butter, Schokoladeglasur, ...