

## 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: Kling, Glöckchen... (24 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)



# Kling, Glöckchen ...





## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	<b>1 Bewegungs- improvisation „Adventnachmittag“</b>		3	
	<b>2 Instrumentenpantomime „Hauskonzert“</b>	<b>Bildkarten</b>	3	13, 14
B Einstimmung	<b>1 Begriffe sammeln</b> Weihnachtslieder	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	4	15
	<b>2 Biografisches Gespräch</b> Singen und Musizieren zu Weihnachten		5	
	<b>3 Weihnachtliches von A bis Z</b> Wortfindungsübung	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	6	16
C Hauptteil	<b>1 Weihnachtslieder er- kennen</b> Wahrnehmungsübung	<b>evtl. Textvorlagen,</b> Flipchart oder Moderations- karten	6	19, 20
	<b>2 Zusammengesetzte Hauptwörter</b> Wortfindungsübung	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	7	17
	<b>3 Anagrammvariation – Wortvergleich</b> WEIHNACHTSLIEDER	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	7	18
	<b>4 Bilder merken</b>	<b>Bildkarten</b>	8	13, 14
	<b>5 Liedfragmente</b> Zuordnungsübung	<b>Kopiervorlagen</b>	9	19, 20
	<b>6 Buchstabenviereck</b> Konzentrationsübung	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart, <b>Bildkarten</b>	10	21 13, 14
D Ausklang	<b>1 Weihnachtslieder- Wirrwarr</b> Konzentrationsübung	<b>Kopiervorlage</b>	10	22
	<b>2 Gedicht</b> Weihnachten	<b>Textvorlage</b>	11	23
	<b>3 Lied</b> Kling, Glöckchen	<b>Textvorlage,</b> evtl. Flipchart	12	24
Wissenswertes	Advents- und Weihnachts- lieder		12	



# A Bewegung

## 1 Bewegungsimprovisation „Adventnachmittag“

### Übungsanleitung: (Bewegung im Sitzen!)

Die Teilnehmer sitzen in einer Tischrunde. Teelichter brennen. Leise (Advents-)Musik erfüllt den Raum.

**Wir denken zurück an vorweihnachtliche Stunden in unserer Kindheit und Jugend. Die ganze Familie saß am Tisch und beschäftigte sich mit Weihnachtsvorbereitungen.**

#### Es wurde z.B. Wolle gewickelt.

→ Je zwei Teilnehmer zeigen, wie man früher einem Familienmitglied einen Wollstrang über die ausgestreckten Arme streifte und der andere aus dem langen Faden ein Wollknäuel aufrollte. Die übrigen Teilnehmer wiederholen die Übung.

#### Dann konnte das Stricken beginnen.

→ Alle Teilnehmer drehen die halbgeballten Hände im Handgelenk nach innen und außen.

#### Ein Familienmitglied nähte noch einen Knopf auf die Festbluse.

→ Die Teilnehmer zeigen, wie der Faden von der Garnrolle abgewickelt, abgeschnitten und eingefädelt wird und wie die Nähbewegung aussieht.

#### Ein anderes Familienmitglied packte ein Geschenk ein.

→ Die Teilnehmer breiten symbolisch ein Stück Seidenpapier vor sich aus, legen das Päckchen in die Mitte des Papiers, schlagen die beiden Seiten übereinander und falten die beiden anderen Seiten ein. Jetzt wird das Band in der Mitte einmal verknotet. Ein Teilnehmer hilft dem anderen, indem er einen Finger auf den halben Knoten legt und ihn wegzieht, sobald der Knoten fest sitzt.

#### Wir genießen die vorweihnachtlichen Tätigkeiten.

**Der Nachmittag ist so schnell verflogen!**

## 2 Instrumentenpantomime „Hauskonzert“

### Übungsanleitung: (Bewegung im Sitzen!)

Die Bildkarten (Musikinstrumente) werden vergrößert und laminiert.

Es wird jeweils ein Instrumentenbild angeboten bzw. hochgehoben.

#### 1. Runde:

Alle Teilnehmer stellen das jeweilige Instrument pantomimisch dar, bis alle Instrumente an der Reihe waren. Diese erste Runde wird noch einmal wiederholt.

#### 2. Runde:

Jeder Teilnehmer übernimmt ein Instrument. Wenn mehr Teilnehmer als Instrumente anwesend sind, können auch zwei Teilnehmer dasselbe Instrument „spielen“.

Jetzt kommt es auf die Reaktion an: Jeder Teilnehmer stellt nur das Instrument dar, das er gewählt hat. So reagiert z.B. der Teilnehmer, der die Geige „spielt“, wenn das Geigen-Bild hochgehalten wird usw. Alle Bilder werden abwechselnd hochgehalten.



## Kling, Glöckchen... Übungen

### Variationen:

Man kann auch ein Orchester darstellen, indem mehrere Bilder gleichzeitig hochgehalten werden, sodass z.B. eine Geige, ein Klavier und eine Trommel gleichzeitig „spielen“. Weitere Variation: Die Teilnehmer bestimmen selbst ihr Tempo (von adagio bis fortissimo).

### Abschluss:

Zum Abschluss dürfen alle gleichzeitig spielen (= Konzert). Der Trainer (Dirigent) gibt mit seiner Körpersprache Geschwindigkeit, Lautstärke und das Ende des „Konzerts“ vor.  
Applaus: Alle Teilnehmer klatschen in die Hände!

→ **M Bildkarten** s. Seite 13 und Seite 14

### Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften
- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- Konzentration, Reaktion und Kurzzeitgedächtnis (insbesondere bei Übung 2)
- Erinnerung und Einstimmung auf das Thema (insbesondere bei Übung 1)

### Alltagstransfer:

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

### Weiterführende Vorschläge:

Weitere Vorschläge der Teilnehmer können in die Bewegungsimprovisation eingebaut werden.

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

## B Einstimmung

### 1 Begriffe sammeln

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln

- Weihnachtlieder mit „GLOCKEN“:  
z.B. Kling, Glöckchen; Süßer die Glocken nie klingen; Jingle Bells; ...
- Weihnachtlieder mit „STILL“:  
z.B. Stille Nacht; Stille, Stille – kein Geräusch gemacht; Still, still, still, weil's Kindlein schlafen will; ...
- Lieblingsweihnachtslieder:  
Anregungen siehe Wissenswertes und Biografisches Gespräch
- weitere Weihnachtlieder:  
z.B. O Tannenbaum; Ihr Kinderlein kommet; Vom Himmel hoch; O du fröhliche; Leise rieselt der Schnee; Es ist ein Ros' entsprungen; ...

Die Ergebnisse können mündlich oder am Flipchart gesammelt werden. Die Kopiervorlage kann den Teilnehmern mitgegeben werden, damit später jeder im eigenen Tempo seine Ergebnisse zu Papier bringen kann.

→ **M Kopiervorlage** s. Seite 15