

## 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: 13  
Titel: Schiff ahoi! (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)



# Schiff ahoi!





Schiff ahoi!  
Übersicht

## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Bewegungsimprovisation „Berufe, die mit der Seefahrt zu tun haben“</b>		3	
	<b>2 Bewegungsimprovisation „Auf See“</b>	bunte Fahnen	4	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Wasserfahrzeuge</b> Wortfindungsübung	<b>Kopiervorlage</b>	4	12
	<b>2 Kurzrätsel</b> Rätselfragen beantworten	<b>Kopiervorlage</b>	5	13
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Erfahrungen mit dem Themenbereich „Schiff“		6	
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Bildspiel</b> Bildmotive benennen	<b>Bildkarten</b>	6	14, 15, 16
	<b>2 Das Traumschiff</b> Merkgeschichte	<b>Kopiervorlagen,</b> evtl. Bilder von Passagierschiffen, evtl. Flipchart	7	17, 18
	<b>3 Buchstabenchaos</b> Gewässernamen bilden	<b>Kopiervorlage</b>	7	19
	<b>4 Entspannung</b> Entspannungsgeschichte: Am See	evtl. Bilder von Seen	8	
	<b>5 Städte-und-Gewässer-Zuordnung</b>	<b>Kopiervorlage</b>	9	20
	<b>6 Wörtersammlung</b> Wörter mit gegebenem Wortanfang suchen	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	9	21
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Redewendungen aus der Seefahrt</b> Zuordnungsübung	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	10	22
	<b>2 Gedicht</b> Segelschiffe	<b>Textvorlage</b>	10	23
<b>Wissenswertes</b>	Schiffahrt		11	



# A Bewegung

## Übungsanleitungen:

Die angeführten Bewegungen sind als Anregung zu verstehen; es bleibt der Gruppe überlassen, den Text in Bewegung umzusetzen. Die Texte können ausgeschmückt und erweitert werden.

**Wichtig:** Die Bewegungsteile müssen an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst werden! Sie sollen Spaß machen!

## 1 Bewegungsimprovisation „Berufe, die mit der Seefahrt zu tun haben“

Die Teilnehmer sitzen in der Tischrunde. Berufe, die mit Wasser und Seefahrt zu tun haben (z.B. Kapitän, Smutje (Koch), Lotse, Matrose) sollen gesucht und dargestellt werden. Die Teilnehmer überlegen, wie man die einzelnen Berufe darstellen kann:

Der **Kapitän** schaut durch ein Fernglas

→ Die Teilnehmer halten beide Fäuste vor die Augen und bewegen den Kopf vorsichtig von rechts nach links und umgekehrt.

oder studiert die Seekarte.

→ Die Teilnehmer beugen sich nach vorne über die auf dem Tisch liegende Landkarte und suchen einen bestimmten Punkt auf der Karte.

Der **Smutje (Koch)** brät einen Pfannkuchen und wendet ihn in der Luft.

→ Die Teilnehmer rütteln die Pfanne vor und zurück, werfen den Pfannkuchen in die Luft und fangen ihn wieder auf.

Der **Lotse** steigt über die Jakobsleiter an Bord.

→ Die Teilnehmer greifen Hand über Hand nach oben, heben gleichzeitig abwechselnd das rechte und das linke Bein und setzen es wieder ab.

Der **Matrose** hält den Pinsel in der einen Hand und den Farbeimer in der anderen. Er malt die Bordwand an.

→ Die Teilnehmer halten den Pinsel in der rechten Hand, tauchen ihn in den Farbeimer und führen den Pinsel von links nach rechts oder von oben nach unten und gegengleich.

Alle Übungen noch einmal wiederholen.

### Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften
- Konzentration
- Kurzzeitgedächtnis

### Alltagstransfer:

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

### Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer denken sich weitere Bewegungen zu Berufen aus der Seefahrt aus.



## Schiff ahoi! Übungen

### 2 Bewegungsimprovisation „Auf See“

Die Teilnehmer sitzen in der Runde ohne Tische. Vier Fahnen sind vorbereitet:

1. Wasser = **blau**
2. Wind = **gelb**
3. Fischer = **rot**
4. Segelboote = **weiß**

Bei einer Seefahrt kann man die Elemente erleben. Das Wasser ist aufgewühlt. Der Wind bläst. Fische tummeln sich im Wasser. Verschiedene Segelboote bewegen sich auf dem Wasser.

Die Teilnehmer werden in vier Gruppen eingeteilt. Zunächst wird festgelegt, was jede Gruppe zu tun hat, wenn der Trainer die entsprechende Fahne hochhält.

**Gruppe 1 (blau):** Die Teilnehmer bewegen ihre Arme (wobei die Finger gestreckt und ein wenig gespreizt sind) wellenartig von sich weg zur Kreismitte und zurück.

**Gruppe 2 (gelb):** Die Teilnehmer formen einen „Trichter“, indem sie beide Hände mit gestreckten, gespreizten Fingern zusammenführen und vor den Mund halten. Sie blasen fest in den Trichter nach rechts und nach links.

**Gruppe 3 (rot):** Die Teilnehmer werfen die Netze aus. Sie führen beide Arme mit Schwung nach vorne – ein paarmal nach rechts und ein paarmal nach links.

**Gruppe 4 (weiß):** Die Teilnehmer malen mit dem rechten, dann mit dem linken Arm oder mit beiden Armen ein Segel in die Luft.

Jetzt beginnt die Seefahrt. Der Trainer hält nacheinander die vier Fahnen einzeln hoch. Die entsprechenden Teilnehmer (Gruppe 1 – 4) führen die verabredete Bewegung durch. Der Trainer kann auch zwei Fahnen oder alle vier gleichzeitig hochhalten. Später können die Teilnehmer die Rolle des Trainers übernehmen.

#### Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften
- Konzentration
- Kurzzeitgedächtnis

#### Alltagstransfer:

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

#### Weiterführende Vorschläge:

Welche Bewegungen beschreiben noch Wind und Wellen?

## B Einstimmung

### 1 Wasserfahrzeuge

#### Übungsanleitung:

Es sollen alle Arten von Booten, Schiffen etc. gesammelt werden. Einziges Ordnungskriterium ist die Antriebsart. Zusätzlich wird überlegt, welche Flüsse schiffbar sind. Die Ergebnisse können mündlich und/oder schriftlich festgehalten werden.