

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: 14
Titel: Wolliges (20 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](#).

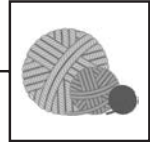
Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

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

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

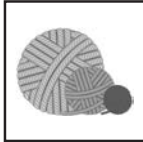
☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

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



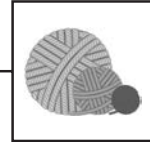
Wolliges





Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation „Aus Alt wird Neu“		3	
	2 Koordinationsübung „Stricken“		3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Wollarten, Erzeugnisse aus Wolle, Handarbeitsarten	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	4	12
	2 Biografisches Gespräch Erfahrungen mit Wolle/ Stricken	evtl. Wolle, Gestricktes und/oder Gehäkeltes	5	
	3 Gegensätze Eigenschaften und ihre Gegensätze zuordnen	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	13
C Hauptteil	1 Wahrnehmen – Zuordnen – Merken Bilder zuordnen und merken	Bildkarten	6	14, 15
	2 Anagramm WOLLHERSTELLUNG	Kopiervorlage	7	16
	3 Wortpuzzle Wortfindungsübung	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	7	17
	4 Tastbuchstaben Wahrnehmungsübung	Kopiervorlage	8	18
	5 Wortversteck Konzentrationsübung	Kopiervorlage	9	19
D Ausklang	1 Sprüche und Redewendungen Lückentext	Kopiervorlage	9	20
Wissenswertes	Fadenspiele		10	



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation „Aus Alt wird Neu“

Übungsanleitungen: (Bewegung im Sitzen!)

Die angeführten Bewegungen sind als Anregung zu verstehen.

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

Wir denken zurück an die Zeit, als Jacken, Pullover, Handschuhe und Socken handgestrickt wurden. Waren die Kinder aus den gestrickten Kleidungsstücken herausgewachsen oder waren die Stricksachen nicht mehr „modern“, wurden sie wieder aufgeribbelt. Die Wolle wurde gewaschen und wiederverwendet.

1. Die Teilnehmer üben zu zweit. Ein Teilnehmer hält das Teil, das aufgeribbelt werden soll.

→ Beide Arme anwinkeln und die Hände zu Fäusten schließen. Die Arme nach rechts und links bewegen.

2. Der andere Teilnehmer zieht immer wieder am Faden und wickelt ihn auf das Wollknäuel auf.

→ Die rechte Faust schließen – Daumen außen – den Arm strecken und wieder anwinkeln. Den linken Arm anwinkeln und die Finger leicht krümmen („Wollknäuel halten“), mit der rechten Hand um die linke kreisen („den Faden aufwickeln“).

Anschließend das Knäuel mit der rechten Hand halten und den Faden mit der linken Hand aufwickeln.

Die Teilnehmer tauschen die Rollen und üben gegenseitig.

2 Koordinationsübung „Stricken“

Stricken war früher eine wichtige Tätigkeit. Für den Winter wurden warme Kleidungsstücke, Decken, Schals und vieles mehr benötigt. Wir erinnern uns heute, wie das Stricken vor sich ging:

→ Die Teilnehmer spreizen die Finger der linken Hand – Handfläche nach oben – und die Finger der rechten Hand – hier Handrücken oben.

1. Sie berühren mit ihrem rechten Daumen den linken kleinen Finger.
2. Sie drehen die rechte Hand (um 180°), bis der rechte kleine Finger den Daumen der linken Hand berührt.
3. Jetzt werden der linke kleine Finger und der rechte Daumen gelöst.
4. Die rechte Hand wird nun wieder um 180° gedreht, bis der rechte Daumen wieder den linken kleinen Finger berührt.
5. Den linken Daumen und den rechten kleinen Finger lösen, wieder um 180° drehen usw.

Diese Übungen mehrfach wiederholen.

Eventuell als Erweiterung der Übung den linken Ringfinger mit dem rechten Daumen und den linken Daumen mit dem rechten Ringfinger (Schritte 1–5) berühren.

So klappt Stricken auch ohne Wolle.



Wolliges Übungen

Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften
- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- Feinmotorik/Fingerbeweglichkeit (insbesondere bei Übung 2)

Alltagstransfer:

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

Weiterführende Vorschläge:

Weitere Bewegungsvorschläge der Teilnehmer (oder Abwandlungen) können in die Bewegungsübungen eingebaut werden.

Auch Fadenspiele (siehe „Wissenswertes“) können als Bewegungsanregung dienen.

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln Wollarten, Erzeugnisse aus Wolle und Handarbeitsarten.

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

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 12

Lösungsvorschläge:

1. Schafwolle, Baumwolle, Mohair, Cashmere, Angora, Kunstwolle/Synthetikwolle, ...
2. Socken, Schal, Mütze, Handschuhe, Pullover, Pullunder, Jacke, (früher) Bikini, Decken, Tischdecken, Borten, Vorhänge, Teppiche, ...
3. Stricken, Häkeln, Sticken, Knüpfen, Flechten, Klöppeln, Weben, ...

Was wird trainiert?

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

Alltagstransfer:

Sämtliche Aspekte zu einem Themenbereich werden beleuchtet und geordnet.

Weiterführende Vorschläge:

Wenn die Antworten auf einen Flipchartbogen aufgeschrieben werden, erleichtert dies ungeübten Gruppen das weitere Assoziieren!