

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: 15
Titel: Auf dem Weihnachtsmarkt (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.

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

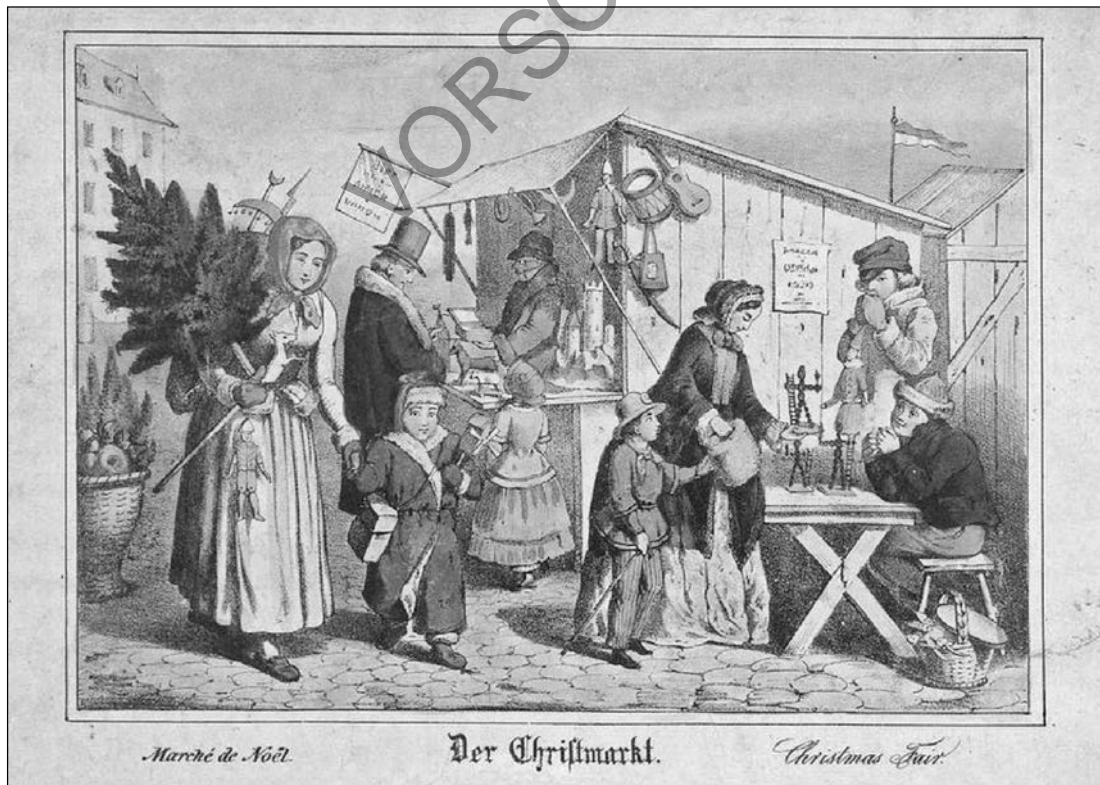
✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

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

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



Auf dem Weihnachtsmarkt





Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation „Auf dem Weihnachtsmarkt“		3	
	2 Kugelrollen – „Die liegende Acht“	Kopiervorlage, Alufolie	3	14
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Begriffe zu Weihnachtsmärkten und Verkaufsständen sammeln	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	4	15
	2 Biografisches Gespräch Erinnerungen an den Besuch von Weihnachtsmärkten		5	
	3 Von A bis Z Begriffe zum Thema „Weihnachtsmarkt“	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	16
C Hauptteil	1 Wahrnehmen – Kategorisieren – Merken Ordnungskategorien für Bilder finden	Bildkarten	6	17, 18
	2 Weihnachtsreime Reimwörter zu gegebenen Wörtern finden	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	7	19
	3 Anagramm WEIHNACHTSMARKT	Kopiervorlage	8	20
	4 Original und Fälschung Wahrnehmungsübung	Kopiervorlage	9	21
	5 Wortversteck Konzentrationsübung	Kopiervorlage	10	22
D Ausklang	1 Gedicht Der Weihnachtsmarkt	Textvorlage	10	23
	2 Lied Fröhliche Weihnacht	Textvorlage, evtl. Flipchart	12	24
Wissenswertes	Weihnachtsmärkte		13	



A Bewegung

Übungsanleitungen: (Bewegung im Sitzen!)

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

1 Bewegungsimprovisation „Auf dem Weihnachtsmarkt“

Die Teilnehmer werden auf einen virtuellen Adventsspaziergang auf dem Weihnachtsmarkt eingestimmt:

Wir schlendern über den Weihnachtsmarkt (Christkindlmarkt).

→ Die Teilnehmer machen Gehbewegungen.

Auf dem Weihnachtsmarkt sind viele Menschen und wir müssen einmal links und einmal rechts ausweichen.

→ Die Teilnehmer beugen sich zur rechten und zur linken Seite (ausweichen).

Wir sehen einen Bekannten in der Menschenmenge und wollen auf uns aufmerksam machen.

→ Die Teilnehmer winken (einmal mit der linken, einmal mit der rechten Hand).

Gemeinsam gehen wir zu den Marktständen.

→ Die Teilnehmer machen Gehbewegungen.

Beim Marktstand mit dem Weihnachtsschmuck (Kugeln, Glocken etc.) bleiben wir stehen und sehen uns die Waren genauer an.

→ Die Teilnehmer drehen eine virtuelle Weihnachtskugel in der Hand, um sie von allen Seiten zu betrachten (dasselbe auch mit der anderen Hand).

Ein Glöckchen probieren wir auch aus.

→ Die Teilnehmer „läuten“ mit der rechten und dann mit der linken Hand.

Es wird schon kalt, und zum Aufwärmen gehen wir zum Punschstand.

→ Die Teilnehmer prostern sich zu.

Nun machen wir uns wieder auf den Weg nach Hause.

→ Die Teilnehmer machen wieder Gehbewegungen – mit einem zufriedenen Lächeln im Gesicht!

2 Kugelrollen – „Die liegende Acht“

Jeder Teilnehmer **formt** aus Alufolie eine glänzende **Kugel**.

Nun wird die „**liegende Acht**“ auf der Vorlage **nachgerollt** – einmal mit der **rechten Hand**, einmal mit der **linken Hand**. Wenn möglich, auch mit **beiden Händen** gleichzeitig!

Der Wechsel wird vom Trainer angegeben, z.B. mit dem rechten oder linken Arm oder mit beiden Armen.

(Die Übung kommt aus dem BrainGym und unterstützt das Zusammenarbeiten beider Gehirnhälften!)



Auf dem Weihnachtsmarkt Übungen

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 14

Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften (insbesondere bei Übung 2)
- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- 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.

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln

1. „Weihnachtsmärkte“: Welche Weihnachtsmärkte kennen Sie?
2. „Verkaufsstände“: Welche Verkaufsstände gibt es auf dem Weihnachtsmarkt? Was wird dort verkauft?

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

Lösungsvorschläge:

1. Nürnberger Christkindlmarkt, Kölner Weihnachtsmärkte, Münchner Christkindlmarkt, Salzburger Christkindlmarkt (und Hellbrunner Adventzauber), Wiener Weihnachtsmärkte (Christkindlmarkt am Rathaus und Adventzauber Schönbrunn), Advent in Christkindl (bei Steyr/Österreich), ...
2. Punsch- und Glühweinstand, diverse Speisenangebote, Süßigkeiten, Christbaumschmuck, Kunsthandwerk, Kerzen- und Lebkuchenstand (Lebzelter), Gestecke und Kränze, Krippenfiguren, Spielzeug (insbesondere Holzspielzeug), Kleidung und Wollwaren, ...

Was wird trainiert?

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

Alltagstransfer:

Ein Thema wird von mehreren Standpunkten betrachtet. Es werden möglichst viele Antworten gesammelt.

Weiterführende Vorschläge:

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

Beim nächsten Besuch auf dem Weihnachtsmarkt kann die Liste der Marktstände noch ergänzt werden.