

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: Ohne Fleiß kein Preis (21 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



Ohne Fleiß kein Preis





Ohne Fleiß kein Preis

Übersicht

Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Berufspantomime	Buchstabenwürfel, Buchstabenkarten oder Tastbuchstaben	3	
	2 Ambosspolka	CD	3	
B Einstimmung	1 Zusammengesetzte Wörter Wörter mit ARBEIT finden; „Arbeitsplätze“ sammeln	Kopiervorlage, Bildkarten	4	12 14, 15
	2 Sprichwörter Sprichwörter ergänzen; falsche Wörter in Sprichwörtern ersetzen	Kopiervorlage	5	13
	3 Biografisches Gespräch Erinnerungen an das Arbeitsleben		5	
C Hauptteil	1 Bildspiel Arbeitsplätze	Bildkarten	6	14, 15
	2 Ober- und Unterbegriffe Ober- und Unterbegriffe zu gegebenen Wörtern finden	Kopiervorlage	7	16
	3 Anders gesagt Begriffe ersetzen	Kopiervorlage	7	17
	4 Pause machen Entspannung		8	
	5 Tasten – Arbeitsgeräte Arbeitsgeräte ertasten	Arbeitsgeräte aus verschiedenen Arbeitsbereichen	9	
	6 Wortanfang gesucht Ein Wortanfang für jeweils drei Begriffe	Kopiervorlage	9	18
D Ausklang	1 Gegensätze Gegensätze mit Linien verbinden	Kopiervorlage	10	19
	2 Kurzrätsel Beschriebene Tätigkeiten erraten	Kopiervorlage	10	20
	3 Lied Davon geht die Welt nicht unter	Textvorlage	11	21
Wissenswertes	Definition von „Arbeit“		11	



A Bewegung

1 Berufspantomime

Übungsanleitung:

Für diese Übung braucht man einen Buchstabenwürfel oder Buchstabenkarten zum Ziehen oder ein Säckchen mit Tastbuchstaben aus Moosgummi oder Holz. Der Trainer kann auch Karten mit bestimmten Berufsbezeichnungen vorbereiten, von denen jeweils eine gezogen wird.

Alle **Teilnehmer** würfeln, ziehen oder ertasten nacheinander einen **Buchstaben**.

Zu jedem Buchstaben überlegt sich die Gruppe **Berufe** (die Aufgabe darf nicht dem Teilnehmer allein überlassen werden).

Zu den Berufen werden nun **typische Bewegungen** oder **Geräusche** gesucht, z.B. Schmied: hämmern, Maler: mit dem Pinsel auf- und abstreichen, Hausfrau: rühren.

Diese Bewegungen werden von allen Teilnehmern **wiederholt**.

Geübte Teilnehmer können sich **merken**, welche Berufe genannt wurden.

Was wird trainiert?

- Koordination
- Abrufen von Bewegungsabläufen und Begriffen aus dem Langzeitgedächtnis
- Wortfindung

Alltagstransfer:

Automatisierte Bewegungsabläufe werden bewusst gemacht und konzentriert durchgeführt.

Weiterführende Vorschläge:

Andere Bewegungen der genannten Berufe werden ergänzt und notiert.

2 Ambosspolka

Übungsanleitung:

Der Trainer hält eine CD mit der „Ambosspolka“ und einen CD-Player bereit.

Das Tempo und die Ausführung sollten den körperlichen Kapazitäten der Teilnehmer angepasst werden: So kann man die Bewegungen z.B. halb so schnell wie das Tempo der Musik durchführen. Das Musikstück muss auch nicht in voller Länge ausgespielt werden.

Der Trainer legt die CD in den CD-Player ein und spielt die „Ambosspolka“ ab.

Die Teilnehmer **ballen** im Takt der Musik jeweils die rechte Hand zur **Faust** und legen gleichzeitig die linke **Hand flach** auf den Tisch.

Anschließend wird gewechselt: Die Teilnehmer ballen die linke Hand zur Faust und legen die rechte Hand flach auf den Tisch. Diese Übung ca. 15–20-mal wiederholen (halbe Geschwindigkeit).



Ohne Fleiß kein Preis

Übungen

Als ausgleichende Bewegung die Hände ruhen lassen und mit den Füßen arbeiten: Abwechselnd wird der rechte und der linke **Vorderfuß gehoben**, die Fersen bleiben am Boden, wie wenn man eine Nähmaschine betätigt. Ca. zehnmal wiederholen.

Danach kann wieder die Handbewegung durchgeführt werden.

Was wird trainiert?

- Koordination
- Konzentration
- Merkfähigkeit

Alltagstransfer:

Bewegung durchblutet das Gehirn und stimmt auf die kommenden geistigen Leistungen ein.

Weiterführende Vorschläge:

Was sind Ihre Lieblingstänze?

B Einstimmung

1 Zusammengesetzte Wörter

Übungsanleitung:

a) Im Plenum werden Wörter gesammelt, die mit dem Wort ARBEIT enden bzw. beginnen. Die Ergebnisse können notiert werden.

Bei ungeübten Teilnehmern entfällt die Unterteilung zwischen Wortanfang und Wortende.

b) Es werden „Arbeitsplätze“ gesammelt (eventuell mithilfe der Bilder aus Übung C1 oder mit Umschreibungen).

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 12, **Bildkarten** s. Seite 14 und Seite 15

Lösungsvorschläge:

a) Haus**arbeit**, Garten**arbeit**, Hand**arbeit**, Schular**arbeit**, Teilzeit**arbeit**, Team**arbeit**, Hilfs**arbeit**, Diplom**arbeit**, ...
Arbeitskleidung, **Arbeits**zeit, **Arbeits**raum, **Arbeits**lohn, **Arbeits**bereich, **Arbeits**teilung, **Arbeits**platz, ...

b) Werkstatt, Backstube, Geschäft, Büro, Fabrik, Baustelle, Schule, Universität, ...

Was wird trainiert?

- Wortflüssigkeit
- Konzentration

Alltagstransfer:

Wenn der Wortschatz regelmäßig aktiviert wird, können Wünsche und Anliegen deutlicher formuliert werden.

Weiterführende Vorschläge:

Wer arbeitet z.B. in einer Werkstatt?