

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: 19
Titel: Heizen (16 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



Heizen





Heizen
Übersicht

Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsvorschlag „Warmklopfen“		3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Heizen und Wärme	evtl. Flipchart	3	
	2 Zusammengesetzte Wörter Wortfindungsübung	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	4	9
	3 Biografisches Gespräch Heizen früher und heute		4	
C Hauptteil	1 Drei Wörter – eine Geschichte Merkübung	Kopiervorlage	5	10
	2 Schüttelanagramm Buchstaben ordnen	Kopiervorlage	6	11
	3 Rätsel Assoziationsübung	Kopiervorlage	6	12
	4 Wortversteck Konzentrationsübung	Kopiervorlage	7	13
D Ausklang	1 Gedicht Am Kamin	Textvorlage	7	14
	2 Sprüche lesen Konzentrationsübung	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	8	15



A Bewegung

1 Bewegungsvorschlag „Warmklopfen“

Übungsanleitung: (Bewegung im Sitzen)

Die Bewegungsübungen müssen an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst werden. Die Bewegungen werden nur so weit ausgeführt, wie sie den Teilnehmern gut tun.

Die Teilnehmer klopfen die Arme und Beine jeweils zum Herzen hin ab. Durch das Klopfen wird auch der Körper erwärmt:

- Die Beine von unten nach oben abklopfen.
- Dann erst den linken Arm von den Fingern bis zu den Schultern hin abklopfen, danach den rechten Arm.
- Am Ende folgt ein „Schulterklopfen“, wobei alle zufrieden lächeln!

Was wird trainiert?

- Körperwahrnehmung
- Aktivierung

Alltagstransfer:

Die Aktivierung des Körpers verbessert die Durchblutung und die Gehirnaktivität und bereitet optimal auf das nachfolgende Gedächtnistraining vor.

Weiterführende Vorschläge:

Alternativ können auch Streichbewegungen durchgeführt werden. Die Reibung führt zur Erwärmung bzw. Körperaktivierung.

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln Begriffe rund um die Themen „Heizen“ und „Wärme“.

Die Ergebnisse können am Flipchart festgehalten werden, damit ungeübte Teilnehmer die Ergebnisse sehen und Wiederholungen vermieden werden. Mit geübten Teilnehmern kann man die Übung auch mündlich durchführen.

1. Alles, was man verheizen kann:
Öl, Holz, Gas, Kohle, Koks, Holzpellets, Papier, Zeitungen, Karton, ...
2. Alles, was warm ist bzw. wärmt:
Feuer, Glut, Kachelofen, Heizkörper, Ofen, Backofen, Herd, Mikrowelle, Kerze, Decke, Wolle, Fell, Schal, Mütze, Handschuhe, Mantel, Suppe, Kaffee, Tee, Schnaps, ...