

## 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: 22

Titel: Sonne, Mond und Sterne - Astrologisches, Astronomisches und mehr (18 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)



# Sonne, Mond und Sterne





## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Bewegungsimprovisation</b> Tasten	Sternenpaare, Säckchen oder Tastkiste	3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Horoskop und Sternzeichen</b> Zuhören und Diskutieren		4	
	<b>2 Wörtersammlung</b> Zusammengesetzte Wörter		4	
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Astrologisches und Astronomisches		5	
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Merkübung</b> Sternzeichen	<b>Kopiervorlage</b>	5	11
	<b>2 Wort/Wörter im Wort</b> Wörter finden	<b>Kopiervorlage</b>	6	12
	<b>3 Buchstaben ordnen</b> Unser Sonnensystem	<b>Kopiervorlage</b>	6	13
	<b>4 Quiz</b> zum Mond	<b>Kopiervorlage</b>	7	14
	<b>5 Sterneningo</b> Wie oft kommen drei Sterne vor?	<b>Kopiervorlage</b>	7	15
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Sternbilder zeichnen</b> Zahlen verbinden	<b>Kopiervorlage</b>	8	16
	<b>2 Redewendungen</b> mit „Mond“ und „Sternen“	<b>Kopiervorlage</b>	9	17
	<b>3 Lied</b> Der Mond ist aufgegangen	<b>Textvorlage,</b> evtl. CD	9	18
<b>Wissenswertes</b>	Unser Sonnensystem		10	



# A Bewegung

## 1 Bewegungsimprovisation „Tasten“

### Übungsanleitung:

Die Gruppenmitglieder machen mit soweit es ihre Mobilität und Konzentration erlauben. Vorbereitet werden Sternenpaare aus verschiedenen Materialien (z.B. aus Moosgummi, Pappe, Filz, Holz); ein Exemplar pro Paar wird in einem Säckchen oder einer Tastkiste gesammelt, das zweite Exemplar wird, wie unten beschrieben, an die Teilnehmer ausgeteilt.

**Heute ist eine klare Nacht und wir sehen den Himmel mit der Milchstraße.**

**Mit unserem Fernrohr suchen wir nach besonders hellen Sternen.**

→ Einmal mit der rechten, dann mit der linken Hand ein Fernrohr formen, hindurchschauen und den „Himmel“ absuchen.

**Es ist Vollmond.**

→ Mit beiden Händen einen möglichst großen Kreis formen.

**Wir sehen Sternschnuppen.**

→ Die Hand zur Faust ballen, dann auf einmal alle Finger strecken, zwei- bis dreimal wiederholen, abwechselnd die linke und die rechte Hand.

**Wir holen die Sterne vom Himmel.**

→ Je nach Mobilität die Arme nach rechts, dann in die Höhe strecken.

**Das Säckchen mit den Sternen reihum reichen.**

→ Jeder Teilnehmer nimmt einen Stern heraus und betrachtet bzw. „begreift“ ihn.

**Dann geht das Säckchen nochmals reihum und jeder Teilnehmer ertastet das zweite Exemplar seines Sterns.**

### Was wird trainiert?

- Konzentration
- Feinmotorik
- taktile Wahrnehmung

### Alltagstransfer:

Die Bewegung aktiviert, muntert auf und bereitet auf geistige Leistungen vor. Das Heraussuchen von kleinen Gegenständen (z.B. aus einer Handtasche) wird simuliert.

### Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer geben die Sterne wieder ab, ein Exemplar jedes Paares wird wieder in einem Säckchen gesammelt und am Ende der Stunde reihum gereicht. Die Teilnehmer sollen nun „ihren“ Stern wieder ertasten.