

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: 24
Titel: Holde Jugend (17 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



Holde Jugend





Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Reaktion und Koordination Farben	farbige Tücher, Farbkarten, Marschmusik	3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Assoziationsübung	evtl. Flipchart	3	
	2 Vorlesen Erlebnisberichte vorlesen	Textvorlage	4	10
	3 Biografisches Gespräch Jugendzeit		4	
C Hauptteil	1 Begriff zu Jahrzehnt Zuordnungsübung	Kopiervorlage	5	11
	2 Meine wichtigen Lebensereignisse Anhand eines Zeitstrahls eigene Lebensereignisse nennen und zeitlich einordnen	Kopiervorlage , evtl. Flipchart	6	12
	3 Begriffe im Wandel Wie heißen Begriffe von damals heute?	Kopiervorlage	6	13
	4 Drillinge gesucht Konzentrationsübung	Kopiervorlage	7	14
	5 Buchstaben-durcheinander Buchstaben zu Wortteilen ordnen	Kopiervorlage	7	15
D Ausklang	1 Schlager- und Filmtitel Ergänzungsübung	Kopiervorlage	8	16
	2 Lied Ich hab' mein Herz in Heidelberg verloren	Textvorlage , evtl. Platte/CD	8	17
Wissenswertes	Zeittafel 1930 bis 1960		9	



A Bewegung

1 Reaktion und Koordination

Übungsanleitung:

Es werden Farbkarten in drei oder vier Farben (von jeder Farbe mindestens drei) vorbereitet. Jeder Teilnehmer wählt eine Karte aus; der Trainer hat diese drei bzw. vier Farben ebenfalls vor sich. Zur Begleitung eignet sich Marschmusik.

Den Farben werden Bewegungen zugeordnet (z.B. Gelb: auf der Stelle marschieren; Rot: klatschen; Grün: Daumen an Zeigefinger, Mittelfinger, Ringfinger tippen – rechte Hand und linke Hand; Blau: Unterarme umeinander rollen).

Wenn die Musik begonnen hat, hebt der Trainer seinerseits ein Tuch oder eine Karte in einer bestimmten Farbe. Die Teilnehmer, welche die gezeigte Farbe vor sich haben, beginnen die entsprechende Bewegung bis der Trainer wieder eine andersfarbige Karte hebt.

Bei beeinträchtigten Teilnehmern macht der Trainer die jeweilige Bewegung vor, der Wechsel von einer zur nächsten Bewegung wird zusätzlich angekündigt und darf nicht zu rasch erfolgen.

Was wird trainiert?

- Konzentration
- Feinmotorik
- Koordination
- Merkfähigkeit

Alltagstransfer:

Die Bewegung aktiviert, muntert auf und bereitet auf geistige Leistungen vor.

Weiterführende Vorschläge:

Jeder Teilnehmer bekommt vier Farbkarten und macht jeweils die Bewegung, die durch den Trainer per Farbkarte angezeigt wird, dies fordert das Kurzzeitgedächtnis.

B Einstimmung

1 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Früher war alles anders – zur Einstimmung assoziieren die Teilnehmer, vorzugsweise im Plenum, was ihnen zum Thema „Meine Jugend“ einfällt. Um das Abrufen zu erleichtern, kann in den Bereichen „Freizeit“, „Arbeit“, „Mode“, „Musik“ und „Familienfeste“ nachgefragt werden.

Die Ergebnisse können auf dem Flipchart notiert werden.

Lösungsvorschläge:

Freizeit: Tanzen, Wandern, Schwimmen, Singen, ...

Arbeit: längere Arbeitszeit, Lehre, Waffenfabriken, Kriegsdienst, ...

Mode: Petticoat, Lackgürtel, Ballerinas, Maxiröcke, ...

Musik: Freddy Quinn, Peter Alexander, Marika Röck, Hans Albers, Caterina Valente, ...

Familienfeste: Firmung, Erstkommunion, ...