

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: 38
Titel: Hoch in den Lüften (25 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



HOCH IN DEN LÜFTEN



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsanregung Es fliegt, es fliegt ...		2	
B Einstimmung	1 Sprichwörter und Redewendungen konzentriert lesen	Kopiervorlage, Flipchart	3	12
	2 Begriffesammlung alles, was fliegt	Kopiervorlage, evtl. Flipchart, evtl. Bildkarten	3	13
	3 Biografisches Gespräch Thema „Fliegen“		4	
	4 Sprachkompetenz Begriffe mit doppelter Bedeutung erraten	Kopiervorlage	5	14
C Hauptteil	1 Anagrammvariation Schüttelanagramme	Kopiervorlage, evtl. Bildkarten	5	15, 16
	2 Wahrnehmen – Zuordnen – Merken Bilder und Scherenschnitte zuordnen	Bildkarten	6	17, 18
	3 Denkflexibilität Brückenwörter	Kopiervorlage, Bildkarten	6	19, 20
	4 Wortfindung Buchstabengerüst	Kopiervorlage, Flipchart	7	21
	5 Konzentration Buchstabenpfad	Kopiervorlage	8	22
D Ausklang	1 Lied rückwärts lesen	Kopiervorlagen	8	23, 24
	2 Gedicht Selbstlaute ergänzen	Kopiervorlage	10	25
Wissenswertes	Fliegermarsch		11	



A Bewegung

1 Bewegungsanregung

Übungsanleitung:

Die Bewegungen erfolgen im Sitzen. Es ist wichtig, die Bewegungsteile an die Möglichkeiten der Teilnehmer anzupassen. Hierfür wird das bekannte Kinderspiel „Es fliegt, es fliegt“ vom Trainer je nach den Fähigkeiten der Teilnehmer abgewandelt.

Die Teilnehmer klopfen mit den Zeigefingern auf den Tisch und trappeln mit den Zehenspitzen auf den Boden, während der Trainer sagt: „Es fliegt, es fliegt ein/e ...“ Sobald ein Lebewesen oder Objekt genannt wird, müssen die Teilnehmer reagieren:

- Kann das genannte Objekt **fliegen** und ist es **lebendig** (z.B. Libelle, Adler, Spatz, ...) heben die Teilnehmer die **rechte Hand**.
- Kann das genannte Objekt **fliegen**, ist aber **nicht lebendig** (z.B. Hubschrauber, Flugzeug, ...) heben die Teilnehmer die **linke Hand**.
- Kann das genannte Objekt **nicht fliegen**, ist aber **lebendig** (z.B. Hund, Katze, Kuh, ...) heben die Teilnehmer den **rechten Fuß**.
- Kann das genannte Objekt **nicht fliegen** und ist es **nicht lebendig** (z.B. Bügeleisen, Auto, Herd, ...) heben die Teilnehmer den **linken Fuß**.

Was wird trainiert?

- Zuordnung
- Einstimmung auf das Thema
- allgemeine Aktivierung (Durchblutungssteigerung)
- Motorik
- Körperwahrnehmung

Alltagstransfer:

Die Aktivierung des Körpers führt zur Verbesserung der Gehirnaktivität und bereitet optimal auf das nachfolgende Gedächtnistraining vor.

Weiterführende Vorschläge:

Bei ungeübten Teilnehmern kann die Übung im klassischen Sinn durchgeführt werden: Es wird nur unterschieden, ob das genannte Objekt fliegen kann oder nicht.

Geübte Teilnehmer können selbst abwechselnd bzw. der Reihe nach verschiedene Objekte nennen, wobei alle mit den entsprechenden Bewegungen entscheiden, ob es fliegen kann und/oder lebendig ist oder nicht.



B Einstimmung

1 Sprichwörter und Redewendungen

Übungsanleitung:

Die Sprichwörter und Redewendungen sind ohne Abstände zwischen den Wörtern und abwechselnd in Groß- und Kleinbuchstaben dargestellt. Die Teilnehmer sollen die Sprichwörter konzentriert lesen. Die Lösungen werden am Flipchart notiert.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 12

Lösungen:

Wer Wind sät, wird Sturm ernten.
 Löcher in die Luft starren
 Luftschlösser bauen
 Wie ein Fähnchen im Wind sein
 Jemanden wie Luft behandeln

Was wird trainiert?

- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis
- Konzentration

Alltagstransfer:

Im Alltag sollte man sich nicht durch eine ungewohnte Darstellung ablenken lassen.

Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer: Da die meisten Redewendungen sehr bekannt sind, diskutieren die Teilnehmer über ihre Bedeutung.

Geübte Teilnehmer: Im Plenum suchen sie gemeinsam nach weiteren Redewendungen und Sprichwörtern, die mit „Luft“, „fliegen“ etc. zu tun haben (z.B. sich in Luft auflösen, die Luft ist rein, ...).

2 Begriffesammlung

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer suchen im Plenum möglichst viele Begriffe zu vorgegebenen Fragen.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 13

Lösungsvorschläge:

1. Spatz, Meise, Adler, Geier, Bussard, Flamingo, Albatros, Kolibri, Marienkäfer, Biene, Libelle, Mücke, Fliege, Maikäfer, ...
2. Hubschrauber/Helikopter, Segelflieger, Flugzeug, Gleitschirm, Luftballon, Heißluftballon, Fallschirm, Gleitdrachen, Papierflieger, Drachen, UFO, ...
3. Fliegenpilz, Fliegenfänger, Fliegenklatsche, Fliegengewicht, Schaufliegen, Schmeißfliegen, Stechfliegen, Stubenfliegen, abfliegen, auffliegen, verfliegen, wegfliegen, zufliegen, ...



HOCH IN DEN LÜFTEN

Übungen

Was wird trainiert?

- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis (Dekodierung)
- Wortfindung

Alltagstransfer:

Ein Thema wird von mehreren Standpunkten aus betrachtet und es werden möglichst viele Antworten gesammelt. Dies erhält im Alltag die Kommunikationsfähigkeit bzw. Diskussionsbereitschaft.

Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer: Werden die Antworten auf einem Flipchartbogen notiert, erleichtert dies das weitere Assoziieren. Die Bildkarten von der Übung C2 können als Unterstützung dienen.

Geübte Teilnehmer bilden zusammengesetzte Wörter mit anderen Wörtern rund ums Fliegen (z.B. mit LUFT: Luftdruck, Luftwaffe, luftig; vgl. dazu auch Übung C3).

3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer nehmen zu biografischen oder anderen Fragen Stellung. Ein Reihumfragen sollte dabei vermieden werden. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben, aber nur so viel sie wollen. Wer nichts berichten will, wird nicht zum Erzählen gedrängt. Die Biografiearbeit darf nicht in ein Ausfragen ausarten. Echtes Interesse am Leben der Teilnehmer ist wichtig.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Sind Sie schon einmal geflogen?
- Wenn ja, wohin?
- Womit sind Sie geflogen (z.B. Flugzeug, Segelflieger, Hubschrauber, Flugdrachen, Paragleiter, Zeppelin, Ballon)?
- Womit würden Sie gerne einmal fliegen?
- Hatten Sie ein Tier, das fliegen konnte (z.B. Vogel, Bienen, Schmetterlingssammlung)?
- Erinnern Sie sich ans Drachensteigen, Papierflieger-Basteln etc.?

Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Dekodierung, Erinnern (Langzeitgedächtnis)
- Zuhören
- Stärkung der Ich-Identität

Alltagstransfer:

Das gegenseitige Erzählen von früheren Begebenheiten oder Einstellungen wirkt sich positiv auf das Interesse an den anderen Teilnehmern aus und trägt zur Förderung der Sozialkontakte bei.

Weiterführende Vorschläge:

Wer möchte, kann einen Papierflieger falten.