

## 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: 28  
Titel: Haartracht (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](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)



# Haartracht





## Haartracht

## Übersicht

## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Bewegungsimprovisation</b> Beim Frisör		3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Begriffe sammeln</b> Haare und Bärte	<b>Kopiervorlage</b>	4	10
	<b>2 Biografisches Gespräch</b> Haare und Frisuren		4	
	<b>3 Wortfindungsübung</b> Zusammengesetzte Hauptwörter		5	
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Brückenwörter</b> Schwierigere Variante der „zusammengesetzten Hauptwörter“	<b>Kopiervorlage, evtl. Bildkarten</b>	6	11, 13, 14
	<b>2 Buchstabengerüst</b> Wortfindungsübung	<b>Kopiervorlage, Flipchart</b>	6	12
	<b>3 Merk- und Wahrnehmungsübung</b> Memory	<b>Bildkarten</b>	7	13, 14
	<b>4 Konzentrationsübung</b> Endlostext: haarige Sprichwörter und Redewendungen	<b>Textvorlage</b>	7	15
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Gedicht</b> Fehlende Selbstlaute einsetzen	<b>Textvorlage</b>	8	16
	<b>2 Lied</b> Gemeinsam ein Lied singen, anhören etc.		9	



# A Bewegung

## 1 Bewegungsimprovisation „Beim Frisör“

### Übungsanleitung:

Die Übung wird im Sitzen durchgeführt. Die Bewegungen sollen den Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst und nur so weit ausgeführt werden, wie sie ihnen guttun.

Wir stellen den Frisörbesuch durch Bewegungen dar:

Wir gehen von zu Hause los.

→ Die Teilnehmer machen mit den Füßen **Gehbewegungen**.

Beim Frisör angekommen steigen wir die drei Stufen vor dem Eingang des Ladens hoch.

→ Die Teilnehmer heben die Füße bei den **Gehbewegungen** etwas höher.

Wir grüßen freundlich.

→ Die Teilnehmer **winken** zuerst mit der rechten und dann mit der linken Hand den Anwesenden zu.

Nachdem wir uns in den Stuhl gesetzt haben, werden die Haare zuerst gewaschen und danach gekämmt.

→ Die Teilnehmer führen am Tisch **massierende Bewegungen** mit den Fingerspitzen aus; anschließend **Kämbbewegungen** mit gespreizten Fingern am Tisch.

Danach greift der Frisör zur Schere.

→ Die Teilnehmer machen **Schneidebewegungen** mit Zeige- und Mittelfinger.

Nachdem der Haarschnitt fertig ist, werden die Haare trocken geföhnt.

→ Die Teilnehmer **formen** mit einer Hand einen **Föhn**; danach wechseln sie die Hand.

Der Frisör fragt, ob wir lieber Locken oder einen Zopf wollen.

→ Die Teilnehmer zeigen bei „Locken“ mit beiden Armen **kreisende Bewegungen** von oben nach unten an und bei „Zopf“ deuten sie mit beiden Armen **Kreuzbewegungen** an.

Wir entscheiden uns für die Locken.

→ Die Teilnehmer zeigen mit beiden Armen **kreisende Bewegungen** von oben nach unten an oder sie rollen mehrmals die Lockenwickler pantomimisch auf und stecken diese fest.

Die Locken werden zu guter Letzt mit Haarspray fixiert.

→ Die Teilnehmer deuten in **großen Kreisen** die Bewegungen über dem Kopf an.

Wir bezahlen noch schnell und gehen nach Hause.

→ Die Teilnehmer **nehmen** z.B. fiktives Geld oder Moosgummiplättchen mit zwei Fingern und reichen es vor. Dann vollführen sie wieder **Gehbewegungen**.

### Was wird trainiert?

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

### Alltagstransfer:

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