

## 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: 33  
Titel: Eiszeit (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](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](#).

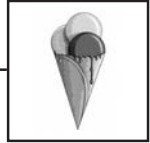
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[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)



# Eiszeit



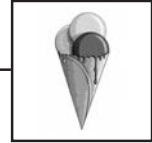


Eiszeit

Übersicht

## Inhaltsübersicht

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A</b> Bewegung	<b>1 Bewegungsgeschichte</b> Eiskaffee-Pantomime		3	
<b>B</b> Einstimmung	<b>1 Begriffesammlung</b> Eissorten und Eismarken	evtl. Flipchart	4	
	<b>2 Biografisches Gespräch</b> Eisessen		4	
	<b>3 Wortfindung</b> Zusammengesetzte Wörter mit -EIS-	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	5	11
<b>C</b> Hauptteil	<b>1 Wahrnehmung</b> Eispuzzle	<b>Kopiervorlage</b>	6	12
	<b>2 Merken</b> Eisverkäufer	<b>Wortkarten</b>	6	13
	<b>3 Buchstabengerüst</b> Erster und letzter Buchstabe fehlen	<b>Kopiervorlage,</b> evtl. Flipchart	7	14
	<b>4 Farbassoziation</b> Farbe und Geschmack		7	
	<b>5 Konzentration</b> Linienverfolgung	<b>Kopiervorlage</b>	8	15
<b>D</b> Ausklang	<b>1 Gedicht</b> Nur jeder zweite Buchstabe zählt	<b>Textvorlage,</b> evtl. Flipchart	8	16
	<b>2 Lied</b> Endlostext	<b>Textvorlage</b>	9	17



# A Bewegung

## 1 Bewegungsgeschichte

### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer stellen pantomimisch dar, was alles benötigt wird, um einen Eiskaffee zu machen. Die Bewegungen erfolgen im Sitzen. Es ist wichtig, die Bewegungsteile an die Möglichkeiten der Teilnehmer anzupassen.

Wir gehen zum Küchenschrank und holen die Kaffeebohnen heraus.

→ *Zuerst auf der Stelle gehen, dann die Schranktüre mit einer ausladenden Geste mit dem ganzen Arm öffnen und den Arm nach vorne und oben strecken, um nach den Bohnen zu greifen.*

Danach malen wir die Bohnen in der Kaffeemühle.

→ *Mit einem Arm eine Bewegung ausführen, als würde man mit einer alten Kaffeemühle die Bohnen mahlen, danach den Arm wechseln.*

Anschließend füllen wir das Kaffeepulver in den Filter.

→ *Mit der rechten Hand die entsprechende Bewegung ausführen, danach auf die linke Hand wechseln.*

Während der Kaffee durchläuft, holen wir das Vanilleeis aus der Gefriertruhe.

→ *Gehbewegungen ausführen, danach sich leicht vorbeugen, um etwas in der Truhe zu suchen.*

Zurück in der Küche formen wir die Eiskugeln und geben sie in einen Shaker oder ein hohes verschließbares Glas.

→ *Arm ausstrecken und dann zu sich herziehen, danach „die Kugel mit Schwung in das Gefäß“ gleiten lassen.*

Anschließend gießen wir auch den Kaffee in das Gefäß und verschließen es.

→ *Entsprechende Handbewegungen durchführen.*

Zu guter Letzt schütteln wir den Eiskaffee.

→ *Mit beiden Händen zuerst über der rechten, danach über der linken Schulter die Schüttelbewegung ausführen.*

Fertig ist der Eiskaffee – guten Appetit!

### Was wird trainiert?

- Einstimmung auf das Thema
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)

### Alltagstransfer:

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

### Weiterführende Vorschläge:

Weitere Eisbecher können „pantomimisch produziert“ werden (z.B. „Heiße Liebe“ = Vanilleeis mit heißen Himbeeren, „Bananensplit“).