

## 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: 34  
Titel: Wenn die Tage kürzer werden (20 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)





# WENN DIE TAGE KÜRZER WERDEN



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Reaktion und Fantasie</b> Waldspaziergang	Körbchen oder Schachtel, Nüsse, Kastanien, Blätter	2	
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 Sprachkompetenz</b> Gegebener Anfangsbuchstabe	Kopiervorlagen, evtl. Flipchart	3	10
	<b>2 Wahrnehmung</b> Mit allen Sinnen	Korb oder Blumenschale, Naturmaterial, verschiedene Obstsorten, evtl. CD mit Waldgeräuschen	3	
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Thema „Herbst“		4	
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Wortfindung</b> Gemeinsamer Wortanfang	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	11
	<b>Wortfindung</b> Wörter mit GE-, VOR- und AN-	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	12
	<b>2 Merken</b> Merken von Herbstbildern	Bildkarten	6	13, 14
	<b>3 Textverständnis</b> Finden von Titeln zu Zeitungsartikeln	Kopiervorlage	6	15
	<b>4 Ausreißer</b> Was macht den Unterschied?	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	7	16
	<b>5 Wahrnehmung und Feinmotorik</b> Blätterpuzzle	Kopiervorlage	8	17
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Kreativität</b> Ausmalen eines Mandalas	Kopiervorlage	8	18
	<b>2 Konzentration</b> Herbstgedicht in ungewohnter Schreibweise	Kopiervorlage	9	19
<b>Wissenswertes</b>	Warum färben sich die Blätter?		9	



## A Bewegung

### 1 Reaktion und Fantasie

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer folgen der Übung soweit es ihre Mobilität erlaubt und sie Spaß haben. Die Bewegungsvorschläge werden individuell gestaltet, eigene Ideen sind willkommen. Vorbereitet wird für jeden Teilnehmer: 1 Körbchen oder 1 kleine Schachtel, 6 Blätter, 4 Kastanien, 3 Zapfen, 5 Nüsse.

Heute ist ein sonniger Herbsttag und wir beschließen, einen Spaziergang in den nahen Wald zu machen. Da es erst kürzlich geregnet hat, **ziehen wir die Gummistiefel an, einen nach dem anderen, und schlüpfen in die wetterfeste Jacke.**

Wir **marschieren** zwischen abgemähten Feldern und Wiesen zügig dahin. Dann erreichen wir den Wald.

Als wir **in die Höhe blicken**, sehen wir, dass die meisten Laubbäume ihre Blätter schon abgeworfen haben: Der ganze Waldboden ist bedeckt mit buntem Laub und es raschelt.

Ein **paar Blätter heben wir auf** (6 Blätter in den Korb legen), so schön sind sie.

Der Waldboden ist reich an Entdeckungen. Glänzende Kastanien liegen dort, **vier davon wandern in unseren Korb.**

Weiter auf unserem Weg steht ein Nadelbaum. Zahlreich liegen die Zapfen vor unseren Füßen, **drei davon nehmen wir mit.**

Wir verlassen den Wald und stoßen auf einen riesigen Nussbaum, der wohl zu einem alten Obstgarten gehört. **Fünf Nüsse heben wir auf**, die werden uns zu Hause gut schmecken.

Inzwischen ist Nebel aufgezogen. **Wir reiben uns die kalten Hände** und sehnen uns nach dem warmen Ofen daheim. Schnell **marschieren wir** nach Hause.

#### Was wird trainiert?

- Wahrnehmung
- Konzentration
- Kreativität
- Feinmotorik

#### Alltagstransfer:

Assoziationen zum Thema „Herbst“ werden geweckt und die Bewegungselemente bereiten auf die folgenden geistigen Anforderungen vor.

#### Weiterführende Vorschläge:

Was können Sie im Wald noch sammeln?



## B Einstimmung

### 1 Sprachkompetenz

#### Übungsanleitung:

Es werden Sätze zum Thema gebildet, die jeweils mit den Buchstaben des Wortes SPÄTHERBST beginnen. Die Aufgabe kann gemeinsam im Plenum bearbeitet werden, die Ergebnisse werden dann auf dem Flipchart notiert. Die Kopiervorlage kann aber auch zur Bearbeitung nach der Stunde mitgegeben werden.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 10

#### Lösungsvorschläge:

- S: Schirm und Stiefel müssen wir bereits aus dem Kasten holen.  
 P: Passend zum kalten Wetter ziehen wir einen Mantel an.  
 Ä: Äpfel und Pflaumen schmecken dieses Jahr besonders süß.  
 T: Trotzdem haben wir Lust, einen Spaziergang zu machen.  
 H: Heuer tragen die Bäume besonders viel Obst.  
 E: Einkochen macht Spaß – und das Kosten erst.  
 R: Regen und Nebel machen uns nichts aus, wenn wir die richtige Kleidung tragen.  
 B: Bei der letzten Wanderung fanden wir eine Menge Pilze.  
 S: Spät im Jahr blühen noch Astern und Herbstzeitlose.  
 T: Trauben und Birnen sind schon geerntet und verarbeitet.

#### Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Formulierung

#### Alltagstransfer:

Je exakter und treffender die sprachliche Ausdrucksweise ist, desto genauer können Situationen beschrieben und erzählt werden.

#### Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer: Sie suchen Begriffe zum Thema „Herbst“ mit den gegebenen Buchstaben (z.B. Stiefel, Pflaumen, Äpfel, Trauben, Herbstzeitlose, Eisblumen, Regen, Birnen, Sturm, Trauer). Dies geschieht vorzugsweise im Plenum oder die Begriffe werden auf dem Flipchart oder Karten notiert.

Geübte Teilnehmer: Sie bilden Sätze mit den Anfangsbuchstaben, so dass eine Geschichte entsteht.

### 2 Wahrnehmung

#### Übungsanleitung:

##### Sehen – Riechen:

In einem Korb oder einer Blumenschale wird ein Herbstarrangement aus z.B. Erde, Laub, Rinde, Blumen, Moos, Zapfen und Nüssen vorbereitet (für eine große Gruppe evtl. mehrere Exemplare). Die Teilnehmer werden angeregt, die Naturmaterialien anzufassen und daran zu riechen. Wonach riecht es im Herbst noch? Was kann man in Wald, Flur und Garten sehen?



## WENN DIE TAGE KÜRZER WERDEN

### Übungen

#### Schmecken – Riechen – Sehen:

Obst (je nach Verfügung) wird gekostet. Ist es schon reif? Was kann man im Herbst noch kosten?

#### Hören:

Wenn verfügbar, werden von einer CD Hörbilder aus dem Wald vorgespielt oder echte, trockene Blätter zum „Rascheln“ mitgebracht. Was kann man im Herbst hören?

#### **Lösungsvorschläge:**

- Riechen: Rauch (z.B. Herbstfeuer, Öfen), feuchte Erde, nasses Laub, Früchte, ...
- Sehen: bunte Blätter, kahle Bäume, Nebel, reifes Obst, ...
- Schmecken: Äpfel, Birnen, Pflaumen, Nüsse, ...
- Hören: Vögel, Rauschen der Bäume, Rascheln der Blätter, Klopfen des Spechts, Sturm, Regen, ...

#### **Was wird trainiert?**

- Konzentration
- Wortfindung
- Vorstellungsvermögen

#### **Alltagstransfer:**

Durch die intensive sensorische Beschäftigung mit den Naturmaterialien wird die zeitliche Orientierung gestärkt.

#### **Weiterführende Vorschläge:**

Welche Früchte werden im Herbst reif?

## 3 Biografisches Gespräch

#### **Übungsanleitung:**

Viele Erinnerungen und Gefühle sind oft mit dem scheidenden Jahr verbunden. Das Erzählen darüber muss mit Wertschätzung und Empathie angenommen werden.

#### **Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:**

- Ist der Herbst eine angenehme Jahreszeit?
- Welche Aktivitäten/Arbeiten gehören zum Herbst?
- Wie wurde früher für die kalte Jahreszeit vorgesorgt?
- Wie wurde früher das Heizmaterial besorgt?
- Haben Sie/Ihre Frau/Mutter früher Obst eingekocht bzw. Gemüse (z.B. Kraut) verarbeitet/eingelagert?

#### **Was wird trainiert?**

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Erinnerungsvermögen
- Zuhören

#### **Alltagstransfer:**

Die Beschäftigung mit der eigenen Lebensgeschichte stärkt die Identität und fördert die Aufarbeitung.