

## 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: 35  
Titel: Glänzend wie Gold (23 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)



## GLÄNZEND WIE GOLD



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Bewegungsgeschichten</b> Goldschmuck, Goldwaschen		2	
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 Begriffesammlung</b> Goldwörter	Kopiervorlage, Flipchart	3	12
	<b>2 Wortfindung</b> „Goldiges“ von A bis Z	Kopiervorlage, Flipchart	4	13
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Thema „Gold“		5	
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Anagrammvariation</b> Wortvergleich	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	14
	<b>2 Brückenwörter</b> mit -GOLD-	Kopiervorlage	6	15
	<b>3 Rätsel</b> goldene Märchen	Kopiervorlage	7	16
	<b>4 Merken – Wahrnehmen – Wortfindung</b> Zusammensetzen der Hauptwörter mit -GOLD-	Bildkarten	8	17, 18
	<b>5 Konzentration</b> Verbinden der Kugeln	Kopiervorlage	8	19
	<b>6 Konzentration</b> Labyrinth	Kopiervorlage	9	20
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Redewendungen</b> richtige Reihenfolge der Wörter bzw. Satzteile	Kopiervorlage	10	21
	<b>2 Gedicht</b> Lesen von rückwärts	Kopiervorlage	10	22



## GLÄNZEND WIE GOLD

## Übungen

## A Bewegung

### 1 Bewegungsgeschichten

#### Übungsanleitung:

Die Bewegungen erfolgen im Sitzen. Es ist wichtig, die Bewegungsteile an die Möglichkeiten der Teilnehmer anzupassen.

#### **Goldschmuck**

Wir legen eine goldene Kette an.

→ *Die Hände hinter den Nacken führen bis sich die Fingerspitzen berühren.*

Danach setzen wir ein Diadem auf.

→ *Mit beiden Händen eine Greifbewegung vom Tisch darstellen und die Hände zum Kopf führen.*

An die Ohrläppchen geben wir Clips.

→ *Die Ohrläppchen leicht zwischen Daumen und Zeigefinger reiben.*

Und jetzt betrachten wir uns im Spiegel einmal von rechts und dann von links.

→ *Den Kopf mit erhobenem Kinn einmal nach rechts bewegen bis auf Höhe der Schulter und dann nach links.*

Wir freuen uns über das, was wir sehen.

→ *Lächeln!*

#### **Goldwaschen**

Zuerst waten wir in die Mitte des Flusses.

→ *Gehbewegungen ausführen.*

Danach schöpfen wir mit der Pfanne bzw. einer Schüssel vom Grund des Flusses Schlamm.

→ *Den Körper soweit es geht nach vorne beugen und mit beiden Armen eine Schöpfbewegung ausführen.*

Jetzt waschen wir das Gold.

→ *Die Hände abgewinkelt parallel vor den Körper halten. Mit den Händen vor dem Körper einen Kreis beschreiben, ohne den Abstand zwischen den Armen zu verringern.*

*Wenn diese Bewegungen mehrmals im gleichen Abstand bzw. im gleichen Rhythmus ausgeführt wurden, können dabei noch die Handgelenke gedreht werden. Diese Bewegung ein paar Mal hintereinander ausführen und danach nochmal von vorne beginnen.*

Nun haben wir genug Gold gefunden.

→ *Zufrieden lächeln!*

**Was wird trainiert?**

- 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:**

Der Trainier bringt beispielsweise weitere Bilder einer Goldkette, eines Diadems oder von Ohrringen (z.B. aus einem Schmuckkatalog) mit.

Die Teilnehmer finden weitere Schmuckstücke, die sich anlegen lassen (z.B. für die Herren: Armbanduhr, Krawattennadel, Manschettenknöpfe).

## B Einstimmung

### 1 Begriffesammlung

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln Begriffe zu vorgegebenen Themen. Die Übung wird im Plenum durchgeführt. Die Ergebnisse werden mündlich oder am Flipchart gesammelt:

1. Was fällt Ihnen ein, wenn Sie GOLD hören?
2. Welche Wörter mit -GOLD- fallen Ihnen ein?

Wenn die Antworten auf einen Flipchartbogen aufgeschrieben werden, erleichtert dies gerade ungeübten Teilnehmern das weitere Assoziieren. Auch Bilder (z.B. aus einem Werbekatalog für Schmuck) erleichtern das Erinnern. Die zweite Frage kann vereinfacht werden, indem man Wörter findet, die mit GO- beginnen (z.B. Gott, Gobellin, Gondel, Gold, ...).

Auf der Kopiervorlage können die Teilnehmer später im eigenen Tempo ihre Lösungen zu Papier bringen.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 12

**Lösungsvorschläge:**

1. Schmuck: Ring, Kette, Krone, Diadem, Uhr, Manschettenknöpfe, ...  
Weihnachtsschmuck: Kugeln, Lametta, Kerzen, ...  
Sonstiges: Zahn, Beschläge, Goldenes Dachel (Innsbruck), Bilder von Klimt, Haribo Goldbären, Golden Delicious, Goldwasser, Golden Retriever, ...
2. GOLD-: Goldaktien, Goldanleihe, Goldanteil, Goldbecher, Goldband, goldbesetzt, Goldbarren, Goldbestand, Goldblech, goldblond, Goldexperte, Goldfisch, Goldfund, Goldgehalt, goldgelb, Goldgewinnung, goldglänzend, Goldgrube, Goldhändler, goldig, Goldimport, Goldklumpen, Goldkörnchen, Goldkurs, Goldlack, Goldmarkt, Goldmedaille, Goldmine, Goldmünze, Goldprägung, Goldreserven, goldrichtig, Goldschatz, Goldschmied, Goldstaub, Goldstück, Goldwaage, Goldvorkommen, Goldzähne, ...



## GLÄNZEND WIE GOLD

### Übungen

-GOLD: Mattgold, Katzensgold, vergolden, Rotgold, Weißgold, Gelbgold, Feingold, Altgold, Walzgold, Blattgold, ...

#### Was wird trainiert?

- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis (Dekodierung)
- Wortfindung
- Assoziationsfähigkeit

#### Alltagstransfer:

Ein Thema wird von mehreren Standpunkten betrachtet. Es werden möglichst viele Antworten gesammelt. Dies erhöht die Wortflüssigkeit.

#### Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte und geübte Teilnehmer: Aus einigen ausgesuchten Wörtern konstruieren sie eine Geschichte (Merktechnik: Geschichtentechnik).

Geübte Teilnehmer: Sie suchen Wörter, in denen die Buchstaben von GOLD in der richtigen Reihenfolge vorkommen (z.B. **grundsolide**, **Großwild**, **Gravitationsfeld**, **Gebotsschild**, ...).

## 2 Wortfindung

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer nennen von A bis Z Dinge aus Gold oder Begriffe, die sie mit Gold assoziieren. Die Ergebnisse werden am Flipchart oder mündlich gesammelt.

Eine Kopiervorlage kann später im eigenen Tempo bearbeitet werden.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 13

#### Lösungsvorschläge:

Armband, Bucheinband, Collier, Diadem, Ehering, Flacon, Geschirr, Hochzeit, Idee (die „goldwert“ ist), Juwelenschatulle, Krawattennadel, Lüster, Manschettenknöpfe, Nadel (z.B. Ehrennadel), Ohrringe, Perlenfassung, Quasten, Ring, Schatulle, Truhe, Uhr, Vlies (Goldenes Vlies), Waage (Goldwaage), Yachtschrift, Zeit (Goldene Zeit), ...

#### Was wird trainiert?

- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis (Dekodierung)
- Wortfindung

#### Alltagstransfer:

Werden zu einem bestimmten Buchstaben Begriffe gesucht, wird die Abrufstrategie für das „Es-liegt-mir-auf-der-Zunge-Problem“ geübt.

#### Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer müssen nicht zu jedem Buchstaben von A bis Z einen Begriff finden. Es können auch ausgewählte Buchstaben vorgegeben werden. Oder es können Buchstaben (Buchstabenkarten) gezogen und nur zu diesen Buchstaben Ergebnisse gesucht werden.