

## 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: 40  
Titel: Alles unter einem Hut (22 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)



# ALLES UNTER EINEM HUT



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Faltarbeit</b> Hut falten	Zeitungspapier, evtl. Klebeband	2	
	<b>2 Lied</b> Bewegung zu Reaktionswörtern		3	
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 Rätsel</b> Begriffe erraten	Kopiervorlage	3	12
	<b>2 Begriffesammlung</b> Wörter und Tätigkeiten finden	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	4	13
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Thema „Kopfbedeckungen“		5	
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Anagramm</b> FLORENTINERHUT	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	5	14
	<b>2 Wahrnehmen – Ordnen – Merken</b> Kopfbedeckungen nach Kategorien ordnen	Bildkarten	6	15-16
	<b>3 Andersherum</b> rückwärts lesen	Wortkarten, evtl. Bildkarten	7	15-17
	<b>4 Buchstabengerüst</b> Wörter mit gleichem Anfangs- und Endbuchstaben finden	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	7	18
	<b>5 Brückenwörter</b> Zusammengesetzte Wörter bilden	Kopiervorlage	8	19
	<b>6 Wortversteck</b> Wörter im Endlostext finden	Kopiervorlage	9	20
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Sprichwörter und Redewendungen</b> Fehler richtigstellen	Kopiervorlage	9	21
	<b>2 Lied</b> Selbstlaute ergänzen	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	10	22



## A Bewegung

### 1 Faltarbeit

#### Übungsanleitung:

Jeder Teilnehmer erhält ein Blatt Zeitungspapier, aus dem ein Papierhut gefaltet wird.

1. Ein rechteckiges Blatt Papier im Hochformat vor sich auf den Tisch legen, sodass die kurze Seite des Rechtecks zu einem zeigt.
2. Das Blatt einmal in der Mitte falten.
3. Das Blatt noch einmal in der Mitte falten (wie einen einfachen Brief).
4. Die letzte Faltung wieder öffnen; die geschlossene Kante liegt vor den Teilnehmern.
5. Die rechte Ecke aufnehmen und zur Mittellinie falten.
6. Schritt 5 mit der linken Ecke wiederholen.
7. Das Blatt um 180° drehen und das unten überstehende Papier (nur das Stück auf dieser Seite) nach oben falten.
8. Die überstehenden Ecken nach rechts und links umklappen.
9. Die Figur umdrehen und auch dort das überstehende Papier nach oben falten und die Ecken umklappen.
10. Um eine bessere Festigkeit zu bekommen, kann man die umgeklappten Ecken noch mit Klebeband fixieren.
11. Den Hut unten auseinanderdrücken und fertig ist die Kopfbedeckung!

#### Was wird trainiert?

- Einstimmung auf das Thema
- Feinmotorik, Geschicklichkeit

#### Alltagstransfer:

Die Finger sind in einem relativ großen Gehirnbereich auf der Großhirnrinde repräsentiert. Bei dieser feinmotorischen Übung werden große Hirnteile aktiviert und auch besser durchblutet. Außerdem wird die Geschicklichkeit der Finger geübt.

#### Weiterführende Vorschläge:

Nachdem der Papierhut gefaltet ist, kann das Lied „Mein Hut, der hat drei Ecken“ gesungen werden (s. Übung A2).



## 2 Lied

### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer singen gemeinsam das Lied „Mein Hut, der hat drei Ecken“ und führen dabei die entsprechenden Bewegungen aus.

Mein Hut, der hat drei Ecken, drei Ecken hat mein Hut.  
Und hätt' er nicht drei Ecken, so wär's auch nicht mein Hut.

#### Bewegungsvorschläge:

mein = mit dem Zeigefinger auf sich zeigen

Hut = sich an den Kopf oder die imaginäre Hutkrempe fassen

drei = drei Finger ausstrecken

Ecken = Ellenbogen mit der Hand berühren

nicht = Kopf schütteln

#### Was wird trainiert?

- Einstimmung auf das Thema
- allgemeine Aktivierung (Durchblutungssteigerung)
- Reaktionsschnelligkeit
- Merken

#### Alltagstransfer:

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

## B Einstimmung

### 1 Rätsel

#### Übungsanleitung:

Zu jeder Hutform gibt es mehrere Umschreibungen eines Begriffs, der jedoch unterschiedliche Bedeutungen hat. Die Hinweise werden den Teilnehmern entweder vorgelesen oder sie lösen die Rätsel auf der Kopiervorlage.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 12

#### Lösungen:

Zylinder, Melone

#### Was wird trainiert?

- Denkflexibilität, Assoziationsfähigkeit
- Erinnern (Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis)
- Abrufstrategien (Einkreisen von Informationen)



## ALLES UNTER EINEM HUT

### Übungen

#### Alltagstransfer:

Wenn die Denkfähigkeit erhalten bleibt, können die Denkrichtung geändert und geistige Sackgassen wieder verlassen werden.

#### Weiterführende Vorschläge:

Ungeübten Teilnehmern werden weitere Hinweise gegeben oder die Antworten mittels Bildern angeboten.

Geübte Teilnehmer suchen noch weitere Kopfbedeckungen, die eine Doppelbedeutung haben (z.B. Sonnenhut, Fingerhut, ...).

## 2 Begriffesammlung

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer suchen möglichst viele Antworten zu vorgegebenen Fragen.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 13

#### Lösungsvorschläge:

1. Barett, Baskenmütze, Chapeau, Cowboyhut, Dreispitz, Fedora, Florentinerhut, Habit, Haube, Helm, Imkermaske, Jakobinerhut, Kippa, Melone, Mitra, Mütze, Panamahut, Schlapphut, Schwesternhaube, Sombrero, Sonnenhut, Stetson, Tropenhelm, Tuch, Turban, Zipfelmütze, Zylinder, ...
2. um den Kopf binden, Fenster putzen, sein Bündel schnüren, eine Verletzung verbinden, einen Knoten machen (um etwas nicht zu vergessen), um den Hals tragen, einen Hut verschönern, als Dreieckstuch verwenden (um einen Arm ruhig zu halten), ...
3. Zuckerhut, Strohhut, Filzhut, Schlapphut, Sonnenhut, Obhut, Vorhut, Nachhut, Landshut, Fingerhut, Damenhut, Herrenhut, ...  
Hutband, Hutfabrik, Hutgeschäft, Hutmacher, Hutschachtel, Hutnadel, Hutschnur, Hutablage, ...

#### Was wird trainiert?

- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis (Dekodierung)
- Wortfindung
- Kreativität (bei der 2. Frage)
- Denkfähigkeit

#### Alltagstransfer:

Ein Thema wird von mehreren Standpunkten aus betrachtet. Es werden möglichst viele Antworten gesammelt.

#### Weiterführende Vorschläge:

Ungeübte Teilnehmer: Wenn die Antworten auf einen Flipchartbogen geschrieben werden, erleichtert dies das Assoziieren. Die Bildkarten von Übung C2 werden als Unterstützung herangezogen oder der Trainer bringt selbst verschiedene Kopfbedeckungen von zu Hause mit.

Geübte Teilnehmer konstruieren aus einigen ausgesuchten Wörtern eine Geschichte (Merktechnik: Geschichtentechnik).