

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: 45
Titel: Ich seh, ich seh ... (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.

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

✉ 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 | www.mgo-fachverlage.de



ICH SEH', ICH SEH' ...



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Pantomime & Entspannung Gegenstände pantomimisch darstellen und Augen entspannen		2	
B Einstimmung	1 Begriffesammlung zusammengesetzte Hauptwörter mit AUGER und BLICK finden	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	2	11
	2 Rätsel Begriffe erraten	Kopiervorlage	3	12
	3 Biografisches Gespräch Thema „Sehen, Augenblick“		4	
	4 Quiz Richtig oder falsch?		5	
C Hauptteil	1 Schüttelanagramme Buchstaben ordnen	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	6	13
	2 Wahrnehmen – Ordnen – Merken Bilder in Kategorien einordnen	Bildkarten	6	14–16
	3 Brückenwörter zusammengesetzte Wörter bilden	Kopiervorlage	7	17
	4 Suchtext AUGER im Text finden	Kopiervorlage	8	18
D Ausklang	1 Sprichwörter und Redewendungen Worttrennungen finden	Kopiervorlage	8	19
	2 Gedichte rückwärts lesen	Kopiervorlage	9	20



ICH SEH', ICH SEH' ...

Übungen

A Bewegung

1 Pantomime & Entspannung

Übungsanleitung: 

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

Variante 1: Ich sehe was, was du nicht siehst

Ein Teilnehmer beginnt mit dem klassischen Spiel und sagt: „Ich sehe was, was du nicht siehst, und das ist ...“ Doch anstatt die Farbe zu sagen, zeigt der Teilnehmer pantomimisch, welchen Gegenstand er meint. Im Plenum wird dann der Gegenstand erraten. Danach ist der nächste Teilnehmer an der Reihe, einen Gegenstand darzustellen.

Variante 2: Entspannungstechnik – Palmieren

Die Hände werden kräftig aneinandergerieben oder durch Hineinblasen erwärmt und danach sehr dicht über die Augen gelegt. Wenn die Hände ganz dicht schließen, werden die Augen geöffnet und man sieht in die warme, dunkle Höhle. Dies dient dazu, die Augen zu entspannen.

Was wird trainiert?

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

Alltagstransfer:

Entspannung und Bewegung – je nach Ausgangsstatus – tragen zum Herstellen des optimalen Aktivierungsniveaus bei. Die Aktivierung des Körpers führt zur Verbesserung der Gehirnaktivität und bereitet auf das nachfolgende Gedächtnistraining vor.

Weiterführende Vorschläge:

Zur Erleichterung kann der Trainer bei der Bewegungspantomime eine Auswahl an Gegenständen, wie bestimmte Küchengeräte oder Werkzeuge, bereitstellen.

B Einstimmung

1 Begriffesammlung

Übungsanleitung: 

Die Teilnehmer suchen zusammengesetzte Hauptwörter mit -AUGE- und -BLICK-. Die Ergebnisse werden mündlich oder am Flipchart gesammelt. Die Kopiervorlage kann den Teilnehmern mitgegeben werden, damit sie sie später im eigenen Tempo bearbeiten können.



→ **M** Kopiervorlage s. Seite 11

Lösungsvorschläge:

1. Wörter mit -AUGE-: Augenwischerei, Augenweide, Augenwinkel, Augenzeuge, Augenzwinkern, Augenzucken, Augentropfen, Augentierchen, Augentrost, Augenstellung, Augenschein, Augenschmerzen, Augenpaar, Augenoperation, Augenmaß, Augenmerk, Augenheilkunde, Augenlicht, Augenlid, Augenklinik, Augenglas, Augenfarbe, Augentzündung, Augencreme, Augenbrauen, Augenblick, Augenaufschlag, Augenarzt, augenfällig, Katzenauge, Hühnerauge, Fettauge, ...
2. Wörter mit -BLICK-: Blickfang, Blickfeld, Blickpunkt, Blickrichtung, Blickkontrolle, Blickwinkel, Einblick, Seitenblick, Überblick, Augenblick, Ausblick, Anblick, Angstblick, Durchblick, Hinblick, Kennerblick, Lichtblick, Panoramablick, Scharfblick, Schlafzimmerblick, Weitblick, Rückblick, nachblicken, vorausblickend, zurückblickend, ...
3. Was man alles mit den Augen machen kann: sehen, starren, schielen, zwinkern, rollen, überdrehen, schließen, aufreißen, blinzeln, ...

Was wird trainiert?

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

Alltagstransfer:

Die Teilnehmer betrachten ein Thema von mehreren Standpunkten aus und sammeln möglichst viele Antworten. Erinnerungen werden geweckt (Einstimmung auf das Thema).

Weiterführende Vorschläge:

Die zusammengesetzten Hauptwörter können auch als Vorbereitung für die Brückenwörter (s. Übung C3) dienen.

Als weitere Variante werden Beschreibungen von Augen und Blicken gesammelt (z.B. groß, klein, engstehend, symmetrisch, lasziv, fröhlich, traurig, ...).

2 Rätsel

Übungsanleitung:

Bei diesen Kurzrätseln (Scherzfragen) muss man die gewöhnlichen Denkwege verlassen, um zu möglichst kreativen Lösungen zu kommen. Die Übung kann mündlich oder schriftlich in Kleingruppen bzw. gemeinsam im Plenum bearbeitet werden.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 12

Lösungsvorschläge:

1. Kontaktlinsen, optische Linsen vom Fotoapparat
2. Katzenauge, Fettauge, Hühnerauge, Pfauenauge, Glasauge, Würfelauge, Auge des Gesetzes, Auge des Sturms
3. Eselsohr



ICH SEH', ICH SEH' ...

Übungen

4. Landzunge, Seezunge
5. Pappnase, Felsnase

Was wird trainiert?

- Dekodierung aus dem Langzeitgedächtnis
- Denkflexibilität
- Kreativität
- Kombinationsvermögen

Alltagstransfer:

Mit diesen Übungen trainiert man das Loslösen von „geistigen Sackgassen“.

Weiterführende Vorschläge:

Einzelne Wörter werden erklärt (z.B. Was ist eine optische Linse?). Die Teilnehmer können noch weitere Beispiele für solche Rätsel suchen.

3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer nehmen zu biografischen oder anderen Fragen Stellung. Ein Reihumfragen sollte dabei vermieden werden. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben, aber nur soviel sie wollen. Wer nichts berichten will, wird nicht zum Erzählen gedrängt. Die Biografiearbeit darf nicht in ein Ausfragen ausarten. Echtes Interesse am Leben der Teilnehmer ist wichtig.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Haben Sie eine Lieblingsbrille?
- Tragen/Tragen Sie Kontaktlinsen?
- Haben Sie einmal ein Fernglas oder ein Opernglas besessen/benutzt?
- Erinnern Sie sich an einen besonders schönen Augenblick in Ihrem Leben. Malen Sie sich diesen mit allen Einzelheiten aus. Wenn Sie möchten, erzählen Sie uns bitte davon.

Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Dekodierung, Erinnern (Langzeitgedächtnis)
- Zuhören
- Stärkung der Ich-Identität

Alltagstransfer:

Gegenseitiges Erzählen von früheren Begebenheiten oder Einstellungen wirkt sich positiv auf das Interesse an den anderen Teilnehmern aus und trägt zur Förderung der Sozialkontakte bei.

Weiterführende Vorschläge:

Geübten Teilnehmern kann der Auftrag erteilt werden, „Detektiv“ im eigenen Leben zu spielen und bis zur nächsten Stunde möglichst viele schöne Augenblicke in ihrem Leben zu finden.