

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: 50
Titel: Zurück zu den Wurzeln (25 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



Zurück zu den Wurzeln

Mag. Monika Puck



© Pixabay.com

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsgeschichte Bewegungen zur Geschichte ausführen		26	
B Einstimmung	1 Wortpaare Wortpaarteile zusammenfügen	• Kopiervorlage	27	39
	2 Assoziationen kein – ohne	• Kopiervorlage	28	40
	3 Biografisches Gespräch Thema „Familie“		28	
	4 Begriffesammlung Themenwort „Kernfamilie“	• Kopiervorlage	29	41
C Hauptteil	1 Wortfragmente Buchstaben ergänzen	• Kopiervorlage	30	42
	2 Wahrnehmen – Merken Bilder einprägen und Fragen beantworten	• Bildkarten	31	43–45
	3 Brückenwörter Familienmitglieder	• Kopiervorlagen	32	47
	4 Anagramm „Ursprungsfamilie“	• Kopiervorlage	33	48
	5 Familienstammbaum Stammbaum vervollständigen	• Kopiervorlage	34	49
D Ausklang	1 Lied Selbstlaute ergänzen	• Kopiervorlage	35	50
	2 Endloszitate Text flüssig lesen	• Kopiervorlage	37	51



Zurück zu den Wurzeln

Übungen

A Bewegung

1 Bewegungsgeschichte

Übungsanleitung:

Bei der folgenden Geschichte sollen immer, wenn bestimmte Begriffe genannt werden, die entsprechenden Bewegungen ausgeführt werden. Die Bewegungen erfolgen im Sitzen. Es ist wichtig, die Bewegungsteile an die Möglichkeiten der Teilnehmer anzupassen.

Mutter:	Den Kopf nach links und rechts drehen, um nach den Kindern Ausschau zu halten.
Vater:	Mit dem Zeigefinger drohen.
Kinder:	Schenkelgang – also immer eine Pobacke anheben.
Familie:	Alle drei Bewegungen gleichzeitig ausführen.

Familienausflug

Am Sonntag beschlossen die **Mutter** und der **Vater** zusammen mit den **Kindern** einen Ausflug zu machen. Die **Mutter** packte eine Brotzeit für die ganze **Familie** ein und holte die Jacken der **Kinder**.

Der **Vater** lud die Sachen ins Auto und schnallte die **Kinder** in ihren Sitzen fest. **Vater** und **Mutter** nahmen vorne, am Fahrer- und Beifahrersitz Platz.

Nach einer Stunde Fahrt begannen die **Kinder** zu quengeln und der **Vater** drohte ihnen, dass sie wieder nach Hause fahren würden. Die **Mutter** hingegen lenkte die **Kinder** mit dem Spiel „Ich seh’ etwas, was du nicht siehst“ ab.

Nachdem die **Familie** beim Tiergarten angekommen war, halfen die **Mutter** und der **Vater** den **Kindern** aus dem Auto.

Der **Vater** schlug vor, zuerst zu den Löwen zu gehen. Die **Mutter** hingegen war dafür, den Eisbären anzusehen.

Die beiden **Kinder** aber wollten als Allererstes den Streichelzoo besuchen.

Nach mehreren Stunden, die die **Familie** im Zoo zugebracht hatte, waren die **Kinder** müde. Der Jüngere musste sogar vom **Vater** zum Auto getragen werden und den Älteren hatte die **Mutter** an der Hand.

Alles in allem war es ein schöner **Familienausflug**.

Was wird trainiert?

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

**Alltagstransfer:**

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

Weiterführende Vorschläge:

Die Reaktion beim Begriff „Familie“ sollte bei *ungeübten Teilnehmern* vereinfacht werden. *Geübte Teilnehmer* können auch eigene Ideen für Bewegungen einbauen.

B Einstimmung**1 Wortpaare****Übungsanleitung:**

Bei dieser Übung werden die fehlenden Teile der Wortpaare ergänzt.

Dazu können diese vergrößert kopiert, ausgeschnitten und laminiert werden. Nun werden je zwei Wortkarten einander zugeordnet.

Die Übung wird mündlich im Plenum oder schriftlich anhand des Arbeitsblattes bearbeitet.

→ M Kopiervorlage s. Seite 39

Lösung:

Das Familientreffen

Gestern machten wir uns mit Sack und **Pack** sowie Kind und **Kegel** auf, um kreuz und **quer** durch Stadt und **Land**, über Stock und **Stein** zu unserem alljährlichen Familientreffen zu fahren.

Die Kinder waren aufgereggt und redeten ohne Punkt und **Komma**. Sie waren Feuer und **Flamme** dafür, ihre Cousinen und Cousins wiederzusehen. Letzten Sommer waren sie wie Pech und **Schwefel**, außer Rand und **Band**. Doch jetzt sind ihre Kinderstreiche natürlich vergeben und **vergessen** und es herrscht wieder Zucht und **Ordnung**.

Als wir ankamen, waren die Damen und **Herren** der Familie schon ganz und **gar** mit den Vorbereitungen beschäftigt. Zur Begrüßung gab es Sekt und für die Kleinen Äpfel und **Birnen**. Alle waren gesund und **munter** und tauschten den neuesten Klatsch und **Tratsch** aus.

Am Abend gab es in Hülle und **Fülle** zu essen, bevor wir zu Kaffee und **Kuchen** übergingen.

Bei Nacht und **Nebel** gingen nach und **nach** alle Familienmitglieder schlafen.

Die Kinder heulten am nächsten Morgen Rotz und **Wasser**, als wir uns verabschiedeten. Doch nächstes Mal, wenn wieder die Einladung mit Brief und **Siegel** kommt, werden wir schlicht und **ergreifend** wieder zu diesem Familientreffen kommen.

Was wird trainiert?

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



Zurück zu den Wurzeln

Übungen

Alltagstransfer:

Schnelles Zugreifen auf gut abgespeicherte Inhalte im Langzeitgedächtnis hilft dabei, sich im Alltag besser und schneller zurechtzufinden.

Weiterführende Vorschläge:

Es können noch weitere Wortpaare gesucht bzw. genannt werden. Die Teilnehmer könnten die Geschichte auch weiter erzählen und dabei möglichst viele Wortpaare einbauen.

2 Assoziationen

Übungsanleitung:

Bei dieser Assoziationsübung suchen die Teilnehmer zu einem vorgegebenen Begriff ein zweites Wort, das sehr oft gemeinsam vorkommt (z. B. KEINE Blumen – OHNE Blüten, Blätter, ...). Die Übung kann im Plenum mündlich oder am Flipchart durchgeführt werden.

→ M Kopiervorlage s. Seite 40

Lösungsvorschläge:

KEIN Vater – OHNE Kind, Spiele, Spaß, Ausflüge, Erziehung, ...
 KEINE Mutter – OHNE Schwangerschaft, gut gemeinte Ratschläge, Fürsorge, ...
 KEINE Kinder – OHNE Spiele, Flausen im Kopf, Neugierde, Abenteuerlust, ...
 KEINE Großeltern – OHNE Enkel, Kuchen, Verwöhnprogramm, ...
 KEINE Geschwister – OHNE Streit, Kleidung auftragen, teilen, spielen, ...
 KEIN Familienausflug – OHNE Freude, Lieder, Fotos, Auto, ...
 KEIN Familientreffen – OHNE Verwandtschaft, Fotos, Essen und Trinken, Klatsch und Tratsch, ...
 KEIN Elternhaus – OHNE Eltern, Kinder, eigenes Zimmer, Tür, ...
 KEINE Familie – OHNE Eltern, Kinder, gemeinsamen Haushalt, Zusammenhalt, ...

Was wird trainiert?

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

Alltagstransfer:

Auch im Alltag ist es wichtig, Zusammenhänge zu erkennen.

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer können weitere „KEIN – OHNE“-Beispiele finden.

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 so viel sie wollen.