

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig ausgearbeitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Aktivierungsmappe Seniorenbetreuung, Ausgabe 13

Vom Getreide zum Brot

Mag. Monika Puck / Dr. Helga Schloffer



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Seniorenbetreuung“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.

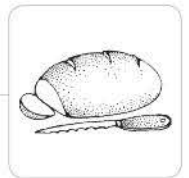


Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-204.

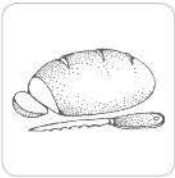
Ihr Team von eDidact



Vom Getreide zum Brot

Mag. Monika Puck / Dr. Helga Schloffer

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation Vom Getreide zum Brot		2	
B Einstimmung	1 KEIN – OHNE Assoziationsübung	• evtl. Flipchart	3	
	2 Biografisches Gespräch Das Thema „Brot“		4	
	3 Begriffe sammeln Wörter zu bestimmten Themengebieten finden	• evtl. Flipchart	4	
C Hauptteil	1 Wahrnehmen – Zuordnen – Merken Wie heißt dieses Brot ...?	• Bildkarten	5	12–13
	2 Anagramm BAECKERMEISTER	• Kopiervorlage	6	14
	3 Wortfragmente Wortbildungsübung	• Kopiervorlage • evtl. Flipchart	7	15
	4 Aktivitäts- und Wahrnehmungsanregung Selbst Brot backen	• Zutaten für Brot	8	
	5 Wortverstecke Konzentrationsübung	• Kopiervorlage	8	16
D Ausklang	1 Gedicht Endlostext unterteilen	• Textvorlage	9	17
	2 Vom Getreide zum Brot Konzentriertes Lesen	• Kopiervorlage • evtl. Flipchart	10	18
Wissenswertes	Rezept für Bauernbrot		11	



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation

Übungsanleitung:

Die Bewegungen werden im Sitzen und nur so weit ausgeführt, wie sie den Teilnehmern gut tun!
Der Umfang der Übung muss an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst werden!

Folgende Geschichte wird von den Teilnehmern in Bewegungen umgesetzt:

Zuerst wird **gesät**.

→ Die Teilnehmer machen großzügige Sähbewegungen mit der rechten und dann mit der linken Hand.

Die Samenkörner **wachsen**.

→ Die Teilnehmer setzen sich gerade hin und strecken die Arme so hoch es geht in die Luft.

Das Getreide wiegt sich **im Wind**.

→ Die Teilnehmer bewegen ihre Oberkörper mit den hoch gestreckten Armen.

Das Getreide wird nun **geschnitten**.

→ Die Teilnehmer ahmen die Schnittbewegung (wie mit einer Sichel) nach.

Anschließend wird das Getreide **gedroschen**.

→ Die Teilnehmer stellen sich das Dreschen vor und überlegen, welche Bewegung dazu passen könnte (z. B. beide Hände an die linke Schulter halten, dann die Arme nach vorne strecken, anschließend beide Hände an die rechte Schulter und wiederum nach vorne strecken).

Dann wird das Getreide **gemahlen**.

→ Die Teilnehmer zeichnen zuerst mit dem rechten, dann mit dem linken Fuß Kreise auf den Boden.

Jetzt ist das Mehl fertig und wird mit den anderen Zutaten **vermischt**.

→ Die Teilnehmer schließen beide Hände zu Fäusten und winkeln die Arme an. Dann beschreiben sie erst mit dem rechten, dann mit dem linken Arm Kreise vor dem Oberkörper.

Nun wird der Teig **geknetet**.

→ Die Teilnehmer winkeln beide Arme an und strecken sie dann nach unten aus, die Hände schließen sich bei der Bewegung nach unten zu Fäusten. Sie wiederholen die Bewegung mehrmals.

Danach wird das Brot zu einem runden Laib **geformt**.

→ Die Teilnehmer zeichnen mit den Händen die Rundung des Brotlaibes nach.

Das Brot wird in den Ofen **geschoben**.

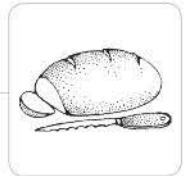
→ Die Teilnehmer beugen sich so gut es geht nach vorn.

Wenn das Brot fertig aussieht, wird es umgedreht und es wird an der Unterseite **geklopft** (um zu sehen bzw. zu hören, ob das Brot schon fertig ist).

→ Die Teilnehmer ahmen mit den Händen die Klopfbewegungen nach.

Jetzt wird das Brot **angeschnitten**.

→ Die Teilnehmer halten mit der einen Hand pantomimisch das Brot, mit der anderen Hand ahmen sie eine Schneidbewegung nach.



Was wird trainiert?

- Koordination
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- Erinnerungsvermögen (Einstimmung auf das Thema)

Alltagstransfer:

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

Weiterführende Vorschläge:

Die Gruppe kann sich weitere Bewegungen überlegen. Es können im Anschluss Brotrezepte und / oder Rezepte für Brotaufstriche ausgetauscht werden. Zur Anregung können Sie auch die Bilder von Brotgerichten im zweiten Teil auf S. 14–16 hernehmen.

B Einstimmung

1 KEIN – OHNE

Übungsanleitung:

Bei dieser Assoziationsübung sollen zu einem vorgegebenen Wort passende Wörter gefunden werden, die eng mit diesem verbunden sind (z. B. KEIN Ofen – OHNE Wärme, Feuer, Hitze, Stein, ...). Die Übung kann mündlich im Plenum oder schriftlich am Flipchart durchgeführt werden.

Lösungsvorschläge:

KEIN Brot	– OHNE Korn, Mehl, Wasser, Salz, Backen, ...
KEIN Korn	– OHNE Aussaat, Erde, Bauer, Ernte, Arbeit, ...
KEIN Teig	– OHNE Mehl, Wasser, Gewürze, Salz, Kneten, ...
KEIN Mehl	– OHNE Getreide, Mühle, Müller, Bauer, Dreschen, ...
KEINE Kruste	– OHNE Teig, Brot, Backen, Backofen, Hitze, ...
KEINE Hefe	– OHNE Bakterien, chemische Prozesse, Vitamin B, ...
KEIN Backen	– OHNE Bäcker, Backofen, Teig, Mehl, Hitze, ...
KEIN Herd	– OHNE Hitze, Wärme, Temperatur, Energie, ...

Was wird trainiert?

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

Alltagstransfer:

Gedankenverbindungen zu bestimmten Begriffen werden aktiviert und können in der Folge leichter abgerufen werden.



Vom Getreide zum Brot Übungen

Weiterführende Vorschläge:

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

2 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. 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 früher selbst Brot gebacken bzw. wurde in Ihrer Familie Brot gebacken?
- Gab es da einen Brotbackofen?
- Können Sie sich an den Geruch von frischem Brot erinnern?
- Kennen Sie das Ritual, zum Einzug in ein neues Haus Brot und Salz zu verschenken? Haben Sie selbst schon einmal Brot und Salz zum Einzug verschenkt?
- Brot ist ein wichtiges Nahrungsmittel – bei welcher Gelegenheit gab es früher bei Ihnen Brot?
- Brot spielt/e auch in der Kirche eine Rolle – kennen Sie Beispiele (z. B. Brot brechen)?

Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Dekodierung (Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis)
- Stärkung der Ich-Identität

Alltagstransfer:

Gegenseitiges Erzählen von früheren Begebenheiten oder Einstellungen fördert das Interesse an den anderen Teilnehmern (Förderung der Sozialkontakte).

Weiterführende Vorschläge:

Zur Anregung kann bei der Biografiearbeit auch Brot verkostet werden. Weitere biografische Fragen finden Sie auch im zweiten Teil auf S. 4.

3 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer sammeln zusammengesetzte Worte mit BROT, Berufe, die mit BROT zu tun haben, und Gerichte mit BROT. Die Ergebnisse können mündlich oder am Flipchart gesammelt werden, dies erleichtert ungeübten Gruppen das weitere Assoziieren.