

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Aktiv & fit von Kopf bis Fuß – Ausgabe 51

Zitronen, Orangen und andere Südfrüchte

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



Zitronen, Orangen und andere Südfrüchte

Dr. Helga Schloffer



© J.Mühlbauer exclus. – Fotolia.com

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Reaktion Sprache und Bewegung	• Netze, Säcke, Bälle	28	
B Einstimmung	1 Kosten und Riechen Südfrüchte schmecken	• Obst • evtl. Kopiervorlage	28	38
	2 Themenwort „Orange“ Begriffe mit gleichem Anfangsbuchstaben finden	• Kopiervorlage	29	39
	3 Biografisches Gespräch Thema „Obst“		30	
C Hauptteil	1 Bildteile zuordnen Bild zusammenfügen	• Kopiervorlagen	30	40, 41
	2 Hauptwörter zusammensetzen Aus Buchstaben Wörter bilden	• Kopiervorlage	31	42
	3 Gemeinsame Zeitwörter Passende Verben suchen	• Kopiervorlagen	32	43
	4 Was passt nicht dazu? Falschen Begriff finden	• Kopiervorlage	32	44
	5 Was stimmt hier nicht? Fehler im Text entdecken	• Kopiervorlage	33	45
D Ausklang	1 Heiße Zitronenlimonade Orangenspunsch Rezepte zubereiten	• Kopiervorlage Zutaten	34	46
	2 Wörter zuordnen Korrekte Ergänzung wählen	• Kopiervorlage	35	47
	3 Wortgerüst Eigenschaften von Obst	• Kopiervorlage	35	48
Wissenswertes	Exotische Früchte		36	



A Bewegung

1 Reaktion

Übungsanleitung:

In Anlehnung an die Netze, in denen Orangen und Zitronen verkauft werden, bringt der Trainer zwei Säckchen (aus dem Bastelbedarf) oder, wenn vorhanden, zwei Netze in Umlauf. In einem der Säckchen/Netze befinden sich drei Bälle, im anderen fünf. Nun werfen oder rollen sich die Teilnehmer diese Säckchen beliebig zu. Wer fünf Bälle erhält, sagt „Orange“, wer drei Bälle erhält, sagt „Zitrone.“ Zur Unterstützung der Aufmerksamkeit können auch Farben verwendet werden, entweder orange/rote und gelbe Bälle oder orange/rote und gelbe Bänder, mit denen die Säcke zugebunden werden.

Was wird trainiert?

- Konzentration
- Koordination
- Reaktionsvermögen
- Merkfähigkeit

Alltagstransfer:

Wer Informationen aus der Umwelt schnell verarbeitet, kann dementsprechend handeln.

Weiterführende Vorschläge:

Geübte Teilnehmer: Ein weicher größerer Ball wird zusätzlich in Umlauf gebracht, mit dem Wort „Ananas.“

Ungeübte Teilnehmer: Die beiden Farben werden auf zwei Durchgänge aufgeteilt, sodass immer nur eine Farbe in Umlauf ist.

B Einstimmung

1 Kosten und Riechen

Übungsanleitung:

Verschiedene Kostproben werden den Teilnehmern angeboten: Auf Teller 1 z. B. Orangen/Blutorangenspalten, auf Teller 2 Mandarinspalten, auf Teller 3 Zitronenscheiben (zum Riechen, falls zu sauer); ebenfalls möglich sind Scheiben/Stücke von Grapefruit, Pampelmuse oder halbierte Kumquats, Stücke von Banane, Ananas oder Mango bzw. Säfte und Marmeladen. Es können auch verschiedene Mandarinsorten zum Vergleich gereicht werden (Mandarine, Satsuma, Clementine). Im Mittelpunkt stehen Genuss und Geschmacksvergleich, dazu sollten auch die ganzen Früchte präsentiert werden, um den Geruch und Tastqualität der Schale wahrzunehmen. Achtung auf eventuelle Allergien! Die Wortkarten können zur Bezeichnung der Früchte angeboten werden.

→ M Kopiervorlage s. Seite 38

**Was wird trainiert?**

- taktile/visuelle Wahrnehmung
- Abrufen von Wissen

Alltagstransfer:

Das bewusste Wahrnehmen erhöht den Genuss im Umgang mit Nahrungsmitteln.

Weiterführende Vorschläge:

Geübte Teilnehmer: Es werden den Teilnehmern zusätzlich unbekannte Früchte angeboten bzw. werden Namen exotischer Früchte gesammelt (s. Wissenswertes).

Ungeübte Teilnehmer: Wortkarten zum Zuordnen werden angeboten, es werden nur gängige Früchte verwendet.

2 Themenwort

Übungsanleitung: 

Mit den Anfangsbuchstaben des Wortes ORANGE werden Begriffe gesammelt, die mit Zitrusfrüchten bzw. Südfrüchten, deren Verwendung und Herkunft, aber auch mit anderen Früchten/Gemüse bzw. gesundheitsförderlichen Maßnahmen zu tun haben.

→ M Kopiervorlage s. Seite 39

Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Wissen abrufen

Lösungsvorschläge:

O– Orangensaft, Orangenmarmelade, Orangenhain, Orangenkiste, Ostasien, Obst,..

R– rein, roh, Rüben, Rettich, rosa, rot, ...

A– Ananas, Avocado, angenehm, Apfel, Aprikosen, Aroma,...

N– Natur, Niger, Nektarine, Nahrungsmittel, Nektar,...

G– Granatapfel, grün, Grapefruit, gesund, Getränk, gelb, Granny Smith,...

E– Erkältung, Earl Grey, Eistee, Erdbeeren, ernten, exotisch, essbar,...

Weitere:

H: Himbeere, Heidelbeere, Holunder, Husten,..

K: Kaki, Karambole, Kompott, Kuchen, Kokosnuss.....

M: Mandarine, Melone, Mango, Maracuja, Marmelade...

S: Saft, süß, sauer, Sahne, Schale, Spalte, Stachelbeeren,...

Z: Zitrone, Zitrusfrucht, Zuckermelone,..

Alltagstransfer:

Spezieller, eventuell selten verwendeter, Wortschatz wird aktiviert und steht aktuell zur Verfügung.

Weiterführende Vorschläge:

Geübte Teilnehmer: Weitere Teesorten werden genannt.

Ungeübte Teilnehmer: Die Wörtersammlung erfolgt ohne Anfangsbuchstaben.



3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:

Das Thema umfasst viele Diskussionsmöglichkeiten, angefangen von den Maßnahmen gegen Erkältungskrankheiten bis zum Erlebnis, die erste Orange zu verspeisen, Vorlieben und Abneigungen etc. Die Richtung wird von den Teilnehmern vorgegeben, aktives, wertfreies Zuhören versteht sich von selbst.

Biografische Fragen - Gesprächsanregungen:

- Waren Zitrusfrüchte/Südfrüchte in Ihrer Kindheit üblich?
- Bekam man sie zu kaufen und wenn ja, wo?
- Können Sie sich an Ihre erste Orange/Banane... erinnern?
- Gab es diese Früchte zu besonderen Anlässen, z.B. zu Nikolaus?
- Mögen Sie Orangen und Mandarinen bzw. Bananen etc.?
- Verwenden Sie auch Zitronen, zum Tee, als Limonade?
- Konnten Sie einen Zitronen/Orangenbaum in freier Natur bewundern oder auch im Glashaus? Hatten Sie eventuell selbst einen zu Hause? Braucht so ein Gewächs besondere Pflege?
- Haben Sie auch andere exotische Früchte gekostet? Mango? Kokosnuss? Granatapfel?..

Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Erinnerungsvermögen
- Soziale Kompetenz

Alltagstransfer:

Spezielles Expertentum bzw. spezielle Vorlieben kommen zum Vorschein, die Teilnehmer lernen sich besser kennen.

Weiterführende Vorschläge:

Welche Geschenke bekamen Sie zu Nikolaus?

C Hauptteil

1 Bildteile zuordnen

Übungsanleitung:

Das Gesamtbild wird gemeinsam betrachtet (die Teilnehmer erhalten zu zweit oder zu dritt ein Bild), um zu diskutieren, welche Früchte zu sehen sind, eventuell können die Wortkarten (KV Seite..) mit angeboten werden. Dann präsentiert man den Gruppen jeweils die Bildausschnitte (in Teilen oder auf der Kopiervorlage), die passenden sollen herausgesucht und der entsprechenden Stel-