

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Aktivierungsmappe Seniorenbetreuung – Ausgabe 16

Der Winter ist ein strenger Mann

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



Der Winter ist ein strenger Mann

Mag. Monika Puck/Dr. Helga Schloffer

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation „Taxi“		2	
	2 Bewegungsimprovisation „Schneeballschlacht“		2	
B Einstimmung	1 Verbinden Sie die Gegenteile!	• Kopiervorlage	3	11
	2 Begriffe sammeln Winter		4	
	3 Biografisches Gespräch Winter in der Kindheit		4	
C Hauptteil	1 Wintergedicht Zeilen zuordnen	• Kopiervorlage	5	12
	2 Gegebener Anfang Wortfindungsübung	• Kopiervorlage	6	13
	3 Bilder zusammensetzen	• Kopiervorlage	6	14
	4 Wörterquadrat Begriffe markieren	• Kopiervorlage	7	15
	5 Versteckte Wörter Konzentriertes Lesen	• Kopiervorlage	8	16
D Ausklang	1 Schneemänner	• Kopiervorlage	8	17
	2 Liedtext Textteile richtig ordnen	• Kopiervorlage	9	18
	3 Gedicht An den Winter	• Kopiervorlage	9	19
Wissenswertes	Schneearten		10	



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation „Taxi“

Übungsanleitung:

Bewegung im Sitzen!

Wichtig: Die Bewegungsteile müssen an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst werden! (Bewegungen nur soweit ausführen, wie sie den Teilnehmern gut tun!)
Der Text kann noch ausgeschmückt und erweitert werden.

Wir stellen uns vor, dass wir auf dem Heimweg von einem heftigen Schneeregen überrascht werden, und versuchen, ein Taxi zu rufen. Als ein Taxi kommt, versuchen wir, seine Aufmerksamkeit auf uns zu lenken.

→ Die TN winken ein paarmal mit der ausgestreckten rechten Hand, dann mit der linken. Diese Übung wird wiederholt. Dann winken die Teilnehmer mit beiden ausgestreckten Händen gleichzeitig.

Doch das Taxi fährt vorbei. Wir frieren und reiben uns die Hände.

→ Einmal ist die rechte Hand oben, dann die linke. Anschließend kreuzen die Teilnehmer die Arme vor der Brust und reiben die Oberarme von unten nach oben und umgekehrt. Mit den flachen Händen werden jetzt die Oberschenkel von oben zu den Knien ein paarmal abgeklopft.

Aber es ist kein Taxi zu sehen.

→ Um besser sehen zu können, legen die Teilnehmer zuerst die rechte, dann die linke Hand wie einen Augenschutz an die Stirn und spähen zur rechten und zur linken Seite ins Schneegestöber.

Auch die Füße werden kalt. Wir beschließen, doch nach Hause zu laufen.

→ Die Teilnehmer treten auf der Stelle. Sie heben die Füße abwechselnd vom Boden und stellen sie wieder ab.

2 Bewegungsimprovisation „Schneeballschlacht“

Übungsanleitung:

Bewegung im Sitzen!

Heute ist es sehr kalt. Das Fenster ist mit Eisblumen bedeckt.

→ Die Teilnehmer hauchen an die Scheibe und versuchen, sich mit kreisenden Bewegungen der linken und der rechten Hand einen Blick nach draußen zu verschaffen.

Draußen toben ein paar Kinder. Die Enkel wollen auch hinaus. Zuerst ziehen sie ihre Mützen an.



→ Die Teilnehmer heben beide Arme an ihren Kopf und ziehen sich die Pudelmütze bis über die Ohren.

Dann schlüpfen die Kinder in ihre Winterjacken.

→ Die Teilnehmer strecken den rechten und dann den linken Arm zur Seite aus und führen beide Arme im Halbkreis zurück vor die Brust.

Jetzt wird der Reißverschluss zugezogen.

→ Die Teilnehmer halten mit der linken Hand die untere Kante der Jacke fest; die rechte Hand fährt hoch bis zum Hals. Die Übung gegengleich wiederholen.

Jetzt ziehen sie die Gummistiefel an.

→ Die Teilnehmer heben den rechten Fuß und ziehen den Stiefelschaft bis zum Knie. Dann wird der linke Stiefel angezogen.

Jetzt stürmen die Kinder in den Garten und machen eine Schneeballschlacht.

→ Die Teilnehmer treten schnell auf der Stelle und nehmen die Arme mit. Sie heben mit beiden Händen Schnee vom Boden auf (nach vorne beugen) und formen Schneebälle. Diese werfen sie nach rechts, nach links, mit nach oben ausgestreckten Armen über den Kopf nach vorne usw.

Was wird trainiert?

- Koordination beider Gehirnhälften
- Konzentration
- Kurzzeitgedächtnis

Alltagstransfer:

Bewegung durchblutet das Gehirn und hilft, geistige Leistungen zu fördern.

Weiterführende Vorschläge:

Wer kann eine lustige Wintergeschichte erzählen/vorspielen?

B Einstimmung

1 Verbinden Sie die Gegenteile!

Übungsanleitung: 

Anhand der Kopiervorlage oder mit Karten sollen die entsprechenden Gegenteile einander zugeordnet werden. Zu „GROSSZÜGIG“ und „SCHARF“ sollen die Teilnehmer selbst das Gegenteil finden.

→ M Kopiervorlage auf Seite 11

Lösungsvorschläge:

MILD – RAU, WEISS – SCHWARZ, HART – WEICH, FLEISSIG – FAUL, WARM – KALT, ÄNGSTLICH – MUTIG, GROSSZÜGIG – GEIZIG/KLEINMÜTIG, SCHARF – STUMPF/MILD



Was wird trainiert?

- Wortflüssigkeit
- Abrufen von Inhalten aus dem Langzeitgedächtnis

Alltagstransfer:

Das regelmäßige Abrufen von Inhalten aus verschiedenen semantischen Feldern fördert die Wortflüssigkeit im Alltag.

Weiterführende Vorschläge:

Weitere Gegenteile werden gefunden.

2 Begriffe sammeln

Übungsanleitung:

Mündlich oder schriftlich werden Begriffe gesammelt, die mit dem Thema „Winter“ (Wetter, heizen usw.) zusammenhängen.

Lösungsvorschläge:

Schnee, Eis, Kälte, Ofen, Holz, ...

Was wird trainiert?

- Wortfindung in einem semantischen Feld
- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis

Alltagstransfer:

Die Aktivierung des passiven Wortschatzes erleichtert die Kommunikation.

Weiterführende Vorschläge:

Zum Thema werden Begriffe mit bestimmten Anfangsbuchstaben gesucht.

3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:

Erinnerungen an Winter ohne den heutigen Komfort können ausgetauscht werden; die Teilnehmer sollten gerne und freiwillig erzählen.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Können Sie sich an die Winter in Ihrer Kindheit erinnern?
- Wie wurde damals geheizt?
- Was war besonders beschwerlich?
- Welche Kleidung hatten Sie?
- Hatten Sie Gelegenheit zum Schlittenfahren?