

## Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

### Aktivierungsmappe Seniorenbetreuung – Ausgabe 19

Rund um die Kartoffel

Dr. Helga Schloffer, Mag. Monika Puck



#### 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](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-204.

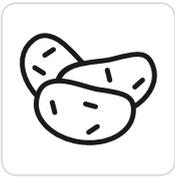
Ihr Team von eDidact



# Rund um die Kartoffel

Dr. Helga Schloffer, Mag. Monika Puck

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Bewegungsreaktion</b> Heiße Kartoffel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kartoffeln</li> </ul>	2	
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 Begriffe sammeln</b> zum Thema „Kartoffeln“	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopiervorlage</li> <li>• evtl. Flipchart</li> </ul>	2	12
	<b>2 Kartoffelquiz</b> Richtig oder falsch?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• evtl. Flipchart</li> </ul>	3	
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Mögen Sie Kartoffeln?		4	
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Wahrnehmungsübung</b> Form und Größe von Kartoffeln	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Kartoffeln</li> <li>• Tablett, Tuch</li> </ul>	5	
	<b>2 Anagramm</b> KARTOFFELGERICHT	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopiervorlage</li> </ul>	5	13
	<b>3 Wahrnehmungs- und Merkübung</b> Kartoffeldruck	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bildkarten</li> </ul>	6	14
	<b>4 Wortfindungs- und Konzentrationsübung</b> Kartoffeldruckbuchstaben	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bildkarten</li> </ul>	7	15
	<b>5 Wortfindungsübung</b> Buchstabengerüst	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopiervorlage</li> </ul>	7	16
	<b>6 Konzentrationsübung</b> Symbole zählen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopiervorlage</li> </ul>	8	17
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Gedicht</b> Rückwärtslesen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopiervorlage</li> </ul>	9	18
	<b>2 Sprüche und Bauernregeln</b> Rund um die Kartoffel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopiervorlage</li> </ul>	10	19
<b>Wissenswertes</b>	Rekorde und Kurioses		11	



## A Bewegung

### 1 Bewegungsreaktion

**Übungsanleitung:**

Die Bewegung erfolgt im Sitzen. Die Bewegungsteile müssen an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst werden. Die angeführten Bewegungen sind als Anregung zu verstehen.

Eine oder mehrere Kartoffeln (roh) mitbringen.

Die Teilnehmer geben die Kartoffeln in der Runde zuerst im Uhrzeigersinn weiter. Wenn der Trainer in die Hände klatscht, wird die Richtung geändert. Wie viele Kartoffeln in Umlauf gebracht werden, hängt vom Leistungsniveau der Teilnehmer ab.

Die Weitergabe mit Wortfindungsübungen kombinieren:

Die Teilnehmer geben nur eine Kartoffel weiter. Bei jeder Weitergabe nennen sie ein Kartoffelgericht oder was ihnen sonst zum Thema „Kartoffel“ einfällt (Kombination von Übungen A1 und B1).

**Was wird trainiert?**

- körperliche Aktivierung (Durchblutungssteigerung)
- Konzentration
- Reaktion
- Wortfindung

**Alltagstransfer:**

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

Schnelle Reaktionsfähigkeit ist in vielen Alltagssituationen gefragt.

**Weiterführende Vorschläge:**

Für *geübte Teilnehmer* können Bewegungskombinationen für die Beine eingebaut werden (z. B. Gehbewegungen bei allgemeinen Assoziationen zum Thema „Kartoffeln“, mit den Zehen tippen bei der Nennung eines Kartoffelgerichts).

## B Einstimmung

### 1 Begriffe sammeln

**Übungsanleitung:**

Die Teilnehmer sammeln Begriffe zum Thema „Kartoffeln“. Die Ergebnisse können mündlich oder am Flipchart gesammelt werden. Eine Kopiervorlage dazu kann den Teilnehmern mitgegeben werden, die später im eigenen Tempo bearbeitet werden kann.



→ M Kopiervorlage siehe Seite 12

### Lösungsvorschläge:

1. mehlig, speckig, festkochend, Kartoffelacker, Erdäpfel, Kipfler, Süßkartoffeln, Trüffelkartoffeln, Heurige, Christa, Salome, Sieglinde, Linda, Futterkartoffeln, Kartoffelkäfer, Acker, Kartoffelblüte, Ernte, Kartoffelsäcke, Kartoffelfeuer, Kartoffelferien, ...
2. Bratkartoffeln, Pellkartoffeln, Kartoffelgratin, Kartoffelpüree, Ofenkartoffeln, Kartoffelgröstel, Kartoffelknödel, Kartoffelklöße, Kartoffelpuffer, Kartoffelsuppe, Kartoffelsalat, Salzkartoffeln, Kartoffelgulasch, Petersilienkartoffeln, Kroketten, Pommes Frites, Kartoffelecken, Kartoffelflan, Kartoffelchips, ...
3. Äpfel, Marillen (Aprikosen), Pfirsiche, Mangos, Papayas, Orangen, Zitronen, Mirabellen, Weintrauben, Erbsen, Tomaten, Zwiebeln, Radieschen, ...

### Was wird trainiert?

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

### Alltagstransfer:

Ein Thema wird von mehreren Standpunkten betrachtet und es werden möglichst viele Antworten gesammelt. Erinnerungen werden geweckt.

### Weiterführende Vorschläge:

Verschiedene Kartoffelarten können als Dekoration und Denkanregung mitgebracht werden.

## 2 Kartoffelquiz

### Übungsanleitung:

Bei dieser Übung soll entschieden werden, ob eine bestimmte Aussage zum Thema „Kartoffel“ richtig oder falsch ist. Dabei steht nicht das Wissen im Mittelpunkt, sondern das Überlegen und Abwägen von Möglichkeiten.

1. Die Pommes Frites stammen aus Belgien. → richtig
2. Die Kartoffel kommt ursprünglich aus Asien. → falsch (sie kommt aus Südamerika)
3. Die Karpfen angelt man am besten mit weich gekochten Kartoffeln. → richtig
4. Für Kartoffelpüree verwendet man festkochende Kartoffeln. → falsch (man verwendet am besten mehligere Kartoffeln)
5. Rohe geriebene Kartoffeln helfen gegen Brandwunden. → richtig (sie entziehen die Hitze und verhindern Brandblasen)
6. Im 19. Jahrhundert wurden die Blüten der Kartoffelpflanzen für Brautsträuße verwendet. → richtig
7. Aus Kartoffelstärke wird Sekundenkleber gemacht. → falsch (Kartoffelstärke wird für Tape-tenkleister verwendet)
8. Ein großer Bestandteil von Sprengstoffen besteht aus Kartoffelstärke. → richtig



## Rund um die Kartoffel

### Übungen

#### Was wird trainiert?

- Dekodieren (Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis)
- Entscheidungsfähigkeit

#### Alltagstransfer:

Wissensinhalte auf ihre Plausibilität zu überprüfen und eine sinnvolle Entscheidung zu treffen, fördert die Lösungsfindung nicht nur bei alltäglichen Anforderungen.

#### Weiterführende Vorschläge:

Vielleicht können die Teilnehmer weitere Aussagen finden, die auf ihre Richtigkeit hin überprüft werden.

## 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. 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:

- Mögen Sie Kartoffeln?
- Haben Sie früher viele Kartoffeln / Kartoffelgerichte gegessen?
- Gibt es Gerichte mit Kartoffeln, die Sie gar nicht mögen? Warum?
- Welche Gerichte mit Kartoffeln mögen Sie am liebsten?
- Haben Sie selber auch Kartoffeln angebaut oder bei der Kartoffelernte geholfen?

#### Was wird trainiert?

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

#### Alltagstransfer:

Gegenseitiges Erzählen fördert das Interesse an den anderen Teilnehmern (Förderung der Sozialkontakte).

#### Weiterführende Vorschläge:

Um die Erinnerungen anzuregen und zu unterstützen, können z.B. Kartoffelchips, Kartoffelrezepte und Kochbücher (mit schönen Bildern von Kartoffelgerichten) mitgebracht werden.