

## Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

### Aktivierungsmappe Seniorenbetreuung – Ausgabe 23

Sehenswürdigkeiten

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



# Sehenswürdigkeiten

Dr. Helga Schloffer / Mag. Monika Puck

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Bewegungsimprovisation „Sehenswürdigkeiten“</b>	• evtl. Bildkarten	2	
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 Begriffe sammeln</b> Sehenswürdigkeiten	• evtl. Flipchart	3	
	<b>2 Biografisches Gespräch</b> Erinnerungen an Sehenswürdigkeiten und Reisen		4	
	<b>3 Zusammengesetzte Wörter</b> Wortfindungsübung	• evtl. Flipchart	4	
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Wahrnehmen – Zuordnen – Merken</b> Bildkarten benennen und ordnen	• Bildkarten, evtl. Blankokarten • Farbkarten im Anhang	5	12–13
	<b>2 Umschreibungen</b> Länder und Städte vorgegebenen Umschreibungen zuordnen	• evtl. Bildkarten	6	
	<b>3 Schüttelanagramm</b> Buchstaben ordnen	• Kopiervorlage, evtl. Bildkarten	7	14
	<b>4 Buchstabengerüst</b> Wortfindungsübung	• Kopiervorlage, evtl. Flipchart	8	15
	<b>5 Wortversteck</b> Konzentrationsübung	• Kopiervorlage	9	16
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Unvollständige Liedtitel</b> Namen von Städten und Ländern ergänzen	• Kopiervorlage	9	17
	<b>2 Gedicht</b>	• Textvorlage	10	18
<b>Wissenswertes</b>	Weltwunder		11	



## A Bewegung

### 1 Bewegungsimprovisation „Sehenswürdigkeiten“

#### Übungsanleitung: (Bewegung im Sitzen!)

Die angeführten Bewegungen sind als Anregung zu verstehen. Den Übungsumfang je nach Leistungsniveau der Teilnehmer auswählen!

**Wichtig:** Die Bewegungsteile müssen an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst werden. Sie sollen Spaß machen!

Wir kennen viele Sehenswürdigkeiten aus Filmen, Vorträgen oder eigenen Besichtigungen. Jetzt werden gemeinsam einige Sehenswürdigkeiten pantomimisch dargestellt (die Bildkarten von C1 können dabei zur Unterstützung gezeigt werden):

Die **Pyramiden von Gizeh**: Drei Pyramiden stehen dicht nebeneinander.

→ Die Teilnehmer zeichnen mit beiden Armen Dreiecke (= Pyramiden) in die Luft: ein Dreieck vor der Körpermitte, ein Dreieck rechts und eines links davon.

Die **Freiheitsstatue in New York**: Sie hält in der rechten erhobenen Hand eine Fackel und in der linken Hand eine Tafel.

→ Die Teilnehmer heben den rechten Arm hoch und schließen die Hand zur Faust. Der linke Arm wird angewinkelt und zeigt vom Körper weg. Evtl. die Haltung der Arme gegengleich wechseln.

Die **Christusstatue in Rio**: Christus breitet die Arme waagrecht aus.

→ Die Teilnehmer heben beide Arme seitlich im 90°-Winkel vom Körper weg. Dann können auch abwechselnd die Arme vor den Bauch genommen und die Hände gefaltet werden (Haltung wechseln und auch die Verschränkung insbesondere der Daumen wechseln).

Die Teilnehmer wiederholen die entsprechenden Übungen. Anschließend lassen sie beide Arme locker hängen und schütteln sie aus.

#### Was wird trainiert?

- Körperwahrnehmung
- Aktivierung des Körpers (Durchblutungssteigerung)
- Erinnerung und 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 Teilnehmer stellen sich weitere berühmte Statuen und ihre Haltung vor und versuchen, sie darzustellen. Es können auch zusätzliche Vorschläge der Teilnehmer in die Bewegungsimprovisation eingebaut werden.



## Bildkarten 2



Pyramiden: © Wikipedia/Ricardo Liberato, Chinesische Mauer: Unsplash.com/Jamie Street, Golden-Gate-Bridge: © Unsplash.com/Maarten van den Heuvel, alle anderen Bilder: © Pixabay.com



## Schüttelanagramm

Bilden Sie aus dem Buchstabendurcheinander Ländernamen!

G	A	N	D	E	L	N

A	N	I	T	E	L	I

D	R	I	N	G	E	L	A	C	H	E	N

R	E	C	H	K	R	I	N	A	F

M	E	R	K	Ä	N	D	A

N	I	C	H	T	E	E	S	C	H

L	I	R	A	S	I	B	E	N

T	A	U	S	E	N	L	A	R	I

P	Y	T	E	N	G	Ä

H	A	N	I	C

E	M	I	R	A	K	A