

## 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 62

Herbstgemüse

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

Ihr Team von eDidact



# Herbstgemüse

Dr. Helga Schloffer



© Pixabay.com

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Bewegungsimprovisation</b> Gartengeschichte		2	
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 Kurzrätsel</b> Gemüse erraten	• Kopiervorlage	3	12
	<b>2 Wörter mit –KOHL– und –GEMÜSE–</b> Zusammengesetzte Begriffe finden	• Kopiervorlage	3	13
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Rund um Gemüse		4	
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Gemeinsame Merkmale</b> Übereinstimmungen erkennen	• Kopiervorlage	5	14
	<b>2 Bildspiel</b> Bildern den passenden Worten zuordnen	• Kopiervorlagen • Bildkarten	5	15–17
	<b>3 Anagrammvariation</b> Ausgangsbegriff GEMUESEGARTEN	• Kopiervorlage	6	18
	<b>4 Welche Gemüse sehen Sie?</b> Bunte Gemüsesammlung	• Kopiervorlagen	7	19–20
	<b>5 Konzentration</b> „Gemüsewörter“ markieren	• Kopiervorlage	7	21
	<b>6 Was stimmt da nicht?</b> Fehler im Rezept suchen	• Kopiervorlage	8	22
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Wörter von A-Z</b> Wörter mit –au– finden	• Kopiervorlagen	9	23–24
	<b>2 Vermischtes</b> Zungenbrecher/Sprichwörter finden	• Kopiervorlage	10	25
<b>Wissenswertes</b>	<b>Möhren – so dünn wie Bleistifte</b>		11	



## A Bewegung

### 1 Bewegungsimprovisation

#### Übungsanleitung:

Die „Gartengeschichte“ wird vorgelesen und die Teilnehmer improvisieren die angesprochenen Bewegungen in ihrem Tempo und gemäß ihrer Mobilität; der Trainer macht mit. Die Bewegungen können im Sitzen durchgeführt werden; eventuell muss auf Arm- und Beinfreiheit geachtet werden.

Heute ist ein sonniger Tag und wir beschließen, unsere herbstliche Gartenarbeit fortzusetzen, die wir tags zuvor begonnen haben. Dazu ziehen wir unsere Gummistiefel an, zuerst den rechten, dann den linken über die Hose. Als wir durch die Türe treten, atmen wir tief durch, denn die Luft ist angenehm mild.

Wir schlendern in aller Ruhe durch den Garten, bleiben beim Blumenbeet stehen und beugen uns zu den dunkelroten Rosenblüten, um zu schnuppern, ein letzter Sommergruß. Weiter gehen wir zum Apfelbaum, wir schauen hinauf, um zu prüfen, wo denn die reifen Äpfel hängen. Ein paar können wir pflücken, wenn wir uns auf die Zehenspitzen stellen; mit der rechten Hand den Stiel vom Zweig gedreht, dann mit der linken Hand.

Zum Glück bauen wir das Gemüse in einem praktischen Hochbeet an, so können wir leichter ernten: Ein großer Salatkopf wird vom Strunk getrennt, wir müssen ihn mit beiden Händen bergen, um ihn in einen großen Korb zu legen. Mit der linken Hand packen wir ein Bündel Schnittlauch und schnippeln es mit der Schere ab – der frische Geschmack passt gut zum grünen Salat. Wir ziehen noch ein, zwei Radieschen aus der Erde und schütteln die Krumen ab. Wir wühlen ein wenig in der Erde, um noch eine große Zwiebel zutage zu fördern; mit der Hand wischen wir die überschüssige Erde ab. Nun ist der Korb voll guter, gesunder Dinge, alle selbst gezogen, mit viel Liebe.

Mit dem Korb in beiden Händen wandern wir zum Haus zurück, stellen den Korb ab und ziehen uns die erdigen Stiefel von den Füßen – mit dem rechten Fuß vom linken und umgekehrt; dann waschen wir uns gründlich die Hände und stellen den Korb in der Küche ab.

#### Was wird trainiert?

- Reaktionsfähigkeit
- Konzentration

#### Alltagstransfer:

Mit den Bewegungen und Visualisierungen wird auf das Thema eingestimmt und Erinnerungen bzw. Wortschatz aktiviert.

#### Weiterführende Vorschläge:

*Geübte Teilnehmer:* Die Teilnehmer zählen auf, was alles geerntet worden ist.

*Ungeübte Teilnehmer:* Die Schritte der Salatzubereitung werden gemeinsam aufgeschrieben.



## B Einstimmung

### 1 Kurzrätsel

#### Übungsanleitung:



Als Einstimmung werden die Rätsel vorgelesen (man kann auch eine Auswahl treffen), jeweils ist ein Gemüse zu erraten.

→ M Kopiervorlage s. Seite 12

#### Lösungen:

1 Kürbis, 2 Möhre / Karotte, 3 Blumenkohl, 4 Zwiebel

#### Was wird trainiert?

- Konzentration
- Wortfindung

#### Alltagstransfer:

Die Hinwendung zu einer akustischen Information und das Einprägen der kurzen Sequenz (in diesem Fall muss man sich bis zur Lösung die bereits gehörten Hinweise merken) unterstützen die Verarbeitung z. B. von Informationen in den Medien oder in einem Telefongespräch.

#### Weiterführende Vorschläge:

*Geübte Teilnehmer:* Die Teilnehmer erfinden selbst Kurzbeschreibungen z. B. zu den Bildkarten in C2.

*Ungeübte Teilnehmer:* Aus den Bildkarten (C2) wird jeweils eine gezogen, dann werden Begriffe dazu genannt (allgemein oder auch nur Gemüse).

### 2 Wörter mit –KOHL– und –GEMÜSE–

#### Übungsanleitung:



Zusammengesetzte Begriffe mit –KOHL– und –GEMÜSE– werden gesammelt, einmal bildet der Begriff den zweiten Teil, einmal den ersten Teil der Wörter. Am meisten Spaß macht die Übung im Plenum. Die Kopiervorlage kann zum Nachbearbeiten mitgegeben werden.

→ M Kopiervorlage s. Seite 13

#### Lösungsvorschläge:

- 1 Blumenkohl, Rot-, Weiß-, Grün-, China-, Sprossen- / Rosen-, Spitz-, ...
- 2 Kohlsuppe, Kohlkopf, Kohlroulade, Kohlgemüse, Kohlrabi, Kohldampf, Kohlfeld, Kohlweißling, Kohlblatt, Kohlmeise, ...
- 3 Dosengemüse, Blatt-, Misch-, Frühlings-, Knollen-, Gefrier-, ...
- 4 Gemüseplatte, Gemüsebrühe, Gemüsesuppe, Gemüsebauer, Gemüsemarkt, Gemüsegarten, Gemüseauflauf, Gemüseeintopf, Gemüseanbau, ...



#### Was wird trainiert?

- Wortfindung

#### Alltagstransfer:

Spezieller Wortschatz wird aktiviert und steht aktuell in der Stunde und im Alltag wieder zur Verfügung.

#### Weiterführende Vorschläge:

*Geübte Teilnehmer und ungeübte Teilnehmer:* Kennen Sie ein besonderes Rezept für eines der genannten Gerichte oder eine spezielle Salatmarinade?

## 3 Biografisches Gespräch

#### Übungsanleitung:



Je nach Interesse und Erfahrungen der Teilnehmer kann das Gespräch sich mit Gartenarbeit und Gemüseanbau beschäftigen, aber auch mit Kochen und Essen. Die Teilnehmer geben oft sehr persönliche Dinge preis. Daher ist es wichtig, wertschätzend zuzuhören.

#### Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Haben / hatten Sie einen Garten?
- Pflanzen / pflanzten Sie auch Gemüse?
- Wenn ja, welches?
- Machte Ihnen die Gartenarbeit Spaß oder hatten Sie den Garten rein zur Versorgung mit Lebensmitteln?
- Welche Arbeiten gab es im Herbst zu erledigen?
- Wurden Gemüse und Obst haltbar gemacht / eingelagert?
- Wenn Sie über keinen Garten verfügen / verfügten, wo haben Sie Gemüse besorgt?
- Welches essen Sie am liebsten, welches mögen Sie gar nicht?
- Haben Sie ein Lieblingsrezept?

#### Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Erinnerungsvermögen
- Soziale Kompetenz

#### Alltagstransfer:

Die Teilnehmer befassen sich bewusst mit den aktuellen Tätigkeiten im Herbst, das stärkt die zeitliche Orientierung. Zudem erinnern sie sich an Kompetenzen und Wissen, das stärkt das Selbstbewusstsein.

#### Weiterführende Vorschläge:

Ein Kartoffelsalat (bzw. auch mehrere Varianten) wird gemeinsam zubereitet und verkostet.