

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Aktivierungsmappe Seniorenbetreuung – Ausgabe 28

Wintersport

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 oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



Wintersport

Dr. Helga Schloffer / Mag. Monika Puck

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsimprovisation „Schlittenfahrt“		2	
	2 Sportpantomime	• Bild- und Wortkarten	3	
B Einstimmung	1 Begriffe sammeln Wintersportarten mit/ ohne Ski, Wintersport- geräte und -ausrüstungen	• evtl. Flipchart	4	17
	2 Rätsel Kurzütsel mit drei Hin- weisen	• evtl. Bild- und Wort- karten (Farbkarten im Anhang)	5	
	3 Biografisches Gespräch Wintersport		6	
C Hauptteil	1 Ordnungsübung Ausreißer finden	• Bild- und Wortkarten (Farbkarten im Anhang)	7	18 – 21
	2 Anagramm WINTERSPORTARTEN	• Kopiervorlage (inkl. Buchstabenkarten) • evtl. Flipchart	8	22
	3 Merkübung	• Bild- und Wortkarten (Farbkarten im Anhang)	9	18 – 21
	4 Wortfindungsübung erster und letzter Buch- stabe sind vorgegeben	• Kopiervorlage • evtl. Flipchart	9	23
	5 Wahrnehmungsübung Fehlersuche	• Kopiervorlage	10	24
	6 Konzentrationsübung versteckte Sportarten	• Kopiervorlage	11	25
D Ausklang	1 Gedicht Schlittenfahrt	• Textvorlage (Buch- stabengerüst)	12	26
	2 Sprichwörter zwei Hinweise – ein Sprich- wort	• Textvorlage	13	27
	3 Lied Auf zur Schlittenfahrt		14	
	4 Gedicht Ruf zum Sport	• Textvorlage	14	28
Wissenswertes	Wintersport historisch		15	



3 Merkübung

Übungsanleitung:

Die Bilder (Bildkarten – auf dickeres Papier vergrößert kopiert und ausgeschnitten) werden den Teilnehmern gezeigt. Zuerst sollen die Begriffe geordnet werden, z. B:

SKI ALPIN: Abfahrt, Slalom

SKI NORDISCH: Langlauf, Skispringen, Biathlon

„SITZEND“: Skibob, Rodeln, Zweierbob

MIT „EIS“ BEGINNEND: Eisschnelllauf, Eiskunstlauf, Eishockey (= mit Schlittschuhen) und Eisstockschießen

Dann werden die Bilder abgedeckt oder umgedreht und gemerkt. Die Anzahl der Bilder richtet sich nach dem Leistungsniveau der Teilnehmer.

Bei *geübten Teilnehmern* sollte zur Ablenkung zwischen Einprägephase und Abrufphase eine Übung angeboten werden.

→ M Bild- und Wortkarten s. Seite 18–21

Was wird trainiert?

- Ordnen, Kategorisieren
- Merkfähigkeit, Kurzzeitgedächtnis

Alltagstransfer:

Ordnung (Gruppieren) hilft beim Wiedererinnern. Da das Kurzzeitgedächtnis immer ca. sieben (+/-2) Merkeinheiten erfassen kann, überlistet man durch das Gruppieren zu zusammengehörenden Einheiten das Fassungsvermögen des Kurzzeitgedächtnisses.

Weiterführende Vorschläge:

Das Bildmaterial kann auch zweimal und eventuell vergrößert kopiert werden, dann kann man mit den Bildkarten auch Memory spielen.

Übungsvariante mit *ungeübten bzw. dementen Teilnehmern*: WAS IST NEU?

Zu Beginn zwei Bildkarten merken, dann eine neue Bildkarte dazugeben und fragen, was neu hinzugekommen ist. Dann kommt wieder eine Bildkarte dazu und wieder wird geklärt, was hinzugefügt wurde (die Übung beenden, sobald die Teilnehmer mit der Anzahl der Bildkarten überfordert wären!).

Übungsvariante mit *geübten bzw. fitten Teilnehmern*: WAS FEHLT?

Hierbei werden zu Beginn alle Karten aufgelegt. Nun werden die Karten abgedeckt und es werden eine oder zwei Karten entfernt. Die Teilnehmer sollen die nun fehlenden Karten nennen. Am Ende der Übung bleiben nur noch eine oder zwei Karten übrig und die Teilnehmer kennen nun alle anderen fehlenden Karten (von sehr geübten Teilnehmern kann auch die richtige Reihenfolge gemerkt werden – Was kam zuletzt weg? Und was davor? etc.).

4 Wortfindungsübung

Übungsanleitung:

Erster und letzter Buchstabe sind jeweils vorgegeben. Die Teilnehmer versuchen, möglichst viele Wörter zu finden, die in dieses Buchstabengerüst passen.



Wintersport Übungen

Die Übung kann gemeinsam im Plenum bearbeitet werden, die Ergebnisse werden auf ein Flipchart geschrieben. Das Arbeitsblatt kann dann später noch von den Teilnehmern mitgenommen werden und im eigenen Tempo können noch weitere Begriffe gefunden werden.

→ M Kopiervorlage s. Seite 23

Lösungsvorschläge:

R_N: Rodeln, Radeln, Rasen, Riesen, reiben, Regen, Rosen, Roggen, Robben, ...

O_L: Orgel, Olivenöl, Original, oral, Orakel, Obdachlosenasyl, Oberschenkel, ...

D_E: Dose, Droge, Dogge, Drohne, Dinge, Diebe, Dahlie, deine, Duftöle, ...

E_D: Elend, erhebend, erquickend, Einband, Ebenbild, Eid, Einöd, Eiland, ...

L_O: Lasso, Logo, Lilo, Lego, Leo, Laudatio, Lido, Lotto, ...

N_R: Nagetier, Neugier, nur, Nasenbär, Neandertaler, Nachtfalter, Narr, Natur, ...

Was wird trainiert?

- Wortfindung
- gezielte Dekodierung aus dem Langzeitgedächtnis

Alltagstransfer:

Die Erhaltung des Wortschatzes ist wichtig für die Aufrechterhaltung aller Sozialkontakte.

Weiterführende Vorschläge:

Mit *ungeübten oder dementen Teilnehmern* werden Begriffe gesucht, die nur mit dem vorgegebenen Buchstaben beginnen sollten (z. B. R, O, D, E, L und N). Die Ergebnisse werden auf ein Flipchart geschrieben.

5 Wahrnehmungsübung

Übungsanleitung:



In Einzel- oder Partnerarbeit werden auf dem Bild die Unterschiede zwischen „Original“ und „Fälschung“ gesucht.

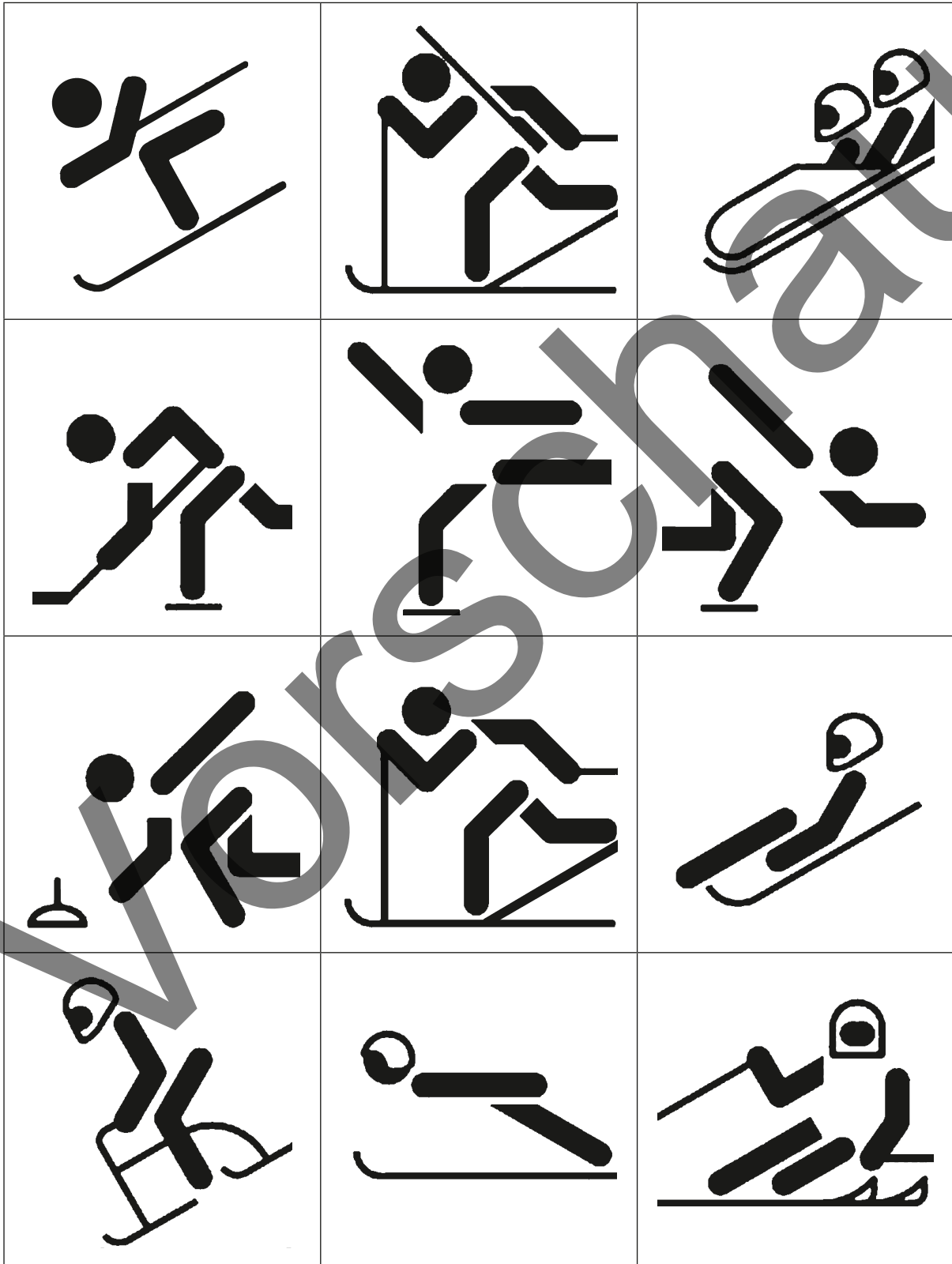
→ M Kopiervorlage s. Seite 24

Lösungen:





Bildkarten





© Harry – stock.adobe.com



© Yeongsik Im – stock.adobe.com



© Wikimedia Commons – Sandro Halank



© .shock – stock.adobe.com



© VIAR PRO studio – stock.adobe.com



© Wikimedia Commons – Martin Rulsch