

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Aktivierungsmappe Seniorenbetreuung – Ausgabe 12

Jahreswechsel

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



Jahreswechsel

Mag. Monika Puck/Dr. Helga Schloffer

Phase	Übung	benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungsübung Pantomime		2	
B Einstimmung	1 Begriffesammlung von A bis Z	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage • evtl. Flipchart 	3	13
	2 Rätsel Glücksbringer		4	
	3 Biografisches Gespräch Thema „Silvester“		4	
	4 Sprichwörter ordnen Thema „Glück“	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage 	5	14
C Hauptteil	1 Wortfragmente mit „Glück“	<ul style="list-style-type: none"> • evtl. Flipchart 	6	
	2 Wortfindungs- und Kreativitätsübung Glücksbringer und Vorsätze	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage • evtl. Flipchart 	6	15
	3 Zuordnungs- und Merkübung Wahrnehmung	<ul style="list-style-type: none"> • Bildkarten 	7	16, 17
	4 Anagrammvariation Schüttelanagramm	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage 	8	18
	5 Konzentrationsübung Wer bekommt welchen Glücksbringer?	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage 	8	19
	6 Lückentext Wunsch zum neuen Jahr	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage 	9	20
D Ausklang	1 Gedicht Rezept fürs neue Jahr	<ul style="list-style-type: none"> • Textvorlage 	10, 11	21
	2 Sprüche und Redewendungen in die richtige Reihenfolge bringen	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlage 	11	22
	3 Gedichte Ein neues Buch, ein neues Jahr / Ich wünsche dir fürs neue Jahr	<ul style="list-style-type: none"> • Kopiervorlagen 	12	23



A Bewegung

1 Bewegungsimprovisation

Übungsanleitung:

Die Bewegungen werden im Sitzen ausgeführt. Sie sind als Anregung zu verstehen. Die Bewegungsteile werden an die Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst und nur soweit ausgeführt, wie sie den Teilnehmern gut tun.

Endlich ist Silvester da und es wird Zeit, an die Vorbereitungen für das Fest zu denken: Die Teilnehmer überlegen sich, was zu einem Silvesterfest gehört, und zeigen es nacheinander pantomimisch. Die ganze Gruppe macht die Bewegung mit. Bei der Wiederholung der Bewegungen ist darauf zu achten, dass die ganze Gruppe teilnimmt und die gesamte Bewegungsreihe wiederholt. Danach kommt eine weitere Bewegung hinzu und wieder werden alle bisherigen Bewegungsfolgen der Reihe nach gemeinsam durchgeführt ... (wie beim Bewegungsspiel „Ich packe meinen Koffer“).

Beispiele für Bewegungen rund um Silvester:

1. Eine Flasche Sekt öffnen.
2. Einen Böller anzünden und sich die Ohren zuhalten.
3. Einen Glücksbringer verschenken.
4. Bleigießen
5. Einander zuprosten und sich die Hände reichen.
6. Sich einen Kuss auf die Wange geben.

Was wird trainiert?

- Koordination
- Erinnerungsvermögen (Einstimmung auf das Thema)
- Fokussierung der Aufmerksamkeit
- Merken der Bewegungsfolgen

Alltagstransfer:

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

Weiterführende Vorschläge:

Entsprechende Bilder können die Bewegungsvorstellung unterstützen (z. B. Flasche Sekt, Böller und Raketen, Glücksbringer, Bleigießfiguren, Sektglas).



Alltagstransfer:

Schnelles Texterfassen bzw. das Entziffern von unvollständigen Wortbildern hilft bei der Orientierung im Alltag.

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer lernen das Gedicht (oder eine Strophe daraus) bis zum nächsten Mal auswendig.

D Ausklang

1 Gedicht

Übungsanleitung:

Beim nachfolgenden Gedicht „Rezept fürs neue Jahr“ von Katharina Elisabeth Goethe (Mutter von Johann Wolfgang von Goethe) ist jedes Wort abwechselnd in Groß- und Kleinbuchstaben geschrieben worden. Dieses Gedicht kann von den Teilnehmern als Konzentrations- und Spaßübung gelöst werden, oder es wird als lustiger Abschluss einfach nur vorgelesen.

→ M Kopiervorlage s. Seite 21

Lösung:

Rezept fürs neue Jahr

Katharina Elisabeth Goethe

Man nehme zwölf Monate,
putze sie sauber
von Neid, Bitterkeit, Geiz, Pedanterie
und zerlege sie in dreißig
oder einunddreißig Teile,
so dass der Vorrat für ein Jahr reicht.
Jeder Tag wird einzeln angerichtet
aus einem Teil Arbeit
und zwei Teilen Frohsinn und Humor.
Man füge drei gehäufte Esslöffel Optimismus hinzu,
einen Teelöffel Toleranz,
ein Körnchen Ironie und eine Prise Takt.
Dann wird die Masse mit sehr viel Liebe übergossen.
Das fertige Gericht schmücke man
mit Sträußchen kleiner Aufmerksamkeiten
und serviere es täglich mit Heiterkeit.



© Wikimedia Commons

Was wird trainiert?

- Konzentration
- akustische Wahrnehmung (beim Vorlesen)



Alltagstransfer:

Beharrlichkeit und Konzentration sind im Alltag wichtig, um bei einer Sache bleiben zu können, ohne immer abgelenkt zu werden.

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer können beim nächsten Treffen selbst ein Gedicht mitbringen; so lassen sich eigene Lebenserinnerungen einbringen. Oder es kann ein lustiges Gedicht, das die Teilnehmer einmal gelernt haben, vorgetragen werden.

2 Sprüche und Redewendungen

Übungsanleitung:

Die Wörter bzw. Satzteile der Sprüche und Redewendungen sollen in die richtige Reihenfolge gebracht werden. Dazu können die Wörter bzw. Satzteile auf Karton und evtl. vergrößert kopiert und dann ausgeschnitten werden. Immer nur ein Sprichwort nach dem anderen lösen.

→ M Kopiervorlage s. Seite 22

Lösungen:

1. DAS GLÜCK DIESER ERDE LIEGT AUF DEM RÜCKEN DER PFERDE.
2. GLÜCK IM SPIEL, PECH IN DER LIEBE.
3. TRAUTES HEIM, GLÜCK ALLEIN.
4. GLÜCK UND GLAS, WIE LEICHT BRICHT DAS.
5. SCHERBEN BRINGEN GLÜCK.

Was wird trainiert?

- leichte Wortfindung
- Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis
- Denkfähigkeit (durch die ungewohnte Reihenfolge mit Ablenkungen zurechtkommen)

Alltagstransfer:

Es kann über die Bedeutung der Redewendungen nachgedacht werden und wie man sie im Alltag benutzt.

Weiterführende Vorschläge:

Bei *ungeübten Teilnehmern* können die einzelnen Redewendungen auf unterschiedlich farbigen Karton gedruckt werden. Dann können sie diese zuerst nach Farben ordnen. Bei *geübten Teilnehmern* können die Worte bzw. Satzteile von zwei Sprichwörtern zusammengemischt werden. Die Teilnehmer lösen dann zwei Sprichwörter gleichzeitig.

Weitere Sprichwörter mit Glück:

- Sein Glück machen.
- Mehr Glück als Verstand haben.
- Glück im Unglück haben.
- Dem Glücklichen schlägt keine Stunde.
- Man kann niemanden zu seinem Glück zwingen.
- Seines eigenen Glückes Schmid sein.