

Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

Bewegt mit Musik – Ausgabe 13

Backe, backe Kuchen

Ralf Glück



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 / 949-410.

Ihr Team von eDidact

Lied 2: „Backe, backe Kuchen“

Durchführung auf einen Blick:



Liedlänge: 2:41 Minuten

Bei der erstmaligen Durchführung benötigen Sie etwas mehr Zeit. Kombinieren Sie das Bewegungslied mit kleinen Zwischengesprächen rund um das Thema Kuchenbacken (Rezepte, Lieblingskuchen).

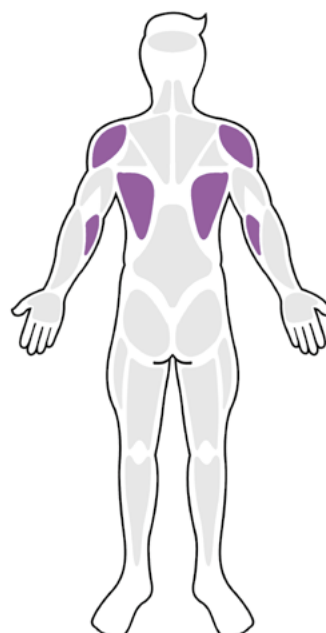
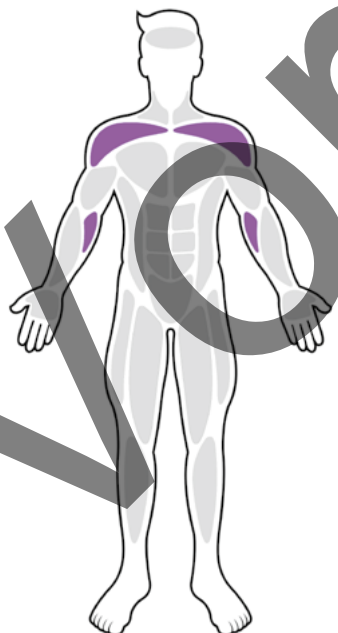
Der Sitztanz kann im Sitzen, Stehen oder Liegen durchgeführt werden. Klären Sie den Einsatz am Bett mit der verantwortlichen Pflegefachkraft ab.

Backe, backe Kuchen erinnert an das bekannte Kinderlied. Im Rap rühren wir fleißig den Teig links- und rechtsherum, sodass dieser soft und fluffig wird.

Trainingsschwerpunkte:

Mobilisation: ●●●●○
Koordination: ●●●●○
Kräftigung: ●●●●○

Ausdauer: ●●○○○
Sturzprophylaxe im Stehen: ●●●○○
Sturzprophylaxe im Sitzen: ●●○○○



- Mobilisation: Schultergürtel und Ellenbogen
- Kräftigung: Bizeps und Schulter

- Mobilisation: Schultergürtel
- Kognitive Koordination

Liedtext (Kopiervorlage):

Backe, backe Kuchen

Backe, backe Kuchen, möcht ich heut versuchen.
Guten Kuchen möcht ich backen, dazu brauch ich leckre Sachen.
Komm, mach mit mir mit.

Ich rühre rechts im Kreis herum, zum Naschen macht den Finger krumm
das Enkelkind Veronika. Sie liebt den Teig, ja das ist klar.
Der Teig, der ist auch lecker süß, man fühlt sich wie im Paradies.
Sie leckt und schleckt die Finger ab. Ich rühr nach rechts, ich mach nicht schlapp.

Nun wechsele ich, rühr andersrum, nach links, das ist ja gar nicht dumm.
So wird der Teig leicht fluffig, soft, das kann ich gut, das mach ich oft.
Doch ab und an, ich gebs ja zu, da nasch auch ich, ich weiß wozu.
Dann lecke ich die Finger ab. Ich rühr nach links, ich mach nicht schlapp.

Eier, Schmalz und Zucker, Salz und Milch und Butter.
Heute werd ich Kuchen backen, dazu brauch ich leckre Sachen.
Komm, mach mit mir mit.

Ich rühre rechts im Kreis herum, auch Opa macht den Finger krumm.
Er nascht so gern, ja, das ist wahr, er liebt den Teig, der wunderbar.
Der Teig ist wirklich lecker süß, er fühlt sich wie im Paradies.
Ich klopf ihm auf die Finger drauf und rühr nach rechts, ihm machts nichts aus.

Nun wechsele ich, rühr andersrum, nach links, das find ich gar nicht dumm.
So wird der Teig leicht fluffig, soft, das kann ich gut, das mach ich oft.
Doch ab und an, ich gebs ja zu, da nasch auch ich, ich weiß wozu.
Dann lecke ich die Finger ab. Ich rühr nach links, ich mach nicht schlapp.

Backe, backe Kuchen, möcht ich heut versuchen.
Guten Kuchen möcht ich backen, dazu brauch ich leckre Sachen.
Komm, mach mit mir mit.

Jetzt rühr ich wieder rechtsherum, auch Fritzchen macht den Finger krumm.
Er nascht so gern, ja, das ist wahr, er liebt den Teig, der wunderbar.
Der Teig ist wirklich lecker süß, er fühlt sich wie im Paradies.
Ich klopf ihm auf die Finger drauf, das stört Fritz nicht, ihm machts nichts aus.

Nun wechsele ich, rühr andersrum, nach links, das find ich gar nicht dumm.
So wird der Teig leicht fluffig, soft, das kann ich gut, das mach ich oft.
Doch ab und an, ich gebs ja zu, da nasch auch ich, ich weiß wozu.
Dann lecke ich die Finger ab. Ich rühr nach links, ich mach nicht schlapp.

Backe, backe Kuchen, backe, backe Kuchen.
Heute back ich Kuchen, ganz 'nen leckeren Kuchen, back 'nen Kuchen mit dir.

Backe, backe Kuchen

Musik & Text: Ralf Gabriel

RapPop: Tempo 118

The musical score is written in 4/4 time with a key signature of one flat (B-flat). It consists of seven systems of music, each with a guitar chord indicated above the staff. The lyrics are written below the notes. A large 'Vorlesen' watermark is overlaid on the page.

System 1: Chord C. Lyrics: Ba-cke, ba-cke Ku-chen, möcht ich heut ver-su-chen. Ei-er, Schmalz und Zu-cker, Salz und Milch und But-ter-chen. Ba-cke, ba-cke Ku-chen, möcht ich heut ver-su-chen.

System 2: Chord C. Lyrics: Gu-ten Ku-chen möcht ich ba-cken, da-zu brauch ich leck-re Sa-chen. Heu-te werd ich Ku-chen ba-cken, da-zu brauch ich leck-re Sa-chen. Gu-ten Ku-chen möcht ich ba-cken, da-zu brauch ich leck-re Sa-chen.

System 3: Chords G⁷ and C. Lyrics: Komm, mach mit mir mit. 1. Ich rüh-re rechts im Kreis her-um, zum. Komm, mach mit mir mit. 2. Ich rüh-re rechts im Kreis her-um, auch. Komm, mach mit mir mit. 3. Jetzt rühr ich wie-der rechts her-um. Auch.

System 4: Chord F. Lyrics: Na-schen macht den Fin-ger krumm, das En-kel-kind Ve-ro-ni-ka. Sie. O-pa macht den Fin-ger krumm. Er nascht so gern, ja das ist wahr, er. Fritz-chen macht den Fin-ger krumm. Er nascht so gern, ja das ist wahr, er.

System 5: Chords G and C. Lyrics: liebt den Teig, ja das ist klar. Der Teig, der ist auch leck-er süß. Man. liebt den Teig, der wun-der-bar. Der Teig ist wirk-lich leck-er süß. Er. liebt den Teig, der wun-der-bar. Der Teig ist wirk-lich leck-er süß. Er.

System 6: Chord F. Lyrics: fühlt sich wie im Pa-ra-dies. Sie leckt und schleckt die Fin-ger ab. Ich. fühlt sich wie im Pa-ra-dies. Ich klopf ihm auf die Fin-ger drauf und. fühlt sich wie im Pa-ra-dies. Ich klopf ihm auf die Fin-ger drauf, das.

System 7: Chord G. Lyrics: rühr nach rechts, ich macht nicht schlapp. Nun. rühr nach rechts, ihm machts nichts aus. Nun. stört Fritz nicht, ihm machts nichts aus. Nun.

Die Bewegungsabläufe im Bild

Backe, backe Kuchen, möcht ich heut versuchen.
Guten Kuchen möcht ich backen, dazu brauch ich leckre Sachen.
Komm, mach mit mir mit.



Wir bewegen die Arme auf und ab.

Dabei klatschen wir in die Hände.

Ich rühre rechts im Kreis herum, zum Naschen macht den Finger krumm
das Enkelkind Veronika. Sie liebt den Teig, ja das ist klar.
Der Teig, der ist auch lecker süß, man fühlt sich, wie im Paradies.
Sie leckt und schleckt die Finger ab. Ich rühr nach rechts, ich mach nicht schlapp.



Wir halten mit dem linken Arm imaginär die Teigschüssel. Mit dem rechten Arm rühren wir den Teig.

Alternativ können wir auch einen Kochlöffel oder eine Hantel zum Rühren verwenden.