

## Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

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

### Kreative Ideenbörse Senioren – Bewegt mit Musik 15

Wer will fleissige Männer sehen

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](mailto:info@edidact.de) oder per Telefon 09221 / 949-410.

Ihr Team von eDidact

## Lied 2: „Wer will fleißige Männer sehn“

Durchführung auf einen Blick:



**Liedlänge: 4:30 Minuten**

Bei der erstmaligen Durchführung benötigen Sie etwas mehr Zeit. Kombinieren Sie das Bewegungslied mit kleinen Zwischengesprächen und dem Thema: Welche Werkzeuge kennen Sie? Sind Sie handwerklich geschickt?

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

Am **11. März** wird weltweit der **„Verehere-Dein-Werkzeug-Tag“** begangen. Handwerklich Begabte „feiern“ Werkzeuge, indem sie z. B. einen Hammer oder eine Säge benutzen oder sich an diesem Tag neues Werkzeug kaufen. Dieses Lied kann sehr gut für das Gedächtnistraining verwendet werden. Können die Teilnehmer sich die Reihenfolge der Werkzeuge merken?

**Trainingsschwerpunkte:**

Mobilisation:



Koordination:



Kräftigung:



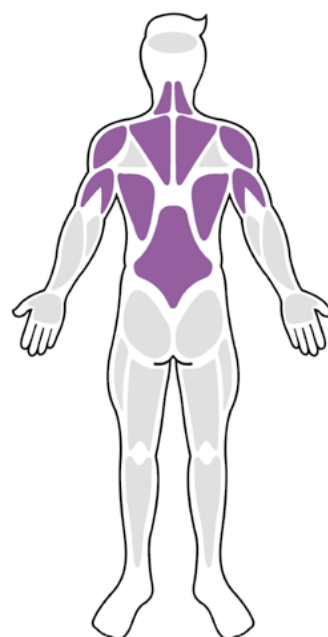
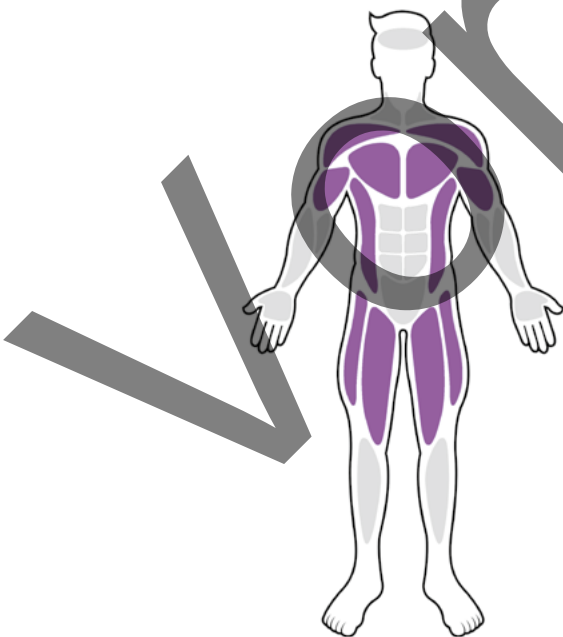
Ausdauer:



Sturzprophylaxe im Stehen:



Sturzprophylaxe im Sitzen:



- Mobilisation Schultergürtel, Ellenbogen, Hüfte
- Kräftigung von Schultergürtel, Trizeps, Bizeps, Quadrizeps und Hüftbeuger

- Mobilisation von Schultergürtel und Hüfte
- Kräftigung von Schultergürtel, Nackenmuskulatur und Latissimus (breiter Rückenmuskel)

Liedtext (Kopiervorlage):

## Wer will fleißige Männer sehn

**1.–7. Wer will fleißige Männer sehn, der muss zu uns nach Hause gehn.**

**Echte Männer kennen sich aus mit Werkzeug für das Haus.**

Schau, sie hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern.

Ja, sie hämmern mit 'nem Hammer auf 'nen Nagel rum.

Ja, sie hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern.

Ja, sie hämmern auf 'nen Nagel rum.

**Wer will fleißige Männer sehn...**

Schau, sie sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen.

Ja, sie sägen mit der Säge auf 'nem Brett herum.

Ja, sie sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen.

Ja, sie sägen auf 'nem Brett herum.

**Wer will fleißige Männer sehn...**

Schau, sie stechen, stechen, stechen, stechen, stechen, stechen, stechen.

Ja, sie stechen mit der Schaufel dir den Garten um.

Ja, sie stechen, stechen, stechen, stechen, stechen, stechen, stechen.

Ja, sie stechen dir den Garten um.

**Wer will fleißige Männer sehn...**

Schau, sie schleifen, schleifen, schleifen, schleifen, schleifen, schleifen, schleifen.

Ja, sie schleifen dir mit Schleifpapier die Wände glatt.

Ja, sie schleifen, schleifen, schleifen, schleifen, schleifen, schleifen, schleifen.

Ja, sie schleifen dir die Wände glatt.

**Wer will fleißige Männer sehn...**

Schau, sie malen, malen, malen, malen, malen, malen, malen.

Ja, sie malen mit dem Pinsel dir die Wände bunt.

Ja, sie malen, malen, malen, malen, malen, malen, malen.

Ja, sie malen dir die Wände bunt.

**Wer will fleißige Männer sehn...**

Schau, sie hacken, hacken, hacken, hacken, hacken, hacken, hacken.

Ja, sie hacken dir mit scharfem Beil das Holz entzwei.

Ja, sie hacken, hacken, hacken, hacken, hacken, hacken, hacken.

Ja, sie hacken dir das Holz entzwei.

**Wer will fleißige Männer sehn...**

Schau, sie mähen, mähen, mähen, mähen, mähen, mähen, mähen.

Ja, sie mähen mit dem Mäher dir das hohe Gras.

Ja, sie mähen, mähen, mähen, mähen, mähen, mähen, mähen.

Ja, sie mähen dir das hohe Gras.

**Wer will fleißige Männer sehn, der muss zu uns nach Hause gehn.**

**Echte Männer sind der Hit, im Handwerk sind sie fit.**

Denn sie hämmern, sägen, stechen, schleifen, malen, hacken, mähen.

Ja, sie halten dir mit viel Geschick das Haus in Form.

Denn sie hämmern, sägen, stechen, schleifen, malen, hacken, mähen.

Ja, sie halten dir das Haus in Form.

## Wer will fleißige Männer sehn

Musik &amp; Text: Ralf Gabriel

Shuffle-Rock 126

C

C F G C

1.+2. Wer will fleißige Männer sehn, der muss zu uns nach Hause gehn.

F G C

Echte Männer kennen sich aus mit Werkzeug für das Haus. Schau, sie Schau, sie

häm- mern, häm- mern, häm- mern, häm- mern,  
sä- gen, sä- gen, sä- gen, sä- gen,

häm- mern, häm- mern, häm- mern. Ja, sie häm- mern mit 'nem Ham- mer auf 'nen  
sä- gen, sä- gen, sä- gen. Ja, sie sä- gen mit der Sä- ge auf 'nem

C

Na- gel rum. Ja, sie häm- mern, häm- mern, häm- mern, häm- mern,  
Brett he- rum. Ja, sie sä- gen, sä- gen, sä- gen, sä- gen,

häm- mern, häm- mern, häm- mern. Ja, sie häm- mern auf 'nen Na- gel rum.  
sä- gen, sä- gen, sä- gen. Ja, sie sä- gen auf 'nem Brett he- rum.

C F G C

3.+4. Wer will fleißige Männer sehn, der muss zu uns nach

C F G

Hau- se gehn. Echte Männer kennen sich aus mit Werkzeug für das

## Die Bewegungsabläufe im Bild

1.–7. Wer will fleißige Männer sehn, der muss zu uns nach Hause gehn.  
Echte Männer kennen sich aus mit Werkzeug für das Haus.  
Schau, sie hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern.  
Ja, sie hämmern mit 'nem Hammer auf 'nen Nagel rum. Ja, sie hämmern, hämmern,  
hämmern, hämmern, hämmern, hämmern, hämmern.  
Ja, sie hämmern auf 'nen Nagel rum.



Wir marschieren in unsere Werkstatt.



Wir hämmern wahlweise mit dem linken, rechten oder beiden Armen gleichzeitig.

Wer will fleißige Männer sehn...  
Schau, sie sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen.  
Ja, sie sägen mit der Säge auf 'nem Brett herum.  
Ja, sie sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen, sägen.  
Ja, sie sägen auf 'nem Brett herum.



Wir marschieren in unsere Werkstatt und sägen wahlweise mit dem linken, rechten oder beiden Armen gleichzeitig.