



Weihnachten – wie es früher einmal war ...

Mag. Monika Puck



© Pixabay.com

Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
A Bewegung	1 Bewegungspantomime		2	
B Einstimmung	1 Weihnachtstraditionen von A bis Z Begriffesammlung	• Kopiervorlage	2	14
	2 Das Weihnachtsgeschenk Wortpaare „Wie Pech und Schwefel“	• Kopiervorlage	4	15
	3 Biografisches Gespräch Weihnachtstraditionen		4	
	4 Buchstabengerüst Erster und letzter Buchstabe sind gegeben	• Kopiervorlage	5	16
C Hauptteil	1 Anagramm „Familientraktion“	• Kopiervorlage	6	17
	2 Bilder wahrnehmen, ordnen und merken Früher und heute	• Bildkarten 1 und 2 (Farbkarten im Anhang)	7	18–19
	3 Hinweirätsel Antworten mit demselben Anfang	• Kopiervorlagen	8	20–21
	4 Suchfeld Konzentration	• Kopiervorlage	9	22
	5 Labyrinth Welches Geschenk ist das richtige?	• Kopiervorlage	10	23
D Ausklang	1 Gedicht vervollständigen Im Text Selbstlaute ergänzen	• Kopiervorlage	11	24
	2 Puzzle Wahrnehmung und Konzentration	• Kopiervorlage	12	25
Wissenswertes	Weihnachtstraditionen		13	



A Bewegung

1 Bewegungspantomime

Übungsanleitung:

Der Trainer kann Anweisungen auf Karten schreiben, die von den Teilnehmenden gezogen und danach pantomimisch dargestellt werden.

- Eine Kerze mit dem Streichholz anzünden
- Eine Kerze ausblasen
- Putzen – zum Beispiel mit einem Besen oder einem Tuch
- Gegenstände an den Weihnachtsbaum hängen
- Ein Weihnachtslied singen
- Ein Geschenk einpacken
- Eine Schleife binden

Was wird trainiert?

- Motorik
- Kreativität
- Hinführung zum Thema

Alltagstransfer:

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

Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmenden können weitere Tätigkeiten finden, die sie pantomimisch darstellen.

B Einstimmung

1 Weihnachtstraditionen von A bis Z

Übungsanleitung:

Bei dieser Wortfindungs- und Assoziationsübung sollen die Teilnehmer alle Begriffe nennen, die ihnen von A bis Z zum Thema „Weihnachtstraditionen“ einfallen. Die Ergebnisse werden am Flipchart oder mündlich gesammelt.

Eine Kopiervorlage kann den Teilnehmern mitgegeben werden, damit später jeder im eigenen Tempo möglichst viele Begriffe finden kann.

→ M Kopiervorlage siehe Seite 14

**Lösungsvorschläge:**

- A:** Anisbögen (klassisches Weihnachtsgebäck aus Österreich), Adventskalender, Adventskranz, Advent, Ave Maria, Adventssingen, ...
- B:** Backen, Basteln, Bescherung, Baumkuchen, Bratapfel, Barbarazweige, ...
- C:** Chorgesang, Christstollen, Christkind, Christbaumschmuck, ...
- D:** Datteln, dekorieren, Dominosteine, Dresdner Stollen, ...
- E:** Engel, Engelshaar, Eiszapfen, einpacken, ...
- F:** Feiertage, Familientreffen, Festessen, ...
- G:** Glocken, Glühwein, Grog, Gaumenfreuden, Genuss, Gerüche, Guetzli (schweizerdeutsches Wort für Kekse oder Plätzchen), ...
- H:** Hirten, Hausputz, Hausschmuck, „Heilige Nacht“, Heiße Schokolade, Herrnhuter Stern, ...
- I, J:** Ingwerkekse, Julklapp (Skandinavische Sitte: kleines Geschenk – unbekannter Geber), jubeln, ...
- K:** Karpfen, Kerzen, Kitsch, Krippe, Krippenspiel, Kurrende, ...
- L:** Lichterketten, Lametta, Lebkuchenhaus, Lieder, ...
- M:** Mette, Mettenwürste, Misteln, Marzipan, Morgenstern, Musik, ...
- N:** Nikolaus, Nikolausstiefel, Nussknacker, Nüsse, Nürnberger Lebkuchen, ...
- O:** Oh du fröhliche, Ornamente, Orgelspiel, Ordnung, ...
- P, Q:** Pfefferkuchenhaus, Plätzchenbacken, Printen, Punsch, Pyramide, ...
- R:** Räuchern, Raunächte, Ruprecht, Rauschgoldengel, ...
- S:** Singen, Stern, Schwibbogen (= Lichterbogen), Spekulatius, Strohstern, stille Nacht, ...
- T:** Tannenbaum, Tradition, ...
- U:** Ungeduld, Überraschung, ...
- V:** Vorfreude, Verkündigung, Verpackung, ...
- W:** Weihnachtsmann, Weihnachtsmarkt, Weihnachtsgans, Weihnachtsgeschenk, Weihrauch, Wichteln, Wunschzettel, ...
- XYZ:** X-Mas, Zapfen, Zimtsterne, ...

Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Dekodieren (Abrufen aus dem Langzeitgedächtnis)

Alltagstransfer:

Wenn zu einem bestimmten Buchstaben Begriffe gesucht werden, wird eine Strategie für das „Es liegt mir auf der Zunge-Problem“ geübt.

Weiterführende Vorschläge:

Wenn den Teilnehmern kein entsprechender Begriff einfällt, kann mit Hinweisen weitergeholfen werden, damit ein passender Begriff gefunden wird. Es müssen nicht alle Buchstaben bearbeitet werden. Es können auch ausgewählte Buchstaben vorgegeben werden oder die Teilnehmer ziehen Buchstaben (Holzbuchstaben aus einem Tastsäckchen oder auf Karten) und zu diesen Buchstaben werden Begriffe gesucht.



2 Das Weihnachtsgeschenk – Wortpaare

Übungsanleitung:

Die Teilnehmenden versuchen, den Text zu lesen und die fehlenden Begriffe zu ergänzen. Die Übung kann auch mündlich durchgeführt werden.

→ M Kopiervorlage siehe Seite 15

Lösungsvorschläge:

fix und fertig/ gut und gerne / ohne Rast und Ruh/ gestieftelt und gespornt/ über Stock und Stein/
Lust und Laune/ in Hülle und Fülle/ hier und da/ hüben und drüben/ Gedeih und Verderb/ ohne
Wenn und Aber/ auf Schritt und Tritt/ mit Kind und Kegel/ Rat und Tat / Klatsch und Tratsch/ kurz
und knapp (gut)/ dreckig und speckig/ Ach und Krach / Haus und Hof/ Dach und Fach/ drunter
und drüber

Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Dekodierung

Alltagstransfer:

Auf gut abgespeicherte Inhalte im Langzeitgedächtnis hat man durch viele Wiederholungen im Laufe des Lebens raschen Zugriff.

Weiterführende Vorschläge:

Es können weitere Wortpaare gesucht/genannt werden (z.B.: Leib und Leben, Lust und Laune, Katz und Maus, Himmel und Hölle, hin und weg, immer und ewig, ...).

3 Biografisches Gespräch

Übungsanleitung:

Die Teilnehmer nehmen zu biografischen oder anderen Fragen Stellung. Ein Reihumfragen sollte dabei vermieden werden. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben, aber nur so viel sie wollen. Wer nichts berichten will, wird nicht zum Erzählen gedrängt. Die Biografiearbeit darf nicht in ein Ausfragen ausarten, echtes Interesse am Leben der Teilnehmer ist wichtig.

Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:

- Gibt es Traditionen, die Sie heute noch an Weihnachten einhalten? (z.B. Essen, Festschmuck, Ablauf der Weihnachtszeit, ...)
- Gibt es Traditionen, die es nur in Ihrer Familie gibt?
- Können Sie sich an eine lustige Begebenheit in der Weihnachtszeit erinnern?
- Welches ist Ihre liebste Weihnachtstradition?

Was wird trainiert?

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Dekodierung, Erinnern (Langzeitgedächtnis)



- Zuhören
- Stärkung der Ich-Identität

Alltagstransfer:

Gegenseitiges Erzählen von früheren Begebenheiten oder Einstellungen wirkt sich positiv auf das Interesse an den anderen Teilnehmern aus und trägt zur Förderung der Sozialkontakte bei.

Weiterführende Vorschläge:

Die Übung kann gut mit der Übung C2 kombiniert werden, indem bei der Besprechung der Bilder die biografischen Fragen gestellt werden. Was war früher üblich und was hat sich über die Zeit verändert?

4 Buchstabengerüst

Übungsanleitung:

Erster und letzter Buchstabe sind vorgegeben, die Teilnehmer suchen Wörter, die in dieses Buchstabengerüst passen. Die Länge der Worte ist dabei den Teilnehmenden überlassen.

Die Übung erfolgt mündlich gemeinsam im Plenum.

Am Arbeitsblatt können die Teilnehmer die Übung später im eigenen Tempo bearbeiten.

→ M Kopiervorlage siehe Seite 16

Lösungsvorschläge:

F_E: Fische, Facette, Falle, Falte, Flasche, Fanfare, Fichte, Feile, Filme, Finne, Finte, Flagge, Flamme, Flicke, Fliegenfalle, Fontanelle, Frage, Franzose, Fuchsie, Fuge, Furie, ...

R_D: Rad, Rand, rapid, rasend, Rekord, reizend, Reitpferd, Rind, rund, Russland, Rückwand, rückblickend, Reiseland, Radstand, ...

E_U: Efeu, Ehefrau, Eigenbau, Eisenbahnbau, Erzbergbau, Emu, Erdbau, Exfrau, eisgrau, Eiweißabbau, Existenzniveau, Ernährungsfachfrau, ...

U_E: Unruhe, Urne, Ulrike, Ukraine, Ukulele, Umfrage, Uhrkette, Uferzeile, Uhrgehäuse, Umwege, Usbeke, Utopie, Unke, Ulme, Urgroßtante, ...

D_R: Doktor, Dachdecker, darunter, drüber, dürr, Dakar, Delir, Dealer, Denker, dankbar, Deckhaar, Dachzimmer, Dalmatiner, Damenfriseur, Damengarnitur, ...

E_F: Einkauf, elf, Erbhof, Einwurf, Eislauf, Eintopf, Entwurf, Eierkopf, Eingriff, Eisentopf, Ethnograf, Erzbischof, Erzählstoff, Eiskunstlauf, Empfangschef, Eiweißbedarf, ...

Was wird trainiert?

- Wortfindung
- Denkflexibilität
- Konzentration