

Sabine Kelkel

10

Minuten Gedächtnistraining mit Senioren

Karten-Set mit Übungen
für die geistige Fitness
in der Altenpflege



Impressum

Titel

10-Minuten-Gedächtnistraining mit Senioren
Karten-Set mit Übungen für die geistige Fitness
in der Altenpflege

Autorin

Sabine Kelkel

Titelbildmotiv und Grafiken im Innenteil

Stoppuhr-Icon © mix3r, Zahnrad-Grafik © rdomino,
Flipchart-Icon © botond1977 – alle Fotolia.com

Druck

Druckzone GmbH & Co KG, Cottbus, DE



Verlag an der Ruhr
Mülheim an der Ruhr
www.verlagruhr.de

© Verlag an der Ruhr 2018
ISBN 978-3-8346-3874-8

Urheberrechtlicher Hinweis

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Der Verlag untersagt ausdrücklich das Herstellen von digitalen Kopien, das digitale Speichern und Zurverfügungstellen dieser Materialien in Netzwerken (das gilt auch für Intranets von Pflege- und Altersheimen sowie Bildungseinrichtungen), per E-Mail, Internet oder sonstigen elektronischen Medien außerhalb der gesetzlichen Grenzen. Keine gewerbliche Nutzung. Zuwiderhandlungen werden zivil- und strafrechtlich verfolgt.

Soweit in diesem Produkt Personen fotografisch abgebildet sind und ihnen von der Redaktion fiktive Namen, Berufe, Dialoge u. Ä. zugeordnet oder diese Personen in bestimmte Kontexte gesetzt werden, dienen diese Zuordnungen und Darstellungen ausschließlich der Veranschaulichung und dem besseren Verständnis des Inhalts.

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle kann keine Haftung für die Inhalte externer Seiten, auf die mittels eines Links verwiesen wird, übernommen werden.

Übersicht der Karten

Wortfindung/Wortschatz

- Abc-Übungen 1
- Buchstaben ergänzen 2
- Reimübung 3
- Schüttelanagramm 4
- Unterbegriffe 5
- Synonyme und Gegensätze 6
- Volle Schlange 7
- Neues Wort gesucht 8

Assoziatives/flexibles Denken

- Assoziieren 9
- Füllwörter 10
- Körperteile und Zahlwörter gesucht 11
- Berühmte Paare und Beinamen gesucht 12
- Buchstaben austauschen 13
- Wortpaare gesucht 14
- Sprichwörter/Redewendungen 15

Benutzte Abkürzungen

Teilnehmer

TN



Übersicht der Karten

Wahrnehmung/Konzentration

Wortspielereien	16
Zahlenspielereien	17
Abc-Suche	18
Zahlen-Suche	19
Buchstabieren	20
Gib „Acht“	21
Wort im Wort	22

Urteilsfähigkeit/Formulieren

Abc-Quiz	23
Abkürzungen	24
Wer muss raus?	25
Begriffe erklären	26
Richtig oder falsch?	27
Wie geht es weiter?	28
A, B oder C?	29



Abc-Übungen

1

Die TN suchen zu den Buchstaben des Alphabets einen männlichen sowie weiblichen Vornamen, einen Familiennamen und eine deutsche Stadt, z. B. **A**nton und **A**gathe **A**lt aus **A**achen, **B**ernd und **B**eate **B**ruch aus **B**ielefeld, **C**lemens und **C**äcilia **C**handoni aus **C**elle ...

Varianten

- 1 Die TN suchen nach dem Abc zuerst weibliche, dann männliche Vornamen, anschließend Familiennamen.
- 2 Berufe nach dem Abc, z. B. **A**rchitekt, **B**äcker, **C**ellist...
- 3 Länder nach dem Abc und eine beliebige Stadt, z. B. **A**ustralien – **C**anberra, **B**elgien – **B**rüssel, **C**osta Rica – **S**an José ...
- 4 Dinge im Haushalt nach dem Abc, z. B. **A**bfalleimer, **B**ratpfanne, **C**hampagnerglas ...
- 5 Sport- und Freizeitbeschäftigungen nach dem Abc, z. B. **A**ngeln, **B**asketball, **C**amping ...
- 6 Automarken/Automodelle nach dem Abc, z. B. **A**udi, **B**MW, **C**hevrolet ...
- 7 Einsilbige Wörter nach dem Abc, z. B. **A**ll, **B**uch, **C**hor ...
- 8 Eigenschaften nach dem Abc, z. B. **a**ngenehm, **b**rünett, **c**harmant ...
- 9 Eigenschaften im Zusammenhang mit Dingen nach dem Abc suchen, z. B. „Ich habe mir ein neues Kleidungsstück gekauft. Wie sieht es aus?“ **a**drett, **b**raun, **c**hampagnerfarben ...

Abc-Übungen

- ⑩ Verben nach dem Abc, z. B. **a**ngeln, **b**ügeln, **c**hartern ...
- ⑪ Orte/Plätze für ein Rendezvous nach dem Abc, z. B. **A**ussichtsturm, **B**aumhaus, **C**ha-Cha-Cha-Tanzkurs ...
- ⑫ Bekannte Personen nach dem Abc. Entweder beginnt der Vorname oder Nachname mit dem jeweiligen Abc-Buchstaben, z. B. **A**lbert Einstein oder Konrad **A**denauer, **B**ertolt **B**recht, **C**harles Philip Arthur George oder Maria **C**allas ...
- ⑬ Blumen, Pflanzen, Bäume nach dem Abc, z. B. **A**kelei, **B**uche, **C**hicoree ...

- ⑭ Erde – Luft – Wasser: Wortspiel nach dem Abc. Bei dieser Variante nennen die TN im Wechsel ein Tier, das auf oder in der Erde lebt, in der Luft fliegt oder im Wasser schwimmt, z. B. **A**meise, **B**uchfink, **C**lownfisch, **D**achs, **E**lster, **F**orelle ...

TIPP Möchten Sie etwas Bewegung mit ins Spiel bringen, führen Sie die Übung mit einem Ball durch, den sich die TN gegenseitig zuwerfen. Dies erfordert von den TN eine wesentlich höhere Denkflexibilität, da sie nicht vorhersehen können, wann sie an die Reihe kommen.

Berühmte Paare und Beinamen gesucht

12

Es gibt viele berühmte Paare, die die TN aus Märchen, Sagen, Büchern, Comics, aus Film und Fernsehen kennen. Geben Sie den TN den Namen einer berühmten Person/Figur vor, diese ergänzen das entsprechende Gegenstück.

1. Bonnie und Clyde
2. Bud Spencer und Terence Hill
3. Don Camillo und Peppone
4. Fred Astaire und Ginger Rogers
5. Gretchen und Faust
6. Napoleon und Josephine
7. Petrus und Paulus
8. Samson und Delilah
9. Tom Sawyer und Huckleberry Finn
10. Daisy und Donald Duck
11. Paola und Kurt Felix

12. Rosa Luxemburg und Karl Liebknecht
13. Siegfried und Roy
14. Thelma und Louise
15. Sissi und Franz Josef
16. Rhett Butler und Scarlett O'Hara
17. Wum und Wendelin
18. Porgy and Bess
19. Othello und Desdemona
20. Grace Kelly und Fürst Rainier von Monaco

TIPP Lassen Sie die TN nach weiteren Paaren suchen. Diese Übung eignet sich auch gut als kleines Wettspiel. Welche Gruppe hat die meisten Paare ohne Doppelnennungen gefunden?

Berühmte Paare und Beinamen gesucht

Variante

Es gibt viele prominente Personen, die einen sogenannten **Beinamen** haben, wie z. B. Lady Diana = „**Königin der Herzen**“. Die TN sollen anhand des Beinamens herausfinden, welche Person gesucht wird. Alternativ kann auch der Name der Person vorgegeben werden und die TN suchen den Beinamen.

1. Aristoteles Onassis = „**Tankerkönig**“
2. Beatles = „**Die Pilzköpfe**“
3. Ilse Werner = „**Frau mit Pfiff**“
4. Mireille Mathieu = „**Spatz von Avignon**“
5. Ludwig der XIV. = „**Sonnenkönig**“
6. Mutter Teresa = „**Engel der Armen**“
7. Gisela Schlüter = „**Die Quasselstrippe**“
8. Helmut Kohl = „**Birne**“

9. Hieronymus Carl Friedrich von Münchhausen = „**Der Lügenbaron**“
10. Gerd Müller = „**Bomber der Nation**“
11. Otto von Bismarck = „**Der eiserne Kanzler**“
12. Helmut Schön = „**Mann mit der Mütze**“
13. Edith Piaf = „**Spatz von Paris**“
14. Emil Zátpek = „**Die tschechische Lokomotive**“
15. Hans Albers = „**Der blonde Hans**“
16. Barbarossa = „**Kaiser Rotbart**“
17. Helmut Zacharias = „**Zaubergeiger**“
18. Franziska van Almsick = „**Goldfisch**“
19. Friedrich Ludwig Jahn = „**Der Turnvater**“
20. Hermann Löns = „**Heidedichter**“



Die TN suchen der Reihe nach die Zahlen von 1 bis 25. Wenn möglich, sollen sie dabei keine Hilfsmittel verwenden, sondern nur mit den Augen suchen.



Varianten

- ① Die TN suchen der Reihe nach die Zahlen von 1 bis 25. Wenn möglich, sollen sie dabei keine Hilfsmittel verwenden, sondern nur mit den Augen suchen. Welche Zahlen kommen doppelt vor?



Lösung (5- 12 - 18 - 24)

3		11	21	7	14
	18		16	24	
9	22	5			1
13		25	8		19
	2		17	23	12
6	20	15	10		4

7	24	3	14	9		5
	12			22	11	
1		25	15	6		18
23	17	10	19		13	
5	21			2		20
12		8	16	18	24	4

Zahlen-Suche

- ② Die TN suchen der Reihe nach Zahlen, die sich durch 3 dividieren lassen. Dabei sollen sie mit der kleinsten, teilbaren Zahl beginnen. Wenn möglich, sollen sie dabei keine Hilfsmittel verwenden, sondern mit den Augen suchen.



Lösung 6 – 18 – 27 – 39 – 48 – 57 – 72 – 93

65	6		93		85
		17			27
5	57		23	72	
17		39			32
	26		41		
48			53		18

- ③ Die TN suchen der Reihe nach Zahlen, die sich gleichzeitig durch 4 und 6 dividieren lassen. Dabei sollen sie mit der kleinsten teilbaren Zahl beginnen. Wenn möglich, sollen sie dabei keine Hilfsmittel verwenden, sondern nur mit den Augen suchen.



Lösung 12 – 36 – 60 – 72 – 96 – 108

8		76		64	72
	36		18		
					78
42		96		12	
	54				
60			108		28

In unserem Sprachgebrauch verwenden wir häufig Abkürzungen. Doch wissen wir auch immer, wie die korrekte Bedeutung einer Abkürzung lautet? Die TN sollen anhand nachfolgender Abkürzungen die korrekte Bedeutung nennen. Anschließend erfinden die TN neue Fantasiessätze für diese Abkürzungen.

Beispiel

BKA

Lösung

Bundeskriminalamt

Beispiel Fantasiessatz

Berta kauft Apfelkuchen.

1. BAT

(Bundesangestelltentarif)

(Bin am Tegernsee.)

2. MTA

(Medizinisch-technische Assistentin)

(Maike tanzt ausgelassen.)

3. DLRG

(Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft)

(Der Lehrer ruft Gisela.)

4. MEZ

(Mittleuropäische Zeit)

(Meine ewige Zeitnot.)

5. BSP

(Bruttosozialprodukt)

(Barbara singt pausenlos.)

6. EKG

(Elektrokardiogramm)

(Erwin küsst Gerda.)

7. AGB

(Allgemeine Geschäftsbedingungen)

(Anton geht baden.)

Abkürzungen

8. ADAC

(Allgemeiner Deutscher Automobil-Club)
(Agathe denkt an Clemens.)

9. SFB

(Sender Freies Berlin)
(Siegmund fährt Bahn.)

10. IOK

(Internationales Olympisches Komitee)
(Irene ordert Kakteen.)

Varianten

- 1 Lesen Sie den TN die Beispiele der vorgegebenen Fantasiensätze vor. Die TN überlegen anhand der Anfangsbuchstaben der Sätze, um welche Abkürzung es sich handelt, und nennen dann deren Bedeutung.

- 2 Die TN nennen Abkürzungen, die ihnen bekannt sind, und erklären deren Bedeutung. Anschließend überlegen sie, welche Sätze oder Wörter man mit den einzelnen Buchstaben bilden kann.

HINWEIS Erfahrungsgemäß nennen die TN bei vielen Abkürzungen bereits Fantasienamen. Lassen Sie diese gelten und überlegen Sie gemeinsam, wie die korrekte Bedeutung lautet. Das Formulieren der Sätze trainiert zusätzlich die Fantasie und Kreativität.

