

Thema: Schokolade, einfach lecker

Tag	Aktivierungsmethode	Übungen	Seite
Montag	Gedächtnistraining	Einleitung Konzentration Reimrätsel Wörter Memory	2 3 4 6, 7
Dienstag	Motogeragogik	Einleitung Hauptteil - Sitzgymnastik mit Schwungtuch	9 11, 12
Mittwoch	Gedächtnistraining	Einleitung Bechermemory Vergleiche Zuordnen	13 14 15 17
Donnerstag	Alltagskompetenzförderung	Einleitung Hauptteil - Schokolade Fondue	19 20
Freitag	Gedächtnistraining	Einleitung Wahrnehmung Zahlenspiel Satzchaos	21 22 23, 24, 25 26, 27

Teilnehmer:innen = TN

MONTAG

Aktivierungsmethode: Gedächtnistraining

Einleitung:

Suchen Sie gemeinsam mit den TN verschiedene Süßigkeiten mit Schokolade. Schreiben Sie die Wörter auf einen Flipchart oder ein großes Blatt Papier. Beginnen Sie nun ein biographisches Gespräch.

Beispiel: Schoko Banane

Schmeckt Ihnen die Schoko Banane?
Wie schmecken Schoko Bananen?
Hatten Sie früher auch Schoko Bananen?
Bekamen Sie früher oft Schoko Bananen?
Von wem bekamen Sie die Schoko Bananen?
Wo konnte man früher Schoko Bananen kaufen?
usw. ...

Vorschläge:

Kinder Schokolade, Ritter Sport, Suchard, Schweizer Schokolade, Giotto, Merci, Raffaello, Manner Schnitten, Katzen Zungen, After Eight, Schweden Bomben, Schoko Bananen, Rum Kugeln, Dragee Keksi, Tortenecken usw. ...

Förderziele:

- Langzeitgedächtnis
- Erinnerungsvermögen
- Wortschatz
- Artikulation
- Ausdrucksfähigkeit

Konzentration

Welche Schokolade fehlt?

ABLAUF:

Bringen Sie verschieden Schokoladen mit. Legen Sie die Schokoladen in die Mitte Ihrer Runde. Die TN betrachten die Schokoladen und merken sich diese. Nehmen Sie nun ein großes Tuch und decken Sie die verschiedenen Schokoladen ab. Entnehmen Sie nun heimlich eine der Schokoladen. Die TN sollen nun erraten welche Schokolade fehlt.

Förderziele:

- Wortfindung
- Konzentration
- Ausdauer
- Merkfähigkeit



Reimrätsel

Finden Sie die Reimwörter.

Sorten gibt es jede Menge,
im Sommer gibt`s darum Gedränge.

Im Geschäft ist alles dort,
ich kauf mir eine ...

Ob groß oder klein,
alle hauen gerne rein.
Habe ich dann den Besen geschwungen,
gönne ich mir ein paar ...

Es gibt für mich wohl keine Norm,
schmecke gut in jeder Form.
Mich mag auch jede Dame
ich bin die ...

Als Tafel oder als Figur,
mit Nüssen oder einfach pur.
Verzicht wäre wirklich schade
ich bin die ...

Lösungen:

Ritter Sport

Katzen Zungen

Schoko Banane

Schokolade

Förderziele:

- Denkprozess aktivieren
- Wortfindung
- Konzentration
- Aufmerksamkeit

Wörtermemory

Schneiden Sie die folgenden Karten aus. Legen Sie die Karten auf den Tisch, die TN suchen nun die beiden zusammengehörigen Karten.

RITTER	SCHOKOLADE
MANNER	ZUNGEN
KINDER	SPORT
KATZEN	EIGHT
AFTER	BOMBEN
SCHWEDEN	SCHNITTEN

RAFFAELLO	KUGELN
SCHOKO	KEKSI
RUM	ECKEN
DRAGEE	KUGELN
TORTEN	BANANEN

Lösungen:

RITTER SPORT

MANNER SCHNITTEN

KINDER SCHOKOLADE

KATZEN ZUNGEN

AFTER EIGHT

SCHWEDEN BOMBEN

RAFFAELLO KUGELN

SCHOKO BANANEN

RUM KUGELN

DRAGEE KEKSI

TORTEN ECKEN

Förderziele:

- Visuelle Wahrnehmung
- Wortfindung
- Denkprozess aktivieren
- Konzentration

DIENSTAG

Aktivierungsmethode: Motogeragogik

Einleitung:

ANAGRAMM

Finden Sie Wörter zu den vorgegebenen Buchstaben.

S.....

C.....

H.....

O.....

K.....

O.....

L.....

A.....

D.....

E.....

Lösungen:

S: Schinken, Schnecke, See, Sonne, singen, Susi, Satz, Sänger, Sonde, schön, Scherben, ...

C: Christus, Christkind, Christine, Christian, Chemie, Chemnitz, Chicago, Christtag, ...

H: Holz, Herkunft, Hirn, Herz, Heimat, heute, Hilfe, Herberge, Holland, Hermagor, ...

O: Otto, Oskar, Ohnmacht, Oslo, Otter, Ordnung, ordnen, Opa, Oma, oder, ...

K: Kärnten, kaufen, Kunst, Kultur, Kairo, Konzert, Klavier, Klarinette, Kapitän, Kresse, ...

O: Ohio, Oberfläche, oberflächlich, Oberhitze, Obergeschoss, Obstkorb, Obstsorte, ...

L: laut, leise, Lust, links, Liechtenstein, Luxemburg, Lärm, Langeweile, lindern, leer, ...

A: Anfang, Auto, Akrobatik, Artikel, Anatomie, Auspuff, Antwerpen, Atlantik, Austria, ...

D: Dora, Dänemark, Ding, Dienstwagen, Dienstplan, Dauer, drei, dumm, Düse, Drang, ...

E: Essen, Energie, Engel, Ernte, Ehrfurcht, Ehrlichkeit, eben, Eber, elf, Esel, Eber, Ende, ...

Förderziele:

- Wortfindung
- Konzentration
- Aktivierung des Denkprozesses

Hauptteil:

Sitzgymnastik mit Schwungtuch

Nehmen Sie das Schwungtuch und lassen Sie jeden TN daran festhalten. Führen Sie nun folgende Übungen aus. Die Übungen werden beliebig oft wiederholt.

Teil 1:

1. Halten Sie das Schwungtuch in beiden Händen und schütteln Sie ihre Arme aus.
2. Heben Sie ihre Arme
3. Ziehen Sie die Schultern hoch und senken Sie die Schultern wieder
4. Bewegen Sie ihre Arme abwechselnd nach links und rechts
5. Kreisen Sie ihre Unterarme vor Ihrem Körper
6. Senken Sie das Schwungtuch in Richtung Boden
7. Heben Sie das Schwungtuch wieder bis zu Ihrer Mitte
8. Strecken Sie Ihre Arme aus
9. Ziehen Sie Ihre Arme wieder zu Ihrem Körper
10. Senken Sie das Schwungtuch wieder Richtung Boden
11. Bewegen Sie Ihre Arme nach links
12. Bewegen Sie Ihre Arme nach rechts

Kurze Pause

Bestimmen Sie eine Zahl (z.B.: 4), jeder TN addiert nun dieselbe Zahl (z.B.:3)

4+3=7, 7+3=10, 10+3=13, 13+3=16 usw. ...

Sie können diese Übung beliebig oft mit verschiedenen Zahlen durchführen.

Teil 2:

13. Nehmen Sie erneut das Schwungtuch in Ihre Hände
14. Geben Sie einen Ball in das Schwungtuch
15. Schütteln Sie das Schwungtuch
16. Werden Sie immer schneller
17. Heben Sie Ihre Hände
18. Senken Sie Ihre Hände
19. Werden Sie immer schneller
20. Reichen Sie Ihre Hände in Richtung Boden
21. Ziehen sie Ihre Hände wieder zu Ihrer Mitte
22. Werden Sie immer schneller
23. Geben Sie nun mehrere Bälle in das Schwungtuch
24. Schütteln Sie kräftig Ihre Hände
25. Drehen Sie Ihre Hände abwechselnd nach links und rechts
26. Falls mobile TN an dieser Stunde teilnehmen, können diese abwechselnd in das Schwungtuch steigen und versuchen einen Ball zu fangen.

Förderziele:

- Feinmotorik
- Grobmotorik
- Fingerfertigkeit
- Förderung der Durchblutung
- Kraftdosierung
- Körperwahrnehmung
- Gedächtnistraining

MITTWOCH

Aktivierungsmethode: Gedächtnistraining

Einleitung:

Schreiben Sie folgenden Satz auf den Flipchart oder ein großes Blatt Papier.

ICH ESSE GERNE ...

ANLEITUNG:

Jeder TN nennt eine Schokoladeart und wiederholt stets alle vorherigen Schokoladearten.

Beispiel:

Ich esse gerne Kinderschokolade.

Ich esse gerne Kinderschokolade und Raffaello.

Ich esse gerne Kinderschokolade, Raffaello und After Eight.

Ich esse gerne Kinderschokolade, Raffaello, After Eight und Schoko Bananen.

usw. ...

Förderziele:

- Erinnerungsvermögen
- Wortfindung
- Merkfähigkeit
- Konzentration
- Aufmerksamkeit

Bechermemory

Finden Sie die beiden gleichen Schokoladesorten.

ANLEITUNG:

Bringen Sie 14 Becher mit. Stellen Sie die Becher verkehrt in die Mitte Ihrer Runde. Geben Sie nun unter jeden Becher eine Schokolade. Es müssen immer 2 gleiche Schokoladesorten vorhanden sein (14 Becher, 7 Sorten – je 2 Stück). Die TN decken nun jeweils 2 Becher auf. Finden Sie die zwei gleichen Schokoladesorten, dürfen Sie diese behalten. Wer am Ende des Spieles die meisten Schokoladesorten gefunden hat, ist der Sieger.

Spielverlauf wie beim klassischen Memory Spiel.

Schokoladesorten: (Beispiel)

2x Rum Kugeln

2x After Eight

2x Schoko Bananen

2x Raffaello

2x Kinderschokolade

2x Dragee Keksi

2x Katzen Zungen

Förderziele:

- Konzentration
- Merkfähigkeit
- Aufmerksamkeit
- Kurzzeitgedächtnis
- Ausdauer

Vergleiche

Vergleichen Sie die erste und zweite Spalte. Finden Sie den Unterschied.

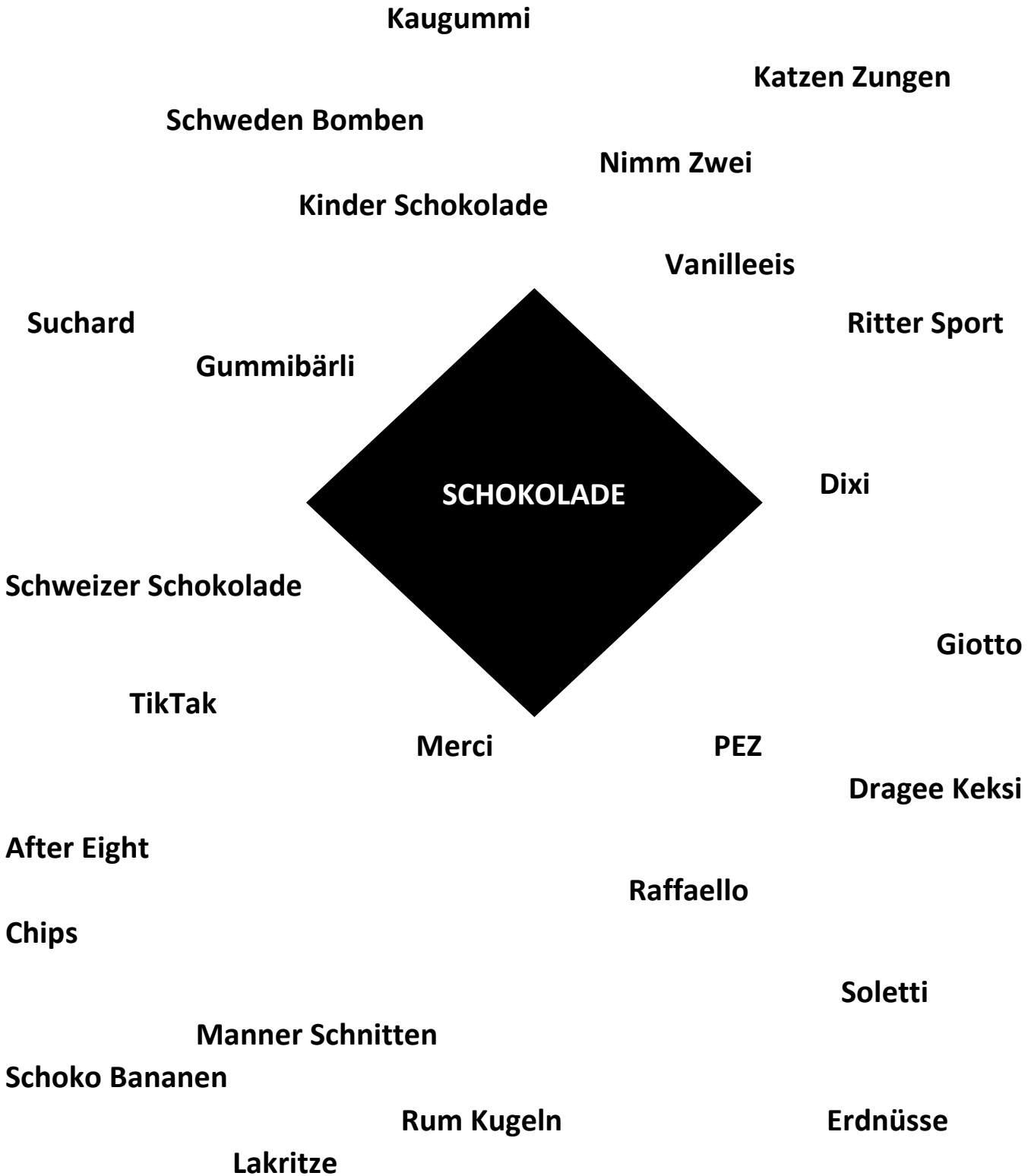
ScHoKOlade	ScHOKOlade
rAFfaello	rAFfaello
mANner	maNner
AFthER eiGht	AFthEr eiGht
rUM kUgEln	rUM kugEln
mERci	meRci
riTter sPOrt	ritter sPOrt
giOTto	giOtto

Lösungen:Sch**o**KolaDeraFfaEl**O**m**A**NneraF**thER** eightru**M** k**U**gElnM**ER**clri**T**ter sp**O**rtGi**O**T**tO**Förderziele:

- Visuelle Wahrnehmung
- Konzentration
- Ausdauer

Zuordnen

Welche der folgenden Süßigkeiten sind aus Schokolade?



Lösungen:

Kinder Schokolade
Ritter Sport
Suchard
Schweizer Schokolade
Giotto
Merci
Raffaello
Manner Schnitten
Katzen Zungen
After Eight
Schweden Bomben
Schoko Bananen
Rum Kugeln
Dragee Keksi

Förderziele:

- Visuelle Wahrnehmung
- Wortfindung
- Konzentration
- Denkprozess aktivieren

DONNERSTAG

Aktivierungsmethode: Alltagskompetenzförderung

Einleitung:

Wortkette:

Nennen Sie eine Schokoladeart. Die TN suchen nun mit dem letzten Buchstaben eine neue Schokoladeart. Sie können diese Übung mehrmals mit verschiedenen Wörtern wiederholen.

Vorschläge:

Ritter Sport, Tortenecken, Nürnberger Lebkuchen, Noisette, Erdbeerschokolade, usw. ...

Förderziele:

- Denkprozess aktivieren
- Wortfindung
- Konzentration
- Aufmerksamkeit

Hauptteil:

Schokolade Fondue

Bereiten Sie gemeinsam mit den TN ein Schokolade Fondue zu und verköstigen Sie dieses im Anschluss.

Zutaten Schokosauce: (ca. 6 Personen)

600 g Schokolade

600 ml Sahne

60 ml Orangensaft

Früchte nach Geschmack und Saison

Anleitung:

- Waschen und schneiden Sie die Früchte
- Schokolade zerkleinern und über einem Wasserbad schmelzen
- Sahne und Orangensaft leicht aufkochen
- Geschmolzenen Schokolade zu Sahne - Orangensaftgemisch zugeben

Gutes Gelingen 😊

Geben Sie die Schokosauce für jeden TN in eine Tasse, mit einer Gabel können die TN nun die Früchte in die Schokosauce eintauchen.

Förderziele:

- Feinmotorik
- Mitbestimmung
- Erinnerungsarbeit
- Gedächtnistraining
- Auge – Handkoordination
- Erfolgserlebnis
- Sinneswahrnehmung

FREITAG

Aktivierungsmethode: Gedächtnistraining

Einleitung:

Suchen Sie Wörter mit SCHOKO ...

Beispiel: Schoko –

Schokoladeeis, Schokoladetorte, Schokoladekuchen, Schokolademousse, Schokoladehase, Schokoladeguss, Schokoladesauce, Schoko Banane, Schoko Breze, Schokoladeglasur, Schoko Kuss, Schokolade Raspel, Schoko Brunnen, Schokolade Riegel, Schokoladegeschmack, Schokolade Dragee, Schokoladefleck, Schokohülle, usw. ...

Förderziele:

- Wortfindung
- Konzentration
- Wortschatz

Wahrnehmung

Sortieren Sie die verschiedenen Schokolade Sorten.

Anleitung:

Bringen Sie verschiedene Schokolade Sorten und einige Schüsseln mit. Legen Sie die Schokolade Sorten vermischt vor die TN. Die TN geben nun jeweils die gleichen Schokolade Sorten in die einzelnen Schüsseln.

Schokolade Sorten: (Beispiel)

Kinder Schokobons

Giotto

Merci

Raffaello

After Eight

Rum Kugeln

Dragee Keksi

Förderziele:

- Wahrnehmung
- Feinmotorik
- Konzentration
- Ausdauer
- Aufmerksamkeit



Zahlenspiel

Schneiden Sie folgende Zahlenkarten aus und laminieren Sie die Karten.

Anleitung:

Drehen Sie alle Karten um. Bestimmen Sie eine Ausgangszahl. Ein TN dreht nun ein Rechenzeichen und eine Zahl um. Das Ergebnis ist die nächste Ausgangszahl.

Beispiel:

Ausgangszahl ist 28. TN zieht das Rechenzeichen + und die Zahl 6.

$$28+6=34$$

Neue Ausgangszahl ist 34.

Nächster TN zieht das Rechenzeichen – und die Zahl 3.

$$34-3=31$$

usw. ...

Förderziele:

- Aufmerksamkeit
- Konzentration
- Denkprozess aktivieren
- Zahlenverständnis
- Mathematisches Denken

<p>1</p>	<p>2</p>
<p>3</p>	<p>4</p>
<p>5</p>	<p>6</p>

7	8
9	0
+	-

Satzchaos

Bilden Sie aus den folgenden Wörtern jeweils einen Satz.

schmeckt den Schokolade gut
Kindern

Süßes gibt Dessert es oft als

Es roten ist in einer Tüte

Im Sommer es sehr lecker
schmeckt

Die backt Mutter Schokokuchen

Hose
Auf ist ein Schokofleck meiner

Lösungen:

Schokolade schmeckt den Kindern gut.

Süßes gibt es oft als Dessert.

Es ist in einer roten Tüte.

Im Sommer schmeckt es sehr lecker.

Die Mutter backt Schokokuchen.

Auf meiner Hose ist ein Schokofleck.

Förderziele:

- Visuelle Wahrnehmung
- Konzentration
- Ausdauer
- Wortschatz
- Satzbildung

Teilweise übernommen in abgewandelter Form von:

Natali, (14. Juni 2017). *Homepage*. Abgerufen am 22. April 2023 von <https://mal-alt-werden.de/lust-auf-was-suesses-aber-was-ein-reimraetsel-fuer-das-gedaechtnistraining/>

Schloffer, H. & Puck, M. (2014). *Aktiv & fit von Kopf bis Fuß: Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren*. München: Olzog Verlag.

Natali, (6. Oktober 2011). *Homepage*. Abgerufen am 15. März 2023 von <https://mal-alt-werden.de/sitzgymnastik-fuer-arme-und-haende/>

Schloffer, H. & Puck, M. (2019). *Aktiv & fit von Kopf bis Fuß: Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren*. München: Olzog Verlag.