

Wie Sand am Meer...

Biografische Fragen

Die biografischen Fragen dienen als Anregung für ein geleitetes Einstiegsgespräch. Es lohnt sich Material zum Thema anzubieten um das Gespräch anzuregen.

Beispiele für gesprächsanregendes Material: Sand, Muscheln, Wasser (in einer Wanne o.Ä.), Fotos vom Meer, Strandgut, Meerestieren etc., Badesachen, Schwimmring...

Mögen Sie das Meer?

Sind Sie früher in ihrem Urlaub ans Meer gefahren?

Leb(t)en Sie womöglich am Meer?

Woran denken Sie als erstes, wenn Sie das Wort „Meer“ hören?

Welche Meere kennen Sie bzw. Haben Sie schon einmal besucht?

Gehen Sie gerne im Meer schwimmen?

Was finden Sie am Meer besonders schön? Was gefällt Ihnen gar nicht?

Um die Ecke gedacht

Bei dieser Übung für das Gedächtnistraining mit Senioren geht es darum "um die Ecke zu denken". Die Lösung ist jeweils etwas, das sich auf das Wort "Meer" reimt.

1. Optimisten sagen, das Glas sei halb voll, die Pessimisten meinen dagegen es sei die Hälfte von mir.
(Lösung: Leer)
2. Ich bin nicht waagrecht, und auch nicht senkrecht. Ich bin eher etwas zwischen den beiden.
(Lösung: Quer)
3. Im Mittelalter bestand ich aus freien Bauern, Rittern und anderen Gefolgsleuten. Die Stärksten von uns wurden zur Zeit Napoleons aufgestellt.
(Lösung: Heer)

4. Weniger ist manchmal so wie ich es bin.
(Lösung: Mehr)
5. Früher wurden Straßen mit mir gebaut, heute bin ich dort verboten. Etwas mir sehr ähnliches landete auf den Schultern einer Marie in einem Märchen.
(Lösung: Teer)

Mitsprechgedicht

Ich mag das blaue weite Meer

ich mag es so zu sagen... *sehr*.

Ich mag die tosenden Wellen,

die an den Felsen zer...*schellen*.

Ich mag die tanzenden Fische,

auch mittags auf meinem... *Tische*.

Ich mag die glänzenden Muscheln,

ich mag auch im Strandkorb... *kuscheln*.

Ich mag sogar Algen und Tang,

doch fahre ich Boot werd ich... *krank*.

Wenn Kähne schaukeln im Wind,

lauf ich nach Hause... *geschwind*.

Wenn Matrosen gehen auf den Kutter,

geh ich nach Hause zu... *Mutter*.

Stichworträtsel

Bei diesem Rätsel sind immer 4 Stichwörter auf der Suche nach einem Bezugswort. Lesen Sie die Stichwörter langsam, nacheinander vor und lassen Sie die Senioren raten, welches Bezugswort gesucht wird!

Bezugswörter zum Thema Meer

Hochwasser, Gezeiten, Mond, Schwimmen

Lösung: Flut

Wasser, Gischt, Wind, Bewegung

Lösung: Wellen

Berg, Schutz, fest, Sturmflut

Lösung: Deich

Muscheln, Erholung, Laken, Sand

Lösung: Strand

Krebs, Wandern, Watt, Niedrigwasser

Lösung: Ebbe

Badehose, Kraulen, Schmetterling, Freischwimmer

Lösung: Schwimmen

Kapitän, Steuerbord, Deck, Ozeanriese

Lösung: Schiff

Nordseeküste, Sandbank, Robbe, Heuler

Lösung: Seehund



Mal-alt-werden.de

Sprichwortgeschichte

Wir machten in diesem Jahr das allererste Mal Urlaub auf dem Meer: Eine Mittelmeerkreuzfahrt. Die Vorfreude war riesengroß! Am nächsten Tag sollte es losgehen und die Vorbereitungen für die Reise waren im vollen Gange - so dachte ich. Meine Tochter hatte ihren gepackten Rucksack schon an der Haustür abgestellt, ich ging in ihr Zimmer um ihren Koffer zu holen. Aber: **Eine Schwalbe...macht noch keinen Sommer!** Sie hatte außer ihrem Rucksack noch gar nichts gepackt.

Ein Blick in das Zimmer meines Sohnes und ich kam **vom Regen in die...Traufe**. Auch hier stand kein gepackter Koffer. Auch kein gepackter Rucksack und schon gar nicht war das Zimmer aufgeräumt. Mein Mann war noch das Auto waschen und so langsam spürte ich vor Verzweiflung Tränen in mir aufsteigen. Alle sagen es immer: **Du bist einfach zu nah am Wasser...gebaut!**

Gott sei Dank kam mein Mann schnell zurück und als ich ihm von meiner Wut und den noch nicht gepackten Gepäcktaschen erzählte, nahm er mir schnell **den Wind aus den...Segeln**. Er wolle sich darum kümmern.

Er packte mit den Beiden ihre Koffer, sagte meinem Sohn, er solle sein Zimmer aufräumen und fing sogar schon an, das Auto zu packen. Schon war das Chaos von vorhin **Schnee von...gestern**.

Wir machten uns einen ruhigen Abend und gingen zeitig ins Bett, da wir am nächsten Morgen früh aufstehen mussten.

Der Morgen der großen Reise war stressig, aber alle haben mit angefasst. **Eine Hand wäscht schließlich...die Andere**. So konnten wir pünktlich mit dem Auto in Richtung Hafen starten. Ich freute mich auf diesen Urlaub mit den Kindern, trotz des Ärgers vom Vortag - **Blut ist eben...dicker als Wasser!**

Die Kinder freuten sich auch. Sie hatten sich schon jede Menge Aktivitäten und Ausflugsziele ausgesucht, so dass mein Mann und ich in den nächsten Tagen endlich einmal wieder nur **von Luft und...Liebe leben** konnten.

Am Hafen angekommen entdeckten wir unser Schiff schon von weitem. Es war riesig! Wir alle waren aufgeregt, **die Vorfreude ist ja bekanntlich auch ...die schönste Freude**. An Deck angekommen schauten wir uns um und bezogen unsere Kabinen. Die Kinder zogen wie **Pat und...Pattachon** sofort los und erkundeten die Welt. Ich hoffte, sie würden keinen Unfug anstellen, manchmal sind sie nämlich **mit allen Wassern...gewaschen**. Aber ich brauchte mir keine Sorgen machen. Wir hatten einen schönen, erholsamen Urlaub, an den wir uns noch lange zurückerinnern werden.

ABC-Übung

Bei dieser Übung sollen Wörter rund um das Thema Meer mit den Anfangsbuchstaben des Alphabets gefunden werden.

A nker

B oot

C ...

D eich

E bbe

F lut, Fähre

G ischt

H ai, Hallig

I nsel

J acht

K orallen

L andzunge

M eeresboden, Muscheln, Möwe

N ordsee

O rkan

P ellworm

Q uallen

R iff

S trand, Sturmflut
T auchen
U fer, Urlaub
V ...
W ellen, Wal, Wattenmeer
Z ...

Wörter mit Meer

Bei dieser Wortfindungsübung für das Gedächtnistraining mit Senioren werden möglichst viele Wörter gesucht, die das Wort Meer enthalten.

Beispiele: Meerenge, Meerbusen, Ijselmeer, Meerestiefe, Wattenmeer, Meerjungfrau, Meersalz, Meerschweinchen, Meerrettich, Binnenmeer, Meeresarm, Meersburg, Meeresluft, Meerwasser, Meeresblick, Weltmeer, Polarmeer, Beringmeer, Mittelmeer, Meeresspiegel, Meeresfrüchte, Wolkenmeer, Blumenmeer und, und, und...

Anagramm

Diese Übung für das Gedächtnistraining zu dem Thema Meer ist ein Anagramm. Dafür wird das Wort "MEERESFRUECHTE" an die Tafel oder das Flipchart geschrieben. Nun versuchen die Teilnehmer aus den Buchstaben des Wortes "MEERESFRUECHTE" möglichst viele neue Wörter zu bilden.

Beispiele: Meer, Meere, Frucht, Fruechte, Tee, frueh, sehr, Ruhe, Tuer, Truhe, frech, Rute, stur, See, Mühe, usw...

Eine Fantasiereise

Setz Dich bequem hin- das Meer lädt uns zu einer Fantasiereise ein. Suche Dir eine Position in der Du Dich wohl fühlst. Suche eine bequeme Position für Deine Arme und für Deine Beine. Atme tief ein und wieder aus. Schließ die Augen und komm mit auf eine kleine Reise.

- Pause-

Du sitzt am Meer. Du spürst den Sand unter deinen Füßen. Die Luft ist angenehm warm. Du bist bereit die Freiheit des Meeres zu spüren.

- Pause-

Du atmest tief ein und riechst die Frische des Meeres. Du spürst die Luft auf deiner Haut. Sie fühlt sich klar, rein und sauber an.

- Pause-

Das Meer ist so unendlich. Die Strahlen der Sonne brechen auf der Oberfläche des Meeres. Das Blau des Meeres nimmt kein Ende.

- Pause-

Du siehst kleine Wellen in weiter Ferne. Die Wellen rollen auf dich zu. Sie suchen sich ihren Weg zum Strand. Sie landen am Strand und hinterlassen ihre nassen Spuren im Sand

- Pause-

Dort wo der Sand nass ist, haben die kleinen Wellen, kleine Muscheln am Strand zurück gelassen. Die Muscheln wirken so klein, so zerbrechlich.

- Pause-

Das Meer, es wirkt so groß, so unendlich. Das Meer riecht nach Salz, nach Freiheit, nach Meer.

- Pause-

Du fühlst die Freiheit des Meeres in Dir. Du atmest noch einmal die frische, klare Meeresluft ein. Du schaust Dir noch einmal die kleinen Muscheln an. Du verabschiedest Dich.

- Pause-

Du atmest tief ein und tief aus. Du fühlst Dich ausgeruht, entspannt und ruhig. Du hast Kraft für den Tag gesammelt. Mach die Augen auf und kehr zurück von unserer Fantasiereise an das Meer. Du bist wach, aufnahmefähig und erfrischt.



Mal-alt-werden.de