

FINGERTRAINING MIT HERBSTFRÜCHTEN

Die Früchte des Herbstes bringen ein Stück Natur ins Haus. Sie eignen sich nicht nur als Deko, sondern sind ein prima Aktivierungsmaterial.

Bringen Sie mit vertrauten, natürlichen Materialien Anregung und Bewegung in den Alltag alter Menschen. Draußen wird es ungemütlich, Aktivitäten finden überwiegend drinnen statt. Da machen die Kastanien, Eicheln, Nüsse, Bucheckern, Tannen- und Kiefernzapfen usw. die Natur im wahrsten Sinn des Wortes greifbar. Sie bringen gleichzeitig ein Stück jahreszeitliche Orientierung, denn die meisten alten Menschen haben Erfahrungen im Umgang mit diesen Naturmaterialien und kennen sich mit den Reifezeiten aus.

Die Fingerübung bringt Motorik und Geist in Schwung.

NUSS – BUCHECKER - EICHEL.

Hier werden fünf verschiedene Herbstfruchtpaare gebraucht, z. B. Kastanie, Eichel, Walnuss, Haselnuss, Buchecker.

- *Beide Hände mit gespreizten Fingern, Handrücken oben, auf den Tisch legen. Vor beiden Daumen liegt je eine Kastanie, vor den Zeigefingern jeweils eine Eichel usw.
Auf Ansage möglichst schnell die entsprechenden Finger kurz heben – bei „Kastanie“ die Daumen, bei „Buchecker“ die kleinen Finger usw.*
- *Wie oben, aber die Früchte liegen vor unterschiedlichen Fingern: Eine Buchecker z. B. vor dem linken Mittelfinger, die andere vor dem rechten Ringfinger. Bei der Ansage „Buchecker“ sollen der Mittelfinger links und der Ringfinger rechts kurz angehoben werden.*
- *Wie oben, aber es wird eine Fruchtfolge angesagt. Erst nach der letzten Nennung nacheinander die entsprechenden Finger heben.*