

LEITFADEN FÜR DIE PRAXIS



Inhalt

01

KURZE BESCHREIBUNG DES PROJEKTS

03

KURZE ZUSAMMENFASSUNG DER
INTELLIGENZARTEN IM PROJEKT

07

KATEGORISIERUNG DER AKTIVITÄTEN &
PRAKTISCHE TIPPS AUS DEN TESTS

13

ANLEITUNG ZUM MOODLE-KURS

Kurze Beschreibung des Projekts

Digital Ageing Digital Ageing ist eine Initiative, in der sechs Partner aus fünf verschiedenen europäischen Ländern (Spanien, Frankreich, Litauen, Zypern und Deutschland) zusammenarbeiten, um die digitalen Kompetenzen älterer Menschen zu verbessern. Ziel des Projekts ist es, durch gezieltes Training in verschiedenen Bereichen das Gehirn zu stimulieren und das Selbstvertrauen älterer Menschen in ihre Lernfähigkeit zu stärken.

Der Ansatz dieses Projekts basiert auf der Theorie der multiplen Intelligenzen. Diese wurde 1983 von dem Psychologen **Howard Gardner** entwickelt und stellt die traditionelle Auffassung von Intelligenz in Frage als eine einzige, allgemeine Fähigkeit, die durch IQ-Tests messbar ist. Stattdessen geht Gardner davon aus, dass Menschen über verschiedene Intelligenzformen verfügen, die unterschiedliche Arten der Informationsverarbeitung und Problemlösung repräsentieren. Diese Vielfalt spiegelt die unterschiedlichen Stärken und Lernweisen von Menschen wider.

Für dieses Projekt wurden vier Intelligenzformen ausgewählt, die in engem Zusammenhang mit digitaler Kompetenz stehen:



- Sprachlich-linguistische Intelligenz,



- Logisch-mathematische Intelligenz,

- Räumlich-visuelle Intelligenz,



- Musikalische Intelligenz.

Um die Bedürfnisse älterer Menschen bestmöglich zu berücksichtigen, wurde eine Vorabstudie durchgeführt. Dabei fanden Fokusgruppen mit Fachleuten aus Psychologie, Gerontologie und Bildung sowie mit älteren Menschen selbst statt. Auf Basis dieser Erkenntnisse wurden je zwölf Aktivitäten entwickelt, die gezielt auf die Förderung der vier genannten Intelligenzformen abzielen.

Die finalen Versionen der Materialien stehen auf der Projekt-Website <https://www.digital-ageing.eu/> auf Englisch sowie in allen Partnersprachen zur Verfügung. Dort finden Sie die detaillierte Anleitungen zur Umsetzung der Aktivitäten. Einige davon sind interaktiv gestaltet, um den Lernprozess noch ansprechender und unterhaltsamer zu machen.

Zusätzlich haben wir eine Lernplattform auf Basis von Moodle entwickelt und halten sie kontinuierlich auf dem neuesten Stand. Dort sind nicht nur die Aktivitäten verfügbar, sondern auch Selbsttests, die vor und nach der Teilnahme genutzt werden können. Für jeden Intelligenzbereich haben wir zudem ein Video erstellt, das die wichtigsten Merkmale zusammenfasst. Diese Videos sind sowohl auf der Projekt-Website als auch auf der Moodle-Plattform abrufbar.

Ein besonderer Mehrwert sind unsere Interviews mit Expertinnen und Experten für Multiple Intelligenzen. In diesen erläutern sie, warum die gezielte Förderung dieser Fähigkeiten für ältere Menschen so wichtig ist. Unser Fachleute sowie das gesamte Konsortium sind international und interdisziplinär aufgestellt: Dazu gehören eine Neuropsychologin aus Zypern, eine Psychologin aus Litauen sowie Bildungspsychologinnen aus Spanien und Deutschland.

Mit ihrer Unterstützung und dem Engagement der teilnehmenden Senior*innen konnte dieses Projekt erfolgreich entwickelt werden. Wir sind überzeugt, dass unsere Materialien auch über die Laufzeit des Projekts hinaus wertvoll für die Arbeit mit älteren Menschen sein werden. Dieser Leitfaden wurde erstellt, um praktische Informationen und Tipps bereitzustellen – für alle, die die Projektmaterialien in ihrer täglichen Praxis anwenden möchten.

Kurze Zusammenfassung der Intelligenzarten im Projekt

01

Sprachlich-linguistische Intelligenz



Sprachlich-linguistische Intelligenz ist eine der Intelligenzarten, die in Howard Gardners Theorie der multiplen Intelligenzen identifiziert wurde. Sie bezieht sich auf die Fähigkeit, Worte, Sprache und Schrift effektiv zu nutzen. Menschen mit einer starken sprachlich-linguistischen Intelligenz sind geschickt im Lesen, Schreiben, Geschichtenerzählen und darin, Gedanken klar zu artikulieren. Sie haben oft Freude an Wortspielen, ein gutes Gedächtnis für Namen und Daten und lernen gut durch gesprochene und geschriebene Sprache.

Diese Art der Intelligenz ist besonders vorteilhaft in Bereichen, die starke Kommunikationsfähigkeiten erfordern, wie zum Beispiel Schreiben, Lehre, Rechtswesen und öffentliches Reden. Für den Lernprozess kommen sprachlich-linguistischen Menschen solche Umgebungen entgegen, in denen sie Sprache nutzen können, um Ideen zu verstehen und auszudrücken. Lesematerialien, Diskussionen und schriftliche Übungen sind daher ideale Methoden für ihr Lernen.

Das Training der sprachlich-linguistischen Intelligenz ist entscheidend für die Verbesserung der digitalen Kompetenz. Menschen mit starker sprachlicher Intelligenz können zum Beispiel schriftliche Anleitungen leicht verstehen, was für die Nutzung neuer digitaler Werkzeuge und Plattformen sehr hilfreich ist. Ob es sich um das Lesen von Anleitungen, FAQs oder Tutorial-Texten in Apps handelt, Menschen mit starker sprachlicher Intelligenz können komplexe Schritte und Anweisungen schnell erfassen.

02

Logisch-mathematische Intelligenz



Logisch-mathematische Intelligenz, auch numerische Intelligenz genannt, bezieht sich auf die Fähigkeit, effektiv mit Zahlen, Mustern und logischem Denken zu arbeiten. Menschen mit starker logisch-mathematischer Intelligenz zeichnen sich in Aktivitäten aus, die Problemlösung, quantitative Analyse und abstraktes Denken erfordern. Sie verstehen numerische Daten, Berechnungen und quantitative Konzepte und führen mentale Rechnungen oder komplexe mathematische Operationen mit Leichtigkeit aus. Sie sind stark im logischen und abstrakten Denken. Hohe numerische Intelligenz geht mit guten Problemlösungsfähigkeiten einher.

Laut zahlreichen Studien gibt es einen starken Zusammenhang zwischen logisch-mathematischer Intelligenz und digitaler Kompetenz. Numerische Intelligenz hilft Nutzern, Visualisierungen wie Grafiken, Diagramme und Statistiken effektiv zu analysieren. Außerdem sind viele digitale Werkzeuge und Technologien, wie zum Beispiel Suchmaschinen, von Algorithmen gesteuert. Eine numerisch intelligente Person kann die zugrunde liegenden Prinzipien dieser Systeme daher schneller erfassen. Logisches Denken hilft auch dabei, die Glaubwürdigkeit digitaler Informationen zu bewerten und Muster in Fehlinformationen zu erkennen.

03

Räumlich-visuelle Intelligenz



Räumlich-visuelle Intelligenz bezieht sich auf die Fähigkeit, räumliche Beziehungen in zwei- und dreidimensionalen Räumen zu visualisieren, zu manipulieren und zu verstehen. Sie umfasst das Denken in Formen, Mustern und visuellen Bildern. Eine Person mit hoher räumlich-visueller Intelligenz kann sich Objekte oder Szenarien gut vorzustellen, sie im Kopf drehen, transformieren oder manipulieren. Sie versteht räumliche Beziehungen gut und hat eine starke Orientierung, um sich in physischen Umgebungen wie virtuellen Räumen zurechtzufinden. Diese Menschen haben oft auch ein ausgeprägtes künstlerisches und gestalterisches Denken.

Räumlich-visuelle Intelligenz und digitale Kompetenz sind miteinander verknüpft, da räumliche Fähigkeiten eine Schlüsselrolle bei der Navigation, dem Verstehen und dem Gestalten digitaler Umgebungen spielen. Die Überschneidung dieser beiden Bereiche ermöglicht es Individuen, Technologie effektiv und kreativ zu nutzen, besonders in Bereichen, die visuelles Denken und die Interaktion mit digitalen Werkzeugen erfordern.

04



Musikalische Intelligenz

Musikalische Intelligenz bezieht sich auf die Fähigkeit, Musik wahrzunehmen, zu genießen und zu erzeugen. Sie umfasst Fähigkeiten in Bezug auf Rhythmus, Tonhöhe, Melodie, Harmonie und die Fähigkeit, musikalische Muster zu erkennen und zu schaffen. Eine Person mit hoher musikalischer Intelligenz ist empfindsam gegenüber Klängen, deren Nuancen, Tönen und Rhythmen. Sie ist in der Lage, komplexe Rhythmen zu verstehen und nachzuvollziehen, und hat die Fähigkeit, Musik aufmerksam zu hören und zu analysieren. Zudem sind sie sich der emotionalen Komponente bewusst, wie Musik Emotionen beeinflusst und wie Gedanken und Gefühle durch Musik ausgedrückt werden können.

Es gibt auch einen Zusammenhang zwischen musikalischer Intelligenz und digitaler Kompetenz. Musikalische Intelligenz wird zunehmend in die Bildung integriert, was sowohl jüngeren als auch älteren Menschen zugutekommt, weil es das Lernen bereichert. Die Parallelen zwischen Musikmachen und Programmieren verdeutlichen die kognitiven Fähigkeiten, die diese Aktivitäten gemeinsam haben, wie zum Beispiel die Notwendigkeit von Präzision und die Abfolge einzelner Teile. Darüber hinaus fördert das aufmerksame Musikhören analytische Fähigkeiten, die für das Navigieren durch die Komplexität der digitalen Welt hilfreich sind. Daher kann die Förderung musikalischer Intelligenz maßgeblich sowohl zur akademischen als auch zur digitalen Kompetenz in allen Altersgruppen beitragen.

Darüber hinaus hilft der Umgang mit digitalen Musikplattformen, sei es durch Streaming-Dienste oder Musik-Apps, nicht nur, musikalische Fähigkeiten zu fördern, sondern auch, den Umgang mit Technologie zu verbessern. Indem ältere Menschen Geräte wie Smartphones, Tablets und Computer nutzen, um ihre Lieblingsmusik zu entdecken, erweitern sie schrittweise sowohl ihre digitalen Fähigkeiten als auch ihr technisches Selbstvertrauen.

Kategorisierung der Aktivitäten & praktische Tipps aus den Tests

Für jede Intelligenz haben wir ein Video entwickelt, das die wichtigsten Merkmale beschreibt, beispielhaft Anwendungsbereiche aufzeigt und Aktivitäten vorschlägt, um diese Intelligenz zu fördern. Zusätzlich haben wir einen Fragebogen erstellt, der als Selbsttest dient, um das Niveau einer bestimmten Intelligenz zu ermitteln.

Alle Aktivitäten, die im Projekt entwickelt wurden, haben wir mit älteren Menschen getestet und können nun Empfehlungen und praktische Ratschläge zur erfolgreichen Umsetzung dieser Aktivitäten weitergeben:

- Es ist entscheidend, den Hintergrund der Teilnehmenden zu kennen. Die Aktivitäten sollten mit Menschen durchgeführt werden, die keine geistigen Beeinträchtigungen haben. Es wird auch empfohlen, im Vorfeld zu klären, ob Teilnehmende Seh- oder Hörprobleme haben, um visuelle und mündliche Anweisungen entsprechend anzupassen. Auf jeden Fall sollten große Schriftarten verwendet werden, und die Textfarbe muss sich gut vom Hintergrund abheben.
- Es ist oft notwendig, Anweisungen zu wiederholen. Sie sollten sehr klar, genau und einfach formuliert sein.
- Wenn die Aktivität in einem Tageszentrum oder Pflegeheim durchgeführt wird, ist es empfehlenswert, dass eine Person, mit der die Senioren vertraut sind, die Durchführung übernimmt. Wenn die Senior:innen die Aktivitäten alleine zu Hause durchführen, benötigen sie möglicherweise Unterstützung von Familienmitgliedern. Bei Aktivitäten, die Technologie erfordern, ist Unterstützung empfehlenswert.
- Ältere Menschen genießen besonders Aktivitäten, die Ereignisse aus ihrer Jugendzeit aufgreifen und Emotionen wecken, die sie damals erlebt haben, zum Beispiel im Zusammenhang mit einem einst populären Lied aus ihrer frühen Erwachsenenzeit.
- In den Tests hat sich besonders bestätigt, wie wichtig die soziale Komponente für die Teilnehmenden ist. Deshalb empfehlen wir, die Aktivitäten, wenn möglich, in Gruppen durchzuführen. Soziale Interaktion ist immer bereichernd und anregend für ältere Menschen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.
Projektnummer: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799

Ein weiterer wichtiger Aspekt, der berücksichtigt werden muss, ist, dass die kognitiven Fähigkeiten älterer Menschen individuell sehr unterschiedlich sind. Einige Aktivitäten erfordern daher eine Anpassung der Schwierigkeitsgrade, je nachdem, welche Person oder Gruppe beteiligt ist. Zum Beispiel könnte eine zeitliche Begrenzung für eine bestimmte Aktivität verlängert werden. Oder es könnten einfachere Aufgaben angeboten werden, etwa bei mathematischen Problemen zur Förderung der numerischen Intelligenz.

Seniorinnen und Senioren wollen nicht nur beschäftigt werden, sondern auch als Lernende mit ihrer individuellen Biografie und Erfahrung ernst genommen werden. Es ist wichtig, dass sie die Vorteile der Aktivitäten verstehen. Darüber hinaus möchten und sollten sie auch Freude an den Aktivitäten haben.

Hier ein Beispiel für eine Aktivität:

Anleitung zum Training verbaler Intelligenz

DIGITAL AGEING
Train your brain

PAARE FINDEN

Beschreibung
Klassisches Memory-Spiel, bei dem passende Wortpaare aus verdeckten Karten gesucht werden

Lernziele

- Gedächtnis stimulieren
- passiven Wortschatzes aktivieren
- Konzentration fördern
- Spaß haben

Benötigte Zeit
-

Allein oder gemeinsam?
Gruppenaktivität (2 oder mehr Personen)

Benötigtes Material
Memory-Karten
(Bitte die folgenden Seiten ausdrucken, auf Karton kleben und ausschneiden.)

Praktische Tipps

- Im Folgenden finden Sie zwei Sätze von Memory-Karten: mit zusammengesetzten Substantiven sowie mit Sprichwörtern & Redewendungen.
- Die Schwierigkeit erhöht sich mit der Anzahl der Kartenpaare. Die Sets können auch gemischt und zusammen gespielt werden.
- Ihnen fallen weitere Paare ein? Nur zu Basteln Sie sich weitere Karten!
- Noch schwieriger wird das Spiel in einer Fremdsprache (hier verfügbar in Englisch, Französisch, Spanisch, Griechisch und Litauisch).

Anleitung

Die erste Person deckt zunächst eine Karte auf und dann eine zweite. Wenn die Karten übereinstimmen, nimmt die Person sie. Stimmen die Karten nicht überein, werden sie verdeckt wieder an die gleiche Stelle gelegt.

Nun ist die nächste Person an der Reihe und deckt eine Karte auf. Wo ist die passende zweite Karte? Wurde sie schon einmal aufgedeckt? Der Spieler deckt die zweite Karte auf. Wenn sie übereinstimmt, wird das Paar genommen; wenn nicht, werden beide Karten wieder verdeckt abgelegt. Die nächste Person ist an der Reihe und so weiter.

Das Spiel endet, wenn alle Karten aufgedeckt worden sind.

Erwartete Ergebnisse

- verbesserte Merkfähigkeit und Konzentration
- erweiterter aktiver Wortschatz

Quelle
Entwickelt von WISAMAR

Co-funded by the European Union

Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799

Für Ihre Übersicht und um Ihnen die Entscheidung zu erleichtern, welche Aktivitäten für die Menschen, mit denen Sie arbeiten, am nützlichsten sind, haben wir die entwickelten Aktivitäten im folgenden nach Intelligenz, Art und Inhalt kategorisiert.

Aktivitäten zum Training der sprachlich-linguistischen Intelligenz

09



Zum Training dieser Intelligenz haben wir verschiedene Aktivitäten ausgearbeitet, die auf folgende Weise kategorisiert werden können:

Nach Inhalt der Aktivität:

1. Abrufen von Wörtern, die mit einem bestimmten Buchstaben beginnen und zu einer bestimmten Kategorie gehören: Wort-Gruppen, Stadt-Land-Tier
2. Erfinden von Geschichten (die oft bestimmte Wörter enthalten, mit einem bestimmten Wort beginnen oder eine bestehende Geschichte fortsetzen): Die Geschichte beenden, Wort-Bingo, Geschichten erzählen, Geteilte Erinnerungen
3. Arbeiten mit Wörtern, ihren Formen und Veränderungen: Anagramm, Wortkette, Paare finden
4. Füllen von Lücken: Digitale Werkzeuge finden
5. Diskutieren eines Themas: Gruppengespräch
6. Erinnern von Liedern mit bestimmten Wörtern: Wörter in Liedern

Nach Art der Umsetzung:

- NUR für Gruppen geeignet:

Wörter in Liedern, Die Geschichte beenden, Geschichten erzählen, Gruppengespräch

- NUR für die individuelle Nutzung geeignet: keine
- Sowohl einzeln als auch in der Gruppe nutzbar:

Stadt-Land-Tier, Anagramm, Wort-Bingo, Wortkette, Digitale Werkzeuge finden, Paare finden, Stadt-Land-Tier, Geteilte Erinnerungen

Nach dem verfügbaren Format:

- Als PDF zum Download: alle
- Auch als interaktive Online-Übung verfügbar:

Paare finden, Digitale Werkzeuge finden, Wörter in Liedern, Geschichten erzählen

Besondere Empfehlungen nach unseren Tests:

- Einschränkung für "Wörter in Liedern": Manche Menschen können sich möglicherweise nicht an den Text der Lieder erinnern..
- Aktivitäten, die Erinnerungen und Emotionen auslösten, wurden besonders gut angenommen (Geschichten erzählen, Geteilte Erinnerungen).
- Bei einigen Aktivitäten, insbesondere wenn sie in der Gruppe und in Form eines Spiels durchgeführt wurden, zeigten die Teilnehmenden besonderen Ehrgeiz und Siegeswillen. (Wort-Gruppen, Stadt-Land-Tier, Paare finden).



Kofinanziert von der Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.
Projektnummer: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799

Aktivitäten zum Training der logisch-mathematischen Intelligenz

10



Zum Training dieser Intelligenz haben wir verschiedene Aktivitäten ausgearbeitet, die auf folgende Weise kategorisiert werden können:

Nach Inhalt der Aktivität:

1. Solche, die etwas direkt mit mathematischen Operationen zu tun haben: Mathe-Rätsel & Knobeleyen
2. Solche, die mehr auf Logik und logisches Denken abzielen: Logik-Rätsel, Diagramme verstehen, Zahlenrätsel: Finde das Muster
3. Solche, bei denen Mathematik und Strukturierung im Alltag angewendet wird: Mathe beim Kochen: Rezeptplanung, Planung eines Reisebudgets, Meine nächste Woche
4. Spiele, bei denen Logik und der Umgang mit Zahlen gefordert sind: Mathe-Brettspiel, Solitaire, Kartenspiel 31, Zahlenbingo, Sudoku, Zahlen-Gedächtnis

Nach der Art der Umsetzung:

- NUR für Gruppen geeignet:

Mathe-Brettspiel, Solitaire, Kartenspiel 31

- NUR für die individuelle Nutzung geeignet

Solitaire, Meine nächste Woche

- Sowohl einzeln als auch in der Gruppe nutzbar:

Logik-Rätsel, Diagramme verstehen, Zahlenrätsel: Finde das Muster, Mathe beim Kochen: Rezeptplanung, Planung eines Reisebudgets, Zahlenbingo, Sudoku, Zahlen-Gedächtnis

Nach dem verfügbaren Format:

- Als PDF zum Download: alle
- Auch als interaktive Online-Übung verfügbar:

Logik-Rätsel, Diagramme verstehen, Zahlenrätsel: Finde das Muster, Mathe beim Kochen: Rezeptplanung

Besondere Empfehlungen nach unseren Tests:

- Die Aktivitäten sollten angepasst sein. So können beispielsweise manche Matheaufgaben für einige Teilnehmende zu schwierig sein, dann sollten einfachere Aufgaben gestellt werden.
- An Kartenspiele hatten die Teilnehmenden große Freude. In verschiedenen Ländern sind die Kartenspiele unterschiedlich, sodass sie möglicherweise angepasst werden müssen.
- Aufgaben, bei denen einige mathematische Operationen auf Situationen aus dem echten Leben angewendet werden, waren auch beliebt: die Berechnung der Zutatenmenge für ein Rezept, das Budget für einen Einkauf, eine Reise usw.
- Die Strukturierung von Informationen und die visuelle Darstellung tragen zu einem besseren Verständnis der Daten bei.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.
Projektnummer: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799

Aktivitäten zum Training der räumlich-visuellen Intelligenz



Die Aktivitäten, die zum Training dieser Art von Intelligenz ausgearbeitet wurden, lassen sich wie folgt kategorisieren:

Nach Inhalt der Aktivität::

1. Zeichnen, Malen, Basteln von Papierobjekten (Aktivitäten, die die Feinmotorik fördern): Zeichnen in 3D, Mandala, Origami Boote, Die andere Hälfte; ebenfalls zum Training der Feinmotorik: Mikado
2. Orientierung im Raum und Erkennen von Dingen: Die Welt in Karten, Gedächtnispalast, Ein Auge für Details, Mikado, Optische Täuschungen, Das fehlende Teil, Formen-Finder, Fühlen & Ordnen

Nach der Art der Umsetzung:

- NUR für Gruppen geeignet:

Ein Auge für Details, Mikado, Formen-Finder, Fühlen & Ordnen

- NUR für die individuelle Nutzung geeignet: keine
- Sowohl einzeln als auch in der Gruppe nutzbar:

Die Welt in Karten, Das fehlende Teil, Zeichnen in 3D

- Individuelle Nutzung mit Nachbereitung in der Gruppe:

Gedächtnispalast, Mandala, Origami Boote, Die andere Hälfte, Optische Täuschungen

Nach dem verfügbaren Format:

- Als PDF zum Download: alle
- Auch als interaktive Online-Übung verfügbar:

Das fehlende Teil, Optische Täuschungen, Origami Boote, Die andere Hälfte

Besondere Empfehlungen nach unseren Tests:

- Einige Aktivitäten erfordern zusätzliche Erklärungen und individuelle Anleitung: Das fehlende Teil und Zeichnen in 3D. Es ist nicht einfach, das Konzept dreidimensionaler Objekte und fehlender Formen zu verstehen, daher sind manchmal weitere Erklärungen erforderlich.
- Zeichnen, Ausmalen und Basteln mit Papier erinnern die Teilnehmenden an ihre Kindheit, wecken Erinnerungen, machen sie glücklich und nostalgisch.
- Es hat sich wiederum gezeigt, dass Spiele wie Mikado den Beteiligten viel Spaß machen und Gemeinsamkeit fördern.
- Die Aktivität „Optische Täuschungen“ bietet eine Plattform für weitere Diskussionen über Wahrnehmung und psychologische Analysen.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.
Projektnummer: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799

Aktivitäten zum Training der musikalischen Intelligenz

Die Aktivitäten, die zum Training dieser Art von Intelligenz ausgearbeitet wurden, lassen sich wie folgt kategorisieren:



Nach Inhalt der Aktivität:

1. Erkennen von Klängen, Rhythmen und Melodien: Erkenne das Lied und sing mit!, Mitsingen und Trommeln, Ton & Film, Tanz raten, Klang-Scharade, Klangketten-Symphonie
2. Wissen über Lieder und Interpret:innen: Musik-Bingo, Die heiße Musik-Kartoffel, Meine Musikliste
3. Anregung von Emotionen und Fantasie: Musik & Fantasie, Meine musikalische Biografie, Musikalischer Erinnerungspfad
4. Eigene Kreationen: Text trifft Melodie
5. Tanzen & Bewegung: Tanzen im Sitzen

Nach Art der Umsetzung:

- NUR für Gruppen geeignet:

Musik-Bingo, Die heiße Musik-Kartoffel, Erkenne das Lied und sing mit!, Mitsingen und Trommeln, Klang-Scharade, Klangketten-Symphonie, Ton & Film

- NUR für die individuelle Nutzung geeignet: keine
- Sowohl einzeln als auch in der Gruppe nutzbar:

Musik & Fantasie, Meine musikalische Biografie, Musikalischer Erinnerungspfad, Tanz raten, Text trifft Melodie, Meine Musikliste, Tanzen im Sitzen

Nach dem verfügbaren Format:

Als PDF zum Download: alle

Besondere Empfehlungen nach unseren Tests:

- Es ist ratsam, für Aktivitäten im Zusammenhang mit Musik genügend Zeit einzuplanen, insbesondere für Aktivitäten, die eine emotionale Verbindung zu bestimmten Erinnerungen/Lebensereignissen herstellen. Dadurch werden bei den Teilnehmenden nostalgische Gefühle geweckt, und es wird empfohlen, ihnen die Möglichkeit zu geben, Erinnerungen auszutauschen.
- Viele ältere Menschen bewegen sich gerne zur Musik. Bei Aktivitäten, die das Erkennen von Rhythmen oder Melodien fördern, kann es vorkommen, dass sich einige Teilnehmende intuitiv im Takt bewegen. Dies kann sowohl eine bereichernde emotionale Erfahrung als auch eine positive körperliche Aktivität sein.
- Auch wenn einige Teilnehmende anfangs zögern und sagen, dass sie nicht (mehr) singen oder tanzen können, lassen sich viele im Verlauf der Aktivität doch mitreißen. Am Ende solcher aktiven Übungen fühlen sie sich oft glücklicher und energiegeladener.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.
Projektnummer: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799

Anleitung zum Moodle-Kurs

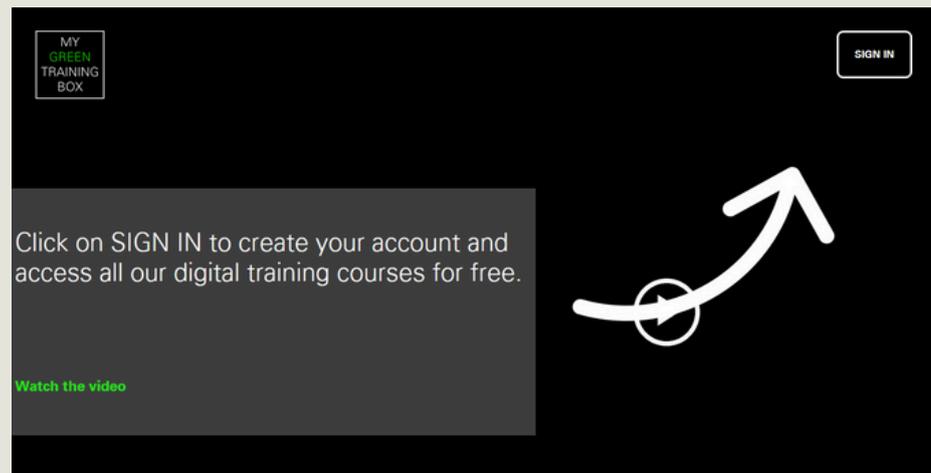
Für dieses Projekt haben wir eine Moodle-Lernplattform erstellt, auf der alle entwickelten Lerninhalte verfügbar sind. Die Nutzung von Moodle bietet verschiedene Vorteile: Man kann den eigenen Fortschritt nachverfolgen, jederzeit genau dort weitermachen, wo man aufgehört hat, und Übungen wiederholen sowie Ergebnisse vergleichen.

In diesem Kapitel möchten wir Ihnen eine detaillierte Anleitung geben, wie man die Plattform nutzt und Zugang zu unseren Trainingsaktivitäten erhält

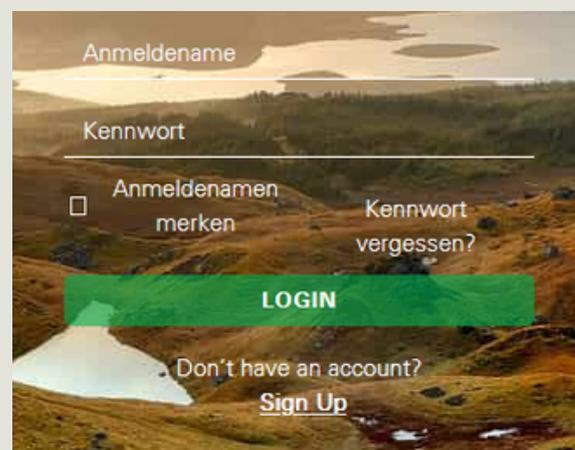
Zunächst ist es erforderlich, ein **Benutzerkonto** auf folgender Website zu erstellen:

<https://v1.mygreentrainingbox.com/my/> 

Klicken Sie auf "Sign in":



Wenn noch kein Benutzerkonto angelegt ist, klicken Sie im nächsten Schritt auf "Sign up":



Sie müssen auf den nächsten Seiten den rechtlichen Hinweisen sowie den allgemeinen Nutzungsbedingungen zustimmen und anschließend folgende Angaben machen:

- Vorname
- Nachname
- Anmeldename
- e-Mail-Adresse
- Kennwort
- Wiederholung des Kennworts

Dann bestätigen Sie, dass Sie kein Roboter sind, und klicken auf den grünen Button "Sign up".

Sie erhalten anschließend eine automatische E-Mail mit weiteren Anweisungen, um das Konto zu bestätigen und es nutzen zu können.

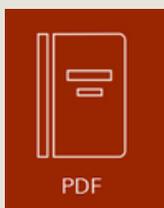
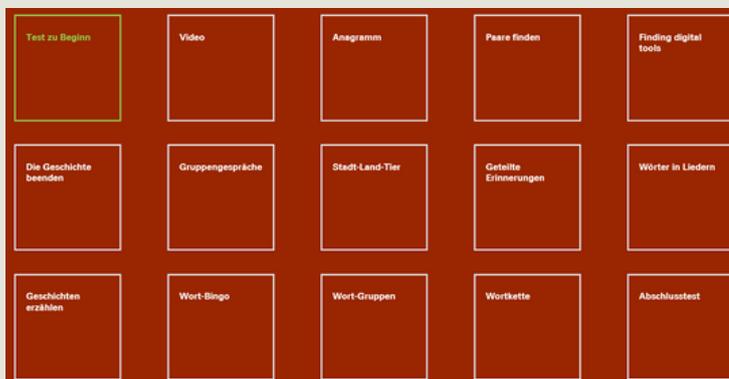
Bei den folgenden Anmeldungen muss lediglich der Benutzername und das Passwort eingegeben werden, um Zugang zur den Inhalten zu erhaben.



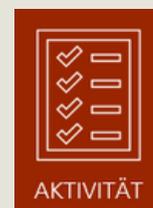
Sobald Sie sich **auf der Plattform** befinden, sehen Sie vier Module, die den einzelnen Intelligenzen entsprechen. Ihre Struktur ist identisch.

Nehmen wir als Beispiel die verbale Intelligenz. Zunächst können Sie Ihre verbale Intelligenz testen (Test zu Beginn). Beantworten Sie einfach alle Fragen und folgen Sie den Anweisungen. Sie werden zu Ihren Fähigkeiten im Bereich der verbalen Intelligenz befragt und erhalten automatisch Ihr Ergebnis.

Unabhängig von Ihrem Ergebnis können Sie nun Ihre verbale Intelligenz durch einige Aktivitäten trainieren. Sie können direkt mit einer der 12 Aktivitäten anfangen oder zunächst das Video ansehen, in dem die wichtigsten Aspekte der verbalen Intelligenz zusammengefasst werden.



Beim Klick auf eine Aktivität wird Ihnen in jedem Fall das entsprechende PDF mit der Anleitung angeboten (siehe Symbol links). Einige der Aktivitäten sind auch als interaktive Online-Übungen umgesetzt (siehe Symbol rechts).



Es ist nicht zwingend erforderlich, alle Aktivitäten zu absolvieren, aber je mehr Sie davon machen, desto höher sind Ihre Chancen, Ihre verbale Intelligenz zu verbessern.

Im Abschlusstest werden Sie gefragt, welche Aktivitäten Sie durchgeführt haben und wie hilfreich diese für Sie waren.

Die Struktur der Module für logisch-mathematische, räumlich-visuelle und musikalische Intelligenz ist identisch. Alle Materialien sind auf Englisch, Spanisch, Deutsch, Griechisch, Litauisch und Französisch verfügbar.

Außerdem verfügt jedes Modul über einen Abschnitt mit Links zu zusätzlichen Materialien allen Partnersprachen – als Inspiration für diejenigen, die sich für das Thema interessieren und ihr Wissen in diesem Bereich vertiefen möchten.

Projektpartner



Center for Social
Innovation



My
Training
Box



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.
Projektnummer: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799