



WYTEŻ WZROK

- O PERCEPCJI WZROKOWEJ SŁÓW KILKA

Szacuje się, że wzrok dostarcza nam 80-85% informacji o otoczeniu, ma zatem pierwszorzędne znaczenie przy poznawaniu świata, otaczającej nas rzeczywistości. Sprawne widzenie jest fundamentem dobrego i prawidłowego rozwoju, bowiem wzrok to jeden z najważniejszych zmysłów człowieka.

Pismo, obraz, symbol, kształt – to istotne i ważne sposoby przekazywania różnych informacji oraz komunikacji międzyludzkiej, szczególnie we współczesnym świecie. Powszechnie wiadomym jest fakt, iż w toku nauki szkolnej uczeń w dużej mierze opiera się na spostrzeżeniach wzrokowych, pamięci wzrokowej.

Pamięć wzrokowa – to zdolność do utrwalania i przypominania sobie informacji wizualnej.

Koordinacja wzrokowo-ruchowa – zdolność do zharmonizowania ruchów gałek ocznych z ruchami całego ciała lub którejś części (np. przy pisaniu umiejętność współpracy oczu i rąk).

Percepcja wzrokowa jest zdolnością do rozpoznawania i różnicowania bodźców wzrokowych, a także do ich interpretowania przez odniesienie do poprzednich doświadczeń. Percepcja wzrokowa nie jest więc jedynie zdolnością do dokładnego spostrzegania. Interpretacja bodźców wzrokowych dokonuje się w mózgu, a nie na siatkówce oka.

Zaburzenia percepcji wzrokowej mają wpływ na ogólny rozwój psychoruchowy dziecka, na proces myślenia konkretno-obrazowego, pamięć wzrokową, mogą być przyczyną licznych trudności w szkole (początkowo widoczne są one podczas nauki czytania i pisania, wykonywania działań arytmetycznych, a w późniejszych latach edukacji dodatkowo w uczeniu się geografii, geometrii i języków obcych).

Najbardziej intensywny rozwój percepcji wzrokowej przypada na okres 3,6 do 7,6 roku życia dziecka.

Warto jednak pamiętać, że zawsze obok systematycznego usprawniania i terapeutycznego postępowania istotne jest rzetelne badanie u lekarza okulisty, ortoptysty, bowiem warunkiem prawidłowego przebiegu procesu wzrokowego spostrzegania jest anatomicznie dobrze zbudowany i funkcjonalnie sprawny analizator wzrokowy.

W zakresie percepcji i pamięci wzrokowej należy realizować z dziećmi różnorodne zabawy i ćwiczenia wykorzystując zarówno materiał konkretny (obrazkowy, geometryczny), jak i abstrakcyjny (literowy, cyfrowy). Są to ćwiczenia analizy i syntezy wzrokowej, spostrzegania, koordynacji wzrokowo-ruchowej, orientacji wzrokowo-przestrzennej, pamięci, uwagi oraz ćwiczenia w różnicowaniu bodźców wzrokowych.

Do najważniejszych ćwiczeń rozwijających, usprawniających funkcje wzrokowe należą:

- układanie kompozycji z figur geometrycznych, klocków, kolorowych patyczków (starsze dziecko ogląda ułożoną mozaikę i po chwili samodzielnie układa ją z pamięci, młodsze natomiast układa wg prezentowanych wzorów)
- rysowanie z pamięci demonstrowanych kształtów figur, symboli, liter, znaków
- porównywanie obrazków różniących się szczegółami, wyszukiwanie i zaznaczanie występujących różnic, dorysowywanie brakujących elementów, wskazywanie podobieństw
- składanie obrazka pociętego na części, loteryjki obrazkowe typu puzzle, układanie tangramów
- zapamiętywanie jak największej liczby przedmiotów znajdujących się na demonstrowanym obrazku
- wyszukiwanie na rysunku identycznych kształtów, liter, liczb, przedmiotów, znaków
- spostrzeganie i liczenie na obrazku elementów tego samego rodzaju
- labirynty, płataninki, wykreślanki, rebusy, dobieranie par jednakowych obrazków
- śledzenie biegu linii łączącej przedmioty (powtarzanie ćwiczenia w szybszym tempie)
- odtwarzanie wzorów geometrycznych z pamięci
- rozpoznawanie elementów nałożonych na siebie
- odwzorowywanie graficznych wzorów (szlaczków)
- kolorowanie, obrysowywanie figur geometrycznych, układanie mozaiki, tworzenie kompozycji
- wycinanie, wyklejanie, wydzieranie kształtu liter, wyszukiwanie ich w tekście pisanym, w rozsypce literowej, w gazecie; zgadywanie liter kreślonych w powietrzu lub na plecach
- odtwarzanie kształtów złożonych przez łączenie kolejnych punktów
- wyszukiwanie takich samych liter, par sylab, wyrazów, liczb i ich segregowanie
- układanie obrazków/kart w szeregu wg kolejności, w jakiej były eksponowane.

Kiedy oczy się zmęczą, czas na krótki relaks i konieczny odpoczynek:

- ❖ zamknij oczy, pomyśl o małym brązowym piesku skaczącym po zielonej łące, w słoneczny letni dzień; potem powoli otwórz oczy i pomrugaj powiekami kilka razy
- ❖ wstań, przeciągnij się, podskocz kilka razy, zrób przysiady, pajacyki, poskacz raz jak duża, raz jak mała piłeczka
- ❖ narysuj jednocześnie lewą i prawą ręką w powietrzu duży rysunek np. chmurę, serduszko, drzewo, gwiazdę, obserwuj wzrokiem ruch obu rąk
- ❖ rozglądaj się dookoła, potem zatrzymaj wzrok na wybranych przedmiotach i mrugaj na nie kilka razy
- ❖ wyobraź sobie, że Twój nos to kredka, obrysuj nim przedmioty, które widzisz np. obraz, okno, szafę; głowa podąża za ruchem nosa
- ❖ patrząc na wybrany punkt w pokoju np. klamka w drzwiach, wykonaj ruchy naprzemienne.

Twoje oczy lubią ruch!

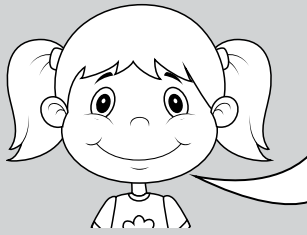
Zamień komórkę, tablet i długie siedzenie przed telewizorem na spacer z rodzicami, zawody sportowe z kolegami, zabawę ruchową na świeżym powietrzu - zatem biegaj, skacz, wspinaj się, ale też czytaj, układaj, rysuj, obserwuj!



Przykładowe karty pracy do zabawy z dziećmi:

„Oczy dookoła głowy. Baw się z Maciusiem i Klaudynką.”

Ćwiczenia percepcji wzrokowej.

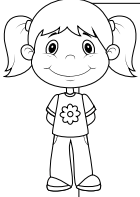














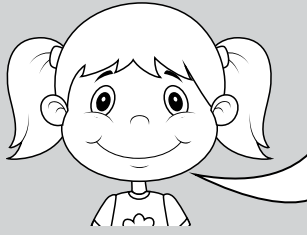
CZAS NA ZABAWĘ

Klaudynka bawi się lalkami i misiami oraz chętnie skacze na skakance. Jej brat Maciuś buduje zamki z klocków i urządza wyścigi samochodów oraz motocykli na dywanie. Policz, ile zabawek zgromadzili, a następnie wpisz odpowiednią liczbę obok symboli zabawek.

Cel ćwiczenia: doskonalenie spostrzegawczości, koncentracji na zadaniu.



		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>
		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>
		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>		<input type="text"/>	<input type="text"/>



URODZINOWA NIESPODZIANKA

Sprawdź, co Klaudynka, Gosia, Lola, Maciuś, Piotruś i Staś otrzymali w prezencie z okazji swoich urodzin. Każdą linię zaznacz innym kolorem. W wyznaczonym miejscu narysuj swój wymarzony prezent i opowiedz o nim w kilku zdaniach.

Cel ćwiczenia: doskonalenie orientacji wzrokowo-przestrzennej i koncentracji uwagi na wykonywanym zadaniu.

Klaudynka

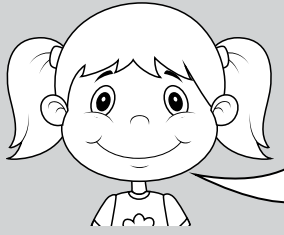
Maciuś

Piotruś

Lola

Staś

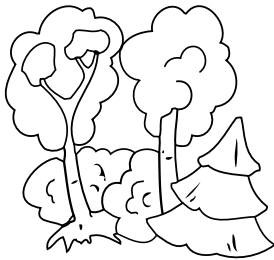
Gosia



CZYTAM I ZNAJDUJĘ

Podkreśl wyraz, który pasuje do danego rysunku.
Pokoloruj obrazki, możesz też dorysować dodatkowe
elementy do każdego z nich. **Czytaj uważnie!**

Cel ćwiczenia: trening czytania, analiza wzrokowa wyrazów, doskonalenie spostrzegania wzrokowego.



lis, los, lok, las



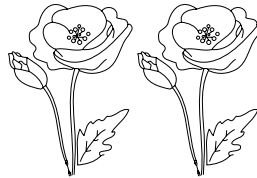
bruty, bal, bruda, bada



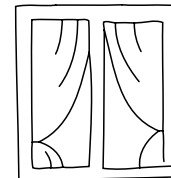
kos, kto, kłos, kęs



miska, maska, mata,
mama



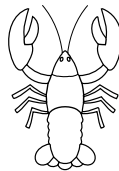
mak, mam, mat, maki



oko, okap, okup,
okno



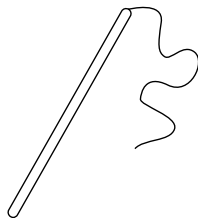
foka, fala, figa, fach



ryś, rak, ryk, rysa



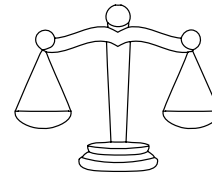
hol, hop, huk, hak



byk, bal, bat, bak



krab, kram, kraj, kran



woda, wada, wydra,
waga