ĆWICZENIA USPRAWNIANIAJACE WIDZENIE



Zabawa “co się zmieniło”- ćwiczymy pamięć wzrokową, spostrzegawczość i konentrację uwagi.

* Poproś dziecko, aby zamknęło oczy. Zamień miejscami kilka przedmiotów na półce, na stole, lub schowaj coś charakterystycznego. Kiedy dziecko otworzy oczy, poproś, by powiedziało, co się w jego otoczeniu zmieniło, lub poproś, aby naprawiło zmiany.
* Można też ułożyć na stole kilka przedmiotów obok siebie i poprosić dziecko, aby zapamiętało układ przedmiotów. Kiedy dziecko zamknie oczy, zmień kolejność ułożenia przedmiotów. Kiedy dziecko otworzy oczy, poproś, aby ułożyło przedmioty tak jak były. Można też schować jeden lub dwa przedmioty I zapytać: “czego tu brakuje?”.

Zabawa “dorysuj czego brakuje- ćwiczymy dopełnianie wzrokowe.

Jeżeli masz pod ręką kartkę papieru i kredkę narysuj jakiś przedmiot pomijając charakterystyczny dla niego element (np. auto bez jednego koła). Zapytaj dziecko, czy czegoś tu brakuje, a następnie poproś, aby dorysowało brakujący element.

Zabawa w odgadywanie przedmiotów za pomocą dotyku.

Jeżeli masz pod ręką worek, albo karton, w którym możesz wyciąć otwór, włóż do niego kilka przedmiotów, które dziecko będzie mogło rozpoznać za pomocą dotyku (np. piłeczka, albo klocek czy łyżeczka). Poproś by dziecko nazwało przedmiot, który trzyma w ręku (w worku lub pudełku).

Nawet siedząc na kanapie możemy ćwiczyć wzrok przeszukując otoczenie. Poproś dziecko, aby odnalazło wzrokiem zegarek, albo jakikolwiek inny przedmiot, żeby go wskazało.

Zabawa “złap kropkę”- ćwiczymy koncentrację uwagi, umiejętność wodzenia i śledzenia wzrokiem oraz fiksacji na przedmiocie.

Potrzebne będą jedna lub dwie latarki z czerwonym światłem laserowym.

* Świeć latarką na ścianę i poproś dziecko, aby wzrokiem odnalazło czerwony punkt. Kiedy dziecko go odnajdzie, zgaś latarkę, a następnie poświeć w innym miejscu.
* Jeżeli masz dwie latarki, to możesz pobawić się z dzieckiem w “berka na ścianie”. Włącz latarkę i “wędruj” czerwonym punktem. Zadaniem dziecka będzie świecić i “doganiać” uciekającą kropkę.