



Ćwiczenia wspierające rozwój wyższych funkcji wzrokowych dla dzieci w wieku przedszkolnym



Jako terapeuta widzenia chciałabym zaproponować Państwu kilka prostych ćwiczeń doskonalących wyższe funkcje wzrokowe takie jak:

1. **Przeszukiwanie wzrokowe**, czyli omiatanie wzrokiem otoczenia czy szukanie przedmiotów znajdujących się w zasięgu widzenia dziecka.
2. **Przenoszenie spojrzenia**- zmiana miejsca patrzenia z jednego obiektu na inny.
3. **Spostrzeganie głębi**- za tę funkcję wzrokową odpowiedzialne jest widzenie obuoczne, dobra wzrokowa ocena głębi pozwala dziecku na sprawne poruszanie się, chodzenie po schodach czy aktywność ruchową.
4. **Praca mięśni okoruchowych**- mięśnie pozwalające na ruch oczu dziecka mają ogromny wpływ na rysowanie, czytanie, pisanie czy lokalizowanie zabawek dlatego tak ważna jest ich odpowiednia praca.



1. Ćwiczenia przeszukiwania wzrokowego.

Zaproponuj dziecku książeczkę na której znajduje się wiele obiektów. Pobaw się z dzieckiem w wyścigi kto szybciej znajdzie np. lalkę, piłkę czy psa znajdujące się na obrazkach.

2. Ćwiczenia przenoszenia spojrzenia.

Wraz z dzieckiem rysujemy na kartce jego ulubione przedmioty np. owoce. Staramy się zapamiętać układ kolejności położonych przed dzieckiem obrazków. Następnie oddalamy od oczu dziecka karty pracy i pytamy jaki przedmiot znajduje się na ilustracji, po upewnieniu się że dziecko je spostrzega i rozróżnia wspólnie próbujemy odtworzyć taki sam układ który powstał gdy obrazki znajdowały się blisko oczu np. na kolanach dziecka.

3. Ćwiczenia spostrzegania głębi.

Ustawiamy wzdłuż pionowo ułożonej do nas linii (namalowanej, przyklejonej taśmy czy wstążki) kilka zabawek podobnej wielkości. Zadaniem dziecka jest podanie nazwy tego przedmiotu który jest najbliżej i najdalej od dziecka, uczymy dziecko w ten sposób odróżniać położenie obiektów bliskich od oddalonych czyli oceniać głębię.

4. Ćwiczenia mięśni okoruchowych – „Zabawa w malowanie ściany”

Dziecko wyobraża sobie że jego oczy to pędzel i ma za zadanie pomalować nim ścianę. Wykonywane ruchy gałek ocznych to: 1. poziome 2. pionowe 3. po skosie. Bardzo ważne jest, aby dziecko w tym czasie nie poruszało głową. Można również położyć woreczek na głowie i wykonywać ostrożne ruchy aby podczas „malowania” ściany ma nie upuścić woreczka.

Powodzenia☺

mgr Jolanta Kobus-Kidyba
Terapeuta widzenia