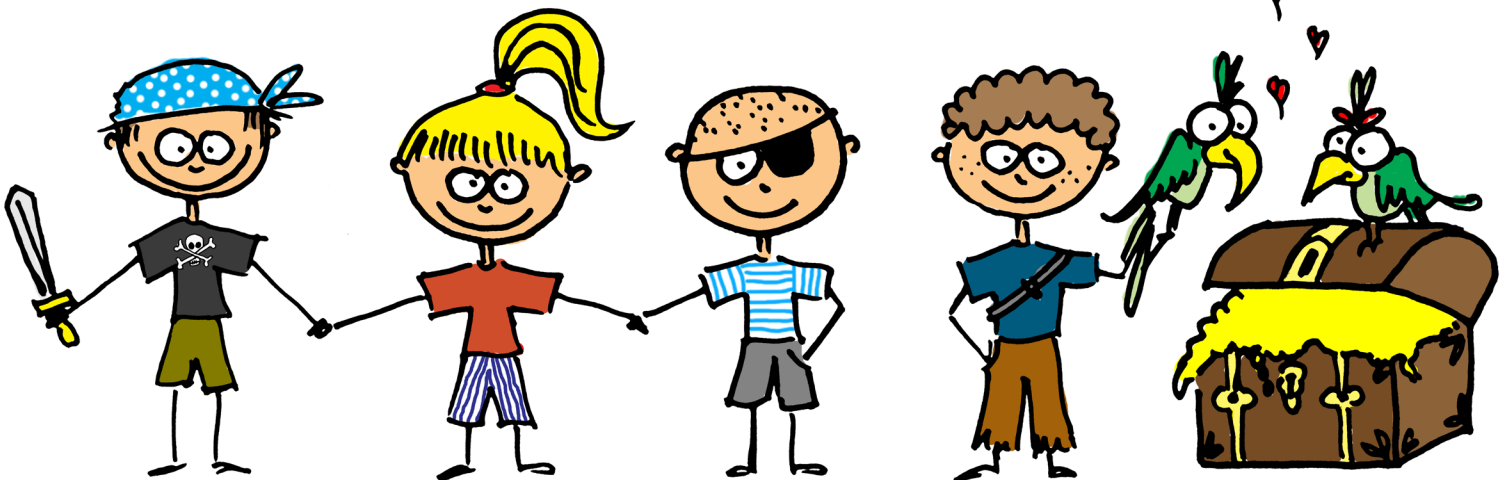
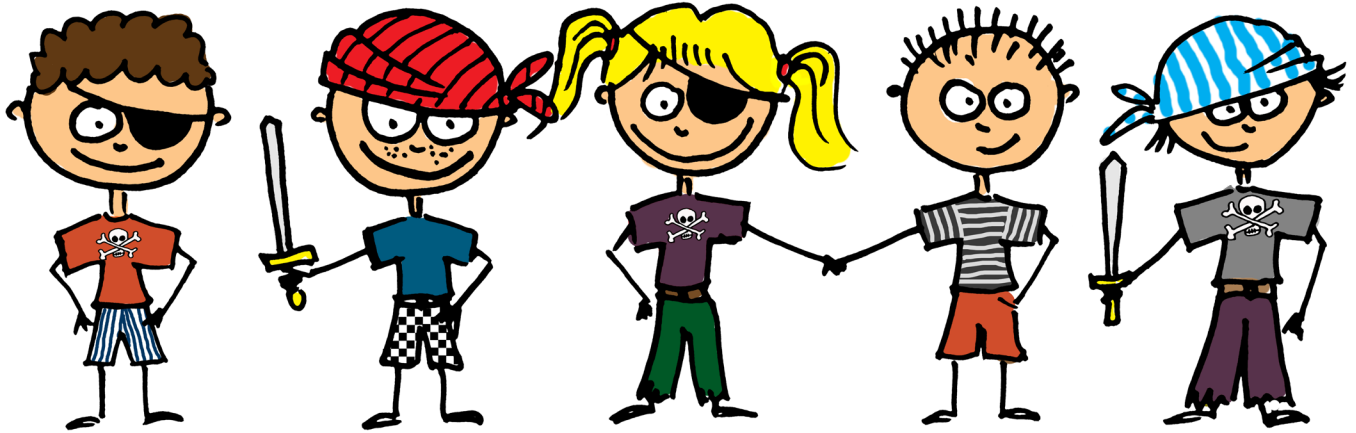


MÁME DOMA PIRÁTA
Metodika pro děti s tupezrakostí a jejich rodiče
Bc. Lenka Fulíková



Vážení rodiče,

do rukou se Vám dostává metodika, která si klade za úkol pomoci Vám na cestě léčbou tupozrakosti, která byla Vašemu dítěti diagnostikována. Dozvíte se zde nejen co tupozrakost je, ale také jak s ní úspěšně bojovat. V metodice naleznete vedle rad na zvládnutí nošení okluze, také mnoho návrhů jak správně s dítětem při okluzní terapii pracovat.

MÁME DOMA PIRÁTA

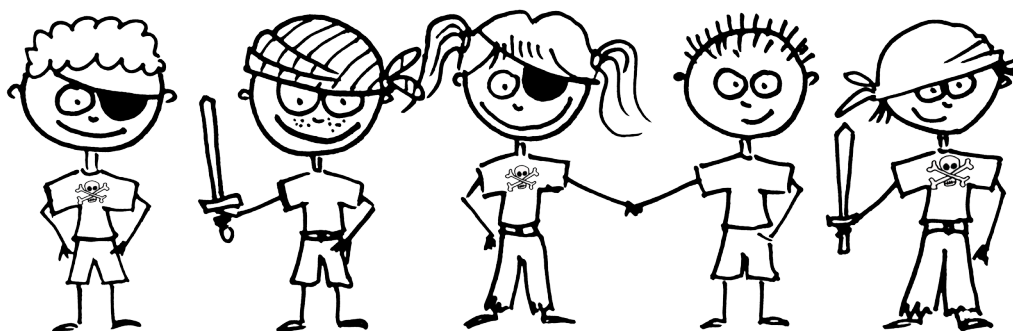
Metodika pro děti s tupozrakostí a jejich rodiče

Pro koho je metodika určena

Tato metodika je určena především rodičům dětí s diagnózou tupozrakosti, kteří musí čelit obtížím, které tato situace přináší. Je zaměřena a přizpůsobena především věkovým skupinám dětí předškolního a mladšího školního věku.

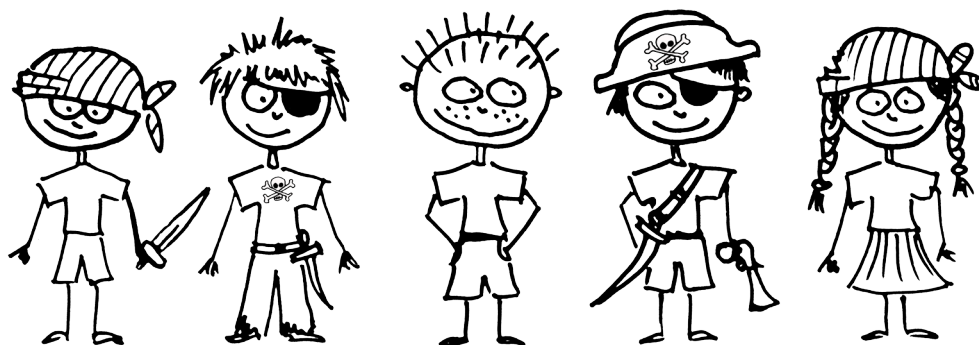
Cíle

- Podpora rodiny dítěte s tupozrakostí při zvládnání okluzní terapie.
- Rady pro zvládnání okluzní terapie.
- Návrhy na vhodná pleoptická cvičení v domácím prostředí.



OBSAH

CO JE AMBLYOPIE, NEBOLI TUPOZRAKOST?	7
Nejčastější oblasti ve kterých může mít dítě obtíže	7
DOSTALI JSME PŘEDPIS NA BRÝLE	8
Jak si na brýle zvyknout	8
OKLUZE A JEJÍ SPRÁVNÁ APLIKACE	9
Jak si zvyknout na okluzi	10
CO JE TO PLEOPTIKA A PROČ JÍ DOMA CVIČIT?	11
PLEOPTICKÁ CVIČENÍ A HRY PRO NÁPRAVU AMBLYOPIE	11
Náměty pro rozvoj zrakového vnímání	12
Základní činnosti a hry pro rozvoj vnímání barev	12
Základní činnosti a ukázky pracovních listů pro rozvoj vnímání figury a pozadí	13
Základní činnosti a ukázky pracovních listů pro rozvoj zrakového rozlišování	16
Základní činnosti a ukázky pracovních listů pro rozvoj vnímání části a celku	22
Základní činnosti a hry pro rozvoj zrakové paměti	25
Základní činnosti a ukázky pracovních listů pro rozvoj pohybu očí na řádku	26
Ukázky pracovních listů pro rozvoj vizuomotoriky	27
Ukázka vhodných hraček pro pleoptická cvičení	29
Doporučené pracovní sešity a aplikace pro rozvoj zrakového vnímání	34
Literatura.....	37



CO JE AMBLYOPIE, NEBOLI TUPOZRAKOST?

Amblyopie, neboli tupozrakost je jednou z nejčastějších vad u dětí, která se projevuje sníženou schopností vidění levého, nebo pravého oka (méně často u obou očí).

Za normálních okolností jsou obě oči zaměřeny do stejného pozorovaného bodu a mozek spojí dva sítnicové obrázky do jednoho prostorového obrazu. Pokud dojde z jakékoli příčiny v postavení očí k nesouměrnosti, dostává mozek dva rozdílné obrázky. V důsledku toho začne potlačovat obraz hůře vidícího oka a zpracovává informace z oka s dobrým, ostrým obrazem.

TUPOZRAKOST SE PODLE STUPNĚ SNÍŽENÍ VIDĚNÍ DĚLÍ NA:

TĚŽKOU: zraková ostrost do dálky (vizus) horší než 0,1.

STŘEDNÍ: zraková ostrost do dálky (vizus) v rozmezí 0,1 až 0,32.

LEHKOU: zraková ostrost do dálky (vizus) v rozmezí 0,32 až 0,8.

Léčba tupozrakosti probíhá pomocí nasazení správné brýlové korekce, lepení okluze a pravidelného cvičení v ortopticko – pleoptické cvičebně.

Prognóza tupozrakosti závisí na více faktorech. Především závisí na včasnosti, systematickosti a cílenosti léčby. Úspěšnost léčby, při koordinované týmové spolupráci oftalmologa, ortoptistky, speciálního pedagoga a rodičů, uvádí následující tabulka:

VĚK ZAHÁJENÍ LÉČBY	VYLÉČENÝCH DĚTÍ
2-4 let	85 %
4-6 let	75 %
6-9 let	50 %
9-12 let	25-0 %

NEJČASTĚJŠÍ OBLASTI VE KTERÝCH MŮŽE MÍT DÍTĚ OBTÍŽE

PORUCHA VNÍMÁNÍ PROSTORU A PROSTOROVÝCH VZTAHŮ, kdy dítě není schopno vnímat trojrozměrně. Je tedy ochuzeno o vnímání hloubky a prostoru, nedokáže odhadovat vzdálenost a rychle se orientovat v prostoru.

PORUCHA VIZUÁLNĚ MOTORICKÉ KOORDINACE, kdy vlivem nedostatečné spolupráce očí a nedokonalé koordinace mezi zrakovým vnímáním a motorickou činností dochází k zhoršené koordinaci oko – ruka a oko – noha. Dítě je méně obratné, pomalejší a má zhoršenou orientaci v prostoru. Tyto potíže se projevují v některých vyučovacích předmětech při osvojování si určitých partií učiva a především v tělesné výchově, kdy děti nesprávně odhadují vzdálenosti předmětů, jejich umístění v prostoru, směr a rychlost například míčů, a také vlastní pohyb vzhledem ke statickému prostoru.

PORUCHA VNÍMÁNÍ ČÁSTI A CELKU A ROZLIŠOVACÍ ČINNOSTI se projevuje zpožděním čtenářského vývoje a potížemi při psaní. To je způsobeno zúžením zorného pole při amblyopii, které v některých případech nepřesahuje při čtení rozsah jednoho slova ve větě. Čtení je pak útržkovité s přestávkami, což vede k obtížnému chápání obsahu. Nedostatečná kvalita zrakových představ vede ke komplikacím při kopírování obrázků a nákrešů, kreslení a opisování textů. S přibývajícím věkem se také zvyšuje četnost poruch psaní.

PORUCHA ZRAKOVÉ OSTROSTI se projevuje problémy při porovnávání dvou podobných předmětů, u kterých

amblyopické děti těžko postřehnou jemnější rozdíly. Obtížné je také vyhledávání stejných tvarů, mezi tvary podobnými. Děti s amblyopií snáze určí malé symboly, které se vyskytují samostatně, než symboly seskupené příliš těsně vedle sebe. Těmto dětem pak nemusí vyhovovat malá vzdálenost mezi písmeny v některých učebnicích. Z geometrických tvarů děti nejlépe vnímají kruh, pak čtverec a křížek.

PORUCHA VNÍMÁNÍ BAREV se u amblyopických dětí projevuje v poruše barvocitu a kontrastní citlivosti. Nejčastěji je narušeno vnímání barvy červené a zelené, méně modré a žluté. V případě silné amblyopie může být narušeno vnímání bílé barvy. Porucha vnímání všech barev je pouze zřídka. Děti s amblyopií vnímají barvy spíše matně a méně jasně.

NARUŠENÉ ZRAKOVÉ PŘEDSTAVY jsou způsobeny nekvalitními zrakovými vjemy a počítky. V důsledku nedostatečných zrakových představ se omezuje vytváření pojmů a rozvoj logického myšlení.

V období školního věku jsou na zrakovou práci kladeny vysoké nároky. Je třeba včasného řešení podmínek vzdělávání dítěte a řešení problémů za spolupráce rodičů, učitelů a odborníků.

DOSTALI JSME PŘEDPIS NA BRÝLE

Dioptrické oční vady se u dětí korigují většinou brýlemi. Jejich funkce spočívá nejen ve zlepšení kvality vidění, ale také jako léčba, např. při šilhání, nebo jako prevence vzniku tupozrakosti. Díky včasnému nasazení brýlové korekce lze předcházet nenávratnému poškození zraku i negativním dopadům zrakového handicapu na osobnost dítěte a jeho budoucí život. Brýlovou korekci lze nasadit již malým, nebo ležícím dítětem, je ale třeba dbát na dobrý výběr, aby brýle splňovaly funkční, pohodlné a především bezpečnostní hledisko.

Rodiče často vybírají obruby dle estetického hlediska moderní a líbivé. Dobrý dětský optik, by Vám ale měl doporučit takové, které jsou z vhodného materiálu, dítěti tvarově sedí a mají správnou velikost. Tím se vyhnete problémům, kdy dítěti brýle špatně sedí, tlačí ho, kloužou z nosu a v důsledku toho je zahazuje a nosit nechce. Hodnotu dioptrických čoček předepisuje vždy lékař. Ke změnám brýlové čočky může u dětí docházet velmi často, proto je třeba dobře zvážit jejich výběr, případně se poradit s lékařem.

JAK SI NA BRÝLE ZVYKNOUT

Dítě se musí s nasazením brýlové korekce vyrovnat. Rodiče by měli být dítěti při tomto zvykání nápomocní. Dítěti můžete ukázat nějaký obrázek, či oblíbenou hračku, kterou v brýlích vidí lépe a bez nich mnohem hůře. Při zvykání si na brýle lze zrakovou pozornost dítěte upoutat nějakou atraktivní činností, nebo oblíbenou hrou. Pro motivaci větších dětí lze poukázat na příbuzného v rodině, který také nosí brýle a v neposlední řadě je důležité dítě chválit a zdůrazňovat, že mu brýle sluší.

Některé děti mohou zpočátku brýle odmítat. V takovém případě je třeba zjistit důvod, jestli správně sedí a někde ho netlačí. Dítě si musí na nové vidění zvyknout, proto by se brýle neměli nasazovat jen po chvilkách, ale trvale.

OKLUZE A JEJÍ SPRÁVNÁ APLIKACE

Základním a osvědčeným principem terapie tupozrakosti je dočasné vyřazení lépe vidoucího oka při vidění. U léčby amblyopie se zakrývá okluzí lépe vidoucí oko, aby došlo k namáhání a posílení funkce oka slabšího.

Rodiče mohou vybírat z několika způsobů nošení okluze a druhů: náplastové okluzory, textilní okluzory, gumové okluzory s přísavkou a okluzní kontaktní čočka:

NÁPLAŠŤOVÉ OKLUZORY lze pořídit v tělové barvě, nebo barevných variacích či se samolepkami v balení, které děti mohou motivovat. Jejich výhodou je snadné nasazování a možnost koupi menší velikosti i pro nejmenší děti. Nevýhodou je možnost pocení a zarudnutí kůže v místě lepení až ekzém. Pro tyto účely existuje hypoalergení verze náplastových okluzorů, která vyhovuje i alergikům. U náplastového okluzoru je třeba dbát správného zalepení tak, aby zakrýval oko od obočí po lícni kost. Správná aplikace a sundávání okluzoru: Náplastový okluzor se vždy lepí na kůži pod brýle. Okluzor by se měl odlepovat pomalu a to od nosu směrem ven. Neodlepená část se při slepování jemně přidržuje.



TEXTILNÍ OKLUZORY se snadno nasazují přímo na brýlovou obrubu a lze je koupit v různých barvách s obrázky. Výhodou je jejich dobrý tvar, který brání shrnutí a je šetrnější k pokožce. U textilních okluzorů je třeba dávat pozor, aby si dítě nenašlo místo k podkukování a oko bylo správně zakryto.



GUMOVÝ OKLUZOR se přísavkou připevňuje na vnitřní stranu brýlí. U tohoto způsobu okluze se musí dítě sledovat z důvodu snadného nadzvednutí či posunutí pro vytvoření prostoru k podkukování. Tento okluzor je z neprodyšného materiálu a kůže pod ním se může potit.

Finančně nejnáročnější variantou je okluzní **KONTAKTNÍ ČOČKA**, která se používá pokud předchází okluze z různých důvodů selhaly. Tato kontaktní čočka je tmavě zbarvená a nijak dítě neomezuje. Problematické může být především zácvek nasazování a vyndávání, při kterém se dítě zpočátku výrazně brání. Po zácviku a získání rutiny si děti zvyknou a jde o rychlý úkon.

JAK SI ZVYKNOT NA OKLUZI

Zvykání si na okluzní léčbu závisí na věku dítěte, kdy mu je nasazena. Především malé děti ve věku mezi 18 – 30 měsíci věku nemají rády omezení a těžce se jim účel okluzy vysvětluje. Od 3 let lze dětem okluzi vysvětlit a pomocí pochvaly a odměny dodržovat dobu okluzy. U těžké tupozrakosti je nutné po zalepení „lepšího“ oka věnovat dítěti velkou pozornost a nenechávat ho samotné. Rodiče si musí uvědomit, v jak těžké situaci se jejich dítě po zalepení lepšího oka okluzí ocitne. U těžké tupozrakosti pak děti bývají z důvodu horšího vidění zmatené, dezorientované, s nejistou chůzí. První reakcí dítěte je snaha okluzor strhávat, posunovat, nadzvedávat, a všemožně se snaží najít místo, kde okluzor nepřiléhá tak dokonale, aby se mohlo i nepatrnou skulinkou dívat okolo. Je ale třeba vytrvat a zabránit případnému podkukování.

NĚKOLIK RAD PRO ZVLÁDÁNÍ NÁCVIKU NOŠENÍ OKLUZE:

- Nasazení okluzy v době spánku a po probuzení ihned zaujmout dítě atraktivní činností, která není zrakově příliš náročná.
- Hračky a činnosti, které má dítě rádo, rezervovat pouze pro čas okluzy a důsledně nedovolovat tuto hru jindy než s okluzí.
- Výběr hraček a činností by měl být prokonzultován s odborníkem (ortoptistkou, zrakovým terapeutem), který je doporučí v závislosti na stupni vidění dítěte.
- Hračky a činnosti nenáročného povahy volit na začátek a po přibližně 20 – 30 minutách přejít na náročnější aktivity.
- V případě potřeby, lze dítě navykat na okluzi a dobu jejího trvání postupně prodlužovat.
- Po nalepení okluzy je třeba důsledně dodržet slíbený čas.
- Je lepší okluzi opakovaně nestrhávat a vydržet celou určenou dobu.
- Strhávání okluzy může být pro některé děti nepříjemné. Dítě si jej může strhávat samo, jako určitý rituál ukončení cvičení, nebo jej lze před sundáním navlhčit.
- Pro motivaci a lepší snášení okluzy, lze zalepit oko oblíbené hračky, rodičům, či sourozenci.



CO JE TO PLEOPTIKA A PROČ JÍ DOMA CVIČIT

Pleoptická cvičení jsou prostředkem léčby. Cvičení probíhají při zakrytí lépe vidoucího oka okluzí, přičemž tupozraké oko je aktivně zapojeno do různých úkonů. Cílem je zvýšení zrakové ostrosti na tupozrakém oku. Při pleoptice tupozraké oko aktivně provádí úkony za pomoci hmatu, sluchu, paměti. Čím více se oko namáhá, tím rychleji se zlepšuje jeho zraková ostrost. Při většině pleoptických cvičení se kromě zrakové ostrosti cvičí i velmi důležitá koordinace zraku a motorické činnosti. Po zaškolení rodičů může tyto činnosti dítě provádět v domácím prostředí.

PLEOPTIKU LZE DĚLIT NA:

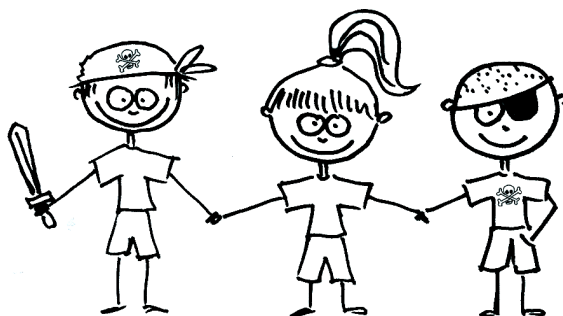
- HRUBOU PLEOPTIKU, která je realizována u dětí s těžkou amblyopií. Při cvičení se manipuluje především s předměty a hračkami velké velikosti a obrázky se silným obrysem.
- POHYBOVOU PLEOPTIKU, která je zaměřena na koordinaci a lokalizační cvičení oko – ruka a oko – noha.
- JEMNOU PLEOPTIKU, která je realizována u dětí s lehkou amblyopií. Během cvičení se manipuluje s malými, jemnými předměty a hračkami, které podporují jemnou motoriku.

Aktivní spolupráce rodičů na léčbě dětí je důležitou podmínkou úspěchu. Pouze na nich záleží, zda přesvědčí své dítě, aby dodržovalo doporučení léčby.

PLEOPTICKÁ CVIČENÍ A HRY PRO NÁPRAVU AMBLYOPIE

Pleoptická cvičení v domácím prostředí jsou pro léčbu tupozrakosti klíčová, stejně tak jako pravidelná docházka na ortopticko – pleoptická cvičení a pravidelné lékařské kontroly. Hlavní je pravidelné dodržování lepení okluzy a délky cvičení každý den.

Výběr cvičení závisí na míře tupozrakosti, ale také na věku dítěte. Je třeba volit nejprve jednodušší cvičení a po zlepšení vizu (zrakové ostrosti) volit postupně náročnější úkoly.



PŘIPRAVIT OKLUZOR, KE STARTU, POZOR, CVIČÍME!

NÁMĚTY PRO ROZVOJ ZRAKOVÉHO VNÍMÁNÍ

Tato cvičení jsou zaměřena na rozvoj vnímání barev, vnímání figury a pozadí, rozvoj zrakového rozlišování, rozvoj zrakového vnímání části a celku, dále na rozvoj zrakové paměti, pohybu očí na řádku a vizuomotoriky.

ZÁKLADNÍ ČINNOSTI A HRY PRO ROZVOJ VNÍMÁNÍ BAREV

Při hrách a činnostech pracujeme s konkrétními předměty jako jsou například barevné knoflíky, korálky, pastelky, kostky, kuličky, nebo předměty každodenní potřeby. U malých dětí, můžeme používat názvy barev jako travičkově zelená, sluníčkově žlutá, jahůdkově červená, nebíčkově modrá apod.



ZÁKLADNÍ ČINNOSTI:

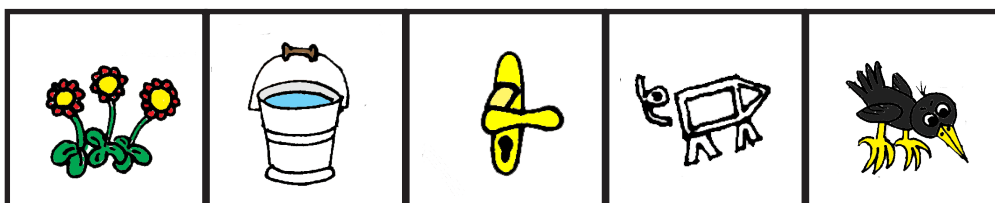
- PŘIŘAZOVÁNÍ STEJNÝCH BAREV - vybereme si jednu barvu a po dítěti chceme najít stejnou.
- NA POKYN UKÁZÁNÍ POŽADOVANÉ BARVY – dítě na pokyn ukáže dospělému určitou barvu.
- POJMENOVÁNÍ BARVY – vybereme jeden předmět a ptáme se, jakou má barvu.
- PŘIŘAZOVÁNÍ STEJNÉHO ODSTÍNU - vybereme jednu barvu a po dítěti chceme najít stejnou.
- POJMENOVÁNÍ ODSTÍNU - vybereme jeden předmět a ptáme se, jakou má barvu.

HRY NA PROCVIČENÍ VNÍMÁNÍ BAREV:

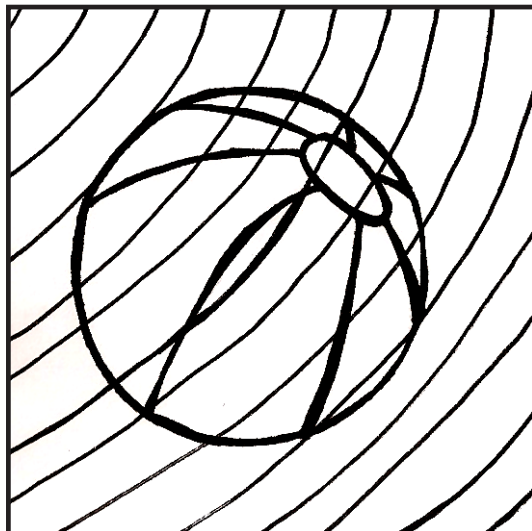
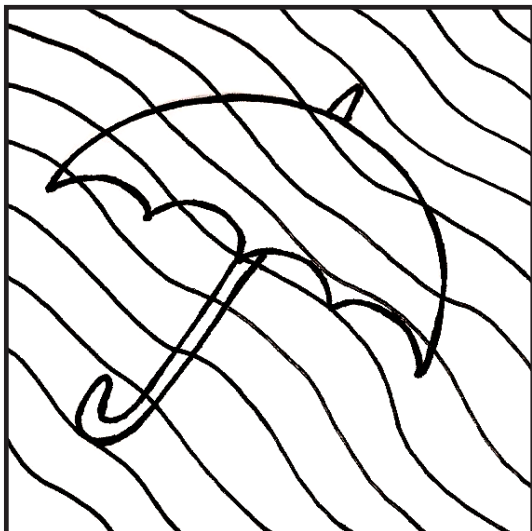
- NAVLÉKÁNÍ KORÁLKŮ PODLE POKYNŮ – dítě vyhledává a navléká korálky podle našich pokynů, např.: „Teď navlékni travičkově zelenou. Teď sluníčkově žlutou.“
- NAVLÉKÁNÍ KORÁLKŮ PODLE PŘEDLOHY – dítěti pastelkami předkreslíme předlohu podle které navléká barevné korálky. Obtížnost předlohy přizpůsobíme věku a schopnostem dítěte.
- HRA NA POPELKU - před dítětem rozsypeme barevné předměty např.: knoflíky, dítě dostane misticčku a úkol najít všechny knoflíky jedné barvy. Další variantou je roztrdit dle barev všechny knoflíky do kupiček.
- HRA NA POPELKU PRO CELOU RODINU – opět lze použít barevné knoflíky, nebo jiné předměty. Každý z hráčů si vybere jednu barvu, kterou bude sbírat, po odstartování každý hráč co nejrychleji vyhledává a sbírá svoji barvu. Vyhrává ten, kdo nejrychleji stihne vyhledat a shromáždit všechny předměty své barvy.

ZÁKLADNÍ ČINNOSTI A UKÁZKY PRACOVNÍCH LISTŮ PRO ROZVOJ VNÍMÁNÍ FIGURY A POZADÍ

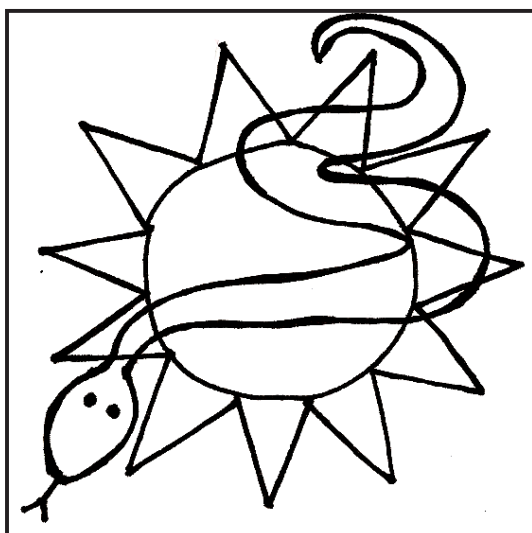
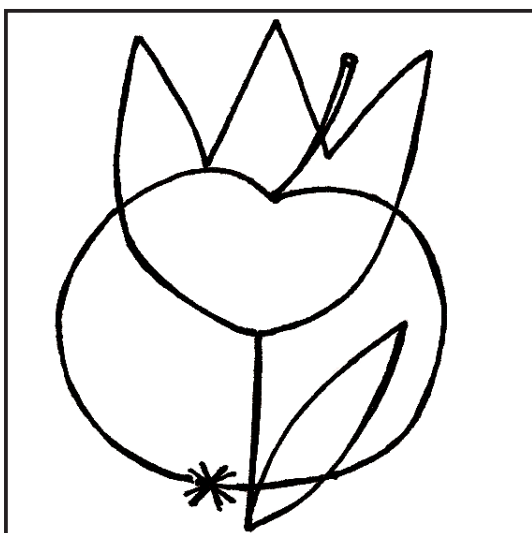
- VYHLEDÁVÁNÍ ZNÁMÉHO PŘEDMĚTU NA OBRÁZKU - s dítětem prohlížíme obrázkovou knížku a na naše pokyny vyhledává předměty.
- VYHLEDÁVÁNÍ PŘEDMĚTU NA OBRÁZKU PODLE PŘEDLOHY - dítě postupně vyhledává stejné obrázky, které jsou namalované ve spodním rámečku.



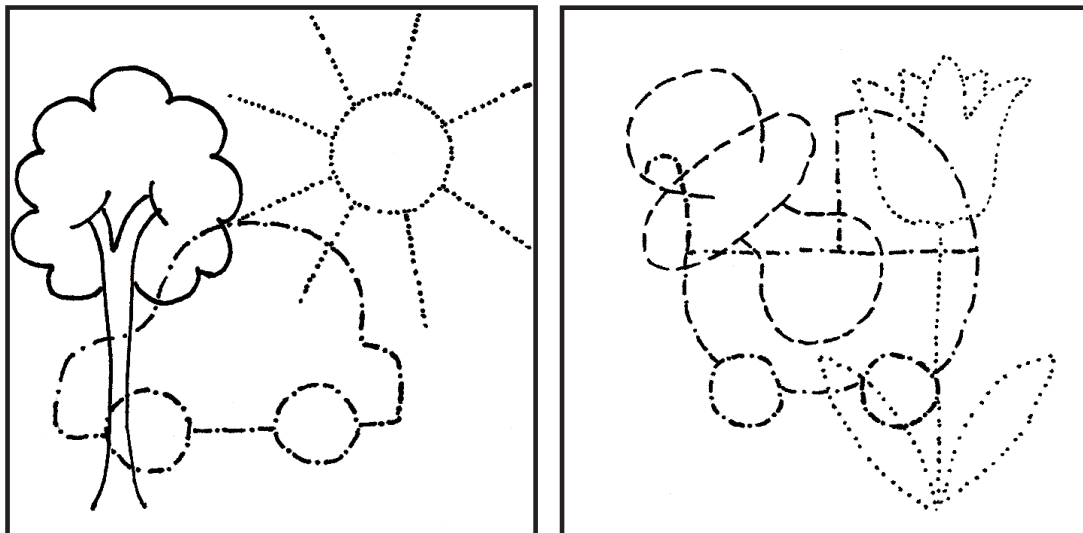
- VYHLEDÁVÁNÍ ZNÁMÉHO OBJEKTU NA POZADÍ - zeptáme se dítěte co vidí za obrázek, dítě se následně musí zaměřit na figuru.



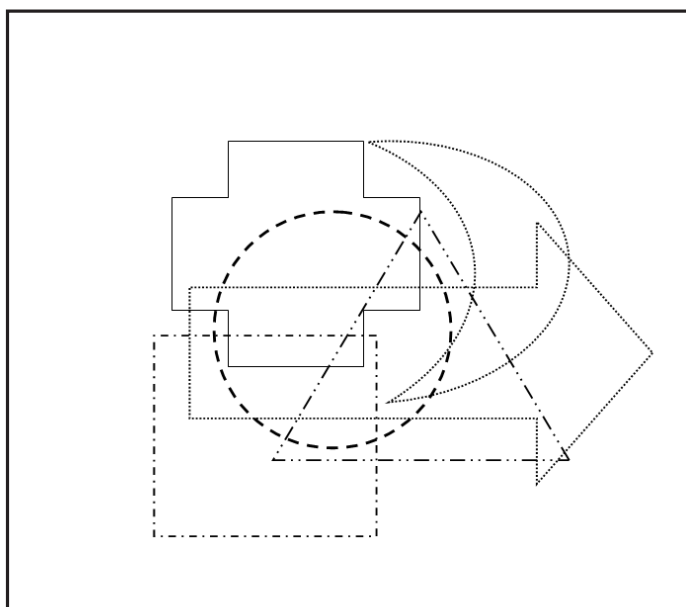
- ODLIŠENÍ DVOU PŘEKRÝVAJÍCÍCH SE OBRÁZKŮ - na obrázcích jsou linie dvou obrázků, které se vzájemně překrývají. Ptáme se dítěte co vidí za obrázky.



- **SLEDOVÁNÍ LINIE MEZI OSTATNÍMI** - ptáme se dítěte co je na obrázcích. Dítě se musí zaměřit na figuru a odpoutat se od pozadí a ostatních obrázků. Dítě může jet prstem po linii.



- **VYHLEDÁVÁNÍ TVARU NA POZADÍ** - dítě postupně vyhledává stejné tvary, které jsou namalovány ve spodním rámečku. Dítě si opět může linii ukazovat prstem.



ZÁKLADNÍ ČINNOSTI A UKÁZKY PRACOVNÍCH LISTŮ PRO ROZVOJ ZRAKOVÉHO ROZLIŠOVÁNÍ

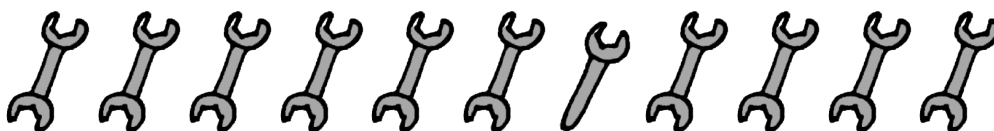
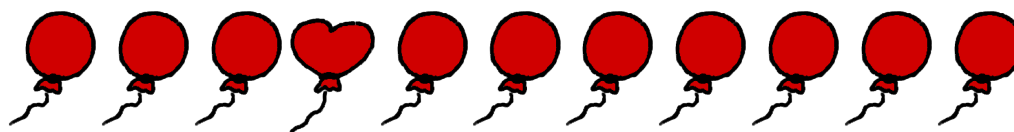
- ODLIŠENÍ VÝRAZNĚ JINÉHO OBRÁZKU V ŘADĚ – dítě si nejprve celou řadu prohlédne a následně ho vyzveme, aby našlo obrázek, který do řady nepatří, který je jiný. Dítě si jej může následně podtrhnout, škrtnout, zakroužkovat, či jinak zvýraznit.



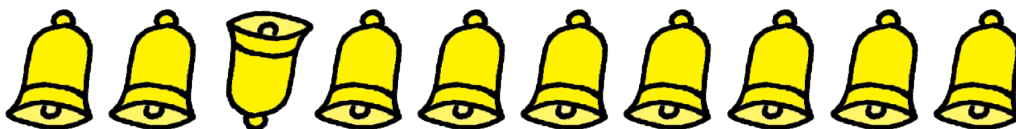
- ODLIŠENÍ OBRÁZKU JINÉ VELIKOSTI- dítě si nejprve celou řadu prohlédne a následně ho vyzveme, aby našlo obrázek, který do řady nepatří, který je jiný - menší nebo větší. Dítě si jej může následně podtrhnout, škrtnout, zakroužkovat, či jinak zvýraznit.



- ODLIŠENÍ JINÉHO OBRAZKU V ŘADĚ – postupujeme stejně jako u předchozích dvou úkolů.



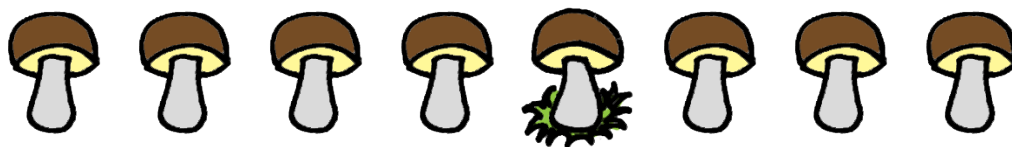
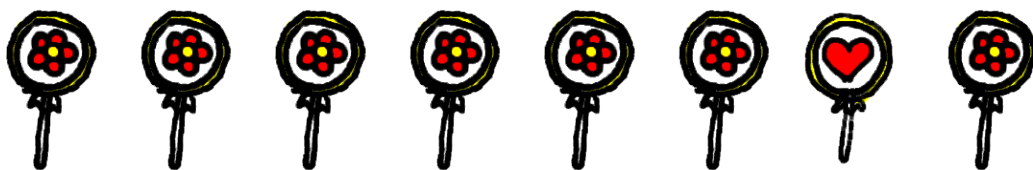
- ODLIŠENÍ OBRÁZKU V ŘADĚ LIŠÍCÍ SE HORIZONTÁLNÍ POLOHOU - postupujeme stejně jako u předchozích úkolů. Můžeme se dítěte ptát, proč je obrázek jiný, čím se liší.



- ODLIŠENÍ OBRÁZKU LIŠÍCÍ SE VERTIKÁLNÍ POLOHOU - postupujeme stejně jako u předchozích úkolů. Můžeme se dítěte ptát, proč je obrázek jiný, čím se liší.



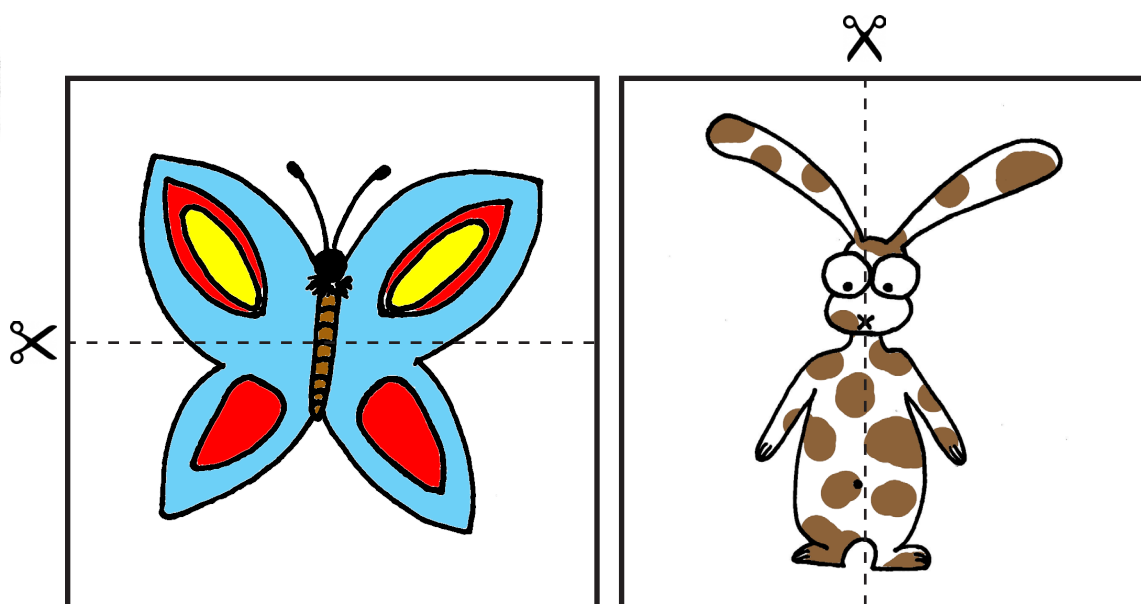
- ODLIŠENÍ OBRÁZKU V ŘADĚ LIŠÍ SE DETAILEM - postupujeme stejně jako u předchozích úkolů.



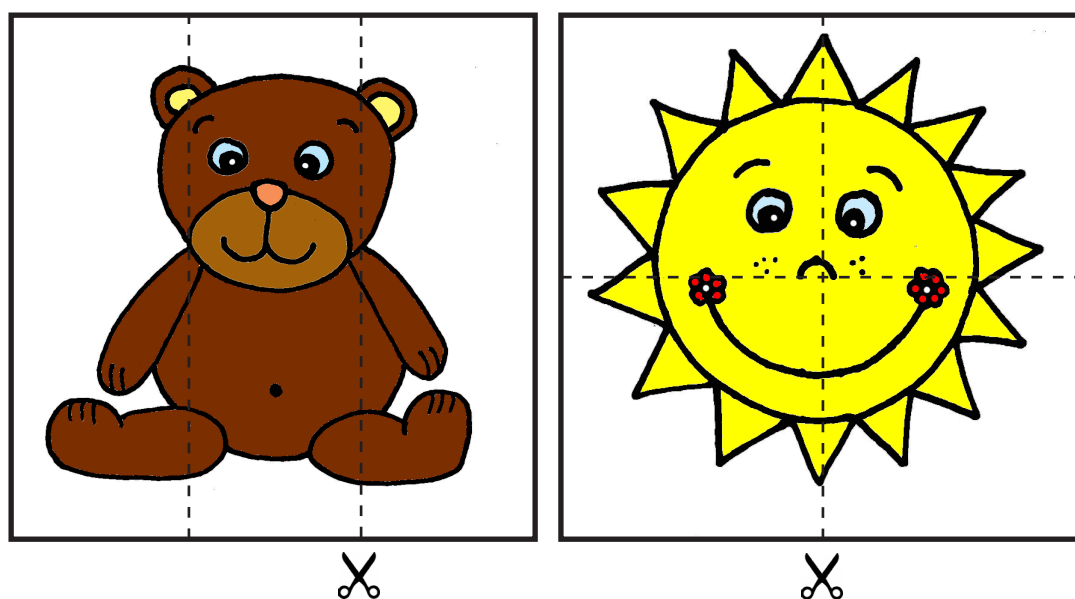
ZÁKLADNÍ ČINNOSTI A UKÁZKY PRACOVNÍCH LISTŮ PRO ROZVOJ VNÍMÁNÍ ČÁSTI A CELKU (ZRKOVÉ ANALÝZY A SYNTÉZY)

K těmto činnostem lze použít staré pohledy, různé obrázky z časopisů, kalendářů, ale především puzzle různých velikostí.

- SKLÁDÁNÍ OBRÁZKU ZE DVOU ČÁSTÍ. Nejprve skládáme obrázky půlené vertikálně, následně obrázky půlené horizontálně.



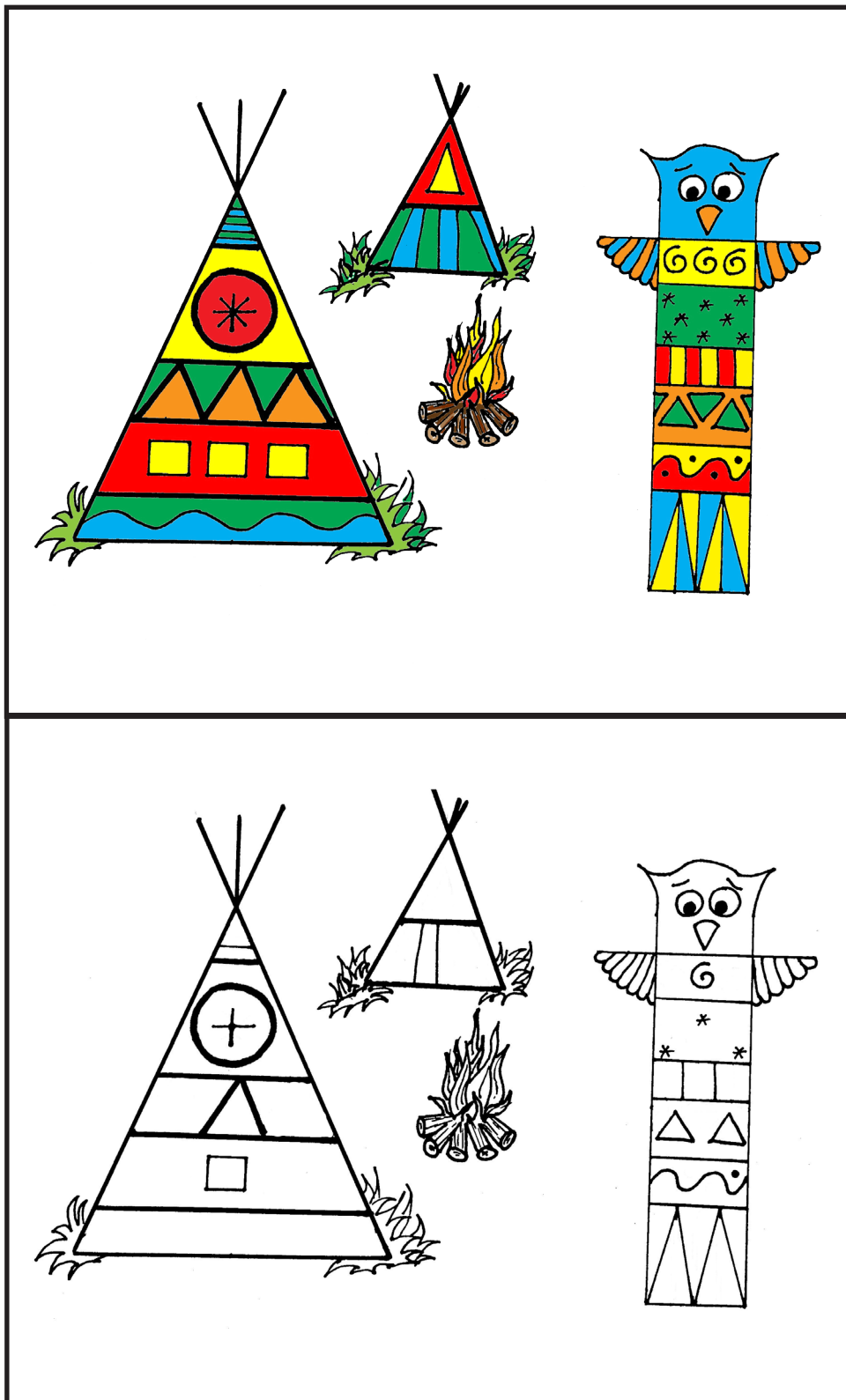
- SKLÁDÁNÍ OBRÁZKU ZE TŘÍ A ČTYŘ ČÁSTÍ.



- SKLÁDÁNÍ OBRÁZKU A PUZZLÍ Z ŠESTI A VÍCE ČÁSTÍ. Volíme nejprve jednoduché puzzle s velkými dílky. Postupně zmenšujeme dílky puzzlí a přidáváme náročnost v počtu dílků.

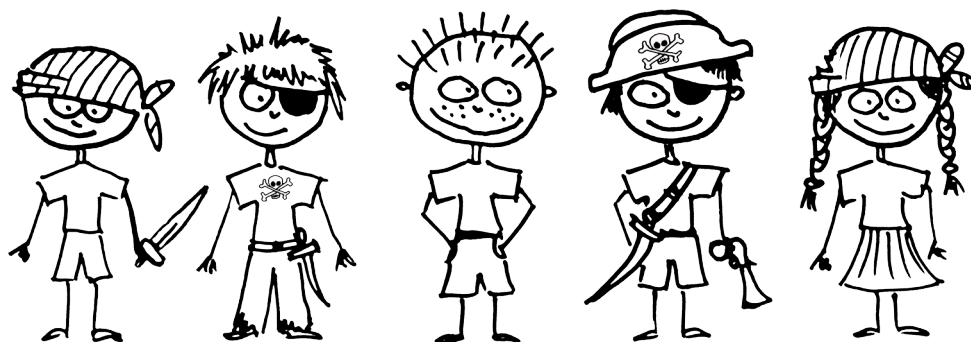


- DOPLŇOVÁNÍ CHYBĚJÍCÍCH ČÁSTÍ OBRÁZKU.



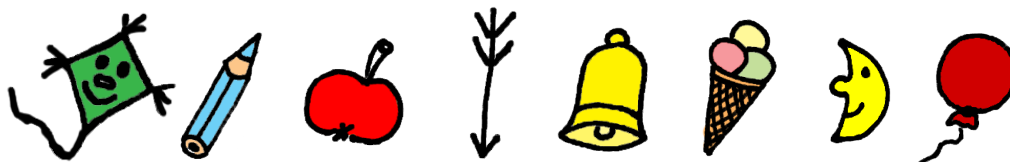
ZÁKLADNÍ ČINNOSTI A HRY PRO ROZVOJ ZRAKOVÉ PAMĚTI

- **PAMATOVÁNÍ SI TŘÍ PŘEDMĚTŮ.** Před dítě položíme tři hračky, nebo předměty, které dobře zná. Tyto předměty si dítě prohlídne a pak je zakryjeme šátkem. Jeden předmět schováme, šátek odkryjeme a ptáme se který předmět chybí. Následně můžeme předměty změnit, případně přidat větší počet. Hru lze obměnit tak, že dítě schované předměty vyjmenuje.
- **PAMATOVÁNÍ SI TŘÍ OBRÁZKŮ.** Obdobně jako u předchozího úkolu si dítě prohlídne a zapamatuje předložené obrázky. Obrázky otočíme a jeden odstraníme. Dítě musí uhodnout který obrázek chybí. Následně můžeme obrázky změnit, případně přidat větší počet. Hru lze obměnit tak, že dítě schované obrázky vyjmenuje.
- **ZRAKOVÁ PAMĚŤ V PROSTORU.** Dítě si pečlivě prohlídne pokoj ve kterém se hra hraje. Následně jde za dveře a my v pokoji provedeme jednu až tři viditelné změny. Dítě se následně vrátí a hledá co je v pokoji jinak. Postupně můžeme dělat méně viditelné změny a hru tak učinit náročnější.



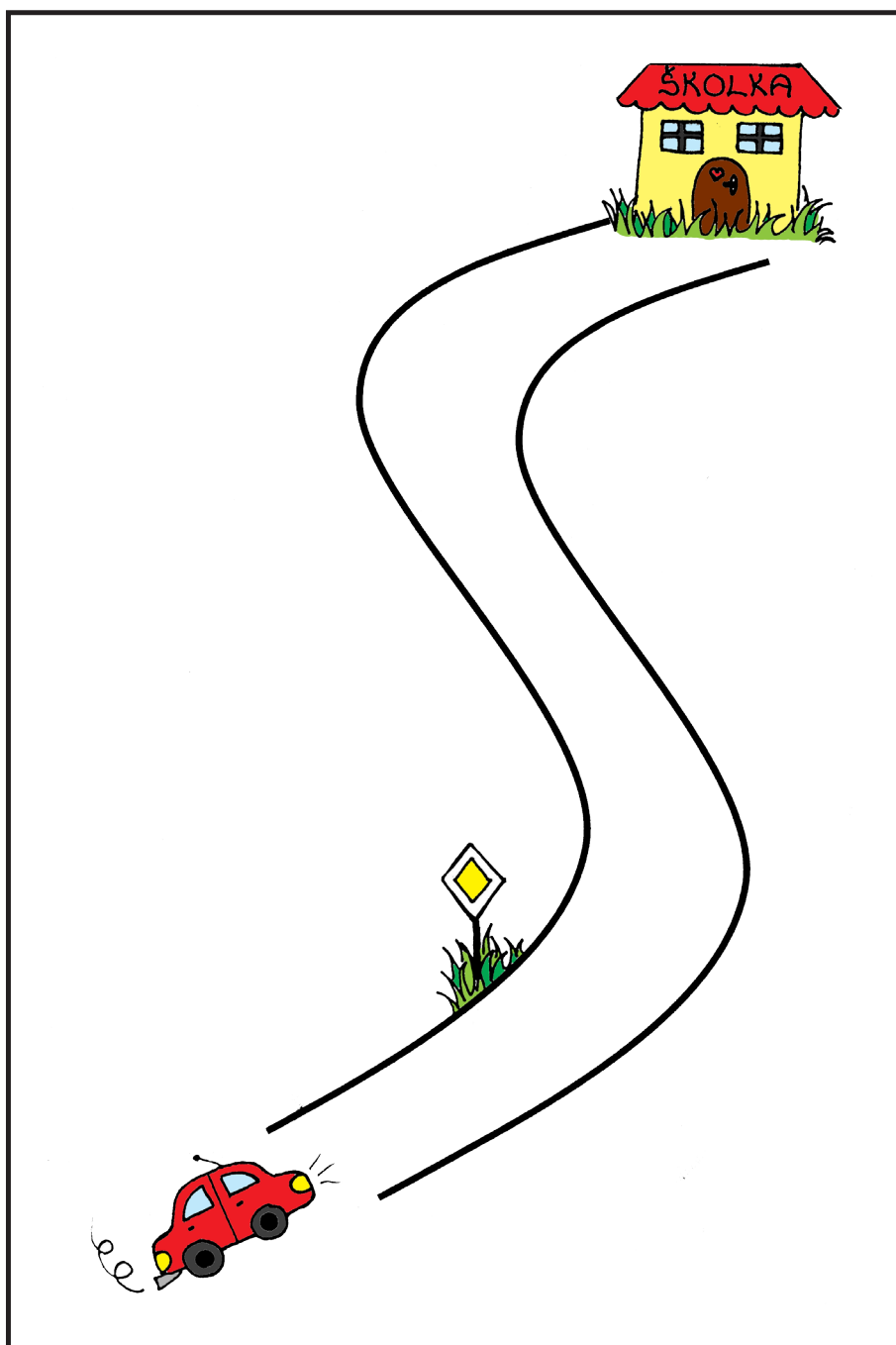
ZÁKLADNÍ ČINNOSTI A UKÁZKY PRACOVNÍCH LISTŮ PRO ROZVOJ POHYBU OČÍ NA ŘÁDKU

- JMENOVÁNÍ OBRÁZKŮ NA ŘÁDKU ZLEVA DOPRAVA – dítě čte obrázky tak jak jdou na řádku za sebou.

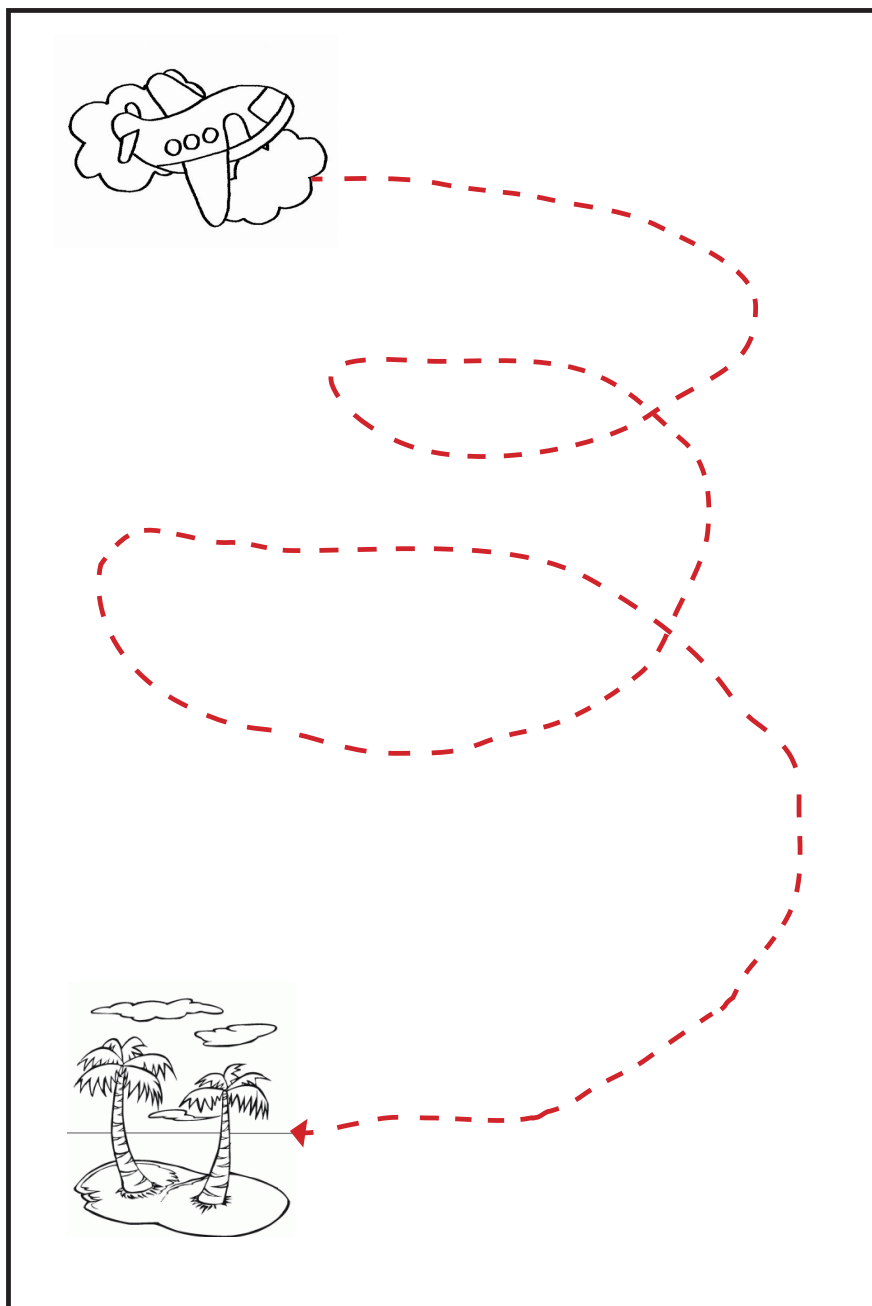


UKÁZKY PRACOVNÍCH LISTŮ PRO ROZVOJ VIZUOMOTORIKY

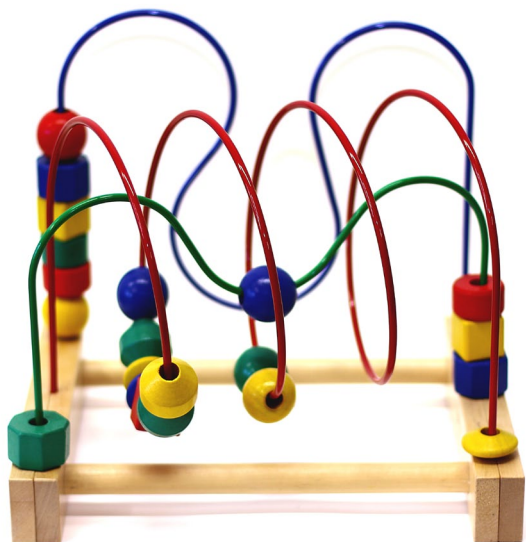
- DRÁHA MEZI DVĚMA LINIEMI – dítě jede pastelkou po vyznačené silnici. Sledujeme plynulost, rychlost, vedení linie a pohyb v požadovaném prostoru.



- DRÁHA PO LINII - dítě jede pastelkou po vyznačené linii, kterou se snaží obtáhnout.



UKÁZKA VHODNÝCH HRAČEK PRO PLEOPTICKÁ CVIČENÍ



Motorický labyrint



Žížala - přiřazování správných tvarů



Různá pexesa (na obrázku pexeso rané péče EDA)



Navlékání korálek různých velikostí s předlohou i bez předlohy



Drobné zažehlovací korálky pro tvorbu obrázků s možností použití šablon

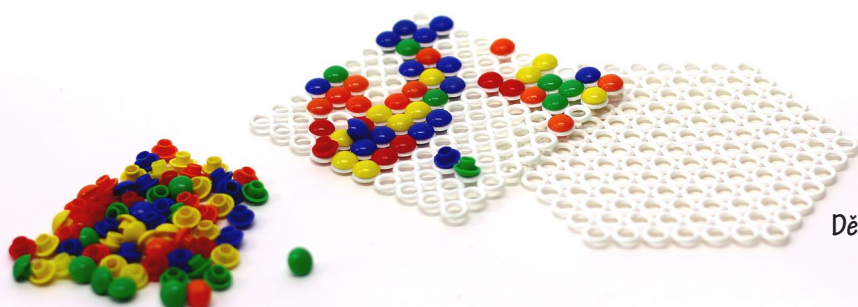


Provlékačí obrázkové destičky různé náročnosti



Motanice - didaktická hra rozvíjející nejen logiku dítěte, ale také jemnou motoriku, pozornost, atd.

Dřevěná kuličková hra na procvičování barev
a jemné motoriky



Dětská mozaika

Dřevěná zatloukáací hra



Motorický hlavolam s předlohami



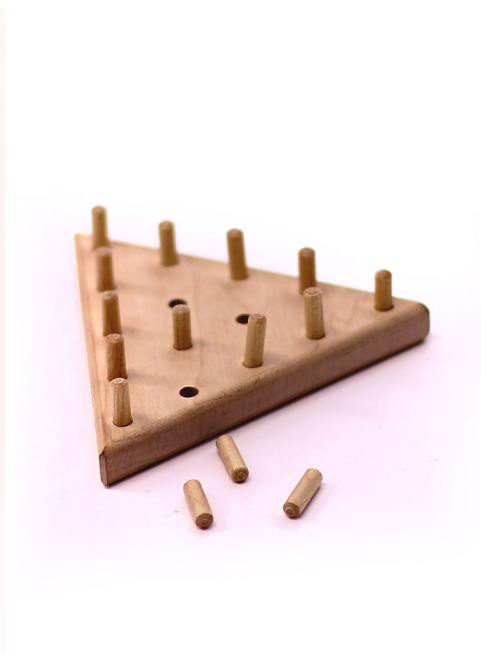
Cvičná deska minLUK s různými pracovními sešity jsou hračkou a učební pomůckou v jednom.



Rámečky Logico Primo, pro děti předškolního věku, a Logico Piccolo, pro děti předškolního a školního věku, s různými soubory karet. Didaktická hra, která s dětmi roste kombinuje učení a hru.



Magnetický hlavolam s předlohami



Dřevěné hlavolamy různé náročnosti



iOTOBO - magnetická mozaika s předlohami



Dřevěné barevné mozaiky různé náročnosti

DOPORUČENÉ PRACOVNÍ SEŠITY A APLIKACE PRO ROZVOJ ZRAKOVÉHO VNÍMÁNÍ

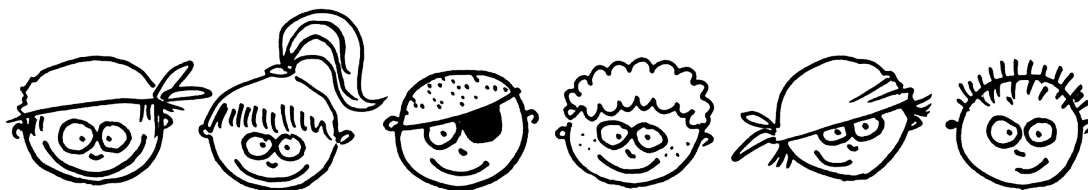
DOPORUČENÉ PRACOVNÍ SEŠITY

- Jiřina Bednářová:
 - Rozvoj zrakového vnímání - Jak krtek Barbora uviděl svět, 1. díl, pro děti od 3 do 5 let.
 - Rozvoj zrakového vnímání - Jak krtek Barbora našel cestu domů, 2. díl, pro děti od 4 do 6 let.
 - Rozvoj zrakového vnímání - Jak krtek Barbora pomohl objevit poklad, 3. díl, pro děti od 5 do 7 let.
- Zdena Michalová: Shody a rozdily
- Jiřina Bednářová a Vlasta Šmardová: Diagnostika dítěte předškolního věku, Co by mělo dítě umět ve věku od 3 do 6 let.

Dále jakékoli grafomotorické sešity a listy, volně v prodeji nebo ke stažení na internetových stránkách.

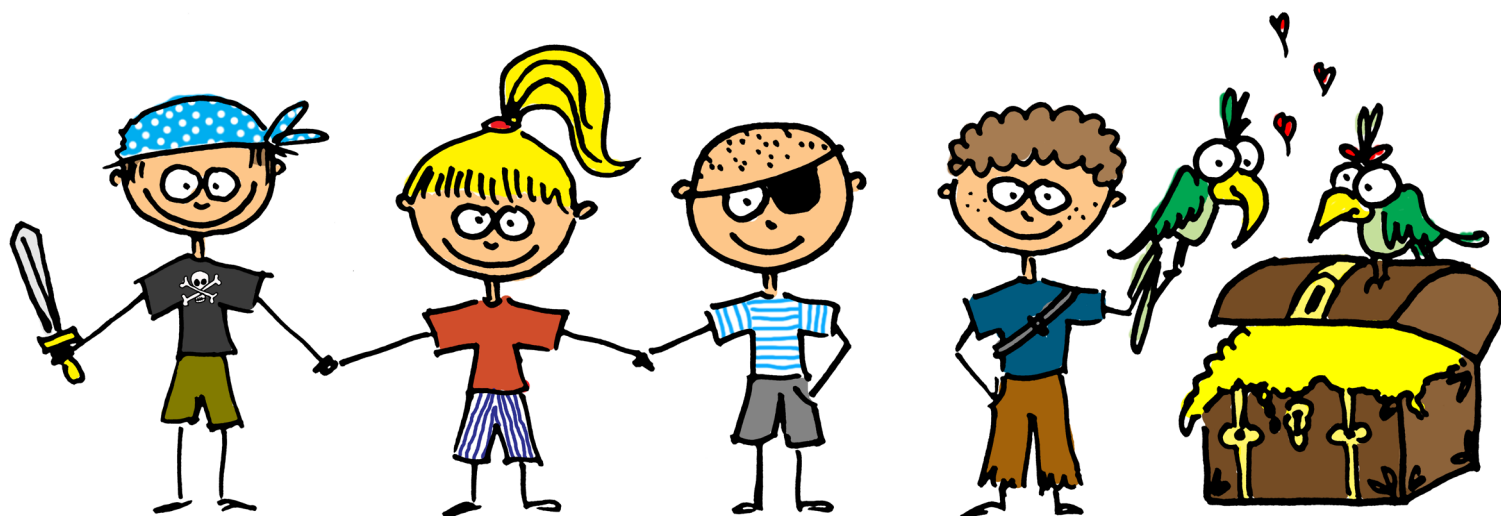
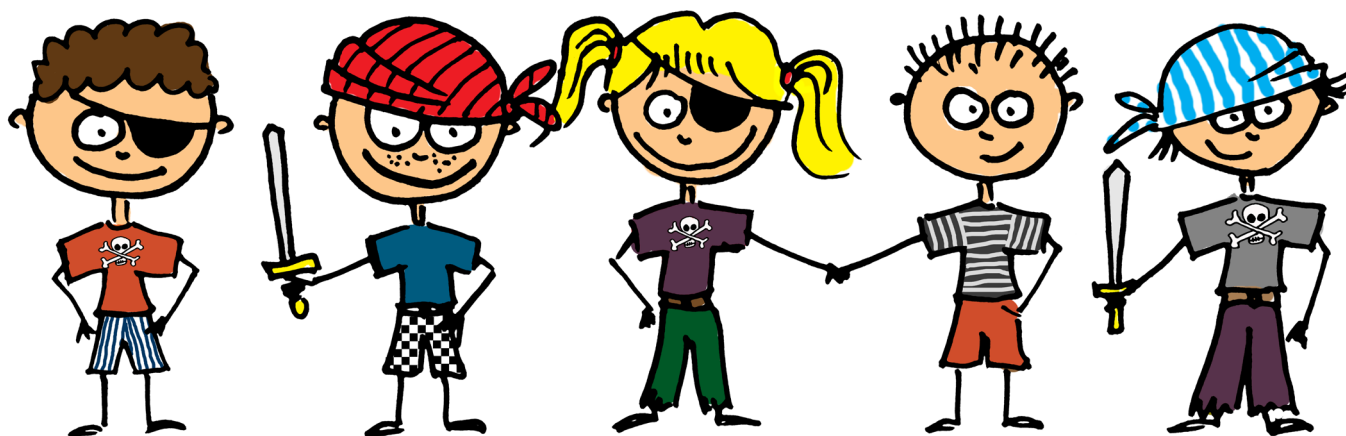
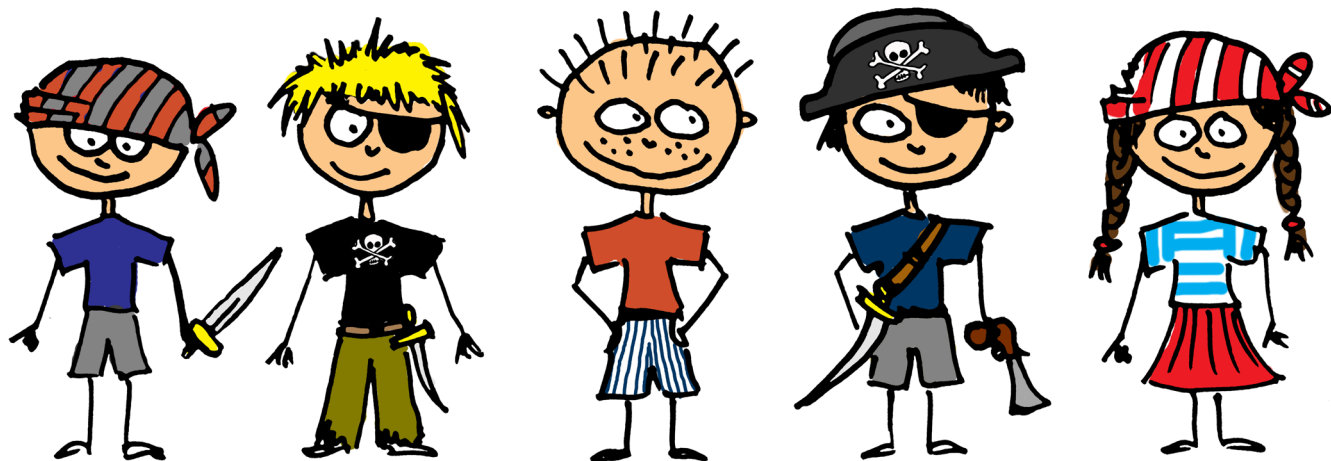
DOPORUČENÉ APLIKACE

- EDA PLAY – aplikace na iPady, která klade důraz na zrakovou motivaci a na procvičování jemné motoriky aplikace dostupná na App Store.
- Webová aplikace Ing. Nováka - obsahuje soubor vhodných počítačových úloh například pro trénink zrakové ostrosti, okohybných svalů aj. Dostupná jako webové aplikace, ke které uživatel obdrží přístupový kód a heslo.



LITERATURA

1. BETLACHOVÁ, Petra, Lenka FULÍKOVÁ. Pirátský deník: Příručka pro tupozraké děti a jejich rodiče. 1. vyd. Litomyšl: Tiskárna Osík, 2012, 34 s.
2. HAMADOVÁ, Petra, Lea KVĚTOŇOVÁ-ŠVECOVÁ a Zita NOVÁKOVÁ. *Oftalmopedie: texty k distančnímu vzdělávání*. 2. vyd. Brno: Paido, 2007, 125 s. ISBN 978-807-3151-591.
3. HRMÁDKOVÁ, Lada. *Šilhání*. Vyd. 3., nezměn. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů, 2011, 162 s. ISBN 978-80-7013-530-3.
4. KEBLOVÁ, Alena, Lydie LINDÁKOVÁ a Ivan NOVÁK. *Náprava poruch binokulárního vidění*. 1. vyd. Praha: Septima, 2000, 162 s. ISBN 80-721-6121-0.
5. KUCHYNKA, Pavel et al. *Oční lékařství*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007, 812 s. ISBN 978-802-4711-638.
6. LOPÚCHOVÁ, Jana. *Reedukácia a komplexná rehabilitácia zraku u jednotlivcov so zrakovým postihnutím*. 1. vyd. Bratislava: IRIS, 2010. ISBN 978-80-89238-40-8.
7. MORAVCOVÁ, Dagmar. *Zraková terapie slabozrakých a pacientů s nízkým vize*. 1. vyd. Praha: Triton, 2004, 203 s., 9 s. obr. příl. ISBN 80-7254-476-4.
8. NOVOHRADSKÁ, Hana. *Vybrané kapitoly z oftalmopedie*. 1. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Pedagogická fakulta, 2009, 85 s. ISBN 978-807-3687-311.
9. RANÁ PÉČE EDA. *Vaše dítě dostalo předpis na brýle! Jak na to?*. 1. vyd. Praha: Raná péče EDA, o.p.s., 2013, 10 s.
10. RANÁ PÉČE EDA. *Vaše dítě má nosit okluzi! Jak na to?*. 1. vyd. Praha: Raná péče EDA, o.p.s., 2013, 10 s.



Bc. Lenka Fulíková

MÁME DOMA PIRÁTA: METODIKA PRO DĚTI S TUPOZRAKOSTÍ A JEJICH RODIČE
Diplomová práce

Univerzita Hradec Králové 2014

Vedoucí práce: PhDr. Kamila Růžičková, Ph.D.

ilustrace pracovních listů: Bc. Lenka Fulíková
Ilustrace, fotografie a grafická úprava: Mgr. Lucie Fulíková