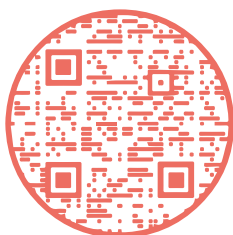


Zraková rehabilitace: pokyny pro pracovní listy

Daniela Morávková, Kristýna Drtílková

Podpořeno Agenturou zdravotnického výzkumu MZ ČR
projekt: NU22-06-00039



LÉKAŘSKÁ FAKULTA
V HRADCI KRÁLOVÉ
Univerzita Karlova

Zraková rehabilitace:
Pokyny pro práci s pracovními listy
vydala Lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Hradci Králové



**LÉKAŘSKÁ FAKULTA
V HRADCI KRÁLOVÉ**
Univerzita Karlova

© Daniela Morávková, Kristýna Drtílková, Tyfloservis z.s.
2. svazek, první vydání, 2023

ISBN 978-80-907700-6-5

Vážené dámy, vážení pánové, milé terapeutky,

právě otevíráte sešit pracovních listů, který je určený k realizaci zrakové rehabilitace distanční formou u pacientů po implantaci Schariothovy nitrooční čočky nebo po aplikaci monokulární brýlové hyperkorekce. Jde o speciální optické pomůcky, které lidem s věkem podmíněnou makulární degenerací mohou zlepšit funkční využití zraku zejména v detailní práci do blízka.

Soubor cvičení je součástí srovnávací studie kvality života a zrakových funkcí u dané skupiny po aplikaci těchto pomůcek. Hlavním řešitelem studie je Lékařská fakulta v Hradci Králové Univerzita Karlova spolu s Oční klinikou Fakultní nemocnice v Hradci Králové a dalšími spolupracovníky. Těmi jsou Tyfloservis, o.p.s., Psychologický ústav Akademie věd ČR a Univerzita Hradec Králové.

Cílem cvičení je maximálně podpořit schopnost pacientů využít uvedené kompenzační prostředky následně po jejich aplikaci. Konkrétními cíli je rozvoj základních zrakových dovedností např. vyhledání a fixování určitého objektu, rozlišování mezi objekty, sledování řádku, orientace v ploše, pozornost, představivost, paměť apod.; rozvoj čtenářských dovedností; koordinace oko a ruka, případně práce s grafickými informacemi a celkové znovuzískání dobré pohody při čtení.

Sešit je rozdělen do dvaceti dnů tréninku, který bude probíhat vždy jednou denně v rozsahu maximálně dvacet minut. Na každodenní trénování je však potřeba vyhradit si vždy celou hodinu, neboť před vlastním zahájením rehabilitace bude nutná úprava prostředí. Pacient bude využívat čtecí pult pro úpravu pracovní vzdálenosti a dostatečné osvětlení odpovídající jeho individuálním potřebám. Dále bude potřeba zapnout a nastavit tablet pro spojení s terapeutkami, které zrakový trénink povedou.

Kromě těchto aktivit bude vyhrazený čas využit pro relaxaci očí, jejímž cílem je odlehčit zátěž způsobenou tréninkem. Relaxační cvičení mohou být aplikována na začátku a konci tréninku, ale také v jeho průběhu při pocitu únavy pacienta projevující se např. pálením, slzením či bolestí očí apod. Stav pacienta budou kontrolovat terapeutky. Relaxační cvičení lze provádět např. takto: kloubní gymnastika - ve stoje nebo v sedě pomalé kroužení hlavou, trupem, rukama atp.; jemná masáž očních bulbů, spánků, obličejové a hlavy; prokrvení očního okolí pomocí studených stříků na zavřené oči; rychlé mrkání; palming - zahřátí dlaní třením o sebe, překrytí očí rukama a vytvoření úplné tmy (minimálně 2 - 3 minuty) apod.

Cvičení pro jednotlivé dny jsou v sešitě řazeny za sebou od prvního k poslednímu. Každý pracovní list je označený číslem, se kterým se bude pracovat v daný den dle zadání terapeutek. Popis provedení jednotlivých cvičení včetně řešení úkolů je uveden v sešitě určeném pro terapeutky *Pokyny pro práci s pracovními listy*.

Všem uživatelům sešitu přejeme, aby je práce se sešitem bavila a vedla k dosažení co nejlepších výsledků v zrakové práci.

Tým autorů
Mgr. Daniela Morávková, Mgr. Kristýna Drtílková

Seznam použitých zdrojů

Aková, Nikol, Hrdonková, Martina, Langrová, Iveta. Výběr optických pomůcek a rehabilitace zraku. Praha: Tyfloservis, 2016.

Bednářová, Jiřina. Rozvoj zrakového vnímání pro děti od 3 do 5 let. Brno: Edika, 2018.

Michalová, Zdena. Shody a rozdíly. Havlíčkův Brod: Tobiáš, 1998.

Michalová, Zdena. Pozornost. Havlíčkův Brod: Tobiáš, 2004.

Powell, Trevor, Malia, Kit. Cvičebnice pro lidi po poranění mozku. Praha: Cerebrum, 2013.

Svoboda, Pavel. Cvičení pro rozvoj čtení. Praha: Portál, 2012.

Svoboda, Pavel. Cvičení pro rozvoj jemné motoriky a psaní. Praha: Portál, 2021.

Svoboda, Pavel. Zábavná cvičení pro rozvoj čtení. Praha: Portál, 2021.

imprimis, s.r.o. Dětské stránky. Praha: imprimis, [cit. 7. 11. 2022].

<https://www.detskestranky.cz/rubrika/pracovni-listy/>

Pro další texty byly následující on-line zdroje:

https://cs.wikipedia.org/wiki/Pra%C5%BESk%C3%BD_hrad

http://basne.webzdarma.cz/heyduk_muska.html

<https://www.jirizacek.cz/ukazky-humor.html>

<https://www.karaoketexty.cz/texty-pisni/jezek-jaroslav-voskovec-jiri-werich-jan/ezop-a-brabenec-27357>

Popis cvičení pro první den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 1, 2

List č. 1, 2 - „Hledání rozdílů“ - úkoly

- Ukažte obrázek v každé řadě, který se liší od ostatních.
- Pojmenujte jiný obrázek v každé řadě.
*/Správné odpovědi pro List č. 1: miska se zmrzlinou, prázdný kelímek s brčkem, koláč s mřížkou, kuře, kůň, zajíc/
/Správné odpovědi pro List č. 2: kruh s otvory, holicí strojek, vrtule, auto, klobouk, tulipán/*
- Pojmenujte obrázky, které se v řadách opakují.
*/Správné odpovědi pro List č. 1: kornout se zmrzlinou, plný kelímek s brčkem, koláč s kytkou, prasátko, kráva, pes/
/Správné odpovědi pro List č. 2: kus sýra, hrábě, mlýn, traktor, kbelík s ovocem, dvě květiny/*

Doplňující otázky k Listu č. 1

- Spočítejte, kolik bublinek je v kelímku s brčkem.
- Spočítejte, kolik je prasátek na řádku.
/Správné odpovědi: 7 bublinek, 5 prasátek/

Doplňující otázky k Listu č. 2

- Kolik děr má sýr?
- Kam směřuje komín traktoru?
- Kolik je na stránce nakreslených mlýnů?
/Správné odpovědi: 5 děr, doprava, 5 mlýnů/

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 3, 4

List č. 3 - „Kočka“ - úkol

- Poznáte co je na obrázku?
- Co chybí kočce na dolním obrázku v porovnání s kočkou nahoře?
- Domalujte to, co kočce chybí.
/Správná odpověď: čumák, tlama, srst, záhyby kůže na bříše, drápky horních i dolních tlapek, polštářky u pravé dolní tlapy/

List č. 4 - „Hledání čísel“ - úkol

- Čtete čísla v jednotlivých řádcích od shora dolů. V posledním řádku přečtete všechna čísla na řádku.
- Hledejte stejná čísla v obou sloupcích a spojte je čarou.
- Najděte a zakroužkujte čísla číselné řady od 1 do 20.

Popis cvičení pro první den zrakové rehabilitace

3. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 5, 6

List č. 5 - „Hledání jmen zvířat“ - úkol

- a) Dle pořadí písmen v tabulce vytvořte tři slova. K tomu vám poslouží číselná nápověda pod tabulkou. Slova запиšte v daném pořadí na volné řádky pod tabulku.

/Správné odpovědi: los, sob, sobol/

List č. 6 - „Nobelova cena“ - úkol

- a) Přečtěte první písmeno z každého slova v celém textu.

Výběr velikosti textu

- Text je na stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, kterou dobře vidí. Vyzkoušíme, zda pacient přečte nejmenší velikost textu. Pokud nepřečte, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro druhý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 7, 8

Listy č. 7, 8 - „Hledání rozdílů“ - úkoly

- a) Ukažte na obrázek v každé řadě, který je nakreslený obráceně.
- b) Pojmenujte obrázky v jednotlivých řadách.
*/Správné odpovědi k Listu č. 7: jablko, krab, korál, plot, horká káva, plná sklenice s vínem/
/Správné odpovědi k Listu č. 8: růže, tulipán, konvalinka, zvonek, pampeliška/*

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 9, 10

List č. 9 - „Kočka“ - úkoly

- a) Poznáte, co je na obrázku?
- b) Domalujte chybějící část kočky na obrázku dole tak, aby byl stejný jako kočka nahoře.

List č. 10 - „Hledání dvojice obrázků“ - úkoly

- a) Poznáte, co je na obrázku?
- b) Spočítejte, kolik jich je.
- c) Dvě myšky na obrázku jsou stejné. Najděte je a spojte čarou.
/Správná odpověď k Listu č. 10: myš, 15 obrázků, 17 myší/

3. Cvičení (5 - 7 min.) - pracujeme s Listy č. 11, 12

List č. 11 - „Hledání jmen motýlů“ - úkol

- a) Skládejte slova z písmen v tabulce podle pořadí, které je uvedeno pod tabulkou. Jde o jména motýlů.
/Správné odpovědi: Marpho, Perleťovec/

List č. 12 - „Pěnkavy“ - úkol

- a) Přečtěte každé poslední písmeno ve všech slovech celého textu.

Výběr velikosti textu

- Text je na stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, kterou dobře vidí. Vyzkoušíme, zda pacient přečte nejmenší velikost textu. Pokud nepřečte, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro třetí den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 13, 14, 15

List č. 13, 14 - „Hledání rozdílů“ - úkol

- a) V každém řádku ukažte na všechny tvary nebo písmena, které jsou stejné jako první tvar nebo písmeno v každém řádku.

List č. 15 - „Hledání shod“ - úkol

- a) Ukažte vždy na ten rámeček, kde jsou oba tvary stejné.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listem č. 16

List č. 16 - „Hledání slov“ - úkol

- a) Dle směru šipek spojíte jednotlivá písmena a tvořte slova.
/Správné odpovědi: užovka, žížala, želva, židle, žába, župan, žena/

3. Cvičení (5-7 min.) - pracujeme s Listy č. 17, 18

List č. 17 - „Hledání názvů pohoří“ - úkol

- a) Přečtěte pouze třetí písmeno u každého slova. Jejich spojením najděte název pohoří. Název zapište na volný řádek.
/Správné odpovědi: Rila, Pamír, Atlas, Maoke/

List č. 18 - „Štěstí! Co je to štěstí?“ - úkol

- a) Přečtěte první slabiku z každého slova v celém textu.

Výběr velikosti textu

- Text je na stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, kterou dobře vidí. Vyzkoušíme, zda pacient přečte nejmenší velikost textu. Pokud nepřečte, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro čtvrtý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 19

List č. 19 - „Hledání čísel“ - úkol

- a) Na řádcích celé stránky jsou uvedena jednomístná čísla. V lichých řádcích hledejte a přeškrtněte všechna lichá čísla. V suchých řádcích naopak najděte a přeškrtněte sudá čísla.

Délka cvičení

- Pacient nemusí označit všechna čísla na celé stránce. Zpracuje jich jen tolik, kolik mu umožní stanovený čas pro splnění úkolu.

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 20, 21

List č. 20 - „Ryba“ - úkol

- a) Poznáte, co je na obrázku?
- b) Která část ryby chybí?
- c) Dokreslete chybějící část ryby.

List č. 21 - „Abecední posloupnost“ - úkol

- a) Na stránce je třikrát zobrazena redukováná abeceda - bez CH a háčků. Její začátky jsou na řádcích označených čísly 1, 5 a 9. Najděte chybu v posloupnosti písmen abecedy a označte písmeno, které ji narušuje.

3. Cvičení (5-7 min.) – pracujeme s Listy č. 22, 23

List č. 22 - „Hledání názvů pouští“ - úkol

- a) Čtete ve slovech od začátku věty vždy pouze jedno písmeno z každého slova v pořadí uvedeném pod větou. Vybraná písmena tvoří název pouští.
/Správné odpovědi: Gobi, Nafúd, Atacama, Kalahari/

List č. 23 - „Drak“ - úkol

- b) Přečtete každou poslední slabiku ve všech slovech v celém textu.

Výběr velikosti textu

- Text je na jednotlivých stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, která mu sedí. Výběr začneme čtením nejmenší velikosti textu. Pokud bude pacientovi dělat problémy, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro pátý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 24

List č. 24 - „Shodné pořadí číslic“ - úkol

- a) Na každém řádku porovnejte pořadí číslic na levé a pravé straně stránky a škrtněte ty, které se liší. Vzor najdete na prvním řádku.

Délka cvičení

- Pacient nemusí porovnat všechny řádky s čísly na stránce. Zpracuje jen tolik řádků, kolik mu umožní stanovený čas pro splnění úkolu.

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 25, 26

List č. 25 - „Hledání shod“ - úkoly

- a) Pojmenujte obrázek na stránce?
b) Jaké časy budíky ukazují?
c) Spojte čarou budíky, které ukazují stejný čas.

List č. 26 - „Vyhledávání písmen v řádku“ - úkol

- a) Na každém řádku přeškrtněte všechny samohlásky.

3. Cvičení (5 – 7 min.) - pracujeme s Listy 27, 28

List č. 27 - Doplnování slov - úkol

- a) Vymyslete několik slov začínající na danou slabiku a napište je do řádku tiskacím písmem.

List č. 28 - „Ezop a brabenec“ - úkol

- a) V každém prvním slově přečtěte první slabiku, v každém druhém slově slabiku poslední. Takto přečtěte celý text.

Výběr velikosti textu

- Text je na jednotlivých stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, která mu sedí. Výběr začneme čtením nejmenší velikosti textu. Pokud bude pacientovi dělat problémy, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro šestý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 29

List č. 29 - „Hledání karetních symbolů“ - úkol

- a) V každém řádku přeškrtněte všechny tvary, které jsou stejné jako první tvar v řádku.

Délka cvičení

- Pacient nemusí označit všechny tvary na celé stránce. Zpracuje jen tolik řádků, kolik mu umožní stanovený čas.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 30, 31

List č. 30 - „Poznávání obrázků“ - úkoly

- b) Pojmenujte tečkované obrázky.
- c) Obkreslete je tužkou.
/Správné odpovědi: nákladní auto, konev, květina, slunce, listnatý strom, nůžky/

List č. 31 - „Poznávání písmen“ - úkoly

- d) Pojmenujte písmena na stránce.
- e) Obkreslete je tužkou.

3. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 32, 33

List č. 32 - „Tvoření slov“ - úkol

- a) Vyměňte jedno písmeno za jiné dle nápověd v závorkách a změňte slovo.
- b) Nová slova запиšte na jednotlivé řádky.
/Správné odpovědi: jedl, sedl, bolí, bojí, rosa, kosa, šije, pije, most, dost, vítá, víte, trčí, vrčí, Brno, brní/

List č. 33 - „Lupa“ - úkol

- a) Přečtěte každé druhé slovo v celém textu.

Výběr velikosti textu

- Text je na jednotlivých stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, která mu sedí. Výběr začneme čtením nejmenší velikosti textu. Pokud bude pacientovi dělat problémy, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro sedmý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 34

List č. 34 - „Hledání karetních symbolů“ - úkol

- a) Podtrhněte symboly, které narušují posloupnost na začátku pracovního listu. Jednotlivé řádky na sebe navazují.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 35, 36

List č. 35 - „Hledání obrázků“ - úkol

- a) Pojmenujte obrázky na stránce.
- b) Obkreslete je tužkou.
/Správné odpovědi: koruna, tulipán, lodička, balónek, dárek s mašlí, holub/

List č. 36 - „Hledání písmen“ - úkol

- a) Pojmenujte písmena na stránce.
- b) Obkreslete je tužkou.

3. Cvičení (5-7 min.) - pracujeme s Listy č. 37, 38

List č. 37 - „Doplňování slabik“ - úkol

- a) Do jednotlivých slov doplňte vhodnou slabiku dle nápovědy a запиšte ji.
/Správné odpovědi: údolí, koleje, zelený, silák, posila, dosud, kotrmelec, košile, přesila, pokosila, odveze, házení, prosila, poleze, zelenina, uzené, domorodec, zavěsí, doma, nalezený, posiluje, zařízení, doveze, zebra, domino, peníze, zelnice, mazec, delegace, aleje, poledne, země, leporelo, koleda, naleje, silo, zetlelý/

List č. 38 - „Vtipy“ - úkoly

- a) Přečtete si tři vtipy na stránce.
- b) Vyberte si ten nejlepší a zkuste si ho zapamatovat.
- c) Nakonec ho převyprávějte.

Výběr velikosti textu

- Text je na jednotlivých stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, která mu sedí. Výběr začneme čtením nejmenší velikosti textu. Pokud bude pacientovi dělat problémy, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro osmý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 39, 40

Listy č. 39, 40 - „Hledání rozdílů mezi obrázky“ - úkoly

- a) Najděte 5 rozdílů mezi obrázky.
*/Správné odpovědi pro List č. 39: chybí náhrdelník, pohár s náhrdelníkem, meč, kopí, měšec/
/Správné odpovědi pro List č. 40: chybí kámen u kaktusu, kolt za pasem, část kaktusu, keř v pozadí, větev keře úplně vlevo/*
- b) Popište scénu na obrázcích.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 41, 42

List č. 41 - „Hledání rozdílů mezi tvary“ - úkol

- a) Řádek po řádku zkontrolujte, zda jsou tvary v levé a pravé části tabulky stejné, odlišnosti vyškrtejte. Inspiraci najdete ve vzoru v prvním řádku.

List č. 42 - „Geometrické tvary“ - úkoly

- a) Spočítejte, kolik teček je ve čtverci, ale ne v trojúhelníku, kruhu či obdélníku.
/Správná odpověď: 16/
- b) Spočítejte, kolik teček je v kruhu, ale ne v trojúhelníku, čtverci či obdélníku.
/Správná odpověď: 16/

3. Cvičení (5-7 min.) - pracujeme s Listy č. 43, 44

List č. 43 - „Hledání písmen v řádcích“ - úkol

- a) V jednotlivých řádcích škrtněte ta slova, ve kterých najdete písmeno A, Á.

List č. 44 - „Dokončení přísloví“ - úkoly

- a) Doplňte chybějící slova do přísloví. Slova můžete dopsat nebo doplnit ústně.
- b) O příslovích si můžete popovídat, vysvětlit ta méně známá.
- c) Vymyslete vlastní přísloví a popište situaci, ve které by se toto spojení mohlo využít.
/Správné odpovědi: Bez práce nejsou koláče. Bez peněz do hospody nelez. Boží mlýny melou pomalu, ale jistě. Bližší košile nežli kabát. Co je povoleno pánovi, není dovoleno kmánovi. Co je šeptem, to je čertem. Co je v domě, není pro mě. Co si z úst vypustil, ani párem volů nedostaneš zpět. Co můžeš udělat dnes, neodkládej na zítřek. Co se v mládí naučíš, ke stáru jako když najdeš. Čiň čertu dobře a peklem se ti odmění. Darovanému koni, na zuby nekoukej. Devatero řemesel, desátá bída. Díra-nedíra furt se natírá. Dočkej času jako husa klasu. Dobré slovo i železná vrata otevírá. Dvakrát měř a jednou řež. Hlad je nejlepší kuchař. Hlad má velké oči. Drzé čelo lepší než poplužní dvůr./

Popis cvičení pro devátý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 45, 46

Listy č. 45, 46 - „Hledání detailů v obrázku“ - úkoly

- a) V obrázcích najděte a ukažte na jejich části, které jsou zobrazené pod obrázky.
- b) Popište situaci na obrázcích.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 47, 48

List č. 47 - „Spojování čísel se symboly“ - úkol

- a) Přiřaďte a zapište k jednotlivým karetním symbolům čísla dle vzoru na začátku pracovního listu.

List č. 48 - „Geometrické tvary“ - úkoly

- a) Spočítejte, kolik teček je v trojúhelníku, ale ne v kruhu, čtverci či obdélníku.
/Správná odpověď: 15/
- b) Spočítejte, kolik teček je v obdélníku, ale ne v trojúhelníku, kruhu či čtverci.
/Správná odpověď: 5/

3. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 49, 50

List č. 49 - „Tvoření slov“ - úkoly

- a) V prvním cvičení oddělte slova čárou od sebe.
- b) Přečtěte vzniklá slova.
- c) V druhém cvičení přečtěte slova na začátku každého řádku.
- d) Najděte a podtrhněte slabiky, které tvoří úvodní slovo v každém řádku.

List č. 50 - „Někdo“ - úkol

- a) Přečtěte celou báseň.

Výběr velikosti textu

- Text je na jednotlivých stránkách uveden ve třech velikostech. Pacient čte tu velikost, která mu sedí. Výběr začneme čtením nejmenší velikosti textu. Pokud bude pacientovi dělat problémy, jdeme na větší velikost.

Popis cvičení pro desátý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 51, 52

List č. 51 - „Hledání rozdílů mezi obrázky“ - úkoly

- a) Najděte 5 rozdílů mezi obrázky, ukažte na ně a pojmenujte je.
/Správné odpovědi: chybí pruh na váze, oheň, faraonova bradka, zámek na truhle, palma za psem/
- b) Popište situaci na obrázcích.

List č. 52 - „Doplňování chybějících částí obrázku“ - úkoly

- a) Popište, co je na obrázku.
- b) Doplňte chybějící místa v obrázku odpovídajícími částmi zobrazenými pod obrázkem.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 53, 54

List č. 53 - „Hledání písmene X“ - úkoly

- a) Spočítejte, kolik písmen „x“ je na stránce.
- b) Každé písmeno „x“ zakroužkujte.
/Správná odpověď: 55/

List č. 54 - „Překreslování tvarů“ - úkol

- a) Do prázdných sítí zakreslete tvary dle vzoru vlevo. Při kreslení buďte co nejvíce přesní.

3. Cvičení (5 - 7 min.) - pracujeme s Listy č. 55, 56

List č. 55 - „Doplňování písmen“ - úkol

- a) Doplňte samohlásky do slov a vět.
/Správné odpovědi: lékař, učitel, lavice, tetička, pilník, tabule, kroužek, slepice, únava, píseň, peníze, lístek, mlýnek, dárek, ponožka, cibulka, hruška, šlehačka, kámen, kroupy, příběh, kulička, továrna, bublina, rybář, deset, kachna, vejce, mléko, hymna, zajíc, včera, housky, údolí, ulice, vysoký, obálka, duben, ptáček, nádobí, křída, užovka, kuřátko, traktor, zima, hnízdo, strýček, sýkora, lípa, lávka. Růže krásně voní. Děti se těší na léto. Nad lesem létá pták. Na stole stojí váza s květinami. Prodavač váží banány/

Popis cvičení pro desátý den zrakové rehabilitace

List č. 56 - „Planety“ - úkol

- a) Přečtěte si text o planetách.

Provedení úkolu:

Při tomto cvičení pracovní sešit držte v ruce. Text se bude postupně zmenšovat. Při menším písmu přibližte text k očím tak, abyste ho pohodlně přečetli.

Popis cvičení pro jedenáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 57, 58

List č. 57 - „Spojování číslic“ - úkoly

- Spočítejte kolik je čísel na stránce.
- Spojte jednotlivá čísla čarou dle číselné řady.
/Správné odpovědi: 20/

List č. 58 - „Sledování čar a tvoření slov“ - úkoly

- Sledujte čáru, která vede k volnému políčku.
- Dané písmeno do příslušného políčka napište.
- Přečtěte slovo, které písmena dohromady tvoří.
/Správné odpovědi: baroko, bludiště/

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracovní Listy č. 59, 60

List č. 59 - „Hledání písmen mezi číslicemi“ - úkoly

- Mezi číslicemi najděte schované písmeno a napište ho do prázdného rámečku.
- Z jednotlivých písmen poskládejte slovo.
/Správná odpověď: Jan/

List č. 60 - „Hledání shodných kombinací písmen“ - úkol

- Podtrhněte tu kombinaci písmen, která je shodná s kombinací na začátku každého řádku.

3. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 61, 62

List č. 61 - „Hledání názvu tajné místnosti na hradě Pernštejn“ - úkol

- V pracovním listu jsou nad sebou zobrazené dvě tabulky. Přepište písmena z horní tabulky na stejné místo jako jsou v dolní uvedeny paragrafy. Spojením slov vznikne název tajné místnosti.
/Správná odpověď: sál Spiklenců/

List č. 62 - „Pražský hrad“ - úkoly

- Přečtěte nahlas první část textu o Pražském hradu.
- Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
 - Od kterého roku je Pražský hrad sídlem prezidenta republiky?
 - Jaká je rozloha Pražského hradu?
 - Vzpomenete si na to, kdo je na Pražském hradě pochován?*/Správné odpovědi: rok 1918, 7,28 ha, čtyři čeští císaři, čeští panovníci, biskupové, arcibiskupové, světci/*

Popis cvičení pro dvanáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s listy č. 63, 64

List č. 63 - „Vyhledávání číselné řady“ - úkol

- a) Vyhledejte číselnou řadu od 1 do 30. Na každé číslo ukažte a pojmenujte ho.

List č. 64 – „Hledání ukrytých slov“ - úkol

- a) Na každém řádku najděte ukryté slovo.
/Správné odpovědi: loudat, louka, meloun, auto, sauna, koule/

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 65, 66

List číslo 65 - „Hrad“ - úkol

- a) Na tečkovaný vzor v pravé části pracovního listu zrcadlově překreslete obrázek hradu z levé části.

List č. 66 - „Vyluštění osmisměrky“ - úkol

- a) Vyhledejte v tabulce vodorovně i svisle slova: máme, lísa, melu, pepa, lípa, osel.

3. Cvičení (5-7 min.) – pracujeme s Listem č. 67

List č. 67 - „Pražský hrad“ - úkoly

- a) Přečtete nahlas druhou část textu o Pražském hradu.
b) Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
- Kdy se datuje vznik města Praha?
 - Co bylo objeveno v roce 1928 Ivanem Borkovským?
 - Jak se jmenoval potok tekoucí v Jelením příkopu?
- /Správné odpovědi: rok 1784, hrob bojovníka, Brusnice/*

Popis cvičení pro třináctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 68

List č. 68 - „Doplňování symbolů“ - úkol

- a) Doplňte chybějící tvary vždy ve dvou řádcích nad sebou podle vzoru na začátku pracovního listu.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 69, 70

List č. 69 - „Skládání slov“ - úkol

- a) Místo vykřičníků v dolní tabulce napište písmeno z horní tabulky, které se nachází ve stejné pozici. Písmena dohromady tvoří jméno a příjmení známého akrobatického letce.

/Správná odpověď: Petr Jirmus/

List č. 70 - „Výrazy obličejů“ - úkol

- a) Dokreslete výrazy obličejů s vyjádřením emocí dle nápovědy pod každým z nich.

3. Cvičení (5-7 min.) – pracujeme s Listem č. 71

List č. 71 - „Pražský hrad“ - úkoly

- a) Přečtete nahlas třetí část textu o Pražském hradu.
b) Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
- Kdy bylo založeno pražské biskupství?
 - Z čeho byly postaveny církevní stavby?
 - Co se stalo v roce 1135?

/Správné odpovědi: rok 973, z kamene, stavba opevněného hradu/

Popis cvičení pro čtrnáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) - pracujeme s Listy č. 72, 73

List č. 72 - „Labyrint“ - úkol

- a) Projděte co nejrychleji labyrintem.

List č. 73 - „Doplňování a obtahování písmen“ - úkoly

- a) Přečtěte nahlas jednotlivá slovní spojení.
- b) Všechna méně viditelná písmena obtáhněte černým fixem.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 74, 75

List č. 74 - „Hledání slov ve větách“ - úkoly

- a) V daných slovech přečtěte nejprve každé druhé písmeno a poté každé čtvrté písmeno.
- b) Vybraná písmena napište na volný řádek.
- c) Z písmen vytvořte názvy států USA.
/Správné odpovědi: Maine, Idaho, Nebraska, Arkansas/

List č. 75 - „Hledání slov dle souřadnic“ - úkoly

- a) Najděte podle souřadnic správné písmeno a запиšte ho do prázdného okénka pod jednotlivé souřadnice.
- b) Z písmen vytvořte slova.
/Správné odpovědi: povolání, akrobat, cukrářka/

3. Cvičení (5-7 min.) – pracujeme s listem č. 76

List č. 76 - „Pražský hrad“ - úkoly

- a) Přečtěte nahlas čtvrtou část textu o Pražském hradu.
- b) Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
 - Kdy byl položen základní kámen katedrály sv. Víta?
 - Kolik lodí má katedrála?
 - Kdy byla katedrála plně dokončena?*/Správné odpovědi: rok 1344, tři, 28. 9. 1929/*

Popis cvičení pro patnáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 77, 78

List č. 77 - „Zrcadlový obrázek“ - úkol

- a) Hledejte 5 rozdílů mezi zrcadlovými obrázky slona.
/Správné odpovědi: konec chobotu, ocas, chlupy u jednoho z klů, lístek na rostlině u nohou slona, prohlubeň na hlavě/

List č. 78 - „Které slovo či číslo sem nepatří?“ - úkoly

- a) V každém řádku je jedna položka, která nepatří mezi ostatní. Určete, o kterou položku se jedná.
/Správné odpovědi: 2, Mirka, borovice, srna (slepice), Lisabon, šek, podšálek, piano, balet, potkan, kolo, pivo, labuť, sýr, kabelka/
- b) Vymyslete vlastní seznam, ve kterém bude slovo nehodící se k ostatním.

2. Cvičení (5 - 7 min.) – pracujeme s Listy č. 79, 80

List č. 79 - „Jména motýlů“ - úkol

- a) Z řady písmen vyberte ta zvýrazněná. Jejich spojením vytvoříte jména nočních motýlů. Jména zapište.
/Správné odpovědi: Drsnokřídlec, Pernatuška, Štětconoš, Vřetenuška/

List č. 80 - „Telefonní čísla, adresy a PSČ“ - úkol

- a) K vybraným jménům doplňte správná telefonní čísla, adresy nebo směrovací čísla. Najdete je na druhé stránce pracovního listu.
/Správné odpovědi: +420 212 285 090, +420 702 050 856, +420 257 324 852, Na Drahách 313/313, Rudných dolů 238, 120 00, 142 00, 150 00, 109 00/

3. Cvičení (5-7 min.) – pracujeme s Listem č. 81

List č. 81 - „Pražský hrad“ - úkoly

- a) Přečtete nahlas pátou část textu o Pražském hradu.
- b) Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
- Kdy nastoupil na český trůn Vladislav Jagellonský?
 - Proč se Vladislav Jagellonský přestěhoval na Pražský hrad?
 - Jak je velký Vladislavský sál?
- /Správné odpovědi: rok 1471, protože se ve Starém městě pražském necítil bezpečně, 62 m dlouhý, 16 m široký a 13 m vysoký/*

Popis cvičení pro šestnáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 82

List č. 82 - „Zrcadlový obrázek“ - úkol

- a) Hledejte 5 rozdílů mezi zrcadlovými obrázky vlka.
/Správné odpovědi: duhovka oka, drápy na pravé zadní a levé přední tlapě, spodní část levé zadní tlapy, chlupy na prsou/

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 83

List č. 83 - „Názvy dětských knih“ - úkoly

- a) Z řady písmen vyberte ta nezvýrazněná a jejich spojením vytvořte názvy dětských knih.
b) Výsledky запиšte na jednotlivé řádky.
/Správné odpovědi: Honzíkova cesta, Lovci mamutů, Správná pětka/

3. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 84

List č. 84 - „Spojování slov“ - úkoly

- a) Spojte čísla s písmeny v oválcích a složte větu.
/Správná odpověď: Zakroužkuj chrám svaté Barbory v Kutné Hoře/
b) Který obrázek souvisí s nalezenou větou?
/Správná odpověď: obrázek označený písmenem B/

4. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 85

List č. 85 - „Pražský hrad“ - úkoly

- a) Přečtete nahlas šestou část textu o Pražském hradu.
b) Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
- V jakém slohu bylo postaveno Ludvíkovo křídlo?
 - Co se stalo v roce 1541?
 - Co se pěstovalo v Královské zahradě?
- /Správné odpovědi: převážně v renesančním slohu, požár Severní věže, exotické rostliny, ovoce a tulipány/*

Popis cvičení pro sedmnáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 86, 87

List č. 86 - „Narozeninový dort“ - úkol

- Dokreslete obrázek umístěný ve středu pracovního listu dle předlohy v levém horním rohu.

List č. 87 – „Stopovaná“ - úkol

- Sledujte prstem stopy na stránce a pojmenujte, komu patří.
- Cestu obtáhněte tužkou.
/Správné odpovědi: člověk, kočka, holub/

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 88

List č. 88 - „Spojování slov a obrázků“ - úkoly

- Přečtěte slova v horní části stránky.
- Spojte slova se správným obrázkem.
- Ke kterému slovu chybí obrázek?
- Ke kterému obrázku chybí slovo?
/Správné odpovědi: kolo, auto, ryba, krysa/

3. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 89, 90, 91

List č. 89 - „Podací lístek“ - úkol

- Doplňte údaje o odesílateli do podacího lístku.

List č. 90 - „Poštovní obálka“ - úkol

- Do předepsaných linek a okének vyplňte adresu příjemce dopisu.

List č. 91 - „Poštovní poukázka“ - úkol

- Vyplňte částku a odesílatele na poštovní poukázku.

4. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č.92

List č. 92 - „Pražský hrad“ - úkoly

- Přečtěte nahlas sedmou část textu o Pražském hradu.
- Odpovězte na tyto tři otázky vztahující se k textu:
 - Co shořelo v roce 1541?
 - Co se stalo v roce 1547?
 - Co bylo dokončeno v roce 1554?*/Správné odpovědi: kaple Všech svatých, Starý královský palác, Křídlo zemských desek se sněmovnou, katedrála, královnin palác, jmenování Ferdinanda Tyrolského místodržícím v českých zemích, Nové či Ferdinandovo stavení/*

Popis cvičení pro osmnáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 93, 94

List č. 93 - „Stíny“ - úkol

- a) Poznejte mezi stíny obrázku na začátku každého řádku ten, který je odlišný od ostatních.
/Správné odpovědi - pořadí odlišného stínového obrázku v každé řadě: 2, 4, 1, 3, 1, 2/

List č. 94 – „Spojování slov a obrázků“ - úkoly

- a) Přečtěte slova na celé stránce.
b) Spojte slova se správným obrázkem.
c) Zakroužkujte slova i obrázky, které nemají partnera.
/Správné odpovědi: had, koza, kanec/

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 95

List č. 95 - „Šipkovaná“ - úkol

- a) Do volného políčka nakreslete stejnou značku, jaká je před tímto polem. Musí být umístěna i správně v prostoru rámečku.

3. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 96

List č. 96 - „Hledání zvířat“ - úkol

- a) Ve slovech hledejte jména zvířat a následně je přepište na volný řádek.
/Správné odpovědi: blecha, daněk, datel, gibon, mihule, lyska, vraník, kobylna, makrela, krysa, sokol/

4. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s listem č. 97

List č. 97 - „Ezopovy bajky“ - úkoly

- a) Vyberte si bajku dle vlastního zájmu.
b) Přečtěte si ji nahlas.
c) Zkuste si zapamatovat a vlastními slovy zopakovat ponaučení, které vybraná bajka přináší.

Popis cvičení pro devatenáctý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listy č. 98, 99

List č. 98 - „Obrisy“ - úkoly

- a) Mezi obrisy na každém řádku najděte ten, který neodpovídá obrázku na začátku.
- b) V Čem se obrys liší?
/Správné odpovědi: sukně, aktovka, kytky zabalená v papíru, poutko od tašky/

List č. 99 – „Spojování slov a obrázků“ - úkoly

- a) Přečtěte slova v dolní části stránky.
- b) Spojte slova se správným obrázkem.
- c) Zakroužkujte slova, která zůstala bez obrázku.
/Správné odpovědi: pomeranč, mrkev, cibule, hrášek/

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 100

List č. 100 - „Psaní“ - úkoly

- a) Přepište slova na řádek tiskacími písmeny.
- b) Přepište slova na řádek psacími písmeny.

3. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 101

List č. 101 - „Společné slovo“ - úkol

- a) K trojici výrazů doplňte jedno podstatné jméno, které se bude hodit ke všem třem uvedeným přívlastkům.
/Správné odpovědi: hodnota, hra, lež, les, maska, kráva, miska, kost, síň, látka, těleso, průmysl, komnata, oslava, poradna, vtip, chemie, film, váza, běh, oběd/

Popis cvičení pro dvacátý den zrakové rehabilitace

1. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 102

List č. 102 – „Změť písmen“ – úkoly

- a) Za každým desátým písmenem nakreslete čáru.
- b) Každé třetí písmeno zakroužkujte.
- c) Každé osmé písmeno přeškrtněte.

Délka cvičení

- Pacient nemusí označit všechna čísla na celé stránce. Zpracuje jich jen tolik, kolik mu umožní stanovený čas pro splnění úkolu.

2. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 103

List č. 103 - „Najděte jména měst“ - úkoly

- a) Dle uvedených klíčů hledejte názvy španělských měst. První číslo označuje pořadí písmene ve větě. Další číslo označuje písmeno, které buď přičtete, nebo odečtete od toho předchozího dle uvedených početních znamének.
- b) Jména měst napište na volné řádky.
/Správné odpovědi: Madrid, Toledo, Motril, Barcelona/

3. Cvičení (5 – 7 min.) – pracujeme s Listem č. 104

List č. 104 - „Spojování států a jejich charakteristik“ - úkoly

- a) Přečtete si sloupce na pracovním listu a zkuste přiřadit ke státu správnou charakteristiku. Můžete si pomoci zapisováním v dolní části listu.
/Správné odpovědi: 1G, 2I, 3N, 4C, 5L, 6J, 7D, 8B, 9M, 10F, 11K, 12H, 13E, 14A, 15R, 16S, 17T, 18U, 19Q, 20V, 21O, 22P/

