

VYŠKRTÁVÁNÍ

Pracovní list



RETORE
REMEMBER TO REMEMBER



Financováno
Evropskou unií

VYŠKRTÁVÁNÍ

ÚVOD

Poznámka pro administrátora

Princip úlohy

Princip úloh Vyškrtávání spočívá ve vyškrtávání předem daného symbolu, čísla či písmena. Klientovi je například předložena stránka s písmeny a jeho úkolem je vyškrtat všechna písmena A z řad různých písmen. Zdánlivě jednoduchý úkol však zapojuje mnoho kognitivních procesů zásadních pro život. Ty zahrnují: vizuální skenování (rozhlednutí se po řadách písmen a zorientování se v nich); trvalá a selektivní pozornost (soustředění se na úkol a schopnost vybrat písmeno A); pracovní paměť (udržení úkolu v paměti); set shifting (nevědomá schopnost přesouvat pozornost); a inhibice (schopnost zaměřit se pouze na písmeno A a nenechat se zmást dalšími písmeny).

Proč trénovat

Tyto úlohy jsou využívány k posouzení prostorově-vizuálních schopností a pozornosti. Bez těchto schopností by člověk nebyl schopen zorientovat se v místnosti plné lidí (vizuální sken), soustředit se na danou práci a nenechat se rozptylovat zvuky, pachy, lidmi (soustředění, pozornost, inhibice). Neurovývojová porucha ADHD (Attention deficit and hyperactivity disorder) se projevuje právě potížemi s výše zmíněnými funkcemi. Taktéž hemineglect, při kterém postižená osoba není schopna zpracovat či si uvědomovat podněty na jedné straně těla či prostředí, je smyslová porucha výrazně ovlivňující život – člověk například pozře pouze potraviny na pravé straně talíře, zatímco levá strana zůstane nedotčená. Právě Vyškrtávání je úloha užitečná u diagnostiky této poruchy.

Edukace pro klienta

Všechny kognitivní schopnosti, které jsou užívané během Vyškrtávání, využíváme při jakékoliv aktivitě. Ať už se jedná o orientaci v prostoru, tak o soustředění a schopnost udržet v paměti to, co právě děláme. Presentované úlohy pomáhají s tréninkem pozornosti, schopnosti rychleji a lépe se zorientovat jak v úkolech, ale také obecně v prostředí okolo nás. V rámci života se pro nás tyto schopnosti stávají náročnějšími na provedení kvůli procesu stárnutí mozku, tudíž je užitečné je trénovat a posilovat pomocí nejrůznějších úkolů jako je například Vyškrtávání.

Pomůcky

- Psací potřeby
- Pracovní karta pro klienta
- Karta pro administrátora

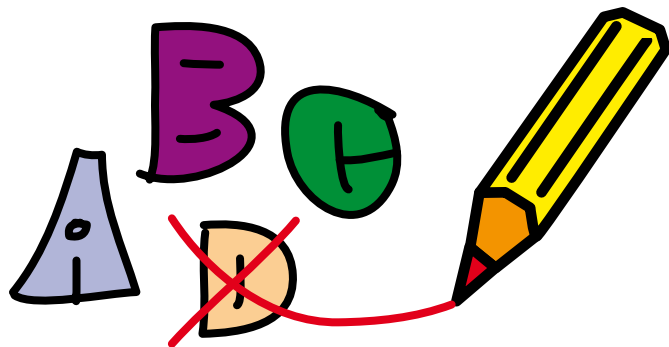
Procvičované kognitivní schopnosti

prostorově-vizuální schopnosti, trvalá a selektivní pozornost, pracovní paměť, inhibice, set shifting

VYŠKRTÁVÁNÍ

ÚKOLY

~~B~~ R ~~B~~ T W ~~B~~ P V ~~B~~ N



1) Úkol

Vyškrtejte všechna písmena „A“

A	G	I	E	G	F	A	H	D
E	H	C	G	I	C	B	C	G
F	D	A	A	D	A	G	A	B
C	A	E	H	C	E	A	D	C
H	A	B	D	A	A	D	G	I
D	I	F	C	F	I	H	E	F
G	B	D	A	A	G	I	B	G
B	C	G	B	A	D	C	A	H
I	E	A	A	E	B	F	H	E
C	A	C	F	H	A	G	I	A
A	F	H	I	B	H	E	F	A

2) Úkol

Vyškrtejte všechna písmena „H“

N	L	R	P	L	G	N	O	C
M	O	H	M	R	H	M	M	H
G	C	N	N	C	N	H	N	M
H	N	P	O	H	P	N	C	H
O	H	M	C	N	M	C	L	M
C	R	M	H	G	R	O	H	G
L	M	C	N	H	L	R	M	L
M	H	L	M	N	P	H	N	O
R	P	N	H	P	M	G	O	P
H	N	H	G	O	N	L	R	N
N	M	O	R	M	H	P	G	N

3) Úkol

Vyškrtejte všechna čísla „8“

3	2	7	2	4	2	6	8	3
6	8	5	8	7	7	2	1	8
8	0	8	5	2	3	7	3	7
7	6	1	1	3	4	5	7	6
2	3	8	3	3	5	4	4	7
4	0	7	7	0	7	8	5	8
5	1	2	4	6	8	8	0	2
5	3	0	0	8	6	1	7	0
3	7	6	7	7	3	3	3	5
8	8	4	3	8	1	7	8	4
1	7	3	8	5	8	0	6	3

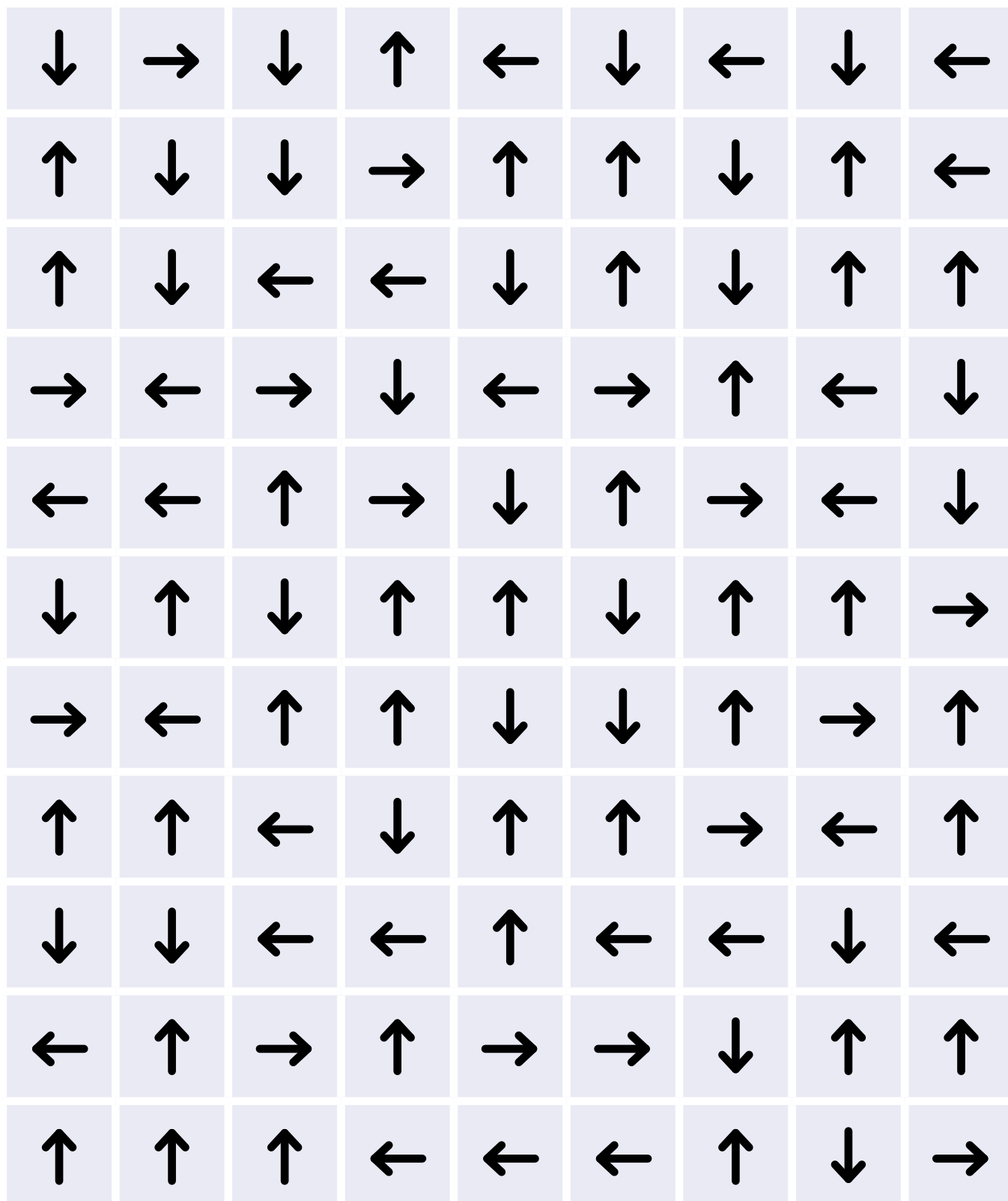
4) Úkol

Vyškrtejte všechna čísla „3“ a „7“

3	2	7	2	4	2	6	8	3
6	8	5	8	7	7	2	1	8
8	0	8	5	2	3	7	3	7
7	6	1	1	3	4	5	7	6
2	3	8	3	3	5	4	4	7
4	0	7	7	0	7	8	5	8
5	1	2	4	6	8	8	0	2
5	3	0	0	8	6	1	7	0
3	7	6	7	7	3	3	3	5
8	8	4	3	8	1	7	8	4
1	7	3	8	5	8	0	6	3

5) Úkol

Vyškrtejte všechny šipky ↑



6) Úkol

Vyškrtejte písmeno „D“, ale pouze pokud mu předchází číslo „3“

B	4	4	D	2	3	1	4	2
3	D	3	5	D	S	4	D	1
4	S	2	2	3	D	3	Y	Y
2	5	3	B	1	5	S	1	3
2	2	B	S	3	D	B	2	4
Y	3	S	3	D	D	2	Y	B
1	B	D	5	4	4	3	D	S
Y	1	3	D	Y	Y	5	2	S
3	D	2	2	S	1	2	3	2
D	2	D	5	B	B	3	D	3
S	D	Y	3	D	2	1	D	5

7) Úkol

Vyškrtejte písmeno „C“, ale pouze pokud za ním následuje číslo „6“

B	4	4	6	2	C	1	4	2
C	6	C	5	6	S	4	6	1
4	C	6	2	5	4	C	Y	Y
2	5	C	B	1	5	C	6	C
2	2	B	S	5	1	B	2	4
Y	C	S	1	B	6	2	C	6
C	6	6	6	Y	4	S	2	S
Y	1	S	1	Y	2	S	C	6
Y	B	2	Y	C	6	2	C	2
6	2	6	C	6	B	2	S	C
S	C	6	5	B	2	1	6	5

8) Úkol

Vyškrtejte políčka, ve kterých je na prvním místě písmeno

2D	R5	F4	7P	C9	1H
6N	I3	K8	5P	4J	L6
3X	T7	M2	9E	1N	G5
9J	A4	6C	R1	2Y	3T
3K	Z1	S5	8H	L6	U9
7W	5F	3P	2G	B9	Q4



Financováno Evropskou unií.

Vyjádřené názory jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA).

Evropská unie ani EACEA za vyjádřené názory nenesou odpovědnost.



RETORE
REMEMBER TO REMEMBER



Financováno
Evropskou unií