

PRACOVNÍ PAMĚŤ: VIZUOPROSTOROVÝ NÁČRTNÍK

Pracovní list



RETORE
REMEMBER TO REMEMBER



Financováno
Evropskou unií

PRACOVNÍ PAMĚŤ: VIZUOPROSTOROVÝ NÁČRTNÍK

ÚVOD

Poznámka pro administrátora

Princip úlohy

Pracovní paměť označuje kapacitu mozku pro krátkodobou abstrakci a manipulaci s informacemi. Představuje zásadní neurokognitivní proces v různých aspektech každodenního fungování. Princip funkce vizuoprostorového náčrtníku, který je jednou ze složek pracovní paměti, spočívá primárně ve vizuálním příjmu informací, manipulaci s nimi a jejich reprodukování. V běžném životě se například jedná o vnímání toho, že spolusedící v autě sedí na pravé straně a má na sobě žluté sako. Oproti tomu fonologická smyčka uchovává slyšené informace, např. to, co nám spolusedící sděluje.

Proč trénovat

Pracovní paměť obsahuje takové myšlenky, které jsou dány k dispozici mysli, právě když jsou potřebné k provedení mentálního úkolu nebo k vyřešení problému. Ve vizuoprostorovém náčrtníku jsou ukládány informace rozdělitelné na samostatné vizuální, prostorové a případně pohybové složky, které jsou v zásadě zastoupeny v pravé hemisféře. V běžné situaci jsme si díky náčrtníku schopni vybavit i informace jen zběžně viděné.

Edukace pro klienta

Pracovní paměť využíváme v každodenních situacích, aniž bychom si to uvědomovali. Stalo se Vám někdy, že jste v obchodě přemýšleli, co jste ještě chtěli koupit a nemohli si vzpomenout? Zastavili jste se v pokoji ve Vašem domě a nemohli si vzpomenout, pro co jdete? Trénink pracovní paměti zvyšuje její kapacitu, což má vliv na úroveň vyprávění příběhů, rozhodovacích schopnosti, schopnosti rychlých a přesných úvah a organizační schopnosti. Trénink pracovní paměti zlepšuje výkonnost v úkolech náročných na pozornost a exekutivní funkce (schopnost plánování, usuzování apod.).

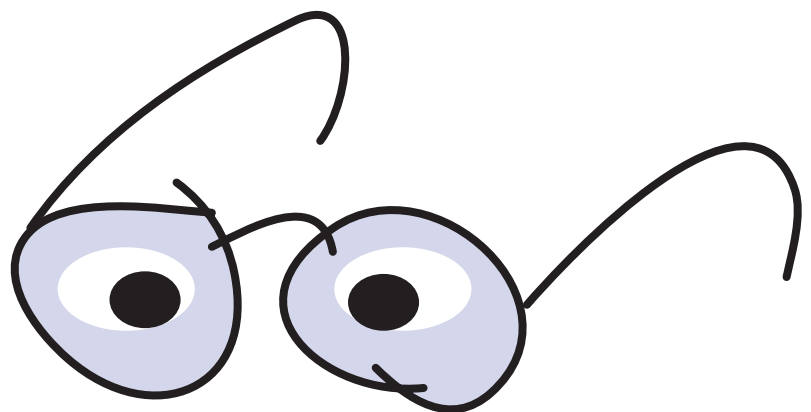
Pomůcky

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

Procvičované kognitivní schopnosti

pracovní paměť
(vizuoprostorový náčrtník),
pozornost, exekutivní
funkce

**PRACOVNÍ PAMĚŤ:
VIZUOPROSTOROVÝ NÁČRTNÍK
ÚKOLY**



1) Úkol

a)

Pozorně si prohlédněte tabulku s čísly. Vnímejte zejména, které číslo je sudé a které liché. Po 30 sekundách bude stránka zakryta. Do následně předložené prázdné tabulky napíšete na místa, kde byla čísla sudá, JAKÁKOLI čísla lichá a naopak. Čísla si nesmíte nikam poznamenat.

Zácvik:

Které ze dvou čísel 4 a 1 je sudé a které liché?

Úkol

a)

1	3	8	6
4	7	2	5

Úkol

b)

Pozorně si prohlédněte tabulku s čísly. Vnímejte zejména, které číslo je sudé a které liché. Po 30 sekundách bude stránka zakryta. Do následně předložené prázdné tabulky napíšete na místa, kde byla čísla sudá, čísla lichá a naopak. Použijte pouze čísla, která byla v tabulce. Čísla si nesmíte nikam poznamenat.

Úkol

b)

2	7	6	4
5	8	1	3

2) Úkol

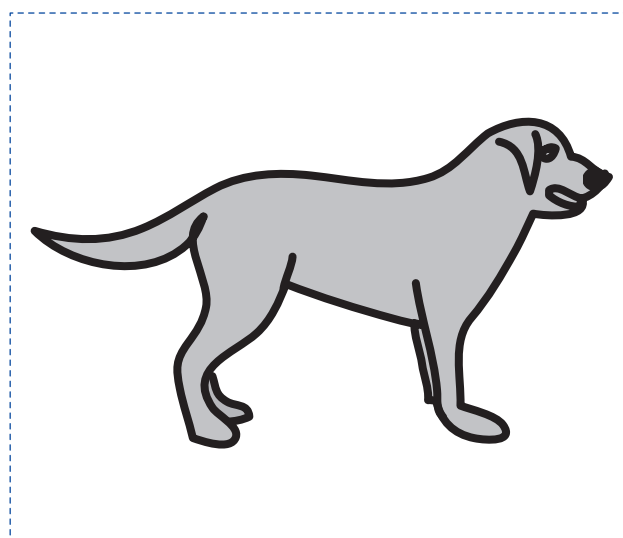
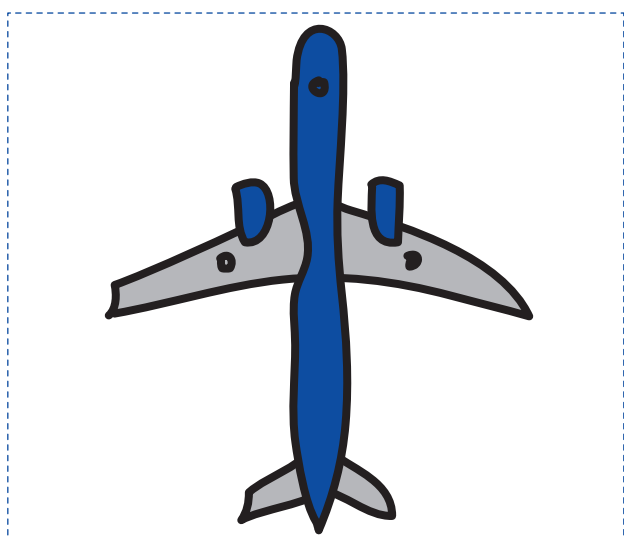
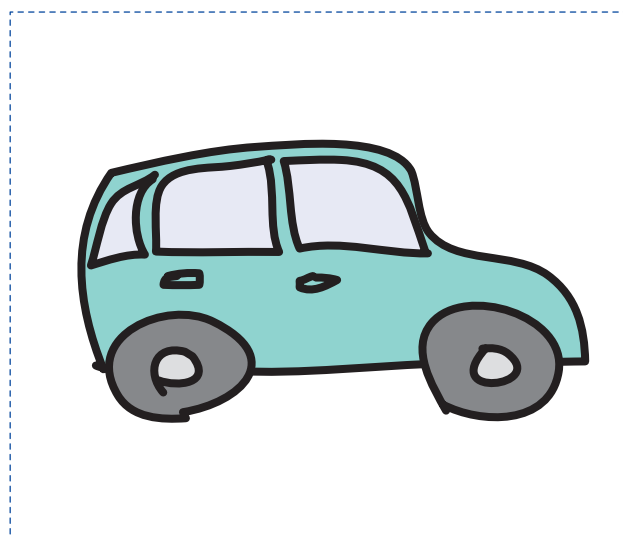
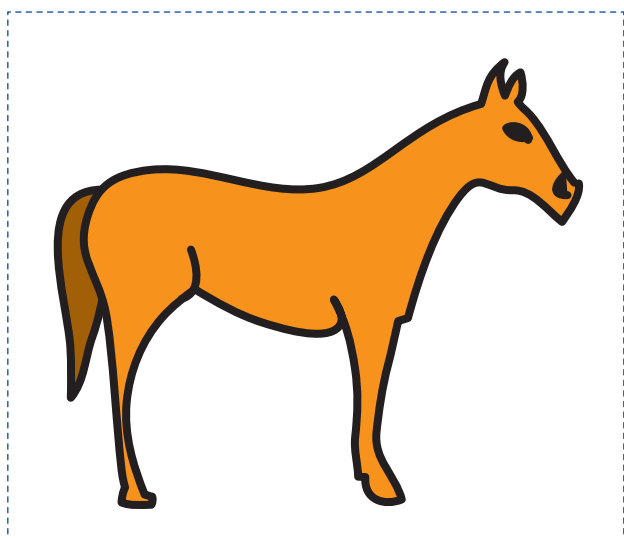
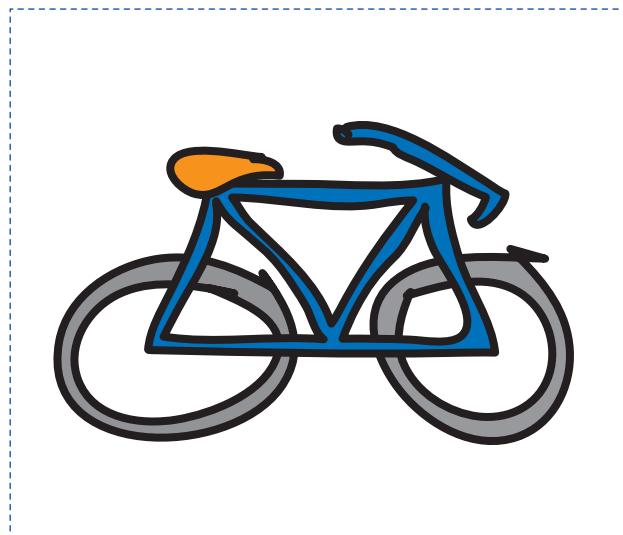
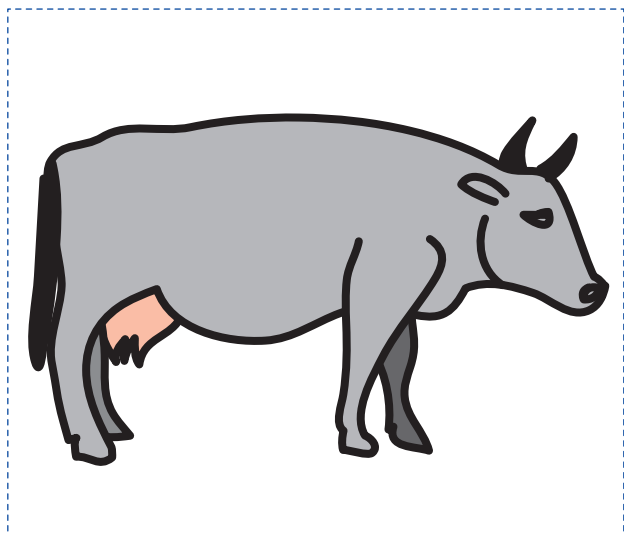
a)

Postupně před Vás budu předkládat obrázky. Při každém dalším předloženém obrázku řekněte, co bylo na obrázku, který jste viděl před právě předloženým, tedy o jeden obrázek nazpět.

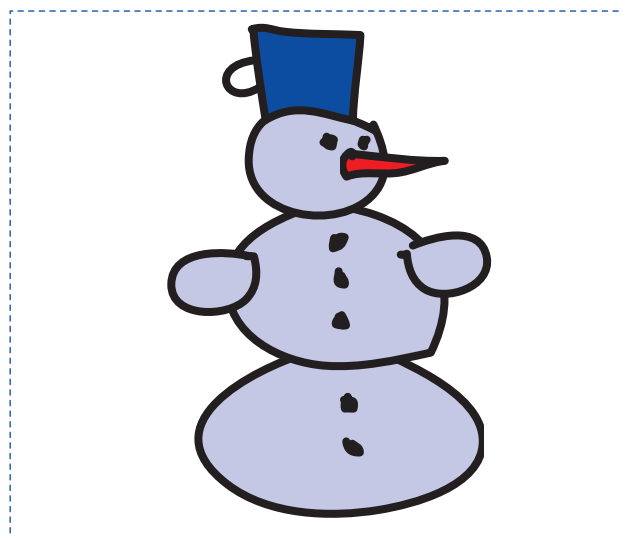
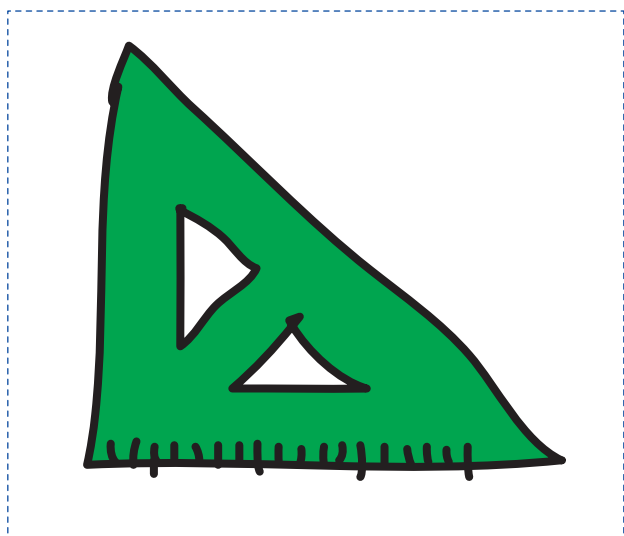
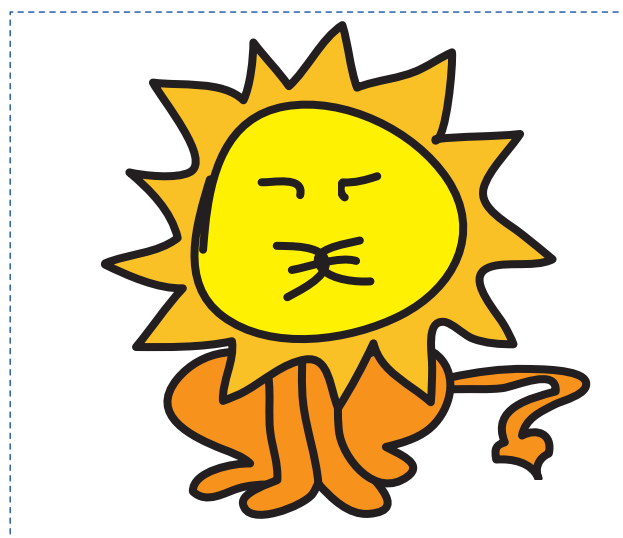
b)

Postupně před Vás budu předkládat obrázky. Pokud bude na obrázku zvíře, obrázku se dotkněte. Pokud ne, nedělejte nic.

Příloha 1/2

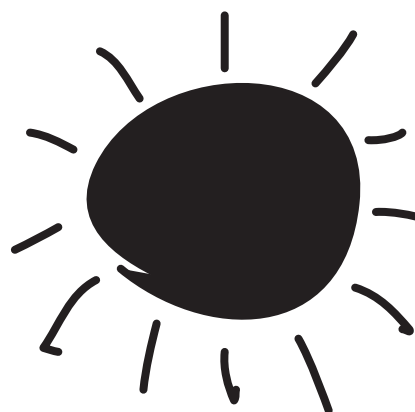


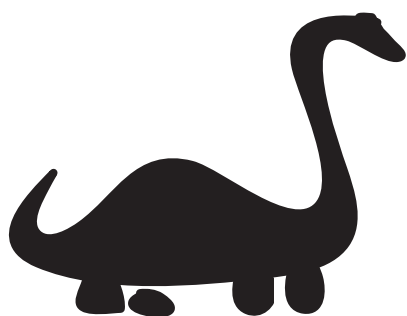
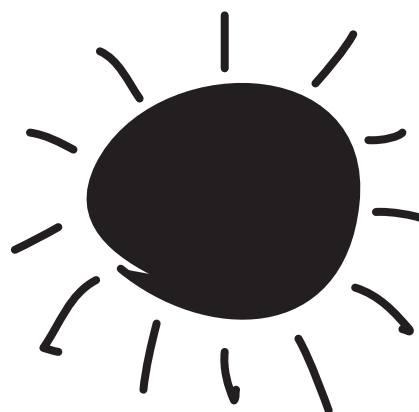
Příloha 2/2



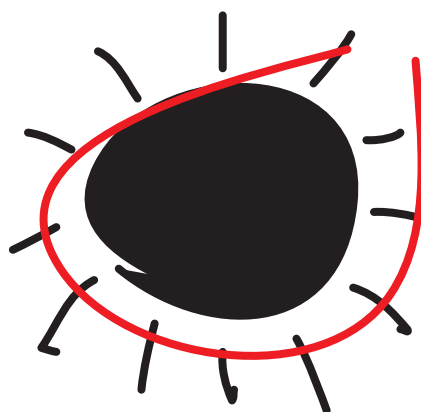
3) Úkol

Na stránce před Vámi jsou obrázky. Vaším úkolem je 30 sekund sledovat tyto obrázky a zapamatovat si je. Poté dostanete list papíru. Na něm zakroužkujte obrázky, které byly na předchozím listu, a škrtnete ty, které na něm nebyly.



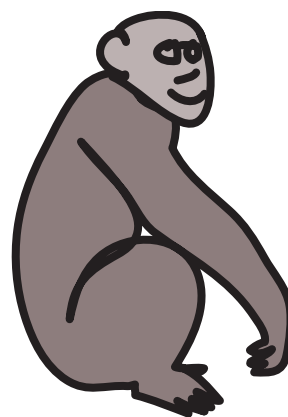
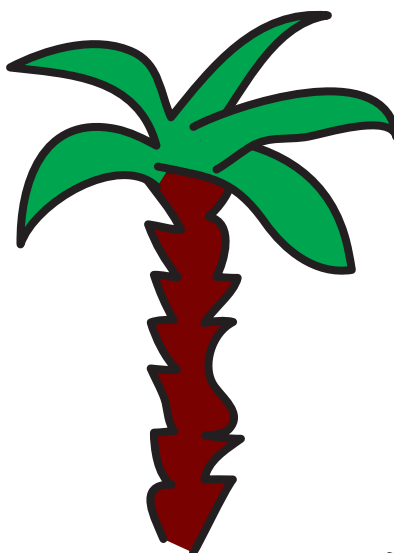
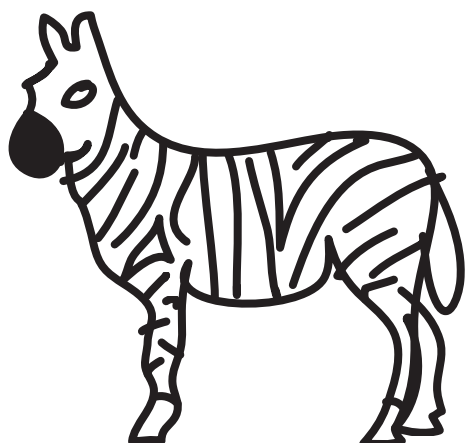
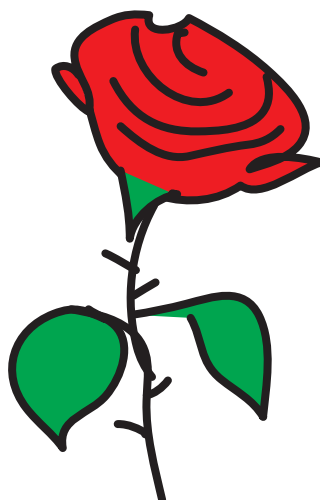
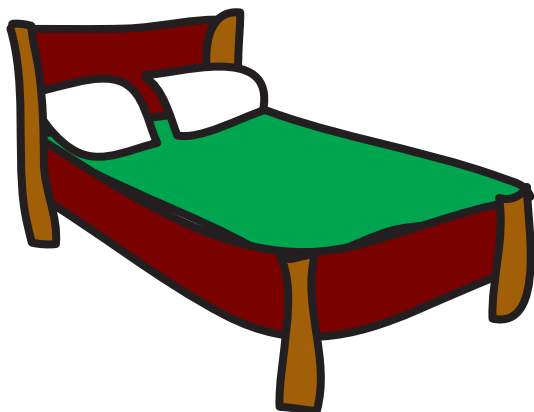


Příloha 3/3: správné odpovědi

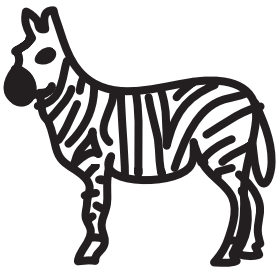

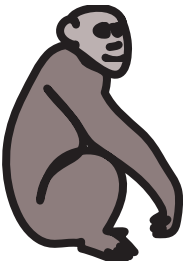


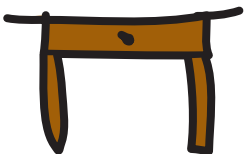
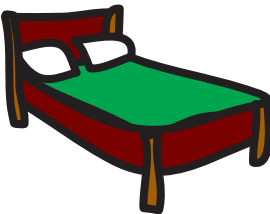

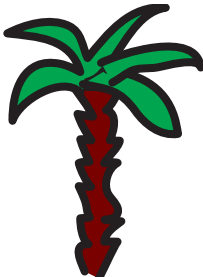

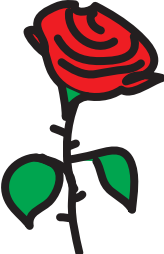
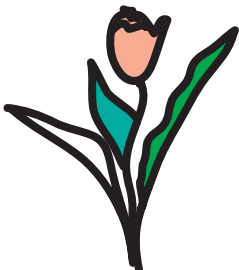


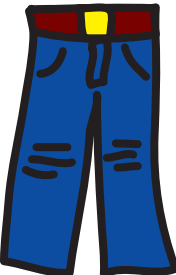



4) Úkol

Pokuste se si zapamatovat všechny obrázky na listu. Máte na to 30 sekund, pak list schovám a předložím Vám další. Vaším úkolem bude ukázat či jmenovat obrázky, které na předchozím listu nebyly.



Příloha 2/2

Zvířata				
Nábytek				
Rostliny				
Oblečení				

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