



# SPECIFIKA ŽIVOTA SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM



**Motto:** Cesta k porozumění leží před námi.

**Téma:** Život se zrakovým postižením

**Cíl:** Cílem hodiny je přiblížit žákům svět osob se zrakovým postižením pomocí krátkého filmu i vlastní zkušenosti, rozšířit a upřesnit znalosti žáků o daném tématu a odstranit předsudky i obavy z komunikace s lidmi s postižením. Po ukončení výuky by žáci měli chápat, že:

- Ztrátou zraku člověk přichází o důležitý zdroj informací, který je nutné nahradit jinými způsoby
- Zrakové postižení může mít různý rozsah (od omezení zrakového pole až k úplné slepotě) i příčiny (vrozené nebo získané úrazem či nemocí)
- Zrakové postižení neznamená obvykle žádnou odlišnost v myšlení, učení nebo prožívání, člověk s postižením má stejná přání a touhy jako ostatní
- Lidé se zrakovým postižením mohou normálně žít mezi námi, jen někdy potřebují naši pomoc nebo speciální pomůcky
- Možnost lidí se zrakovým postižením zapojit se do běžného života mnohdy omezují různé překážky, které je ale možné odstranit

**Čas:** 2 vyučovací hodiny  
(2 x 45 minut)



**Věk:** od 3.třídy





## Pomůcky:

- Didaktický film Výlet bez bariér
- Článek Děláme běžné věci jinak
- Tužka a papír - každý žák
- Přehrávač
- Mince
- Neprůhledné sáčky s předměty na poznávání
- Nádobky s kořením
- Dataprojektor / TV
- Krátký text
- Šátky

## Didaktický film "Výlet bez bariér"

Aktivita 1 (20 + 5 min příprava)



Zhlédnutí videa Výlet bez bariér, které ukazuje den mladého muže se zrakovým postižením. V ukázce jsou zahrnuty běžné denní činnosti, způsoby cestování i trávení volného času. Video z produkce olomouckého Tyflocentra ke stažení zde:

<https://www.youtube.com/watch?v=afk2J2BBSPw>



## Cíl

Navodit počáteční atmosféru k tématu zrakového postižení, představit názorné ukázky pomůcek, bariér, ale také možností v životě osob s postižením zraku.



## Navazující diskuse

Aktivita 2 (10 min.)



Žáci sdělují své dojmy z předchozí video ukázky. Vyučující upřesňuje a doplňuje znalosti žáků dle potřeby.

Otázky k didaktickému filmu:

Co vás nejvíce zaujalo?

Jaké pomůcky Petr používá?

Jak se může samostatně pohybovat venku?

S jakými bariérami (překážkami) se potýká?

S čím byste Petrovi mohli pomoci vy (doma, na ulici, v restauraci)?

Potkali jste již člověka se zrakovým postižením? V jaké situaci to bylo?

Existují pouze lidé nevidomí nebo může být postižení zraku rozdílné?

### Cíl

Získat představu o běžném životě člověka se zrakovým postižením, jeho možnostech i omezeních. Seznámit se s nejčastějšími kompenzačními pomůckami i architektonickými úpravami sloužícími pro orientaci v prostoru. Upřesnit žákům, že neexistuje pouze jediná „nevidomost“, ale porucha zraku může mít různé stupně i formy.





## Doplňující teorie:

Za člověka se zrakovým postižením považujeme toho jedince, který i po optimální korekci (medikamentózní, chirurgické, brýlové apod.) má v běžném životě problémy se získáváním a zpracováváním informací zrakovou cestou. Ne každý s brýlemi je tedy postižený. A ne vždy je postižení zraku zřejmé na první pohled.

Zrakové vady a postižení můžeme rozdělovat do mnoha kategorií podle různých kritérií. Žádná klasifikace však nedokáže dostatečně charakterizovat všechny okolnosti a projevy zrakového postižení. Někdo tak rozlišuje pouze světlo a tmou, někdo má před očima černé tečky a jiný vidí třeba jen polovinu zrakového pole.

## Klasifikace zrakových vad:

Podle postižených zrakových funkcí	Snížení zrakové ostrosti Omezení zorného pole Poruchy barvocitu Poruchy akomodace (refrakční vady) Poruchy zrakové adaptace Poruchy okoohybné aktivity Poruchy hloubkového (3D) vidění
Podle stupně zrakového postižení	Slabozrakost Zbytky zraku Nevidomost
Podle doby vzniku	Vrozené Získané
Podle etiologie	Orgánové (např.vady čočky nebo sítnice) Funkční (poruchy binokulárního vidění, např. tupozrakost)



## Beze zraku - stanoviště s úkoly

Aktivita 3 (30 + 10 min příprava)



Žáci se rozdělí do 5 skupinek. Postupně se střídají na 5 stanovištích rozmístěných ve třídě, na každé stanoviště mají 5 – 6 minut. Vyučující na začátku seznámí žáky s jednotlivými stanovišti a vysvětlí úkoly.

### **Stanoviště č. 1:** Poznávání předmětů

Úkolem žáků je hmatem rozpoznat předměty skryté v neprůhledném sáčku (případně v krabici s otvory pro ruce). Na stole je několik sáčků s neznámým obsahem (např. plyšák, kámen, zmačkaný papír, list, čokoládová tyčinka apod.), žáci postupně vkládají ruku do sáčku a zkouší poznat jednotlivé předměty. Na závěr si každý jednotlivec zapíše, co podle něj v sáčcích bylo.

### **Stanoviště č. 2:** Kresba

Na tomto stanovišti žáky čeká zdánlivě snadný úkol – nakreslit poslepu dům se všemi náležitostmi (dveře, okna, střecha, komín), na závěr se pod kresbu podepsat svým celým jménem.

### **Stanoviště č. 3:** Koření dle čichu

Před žáky stojí na stole neprůhledné nádoby obsahující různá koření či dochucovadla (např. pepř, skořice, mletá paprika, cukr, majoránka apod.). Žáci postupně zkouší rozpoznat obsah pomocí čichu (dle domluvy je možná i ochutnávka poslepu). Na závěr si každý zapíše, jaká koření poznal.

### **Stanoviště č. 4:** Třídění mincí

Žáci si sednou kolem stolu, každý má před sebou hromádku 5 mincí různé hodnoty. Jejich úkolem je se zavřenýma/zavázanýma očima seřadit jednotlivé mince vzestupně dle hodnoty.

### **Stanoviště č. 5:** Přepis textu

Jeden žák ze skupinky předčítá/diktuje krátký text (např. z učebnice, novin atd.). Ostatní žáci se zavřenýma či zavázanýma očima přepisují slyšený text na papír tak, aby byl co nejvíce úhledný a čitelný.

## Cíl

Vyzkoušet si běžné aktivity bez pomoci zraku. Uvědomit si, že i jednoduché úkony se bez zrakové kontroly stávají těžšími a zdlouhavějšími. Je nutné také více využívat ostatních



## Závěrečné vyhodnocení a shrnutí

Aktivita 4 (15 min)



Vyučující s žáky vyhodnotí úkoly na jednotlivých stanovištích, zaměřují se na jejich obtížnost vzhledem k omezení zrakových vjemů.

U všech stanovišť shrnoují:

Co bylo obtížné a proč?

V čem by byl úkol jiný, pokud by žáci viděli?

Co může pomoci člověku s postižením zraku (viz článek o kompenzačních pomůckách Děláme běžné věci jinak)?

### Cíl

Vyhodnotit splnění úkolů na jednotlivých stanovištích, shrnout jejich obtížnost s důrazem na chybějící zrakovou kontrolu. Uvědomit si, že omezení či ztráta zraku významně ovlivňuje způsob, množství i kvalitu získávaných informací a také ztěžuje či znemožňuje vykonávání běžných denních činností. Ukázat, že i s postižením zraku člověk mnohé aktivity zvládne sám, na druhou stranu často je vhodná pomoc od někoho jiného.

Vypracovala: Bc. et Mgr. Lucie Teresa Šultesová

Datum: 10. 6. 2015