



700033400 E.E.E. Luis Braille Sección: Rehabilitación Visual

GUÍA N° 14

Sección: Rehabilitación Visual

Turno: Mañana

Docente: Virginia Ponce

Áreas Curriculares: Estimulación Visual, Braille, Orientación y Movilidad, Actividades de la Vida Diaria

Contenidos:

Estimulación Visual: Estimulación cognitiva. Funciones básicas del sistema visual: atención, fijación, rastreo y seguimiento. Discriminación visual.

Braille: Sistema braille. Destrezas táctiles: distintas texturas, discriminación de objetos y formas. Percepción táctil.

Orientación y Movilidad: Desplazamiento autónomo. Reconocimiento de los objetos dentro y fuera del hogar. Diferentes técnicas en la utilización del bastón. Línea de referencia. Espacios cerrados y espacios abiertos.

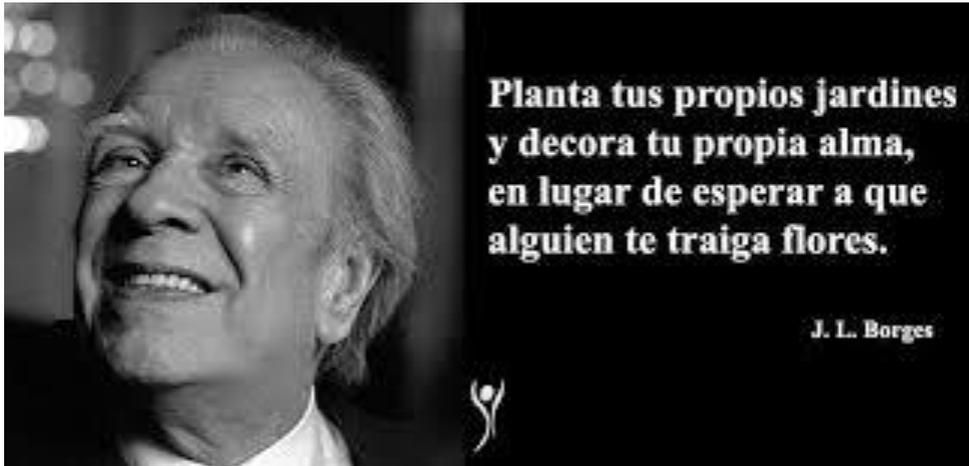
Actividades de la Vida Diaria: Técnicas en la vida cotidiana. Identificar prendas personales. Independencia en la alimentación con elementos adecuados.



Actividades

Día 1:

Braille: Con la regleta y el punzón transcribir la siguiente frase,



Actividades de la vida diaria:

Para poder realizar la actividad deberá disponer de algunos condimentos con los que cocina (especias) para ejercitar la memoria olfativa. Por ejemplo; “canela, orégano, comino”. Pediremos ayuda para colocar cada uno de los condimentos en recipientes iguales, presentarlos uno al lado del otro sobre una mesa. Luego deberá sentarse frente a ellos para poder identificar el aroma de cada uno. Realizar esta actividad las veces que sean necesarias para memorizar estas especias. En otro momento puede repetir la actividad eligiendo otros tres aromas distintos a los trabajados anteriormente. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 2

Estimulación visual

Lee rápidamente las siguientes listas de palabras y rodea sólo las que estén escritas correctamente.



Lee rápidamente las siguientes listas de palabras y rodea sólo las que estén escritas correctamente.

AOTOBUS	AUTOBUS	AUTOBUS
AUTUBUS		AUTOBU
AUTOBUS		AUTOSUB
UATOBUS		AUTOBUS
AUTOBUS		AUBOTUS
AUTOBUS		AUTUBUS
AUOTBUS		AUTOBUS
AUTOBUS		AOTUBUS

Orientación
Analizar

Orientación y movilidad

Para realizar la actividad elegirá un lugar a donde pueda dirigirse como un espacio cercano urbano (plaza), o en el frente de su casa. La actividad consta de sentarse en algún lugar del espacio elegido para poder conocer la información que brindará ese ambiente, como por ejemplo en qué dirección corren las calles según el sonido de los autos, que frecuencia de tráfico hay, si elige sentarse bajo el sol y lo puede percibir, o si está bajo la sombra de algún árbol como percibe la luz, el sonido de los pájaros, los olores, si percibe voces de personas charlando o de niños jugando. Tomar la mayor información posible para conocer el lugar. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 3

Braille:

De los textos anteriores escritos en Braille seleccione uno, el que sea de su agrado para luego realizar la lectura del mismo.

Actividades de la vida diaria:

¡Preparación en la cocina! Elija verduras de su agrado para cocinar en agua, por ejemplo; papas, zanahorias. Para realizar la actividad deberá tener a su alcance los utensilios apropiados, por ej. Pela papas o cuchillo, olla para cocinar y agua. Con cuidado y



tranquilidad tomar la verdura y el cuchillo o pela papas, teniendo en cuenta el filo del mismo, comenzar a pelar, luego cortar en partes. Retomando actividades anteriores encienda con cuidado el fuego de la hornalla coloque la olla con agua y deje que se caliente, sabrá que el agua esta lista al acercarse y percibir la temperatura solo con colocar la mano arriba de la misma y por el sonido al hervir, luego verter las verduras. Esperar unos 20 minutos aproximadamente, luego con una cuchara retirar una de las verduras para verificar si están cocidas. Pedir ayuda para que lo asistan. Retirar con un espumador las verduras y colocarlas en un recipiente. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 4

Estimulación visual:

Colorea cada letra de su color

p	b	b	q	q	d	p	q
q	b	b	d	q	d	p	p
b	d	d	q	p	b	d	q
b	q	d	p	d	b	b	d
d	p	b	d	q	p	d	b
p	b	q	b	q	d	d	q
d	d	q	p	b	b	d	b

p =

d =

b =

q =

Braille

Para completar la actividad escribir en la regleta los nombres de los colores con los que trabajo en el ejercicio anterior rojo, azul, amarillo y verde y las letras que pinto “p” “d” “b” “q”. Realice dos renglones de cada uno. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)



Día 5

Braille:

Recuerde si en estos días anteriores realizó alguna compra. Por ejemplo la de las verduras: 1kg de papas \$30 ½kg de zanahorias \$20. Luego con la regleta y el punzón realice la operación matemática. Ej.: $30+20=$ Puede agregar algún otro número para ampliar la suma.

Actividades de la vida diaria

Retomaremos una de las actividades anteriores “las especies” y en esta ocasión se trabajará a través del gusto. Durante la actividad pida ayuda para ser asistido. Elija tres alimentos por Ej: azúcar, café, cacao, u otros que disponga. Debe ubicarlos en recipientes individuales que sean iguales y disponerlos uno al lado del otro sobre una mesa. Luego ubicarse frente a ellos para probarlos uno por uno con la ayuda de una cuchara y reconocerlos por sus características. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 6

Estimulación visual

Memorice que color representa cada sílaba y a continuación escribe palabras de dos sílabas como en el ejemplo.

CA	CO	SA	SO
		→	CO SA
		→	— —
		→	— —
		→	— —





Orientación y movilidad

La actividad de hoy consiste en ejercicios corporales, para ello necesitará una silla y las pesas de agua con las que realizaron actividades anteriores, podrá poner música mientras realiza la actividad. Deberá sentarse cómodo tratando de colocar la espalda sobre el respaldo de la silla, con los brazos relajados apoyando las manos sobre las piernas. Realizará rotaciones de cuello en medio círculo, es decir de un hombro hacia el otro, luego cada pie realizará rotaciones hacia adentro y hacia afuera, para continuar tomar las dos pesas una en cada mano, luego cada brazo realizará círculos, hacia atrás de la espalda y hacia adelante. Es importante que cada ejercicio lo repita contando 8 veces. Podrá repetir toda la secuencia de ejercicios si lo desea. No olvidar hidratarse antes y después de la actividad. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 7

Braille:

Jugaremos con el signo generador “palabras sueltas” casa, árbol, iluminación, alimentación. Sabiendo que el signo generador está formado por 6 puntos y la combinación de ellos forma una letra, entonces; en las palabras mencionadas reconoceremos los números que le corresponden a las letras de cada palabra.

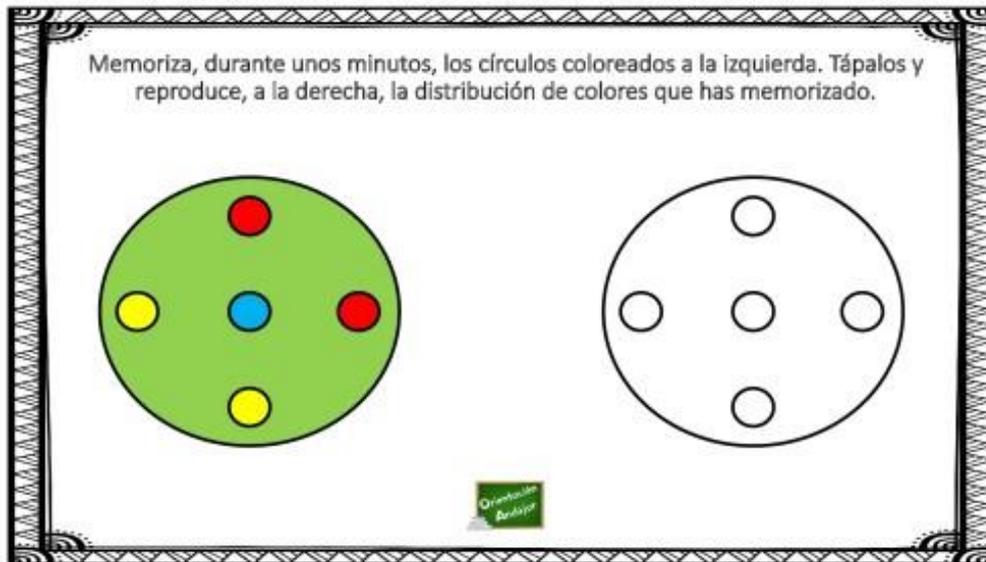
Actividades de la vida diaria:

Al finalizar el día realizará una actividad de relajación corporal. Coloque una música de su agrado, y elija un lugar de la casa donde se sienta cómodo, puede realizar la actividad sentado o acostado puede optar por estar al aire libre si tiene la posibilidad. Con los ojos cerrados tomará aire por nariz soltándolo por la boca. Con cada inhalación tomar conciencia de las partes del cuerpo, comenzando por la cabeza, cuello, hombros, brazos, manos, abdomen, pelvis, cadera, piernas, rodillas, pie. Es importante que visualice cada parte y que mediante la respiración valla aflojando todo el cuerpo. Al terminar la actividad de manera lenta abrirá los ojos, y despacio se irá incorporando. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)



Día 8

Estimulación visual:



Orientación y movilidad:

Con el bastón realizar un recorrido cerca de nuestra casa. Caminar alrededor de la manzana con el tránsito a favor y en contra. Cruzar calle con tránsito en un solo sentido, evitando obstáculos como vehículos estacionados, postes, árboles. Podemos elegir ir acompañados si esto nos da mayor seguridad. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 9

Braille:

Teniendo en cuenta la actividad realizada el día 7 tomará de referencia las palabras con las que trabajo: casa, árbol, iluminación, alimentación. Escritas previamente luego con la regleta agregará las siguientes: página, bastón, lápiz. Al terminar proceder a leerlas.

Actividades de la vida diaria:

Aprovechando el momento de cambio de estación, la actividad consistirá en el orden de prendas, así tendrá la ropa de verano más accesibles. Recordando actividades anteriores podrá identificar cada prenda por el derecho y el revés como también por sus texturas,



sabiendo cuales son de abrigo es decir las que guardara. Pedir asistencia para realizar la actividad. (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

Día 10

Orientación y movilidad:

“Preparación de comida y organización de cocina y mesa”

Elija una comida simple que pueda realizar ya sea para el almuerzo o cena. Realice la compra de los ingredientes en algún negocio cercano a su casa. Para realizar la preparación aproveche la utilización de las especias que uso para memorizar, también es importante que no olvide tener en cuenta el cuidado al contar verduras, en el caso que elija cocinar con ellas, como también los cuidados debidos en el encendido de hornallas.

Actividades de la vida diaria:

Después de haber realizado la preparación de la comida, deberá disponer de los elementos y utensilios necesarios para preparar la mesa, como mantel, platos, cubiertos, vasos, bebida. Al terminar la comida deberá retirar las cosas de la mesa y disponerlas para lavarlas (Actividad elaborada por la alumna: Mirna Erica Alé)

DIRECTORA: Marisa Pelletant