

# ΣΕΝΑΡΙΟ ΒΙΝΤΕΟ ΧΩΡΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ

## Περιγραφή

Αυτό το σύντομο βίντεο έχει στόχο να εξηγήσει την οπτική χωρική νοημοσύνη στους ηλικιωμένους.

## Χρόνος που Απαιτείται



20 λεπτά



## Υλικά που Απαιτούνται

Το βίντεο μπορεί να παρακολουθείται στο: Smartphone, tablet, οθόνη υπολογιστή, τηλεόραση

## Πηγή

My Training Box

## Μαθησιακοί Στόχοι



- Ευαισθητοποίηση σχετικά με τη χωρική νοημοσύνη
- Δημιουργία συζητήσεων και ανταλλαγών για το θέμα αυτό
- Να δοθούν ιδέες για πιθανές δραστηριότητες που μπορούν να υλοποιηθούν

## Καθοδήγηση Βήμα προς Βήμα

- Επεξήγηση της δραστηριότητας (5 λεπτά)
- Παρακολούθηση του βίντεο (3 λεπτά)
- Συζήτηση σχετικά με το βίντεο (12 λεπτά)

## Αναμενόμενα Αποτελέσματα

- Κατανόηση της έννοιας της οπτικής χωρικής νοημοσύνης
- Εντοπισμός παραδειγμάτων δραστηριοτήτων για την ενίσχυση της χωρικής νοημοσύνης

# ΣΕΝΑΡΙΟ ΒΙΝΤΕΟ ΧΩΡΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ

Σε αυτό το βίντεο, θα επικεντρωθούμε στην οπτική ή χωρική νοημοσύνη. Έχετε καλή αίσθηση της κατεύθυνσης; Μπορείτε να δημιουργήσετε εύκολα νοερές εικόνες; Έχετε οπτική μνήμη; Αν ναι, ίσως η χωρική σας νοημοσύνη είναι καλά ανεπτυγμένη και είστε ευαίσθητοι στη χωρική οργάνωση, τα χρώματα και τα μοτίβα.

Η ανάπτυξη της χωρικής νοημοσύνης μπορεί να βελτιώσει τη χρήση των ψηφιακών εργαλείων. Οι ειδικοί που εργάζονται με ηλικιωμένους πιστεύουν ότι η οπτικο-χωρική νοημοσύνη είναι αλληλένδετη με τον ψηφιακό γραμματισμό. Η χωρική νοημοσύνη ενισχύει την ικανότητά μας να πλοηγούμε στο χώρο και βελτιώνει την οπτική μνήμη. Αυτό μπορεί να είναι ιδιαίτερα ευεργετικό για τους ηλικιωμένους κατά την περιήγηση σε ιστότοπους ή τη χρήση ψηφιακών εφαρμογών. Οι οπτικοχωρικές δεξιότητες βοηθούν στην πλοήγηση σε διεπαφές, συμπεριλαμβανομένης της αναγνώρισης εικονιδίων, μενού και σχεδίων διάταξης, της επίλυσης προβλημάτων, της ερμηνείας οπτικών δεδομένων, της χρήσης πλοήγησης μέσω smartphone και της κατανόησης της διαδικτυακής απάτης. Τα άτομα με υψηλές οπτικοχωρικές ικανότητες διαμορφώνουν αποτελεσματικά μοτίβα αναγνώρισης και ανάκλησης, επιτρέποντας καλύτερο έλεγχο και πλοήγηση στον ψηφιακό χώρο. Στην τρίτη ηλικία, η ταχεία επεξεργασία αυτών των μοτίβων μειώνεται με την πάροδο του χρόνου και τα άτομα χρειάζονται περισσότερο χρόνο για να κατανοήσουν και να δράσουν σε μία αναγνωρισμένη εικόνα ή ένα ερέθισμα.

Παρόλο που ο σχεδιασμός UX ή η εμπειρία χρήστη (η βελτίωση της εμπειρίας χρήστη σε ψηφιακά περιβάλλοντα) έχει σημειώσει μεγάλη πρόοδο, δεν είναι πάντα εύκολο να βρείτε το δρόμο σας μέσα στις σελίδες, τα μενού και τα εικονίδια των ψηφιακών υπηρεσιών. Η βελτίωση της ικανότητάς σας να αναγνωρίζετε οπτικά αντικείμενα και να τοποθετείτε τον εαυτό σας σε ψηφιακά περιβάλλοντα θα διευκολύνει σημαντικά την ψηφιακή σας εμπειρία.

Διάφορες δραστηριότητες μπορούν να σας επιτρέψουν να διατηρήσετε ή να βελτιώσετε αυτή την ευφυΐα, καθώς και να αυξήσετε την ταχύτητα απόκρισής σας, για παράδειγμα:

- Κάνοντας παζλ
- Εξάσκηση σε ασκήσεις φαντασίας («Προσποιηθείτε ότι...»)
- Χρήση εικόνων και φωτογραφιών για μάθηση
- Εργασία με καλλιτεχνικά μέσα (χρώματα, μολύβια, μαρκαδόρους)
- Εξάσκηση σε ασκήσεις οπτικοποίησης
- Παρακολούθηση ταινιών και βίντεο
- Σχεδιασμός αφισών για την έκφραση ιδεών
- Παιχνίδι με κύβους του Ρούμπικ

Ο κατάλογος των παραδειγμάτων δραστηριοτήτων θα μπορούσε να συνεχιστεί και δεν έχει σημασία ποιες προτιμάτε, αρκεί να διατηρήσετε τη χωρική σας νοημοσύνη. Είναι το κλειδί για την ικανότητά σας να εντοπίζετε τον εαυτό σας στο χώρο και να αναγνωρίζετε σύμβολα και άλλα οπτικά αντικείμενα. Θα ήταν κρίμα να τη στερήσετε από τον εαυτό σας, δε νομίζετε; Επιλέξτε τη δραστηριότητα που σας ενδιαφέρει περισσότερο και ξεκινήστε από εκεί.