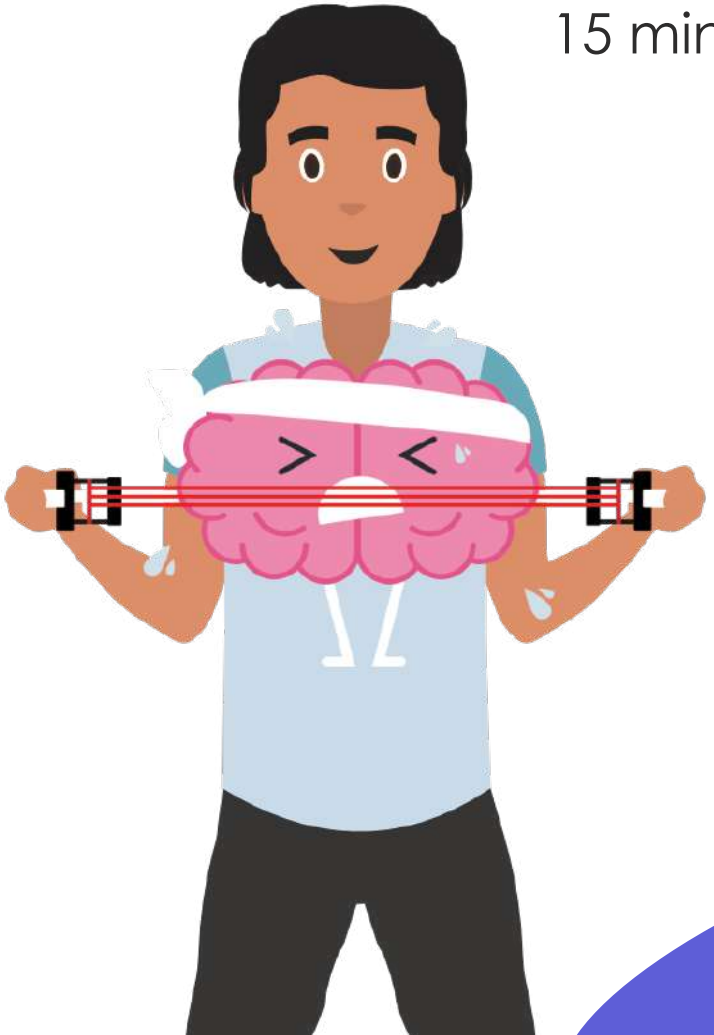
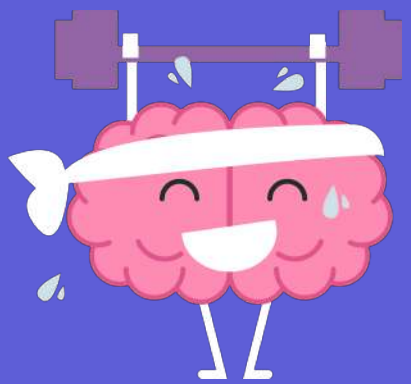
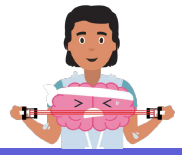
Programma percezione

15 minuti al giorno per 4 settimane per migliorare la vostra percezione





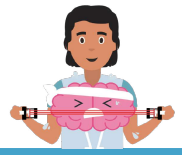


Programma per la percezione

1° settimana — **15 minuti/giorno**

☐ lunedí	Arca di Noé **x3** (Facile)	Dove si Trova? **x3** (Facile)	Binocolo **x3** (Facile)	Vedere indizio n°1
☐ martedí	Panatta **x3** (Facile)	L'Invasione delle Talpe **x3** (Facile)	Scoppia i Palloncini **x3** (Facile)	Vedere indizio n°2
☐ mercoledí	zZ Giorno di riposo zZ			
☐ giovedí	Puzzle Plus **x3** (Facile)	Orecchio Musicale **x3** (Facile)	Spremi Meningi **x3** (Facile)	Vedere indizio n°3
☐ venerdí	ColorForm **x3** (Facile)	Cascata Infernale **x3** (Facile)	Simili **x3** (Facile)	Vedere indizio n°4
☐ sabato	zZ Giorno di riposo zZ			
☐ domenica	ColorMind **x3** (Facile)	Scacchiera Pazza **x3** (Facile)	Carte all'Arrabbiata **x3** (Facile)	Vedere indizio n°5

Questo programma contiene dei suggerimenti per allenare la vostra percezione con le nostre applicazioni. Non deve essere considerato come un trattamento medico.



Programma per la percezione

2° settimana — **15 minuti/giorno**

lunedí

- I Pazzi Volanti **x3** (Facile)
- Forme a Incastro **x3** (Medio)
- Effetto Palla di Neve **x3** (Facile)

Spostate il vostro sguardo soltanto quando appare un nuovo palloncino

Vedere indizio n°6

martedí

zZ Giorno di riposo zZ

mercoledí

- Roberto il Pirata **x3** (Medio)
- Panurge **x3** (Facile)
- Camminatore **x3** (Facile)

Vedere indizio n°7

giovedí

- Syllabus **x3** (Medio)
- Simili **x3** (Medio)
- Arca di Noé **x3** (Medio)

Concentrati su una parola alla volta

Vedere indizio n°8

venerdí

zZ Giorno di riposo zZ

sabato

- Puzzle Plus **x3** (Medio)
- Binocolo **x3** (Medio)
- Dove si Trova? **x3** (Facile)

Concentrati sulle coppie più facili da memorizzare

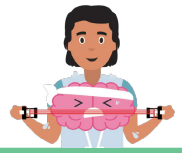
Vedere indizio n°9

domenica

- Carte all'Arrabbiata **x3** (Medio)
- Cascata Infernale **x3** (Facile)
- L'Invasione delle Talpe **x3** (Medio)

Vedere indizio n°10

Questo programma contiene dei suggerimenti per allenare la vostra percezione con le nostre applicazioni. Non deve essere considerato come un trattamento medico.

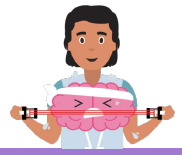


Programma per la percezione

3° settimana — **15 minuti/giorno**

lunedí	Giorno di riposo			
martedí	Panatta **x3** (Medio) — Prova ad anticipare la traiettoia della palla	Scoppia i Palloncini **x3** (Difficile)	Panurge **x3** (Medio)	Vedere indizio n°11
mercoledí	ColorMind **x3** (Difficile)	ColorForm **x3** (Medio)	Scacchiera Pazza **x3** (Difficile)	Vedere indizio n°12
giovedí	Giorno di riposo			
venerdí	Cascata Infernale **x3** (Medio)	I Pazzi Volanti **x3** (Medio) — Concentrati solo sui palloncini del colore esatto	Forme a Incastro **x3** (Difficile)	Vedere indizio n°13
sabato	Camminatore **x3** (Medio)	Roberto il Pirata **x3** (Difficile)	Effetto Palla di Neve **x3** (Medio)	Vedere indizio n°14
domenica	Giorno di riposo			

Questo programma contiene dei suggerimenti per allenare la vostra percezione con le nostre applicazioni. Non deve essere considerato come un trattamento medico.



Programma per la percezione

4° settimana — **15 minuti/giorno**

lunedí

- ColorForm **x3** (Difficile)
  - Attenzione alla consegna che cambia
- Simili **x3** (Difficile)
- L'Invasione delle Talpe **x3** (Medio)

Vedere indizio n°15

martedí

- Forme a Incastro **x3** (Difficile)
- Puzzle Plus **x3** (Medio)
- Cascata Infernale **x3** (Difficile)

Vedere indizio n°16

mercoledí

zZ Giorno di riposo zZ

giovedí

- Binocolo **x3** (Medio)
- Panatta **x3** (Difficile)
- Scacchiera Pazza **x3** (Difficile)

Vedere indizio n°17

venerdí

- I Pazzi Volanti **x3** (Medio)
- Scoppia i Palloncini **x3** (Difficile)
  - Immagina la traiettoia della palla per scoppiare più palloncini possibile
- Arca di Noé **x3** (Difficile)

Vedere indizio n°18

sabato

zZ Giorno di riposo zZ

domenica

- Dove si Trova? **x3** (Difficile)
- Panurge **x3** (Difficile)
- Roberto il Pirata **x3** (Difficile)

Vedere indizio n°19

Questo programma contiene dei suggerimenti per allenare la vostra percezione con le nostre applicazioni. Non deve essere considerato come un trattamento medico.

Le spiegazioni del vostro coach Roberto

1° settimana

Indizio n°1

Quando ci guardiami intorno per scoprire l'ambiente e gli oggetti che ci circondando utilizziamo l'**esplorazione visuo-spaziale.** Questo ci permette di raccogliere le informazioni dall'ambiente.

Indizio n°2

La percezione é la funzione cognitiva che ci permette d'**identificare** un oggetto importante nell'ambiente. Ci permette di riconoscere gli oggetti, la loro posizione e la loro traiettoia se sono in movimento.

Indizio n°3

La percezione comprende tutti i **sensi**. Possiamo percepire delle immagini, dei suoni, delle parole, dei sapori... Tutte le informazioni sono immagazzinate nellla nostra memoria e possiamo utilizzarle in futuro.

Indizio n°4

Il nostro cervello riesce a riconoscere gli oggetti grazie all'**analisi visiva.** Grazie a un solo sguardo il nostro cervello può distinguere delle informazioni come la grandezza, il peso o l'utilità di un oggetto.

Indizio n°5

Quando svolgiamo un'attività utilizziamo varie funzioni cognitive. Nei giochi di oggi, per esempio, usiamo la percezione, ma anche la **memoria**.

2° settimana

Indizio n°6

Grazie all'**esplorazione visiva** possiamo cercare un oggetto nel nostro campo di visione cercando delle informazioni precise, come il colore o la forma.

Indizio n°7

Dopo avere preso conoscenza di un oggetto il nostro cervello può creare delle **immagini mentali** di quest'ultimo. In un secondo tempo, il nostro cervello può evocare questa immagine mentale anche in assenza dell'oggetto.

Indizio n°8

La nostra percezione può diventare più debole quando ci sono molti oggetti insieme. Questo si chiama **affollamento visivo**. I nostri occhi possono allenarsi a identificare un oggetto in un gruppo di oggetti.

Indizio n°9

Grazie alla percezione possiamo passare da un'osservazione globale di un oggetto o di un luogo, a un'osservazione dettagliata. Possiamo quindi **focalizzare la nostra percezione** sui differenti aspetti degli oggetti.

Indizio n°10

Un oggetto é composto da vari elementi e ha varie caratteristiche. Possiamo **analizzare** il colore, la grandezza, la forma, l'utilizzo...

Questo programma contiene dei suggerimenti per allenare la vostra percezione con le nostre applicazioni. Non deve essere considerato come un trattamento medico.

Le spiegazioni del vostro coach Roberto

3° settimana

Indizio n°11

Nella vita quotidiana gli oggetti possono essere in movimento. La nostra percezione ci permette di percepire questo movimento e di **immaginare la traiettoia** degli oggetti per anticipare la nostra reazione, se necessario.

Indizio n°12

Colori, forme, posizione... Le caratteristiche degli oggetti sono varie e con i giochi di oggi stimoliamo il riconoscimento di questi elementi.

Indizio n°13

Per analizzare gli oggetti dobbiamo concentrarci su questi ultimi. Dobbiamo quindi usare l'**attentione** oltre alla percezione.

Indizio n°14

Abbiamo parlato molto della percezione degli oggetti, ma possiamo anche riconoscere la posizione degli oggetti nello spazio, in rapporto a noi o in relazione fra loro. Questo si chiama **percezione spaziale.**

4° settimana

Indizio n°15

Quando vediamo un oggetto, lo **riconosciamo** immediatamente. Il nostro cervello riesce a cercare fra le sue conoscenze se ha già percepito un oggetto simile e fa delle associazioni logiche.

Indizio n°16

Quando percepiamo un oggetto, dobbiamo **comparare** questo oggetto a **dei modelli** che abbiamo già acquisito per sapere se dobbiamo associare queste informazioni a delle informazioni già esistenti oppure se crearne di nuove.

Indizio n°17

Allenarsi in due é più divertente!
Non esitate a **condividere i giochi** con i vostri cari o con i vostri amici. Tutti i giochi di oggi possono essere giocati in modalità «2 giocatori».

Indizio n°18

I movimenti dei nostri occhi, chiamati **movimenti oculari,** sono essenziali per percepire l'ambiente, ma anche per altre attività, come la lettura.

Indizio n°19

Eccoci all'ultimo allenamento, potrete rifare lo stesso programma **aumentando il livello:** passando dal livello facile al livello medio e dal medio al difficile fino a fare tutte le attività al livello difficile.

Questo programma contiene dei suggerimenti per allenare la vostra percezione con le nostre applicazioni. Non deve essere considerato come un trattamento medico.