

by Administrador

Training for your Eyes: Entrena y Relaja la Vista, se ha desarrollado en cooperaci3n con el Dr. Hisao Ishigaki del Aichi Institute of Technology. El Dr. Ishigaki, experto en entrenamiento visual, ha creado diversos programas para ejercitar la vista (empleados por deportistas profesionales) que trabajan cinco aspectos diferentes de la visi3n.

El software de Training for your Eyes se centra en la estimulaci3n de esas cinco funciones a trav3s de entretenidos ejercicios en los que hay que usar la visi3n perif3rica, la coordinaci3n 3culo-manual, el reconocimiento inmediato, la agudeza visual din3mica y el movimiento ocular en una pr3ctica b3sica que se compone de 10 ejercicios diferentes y varias pr3cticas deportivas.

"En la vida diaria se emplean muchos tipos de habilidad visual, y esta se puede mejorar mediante la identificaci3n a la primera de varios objetos en un campo de visi3n amplio, el correcto reconocimiento de objetos en movimiento, etc. En otras palabras, se podrÃ­a decir que la habilidad visual es la precisi3n y agilidad de los ojos, lo que en este juego denominamos "capacidad visual" y aspiramos a potenciar por medio de ejercicios de entrenamiento". Dr. Hisao Ishigaki

Al utilizar las dos pantallas de Nintendo DS, resulta muy f3cil poner a prueba tu capacidad visual con Training for your Eyes, basta con tocar la pantalla t3ctil con el l3piz.

El software te asigna una edad visual y estimula los cinco aspectos de tu visi3n con un programa de pr3cticas para que reduzcas la calificaci3n de tu edad visual a unos perfectos 20 aÃ±os.

Dado que el descanso es parte importante de cualquier ejercicio, Training for your Eyes incluye una funci3n con sencillas t3cnicas de relajaci3n. Al final de la pr3ctica diaria, en el Programa de estiramiento oir3s una voz serena que te ayudar3 a relajarte y a reposar los ojos.

¿SabÃ­as que la capacidad visual tiene cinco aspectos distintos que se pueden fortalecer? Training for your Eyes dispone de una amplia variedad de ejercicios diseÃ±ados para cada uno de ellos.

Estos aspectos entran en juego en la vida cotidiana, aunque no nos demos cuenta. Por tanto, describiremos en lÃ­neas generales los cinco aspectos, incluidas situaciones en las que se utilizan.

Agudeza visual din3mica Este aspecto est3 relacionado con nuestra capacidad de ver con claridad objetos en movimiento. Cuanto mayor es la agudeza visual din3mica, mejor se reconocen y siguen los objetos en movimiento. Deportes como el voleibol, el b3isbol y el boxeo hacen uso de dicha agudeza.

Movimiento ocular El movimiento ocular est3 asociado a la capacidad de mover el ojo con rapidez y de captar mucha informaci3n visual en muy poco tiempo. Este aspecto de la visi3n puede entrenarse moviendo los ojos r3pidamente o realizando movimientos largos y din3micos. En el dÃ­a a dÃ­a utilizamos esta capacidad para rutinas tan importantes como leer.

Reconocimiento inmediato Este aspecto se vincula a la capacidad de asimilar gran cantidad de informaci3n visual en un instante. Un ejemplo de reconocimiento inmediato son actividades como abrir un peri3dico y hacernos una idea aproximada de la distribuci3n de la p3gina.

Visi3n perif3rica Tener una buena visi3n perif3rica conlleva disfrutar de un campo visual amplio y de ver con mayor rapidez cosas fuera del foco de atenci3n visual. Este aspecto se explota, por ejemplo, durante la conducci3n.

Coordinaci3n 3culo-manual Este aspecto de la visi3n est3 relacionado con la capacidad de interpretar r3pidamente informaci3n visual y de traducirla en movimientos manuales precisos. La coordinaci3n 3culo-manual tiene especial relevancia a la hora de practicar deportes. En el vÃ­deo explicativo se muestran ejemplos de ejercicios de Training for your Eyes y se incluyen explicaciones sobre los aspectos de la capacidad visual que se quieren potenciar.

Fecha de lanzamiento 23.11.2007

Fuente: Nintendo