



Kære underviser

Du har her undervisningsmateriale, hvis formål er at sætte fokus på synet og synssansen. Fordi vi bruger synet hele tiden. Tusindvis af informationer strømmer til os via vores synssans og danner grundlaget for, hvordan vi forstår verden omkring os – og hvordan vi er i verden.

Synet er helt afgørende for mange af de små og store oplevelser, vi har. Igennem hverdagen og livet. Når vi spørger danskerne hvilken sans, der er vigtigst for dem, peger de også på synssansen.

Samtidig synes vi også, at synssansen og øjet er enormt fascinerende, og indeholder spændende læringsperspektiver. For eksempel overrasker det de fleste, at pupillen egentligt bare er et hul. Det vil det sikkert også være for dine elever.

Synet lægger stort beslag på hjernens kapacitet og synsoplevelsen er en kompliceret proces, hvor din hjerne kombinerer informationen, den får fra øjnene, med de erfaringer den har lagret i sine komplicerede netværk mellem milliarder af nerveceller.

Vores syn er ikke færdigudviklet fra fødslen. Et nyfødt spædbarn kan kun se ca. 30 centimeter frem, hvilket meget bekvemt er afstanden op til moderens ansigt, når barnet ligger ved brystet. Efter ganske få måneder begynder spædbarnet dog at kunne se længere og længere. I løbet af teenageårene færdigudvikles synet. Men det stopper ikke her.

Synet udvikler sig livet igennem. Omkring de 40 år begynder synet at svigte, og der skal, før eller siden, brillen til, fordi øjets evne til at zoome bliver dårligere.

Materialet her er baseret på den indsigt, vi har om synssansen og øjnene, via dygtige danske og udenlandske forskere. Vi ved fx, fra både danske og svenske studier, at dagslys kan bremse udbredelsen af nærsynethed hos børn. Derfor har vi i undervisningsmaterialet samlet øvelser omkring tid udenfor i dagslys.

Skærmtid taler vi også ind i. Der er ikke evidens for, at skærmtid i sig selv udvikler nærsynethed hos børn. Det er måske snarere den tid, som skærmene tager fra tid udenfor i dagslys, der spiller ind.

Vi har altså her samlet en række læringsmaterialer om synet, øjnene og synssansen, som, vi håber, du finder inspirerende og brugbar i din undervisning. Og som kan lægge op til en god dialog og læring om en af vores vigtige sanser – synssansen.

De bedste hilsner

Henrik Laursen  
Chef for klinisk udvikling, Louis Nielsen