GUÍA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA – MEMORIA

PSP. ANGIE ORTIZ

El objetivo de esta guía estimular la capacidad de la memoria por medio de ejercicios prácticos.

La memoria se puede definir como la capacidad del cerebro de retener información y recuperarla voluntariamente. Es decir, esta capacidad es la que nos permite recordar hechos, ideas, sensaciones, relaciones entre conceptos y todo tipo de estímulos que ocurrieron en el pasado.

En función del tiempo que permanece la información en el sistema, la memoria se clasifica en: la memoria sensorial, la memoria a corto plazo, la memoria de trabajo y la memoria a largo plazo. La memoria sensorial retendría la información durante un par de segundos, mientras que, en el polo opuesto, la memoria a largo plazo puede almacenar la información durante un tiempo prácticamente ilimitado. Todos estos tipos de memoria trabajan de manera coordinada para que el sistema funcione correctamente.

Ejercicio 1. Haz play en el video y realiza las actividades sugeridas.

LIVEWORKSHEETS

Ejercicio 2.

Escucha atentamente cada audio cuenta regresivamente de 43 a 33, intenta recordar la secuencia y graba tu vos repitiéndola.

1.

2.

3.

4.

5.

LIVEWORKSHEETS

Ejercicio 3.

Escucha atentamente el siguiente audio y responde las preguntas.

- ✓ ¿Hace cuánto falleció el esposo de la condesa? _____
- ✓ ¿Cómo se llamaba la sobrina predilecta de la condesa? _____
- ✓ ¿Hace cuánto tiempo se perdió el gemelo? _____
- ✓ ¿Qué joyas le fueron robadas a la condesa? _____
- ✓ ¿A quién culpo del robo la condesa? _____
- ✓ ¿Cuántos años llevaba trabajando Lucia en la casa de la condesa? _____
- ✓ ¿Dónde estaban los encajes? _____

Ejercicio 4.

Haz clic en el botón y desarrolla en la aplicación los juegos de memoria:

¡Haz clic aquí!

LIVEWORKSHEETS