



UTN.BA

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA NACIONAL
FACULTAD REGIONAL BUENOS AIRES

Estimulación Cognitiva con Herramientas Creativas – Programa Experiencias Universitarias para Adultos Mayores de la UTN Buenos Aires

1° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

Actividad de Presentación

2) JUEGOS CON LOS NOMBRES

Leyenda azteca: nuestro nombre se representa nuestro cuerpo y nuestra alma, el cuerpo está representado por las consonantes y el alma por las vocales.

- Que digan su nombre solo las vocales
- que digan su nombre solo las consonante
- que lo digan deletreado al revés
- que digan su nombre con una letra diferente ejemplo letra p

Actividad visual: observar y registrar para luego evocar – actividad con música

Objetivo: despertar y desarrollar la agudeza visual a partir de los colores y formas.

Aprender a construir referentes visuales, por asociación color-objeto, para facilitar una mejor memorización

1. Observar los colores de las vestimentas de los integrantes del grupo, miramos a nuestro compañero de enfrente, de la derecha y de la izquierda, registrando los colores que observamos
2. observar nuestro alrededor, que elementos encontramos en esta habitación
3. observar laminas , registrando de que se trata cada imagen, socializar con el grupo
4. observar otras laminas al cabo de unos minutos, dar vuelta y sin mirar la lámina y evocar los colores que registraron
5. entregar estos carteles de avisos y prestar atención a las palabras, al mensaje, a lo que quiere transmitir, luego de unos minutos , sin mirar ustedes cada uno cuenta lo que decía cada aviso, socializar con el grupo

2° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

Dinámicas de integración: técnicas “rompe hielo”

El coordinador solicita realizar caminata libre acercando distintas partes del cuerpo a los compañeros con que se van encontrando:

- Acercarse con los hombros
- Acercarse con los hombros
- Acercarse con las rodillas
- Acercarse con las espaldas
- Acercarse con las caderas
- Acercarse con las colas, etc.

MEMORIA GUSTATIVA

Objetivo: ejercitar y describir los sabores de distintas sustancias (dulce, salado, amargo, perfumado, ácido, etc.). Activar la memorización y evocación de los mismos

1. Lectura del cuento de Ana Pomar que habla sobre la canela
2. Cuál es el olor que percibe la escritora, con el que se inunda toda la casa cuando hace la ambrosía. (Vainilla)

3. Qué otros condimentos o especias de comidas podemos mencionar. (enumeración)
4. Identificar qué especia saborizante es la que tenemos en estos frascos entregados (canela en polvo). Comentario sobre los poderes atribuidos a la canela.
5. Qué canciones conocen que nombren comidas, sabores, condimentos: Ej. La flor de la canela, Azúcar, pimienta y sal., Canción de tomar él te, Mono liso, Naranja en flor, Piel canela, Arroz con leche.
6. Se entregan las letras de algunas de estas canciones para que el grupo cante.

3° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

MEMORIA OLFATIVA

Clasificación de olores hacerla entre todos y poner ejemplos.

Se entrega texto para completar con palabras sobre el sentido del olfato

PROPUESTA para que los grupos piensen que olores recuerdan que podría haber en:

Olores en el campo

Olores en la cocina

Olores en el dormitorio

Olores en el lavadero

Olores a especias

Olores de la ciudad

IDENTIFICAR DIFERENCIAS

OBJETIVO: Despertar y desarrollar la agudeza visual

RELLENAR UN TEXTO CON PALABRAS FLATANTE: TEXTO "EL SENTIDO DEL OLFATO"

OBJETIVO: entrenar la atención sostenida- ejercitarse para observar detalles y hacer un esfuerzo de precisión y de coordinación viso grafica

4° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACTIVIDAD DE CALDEAMIENTO: BINGO AMISTOSO

MEMORIA AUDITIVA

- Escuchar sonidos y diferenciarlos,
- Registrarlos y entender de qué se trata, a que nos recuerda
- Pasar música de diferentes intérpretes, invitarlos a reconocer instrumentos musicales, intérpretes, momentos históricos significativos de la época, etc.

OBJETIVO: Percepción y Atención: despertar y desarrollar la agudeza auditiva. Reaprender a escuchar sonidos. Sonidos diversos. Aprender a construir referentes auditivos. Entrenarse en detectar interferencias. Estimular la memoria a partir de los estímulos auditivos

5° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

PAR O IMPAR

Plegando y cortando una hoja se pide que formen 6 bollitos de papel. Luego se enfrentan en parejas y de a uno preguntan cuántos tienen en una mano. Si aciertan al par o impar el que pierde entrega un bollito. Si pierde debe entregar la persona que falló en el intento, un bollito. Van cambiando de parejas y continúan jugando. El tiempo es variable de acuerdo al objetivo planificado.

Luego se socializa la cantidad de bollito que cada uno logró coleccionar

OBJETIVO: ejercitarse para observar detalles y hacer un esfuerzo de precisión y de coordinación viso motora

BÚSQUEDA EN UN TEXTO: “LA RENOVACION DEL AGUILA”

- Se entrega un texto escrito y se lee.
- Se enuncian, de a una, distintas consignas de búsqueda
- El texto se divide en párrafos de manera de aplicar a cada uno de ellos una consigna distinta.
- Antes del comienzo de las actividades de atención con el párrafo se puede utilizar el mismo para promover comentarios, reflexión, conversación.
- También pueden darse las consignas en forma escrita, a continuación del párrafo.

OBJETIVO: concentrarse en una tarea a fin de desarrollar la capacidad de atención, para facilitar la retención y evitar interferencias en la memorización

SOPA DE LETRAS

OBJETIVO: Fluidez Verbal: practicar y desarrollar el léxico, ejercitar la agilidad mental a partir de datos verbales

6° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACTIVIDAD DE CALDEMIENTO, CONSTRUCCION DE TRAMA GRUPAL

“sobre nombre, 3 comidas que me gusten y 3 que no”

IMAGINACION

Imaginar historias o relatos a partir de láminas o cuadros, se puede sumar temas musicales

OBJETIVOS: despertar y desarrollar la imaginación a partir de la evocación de percepciones sensoriales, para luego imaginar historias

Sinónimos –antónimos

OBJETIVOS: fluidez verbal, vocabulario activo, significación verbal, capacidad de comprensión y reconocer las ideas expresadas

7° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACCIONES:

1. Tienen que observar los dos dibujos y marcar las diferencias
2. Primero vemos , observamos en un cuadro y luego en el otro
3. Recuerden que el dibujo de arriba se repite abajo y lo que tienen que descubrir son las diferencias
4. Las diferencias surgen si prestamos atención
5. Traten de ir observando por sectores: arriba, abajo, derecha e izquierda , e ir comparando con el cuadro contrario, y así encontrar las diferencias
(Cuando realizamos la corrección, vamos siguiendo un trayecto)

OBJETIVOS: atención

ACCIONES:

Esta revista la van a ir pasando al compañero de la derecha, y cuando digo STOP a quien le toco abre la revista y lee en vos alta la palabra que primero encuentre, con la letra que termine tenemos que pensar palabras

OBJETIVOS: creatividad, relación conceptual y recuerdo biográfico

ACCIONES:

Entregar un listado de palabras y pensar 5 palabras que se relacionen con cada palabra

ACCIONES: Pin pon matemático

OBJETIVO:

- Favorecer la capacidad de concentración.
- Mantener el concepto de número.
- Ejercitar habilidades de conteo.
- Ejercitar habilidades de cálculo simple

$$\begin{aligned}2 \times 2 &= 4 \\4 \times 4 &= 16 \\5 \times 5 &= 25 \\6 \times 4 &= 24 \\4 \times 6 &= 24 \\7 \times 2 &= 14\end{aligned}$$

8° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACCIONES: Lectura y reflexión del cuento de “La danza de las horas”

CONTEO DE LETRAS

Noche: 5

Invierno: 8
Trastabillar: 11
Ordenarlas: 10
Aprenderme:10
Norteamérica: 12
Y sumamos:

Noche + invierno: 13

Trastabillar +ordenarlas:21

Aprenderme+Norteamerica:22

**Que hicimos? , fuimos sumando pares de palabras y nos quedaron tres números:
13+21+22: 56, que si los sumamos nos va a dar como resultado ¿?**

1. Ordenar alfabéticamente una lista de palabras (estrategias de búsqueda: Primero ir poniendo en los casilleros la letra, y luego ir dándoles un orden, numerarlas)
2. Sopa de letras

OBJETIVO: En las sopas de letras trabajamos la lateralidad

Estrategia: se pueden ir haciendo las combinaciones con diferentes colores, se puede dividir la hoja en cuadrantes para hacer la corrección

EJERCICIOS DE ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

9° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

OBJETIVOS: estimular la imaginación

ACCIONES: QUE ESTA PASANDO.....

Entregar láminas o fotos con distintas situaciones y que vayan diciendo que estaría pasando en esa escena. Se estimulará para que cada vez utilicen más la imaginación, haciéndoles preguntas para que ellos encuentren las respuestas sobre la imagen.

OBJETIVOS: ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

ACCIONES: TEXTOS DESORDENADOS

1. Rearmar un texto que tiene incorrectamente separadas las palabras entre sí, colocando barras en el lugar correcto de separación.
2. Lectura del texto ordenado.

10° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACCIONES:

1. c/u va a tomar una de estas hojas que les voy a ir entregando y la van a dejar boca abajo
2. dar vueltas las hojas y observar detenidamente las imágenes por 5 minutos
3. dar vuelta nuevamente las imágenes
4. Contestar las siguientes preguntas.
 1. Cuáles son los colores que más resaltan en la lámina?
 2. Qué otros colores recuerdan?
 3. Qué objetos recuerdan de la lámina?
 4. Dibujar un croquis ubicando los elementos en cada lugar, como si fuera un plano. Pueden dibujar los elementos o anotar los nombres. Lo importante no es la calidad del dibujo sino intentar recordar y ubicar los objetos.
 5. Escribir un pequeño relato o historia relacionada con la imagen de la lámina

OBJETIVO: MEMORIA VISUAL

Estrategias de trabajo

- a) Ser prolijos a la hora de registrar la información observada
- b) Leer atentamente la consigna para entender que es lo que se nos está pidiendo
- c) soltar las palabras para dar lugar a la creatividad, desafiar al cerebro ante lo nuevo

11° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACTIVIDAD: FUNCION GOGNITIVA

OBJETIVO: concentrarse en una tarea a fin de desarrollar la capacidad de atención, para facilitar la retención y evitar interferencias en la memorización

- Leer una pequeña historia: El “dulce aroma del café” de *R.P. Arturo Vargas*
- Reflexiones que se desprenden de la historia: los hijos, la experiencia, los aprendizajes, como cada uno transita las situaciones de cambio. que es una crisis, los cambios, etc.
- evocar palabras simples que quedaron en su memoria
- armar un listado común, para luego distinguir por categorías: alimentos, utensilios de cocina, emociones

ACCIONES: rellenar el texto con palabras faltantes. Sopa de letras

OBJETIVO: entrenar la atención sostenida- ejercitarse para observar detalles y hacer un esfuerzo de precisión y de coordinación viso gráfica. Fluidez verbal

CIERRE: QUÉ ES LA RESILIENCIA?

es una actitud vital positiva a pesar de las circunstancias difíciles y representa el lado positivo de la salud mental. Consiste también en saber aprender de la derrota y transformarla en oportunidad de desarrollo personal",

“Todo Proceso de cambio significa un surgir, un hacerse, un devenir y esto solo es imaginable en el tiempo” Carl Menger

12° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACCIONES: Lectura del artículo “Las distintas formas de envejecer” y reflexión de la misma

ACCIONES: sopa de letras

ACCIONES: SUBRAYAR LAS CIFRAS QUE ESTANDO CONTIGUAS Y DE DOS EN DOS SUMEN 9 Y CONTAR LOS GRUPOS ENCONTRADOS

OBJETIVOS: estimular la ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN, ejercitar la lateralidad

13° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

FUNCION GOGNITIVA: imaginación, fluidez verbal

ACCIONES: Lectura de texto La piedra en el estanque de Giani Rodari

- a) *Tomemos la palabra ROCA, y como al caer en nuestra mente arrastra, choca o se pone en contacto con otras. Pensemos*
- b) *Palabras que empiecen con R pero que no continúen con O*
- c) *Ahora, palabras que comiencen con RO*
- d) *Palabras que rimen con “OCA”*

e) *Pensemos en palabras que estén cercanas en el léxico, por afinidad de significado*

Todo esto que hemos hecho son asociaciones, y a partir de este movimiento se fueron moviendo campos en nuestra memoria

Ahora, tomemos palabras al azar, de las que estuvieron nombrando y pensemos una historia, entre todas, a ver que surge

Junto a cada letra de la palabra PIEDRA, escribir la primera palabra que se les ocurra

Y.... ahora, con la palabra R, construir un sinsentido en verso

Los ratones asturianos

Ya parecen marcianos.....

Repetir ambos ejercicios, pero ahora, el sin sentido los aplicamos a todas las letras y tratamos de concatenar en una historia

OBJETIVOS: *Imaginación:* despertar y desarrollar la imaginación a partir de la evocación de percepciones sensoriales, para luego imaginar historias

OBSERVACIONES : imaginación – fluidez verbal - atención-concentración

La imaginación es importante para facilitar la memorización, en tanto implica poder tener presente mentalmente una imagen que en ese momento está ausente

Poder organizar la información: clasificación

Como se les ocurre que ustedes pueden poner en práctica todas estas herramientas en nuestra vida cotidiana

Poder memorizar la información necesaria nos valemos de la imaginación, para poder evocarla, y si esa información la hemos trabajado esto posibilita que ingrese andamiada, lo cual permite una evocación más sencilla

“palabras y piedras lanzadas no retroceden”

14° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

TÉCNICAS PARA LA MEJORA DE LA MEMORIA: LA ASOCIACIÓN

EJERCICIOS NÚMEROS Y CONCEPTOS

Lectura de un texto (D. José, era el párroco de Chinchón)

CONTESTE A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS SOBRE EL TEXTO QUE ACABA DE LEER.

1.- ¿Cómo se llamaba el párroco?

2.-¿De qué localidad?:

3.-¿Cuántos años llevaba siendo párroco en ese lugar?

4.-¿Cómo se llamaba el niño que le atormentaba?

5.-¿Cuántos años tiene el niño?

6.-¿Cómo se llamaba el burro de la historia? _____

7.-¿Cuántos dientes perdió?

8.-¿Recuerda el teléfono de la policía que repetía el párroco de forma frecuente?

9.-¿Hace cuánto tiempo pasó lo del incendio del confesionario? _____

El juego de las «palabras maleta»

Breve descripción:

Las denominadas «palabras maleta» constituyen un procedimiento o recurso literario atribuido a Lewis Carroll, autor de *Alicia en el país de las maravillas*. Originariamente, consiste en formar una nueva palabra a partir de la suma de otras dos enteras o fragmentadas. El significado de estas nuevas palabras vendrá dado por la suma de los significados de las palabras originales. En este juego se trata de intentar extraer dos palabras con significado de cada una de las propuestas. Hay que tener en cuenta que: Las dos palabras pueden estar completas en la original:

•*aspaviento* = *aspa* + *viento*

•*alarma* = *ala* + *arma*

•*filamento* = *fila* + *lamento*

Habilidades ejercitadas:

—Atención.

—Lectura, léxico y vocabulario.

—Flexibilidad cognitiva.

Busque las dos palabras contenidas en cada una de las siguientes «palabras maleta»:

MONARCA..... + ANDALUZ..... +

AVELLANO..... + CAPITALISTA..... +

ESTOCADA + CHICARRON..... +

DIACONO + DIAMANTE..... +

GOLOSO..... + COLGAJO +

COLOCA..... + PLANTEA +

ALMACENAR..... +

15° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

Memotes de pares de letras con cartas

Objetivos: estimular la memoria semántica

— Memoria visual.

— Atención y concentración.

— Percepción visuoespacial

FLUIDEZ VERBAL

Palabras mezcladas

Se presentan 4 mezclas de palabras. Con cada mezcla puedes escribir el nombre de una ciudad. Por ejemplo: DARMDI (MADRID).

MORA: ROMA

ABDEPSTU: BUDAPEST

DARMDI (MADRID).

PSAIR: PARIS

Poner todas las letras gigantes y preguntar que palabras se pueden formar con esas letras.

Variante: decir una definición y que descubran la palabra entre las letras mostradas.

Variante: Lo mismo pero leerles una definición para ver si descubren la palabra

SEMEJANZAS Y DIFERENCIAS

- 4 ¿Qué es más grande: una furgoneta o un camión?
- 4 ¿Qué animal tiene más patas: una araña o un zorro?
- 4 ¿Qué es más frío: el mármol o la madera?
- 4 ¿Qué es más larga: una lombriz o una serpiente?
- 4 ¿Qué es más duro: un huevo o una nuez?
- 4 ¿Qué es más caro: un coche o una casa?
- 4 ¿Qué letra hay entre la r y la t?
- 4 ¿Qué estación del año es la más fría?
- 4 ¿Qué día de la semana hay entre el jueves y el sábado?
- 4 ¿Cuál es el mes del año anterior a marzo?
- 4 ¿Qué mes del año hay entre octubre y diciembre?
- 4 ¿Qué días de la semana hay entre el martes y el viernes?
- 4 ¿Qué estación del año hay antes del invierno?
- 4 ¿En qué estación del año se encuentra el mes de noviembre?

16° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACCIONES: Memoria con sentido

OBJETIVO: estimular la concentración y la atención, imaginación y fluidez verbal y función ejecutiva

- Ejercitar diferentes los tipos y procesos de la memoria.
- Ejercitar otras funciones a través del lenguaje: abstracción, razonamiento, juicio crítico y memoria semántica.
- Favorecer la capacidad de concentración.
- Ejercitar capacidad de planificación.
- Ejercitar capacidad de secuenciación
- Favorecer la reversibilidad y flexibilidad cognitiva.

- a) Se reparten entre los integrantes del grupo los tarjetones con las palabras y se da tiempo para que las lean, luego se les pide que pongan el tarjetón boca abajo
- b) Se les pide que escriban en la hoja las palabras que recuerden
- c) Socializar la lista
- d) Dar vuelta los tarjetones para verificar las palabras
- e) Se invita a los participantes a revisar las palabras de los tarjetones y se les propone buscar sentido entre esas palabras, si es posible poder formar una oración con las mismas
- f) Escribir las frases en grande y dejar en la cartelera
- g) A partir de esa frase, buscar entre todos un slogan que los represente

Frases

Cuanto más aprendo, más fácil resulta

La memoria necesita de ejercicio

Reflexión

Es más fácil recordar lo que tiene sentido para nosotros, tanto en hechos como en palabras, por eso se trata de encontrar lógica y sentido en este juego

Lo que más nos cuesta recordar es aquello a lo que, de alguna manera, no le encontramos significado. El significado puede ser puramente personal, emocional, etc.

ACCIONES: EL MAGO

OBJETIVOS: PERCEPCIÓN – MEMORIA SENSORIAL- MEMORIA VISUAL

Se colocan objetos sobre la mesa (la cantidad depende del nivel cognitivo del curso) Se tapa con un pañuelo y se intentan recordar cuales había

Se hacen variaciones sacando objetos y que descubran cuales faltan, manteniendo la posición inicial para que facilite la evocación

Por último se sacan objetos pero se los cambia de lugar, para dar un grado mayor de complejidad

ACCIONES: ORAL ESPONTANEO – DESCRIPCION DE IMAGENES

DIFERENTES EJERCICIOS DE MEMORIA VISUAL

Se entregan diferentes ejercicios con esquemas que se mantienen en el campo visual por unos minutos y luego hay que reproducirlos.

Se enseñan diferentes técnicas mnemotécnicas, para poder evocar con mayor facilidad. Se hacen notar referentes espaciales o diferentes formas de asociar los objetos para poder reproducirlos.

ACCIONES: SUBRAYADO - Tareas de resistencia a la interferencia – Función Ejecutiva

ACCIONES: Cuadro referencias – Gnosias - Nociones espaciales básicas

OBJETIVOS;

- Ejercitar la discriminación y percepción visual.
- Favorecer la organización visoespacial.

17° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

Actividad de Caldeamiento: Lenguaje

Esta actividad es como el tradicional **VEO-VEO**. Desde nuestro sitio comentaremos: “Desde aquí veo algo que empieza con la letra...”. La persona que está con nosotros deberá nombrar objetos visibles para él/ella que comiencen con la letra señalada, y los compañeros tendrán que adivinar de qué se trata

Objetivos - Estimular la expresión verbal. - Favorecer el reconocimiento de letras. - Asociar sonidos y letras. Descripción y metodología

Actividad: Cancelación: La actividad consiste en rodear con un círculo el estímulo que se propone, ya sea una imagen, una letra, un número o un símbolo. El elemento a buscar se repite en múltiples ocasiones y está entremezclado con otra información que debe ser ignorada (los distractores). PALO

Objetivo: estimular la atención y concentración, atención selectiva, atención sostenida y atención dividida.

Actividad: ejercicios de cálculo y razonamiento

Objetivo: razonamiento inductivo y calculo

1. Si son las 12hs. y usted está almorzando. Dentro de 12hs.

¿Que será: de día o de noche? NOCHE

2. ¿Cuántos días suman los años 1996 y 1997? $366 \text{ días (año bisiesto)} + 365 \text{ días} = 731 \text{ días}$. Cada cuanto Hay un año biciesto? Cada 4 años por aquello de que el año tiene en realidad 365,25 días aproximadamente, por lo tanto cada cuatro de 365 se necesitará para completar contar uno de 366. Un año es bisiesto si es divisible por 4

3. ¿Cuántos meses hay entre el 25 de Mayo y Navidad? 7 meses

4. El campeonato mundial de fútbol de 1990 en Italia, comenzó el 8/6 y terminó el 8/7

Cuántos meses duró? 1 mes

Cúantas semanas duró? 4 semanas

Cuántos días duró? 30 días

Compré un rollo de 36 fotos y saqué una docena. Cuantas puedo sacar todavía? 24 fotos

Actividad: Homónimos ¿CUÁL ES LA PALABRA QUE SIGNIFICA LAS DOS COSAS?

Objetivo: fluidez verbal

Capital de Perú / Sirve para limar **LIMA**

Persona muy hábil en algo / Carta con el número uno **AS**

Se pone en los pies / Es la mitad de algo **MEDIA**

Fruta de verano / Parte de la cara donde crece la barba **PERA**

Naipes / Correspondencia **CARTA**

Moneda de Italia / Instrumento Musical **LIRA**

Lo que sale de un volcán / Del verbo lavar **LAVA**

ACTIVIDAD: Completar con verbo: Presentamos frases escritas en las que el verbo ha sido omitido. Debajo aparecen alternativas de respuesta para que la persona elija la forma verbal que mejor se inserte en la oración.

ACTIVIDAD: Completar las palabras relacionadas al tema tratado en el cuento “dar y ercibir”

OBJETIVOS: conjugación verbal, comprensión de oraciones escritas, amplitud de memoria verbal inmediata.

18° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

FUNCION GOGNITIVA: Estructuración Cognitiva (integración y organización cognitiva)

OBJETIVOS: identificar un todo a partir de uno o más elementos, fluidez verbal

ACCIONES:

Completar los proverbios

- Una golondrina no hace verano
- No por mucho madrugar se amaneca más temprano
- No todo lo que brilla es oro
- Quien mal anda, mal acaba
- Más vale pájaro en mano que cien volando
- Haz bien sin mirar a quien
- Al que madruga Dios lo ayuda

Luego presentarlos de la siguiente manera (consigna orla) para que los completen

- No por mucho-----se-----más temprano
- Quien -----anda, mal-----
- Una -----no hace verano
- No todo lo que-----es oro
- Más vale-----en mano que -----volando
- Haz bien sin ----- a quien
- Al que -----Dios lo-----

Completar la frase de los refranes, primero leerlos y luego repartir, cada uno tendrá que completar la parte del refrán que falte, ya sea con su compañero u oralmente

Pedir que expliquen algún refrán y que cuenten alguna anécdota de su vida que tenga relación con el mismo.

Solicitar que elijan el que más les guste y que expliquen el por qué.

Preguntarles cuáles son los que más utiliza en su vida cotidiana

A) Completar “dichos “ o expresiones populares

Primero leer todo el listado, dar unas palabras e invitarlos a que ellos completen la expresión. Evocar todo el listado. Por ultimo invitarlos a que ellos propongan diversos dichos

B) Cruzados: que palabras recuerdan de los dichos que estuvimos recitando, a ver, cuales podrían evocar-----

19° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

CRÓNICA ORAL Y ESCRITA; se relatará al comienzo de cada encuentro de taller, y el coordinador tratará de estimular a que todos los integrantes del grupo hagan su aporte en ella

ACCIONES: actividad de caldeamiento

Objetivos: memoria de trabajo, memoria semántica

FUGA DE VOCALES

“N_ h_y n_d_ r_p_rt_d_ d_ m_d_ m_s _q__t_t_v_ _n _l m_n_d_ q__ l_ r_z_n:t_d_ _l m_nd_ _st_ c_nv_nc_d_ d_ t_n_r s_f_c__nt_”Rene Descartes

ACCIONES: Juego tabu

OBJETIVO: fluidez verbal, memoria de trabajo, atención y concentración , memoria semántica

Pin Pon de cálculo

Diga un número mayor que el 80

Diga un número menor que el 15

Diga un número entre el 35 y el 45

Diga un número entre el 50 y el 60

Diga un número entre el 47 y el 67

¿Cuántos números hay entre el 1 y el 8?

¿Cuántos números hay entre el 3 y el 6?

¿Cuántos números hay entre el 7 y el 10?

PROCESAMIENTO NUMÉRICO/GNOSIAS

Material: una baraja de cartas (baraja española).

Instrucciones: lea las siguientes órdenes con voz clara, asegurándose de que la persona está atenta a sus indicaciones. Proporcione todas las cartas barajadas Separe las cartas por palos; es decir, las copas, los bastos, los oros y las espadas

Pídale que separe:

El tres de bastos

El cinco de oros

El siete de espadas

El nueve de copas

Proporcione las cartas pertenecientes a los bastos

Ordene estas cartas de mayor a menor numeración

Proporcione las cartas pertenecientes a los oros

Ordene estas cartas de menor a mayor numeración

Proporcione las cartas pertenecientes a las espadas

Deme las cartas que tengan un número par

Proporcione las cartas pertenecientes a las copas

Deme las cartas que tengan un número impar

Pin Pon de adivinanzas

20° encuentro

Iniciamos la actividad abordando nociones temporales, para lo cual se revisan las efemérides de la semana, con el objetivo de fomentar la orientación temporal

❖ EJERCICIOS DE CIERRE DEL TALLER

1) Punteo de cosas realizadas en el Taller

Realizar un punteo de las actividades realizadas durante el taller. Es conveniente ir escribiéndolas en el pizarrón para que queden forma tangible lo realizado.

Una vez enumeradas las actividades ayudarlos a que las agrupen por funciones ejecutivas o hablar sobre lo que se estimulo con cada actividad.

2) Entrega de encuesta

Realizar una encuesta escrita de satisfacción sobre diferentes ítems. (Que te gusto, que no te gusto, sobre qué temas te gustaría trabajar en próximos talleres. Etc. Etc.)

3) Técnica del ovillo

Técnica que puede utilizarse en varios momentos grupales. Consiste en ir pasando o (tirándose con cuidado) un ovillo de lana, o hilo fuerte, o totora mientras que cada participante va respondiendo a la consigna. Antes de pasársela a otro sostiene en su mando la lana. En este caso, responden :que cosas se lleva del grupo, como la paso, como se sintió, o cualquier otra consigna que el coordinador indique..

Al terminar queda trazada una trama con la lana, que permite observar claramente el entramado grupal creado durante el año.