

Atención, concentración y memoria

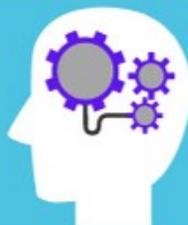
Procesos cognitivos del aprendizaje



Cuando te focalizás en algún estímulo o información estás dirigiendo tu **atención**.



Si sos capaz de mantener la atención durante algún periodo de tiempo, lo que estás trabajando es la **concentración**.



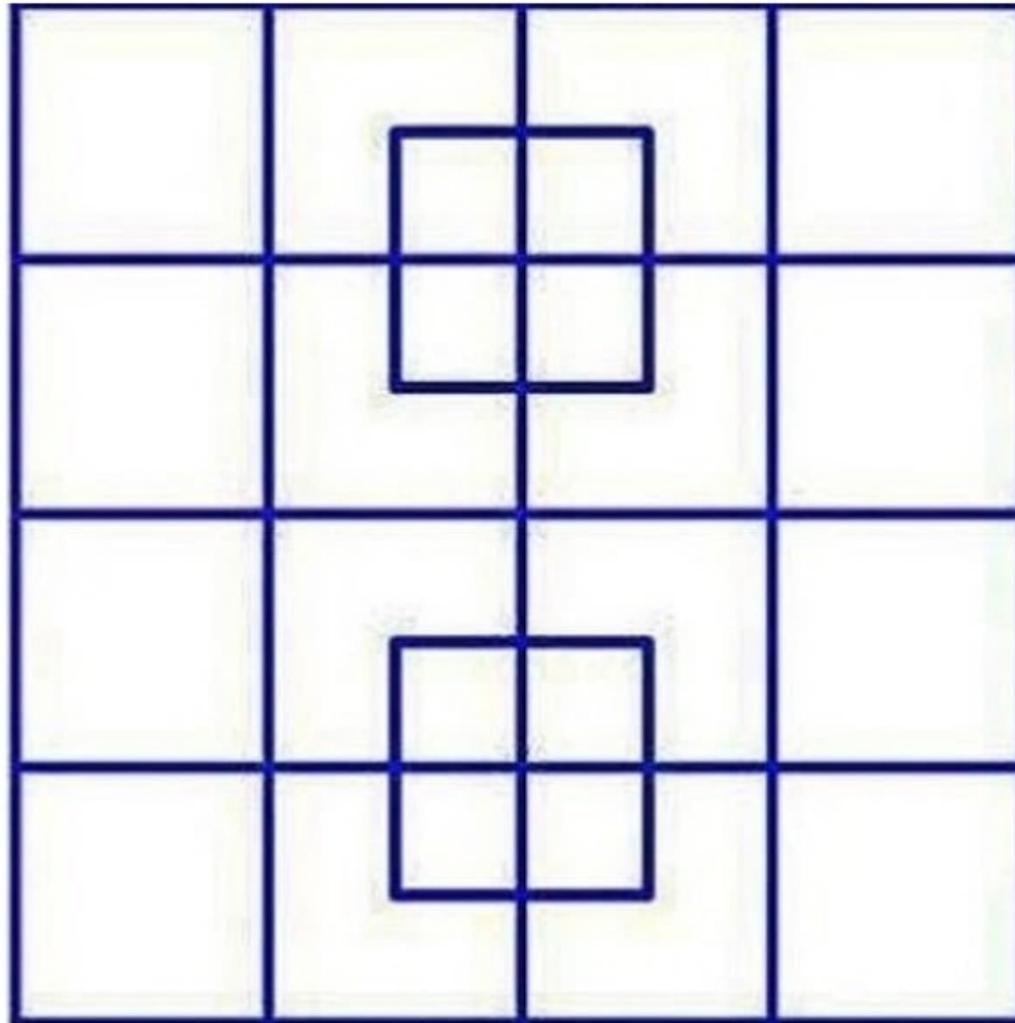
La **memoria** codifica la información atendida que considera relevante, para almacenarla en tu mente en forma de recuerdos y conocimientos.

A través de ejercicios como los siguientes, podés desarrollar tus capacidades de atención, concentración y memoria:

Encontrá
estos objetos
en la imagen:



¿Cuántos cuadrados hay en la figura?



Observá la siguiente imagen durante unos segundos



Intentá recordar:

- Los elementos de una fila en orden
- La mayor cantidad de elementos

Si querés asesoría acerca de este tema, podés comunicarte con el CASE que te corresponde.