

EJERCICIOS DE ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

Para lograr el aprendizaje es necesario que desarrolles distintas habilidades que te permitan mejorar tu aprendizaje.

Las *habilidades* a desarrollar son:

- Atención
- Observación
- Concentración
- Memoria
- Comprensión
- Razonamiento
- Habilidad de escuchar
- Analizar
- Pensamiento Lógico
- Intuir
- Imaginar
- Meditar
-

ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN

La distracción es uno de los problemas más frecuentes para los estudiantes. La distracción puede ser:

PSICOLÓGICAS:

- Presiones
- Tensiones
- Problemas
- Emociones

¿Qué hacer ante las distracciones psicológicas?

Analizar sistemáticamente por qué existe ésta y buscar posibles soluciones. Cuando el problema es serio y muy delicado sería aconsejable busques ayuda profesional.

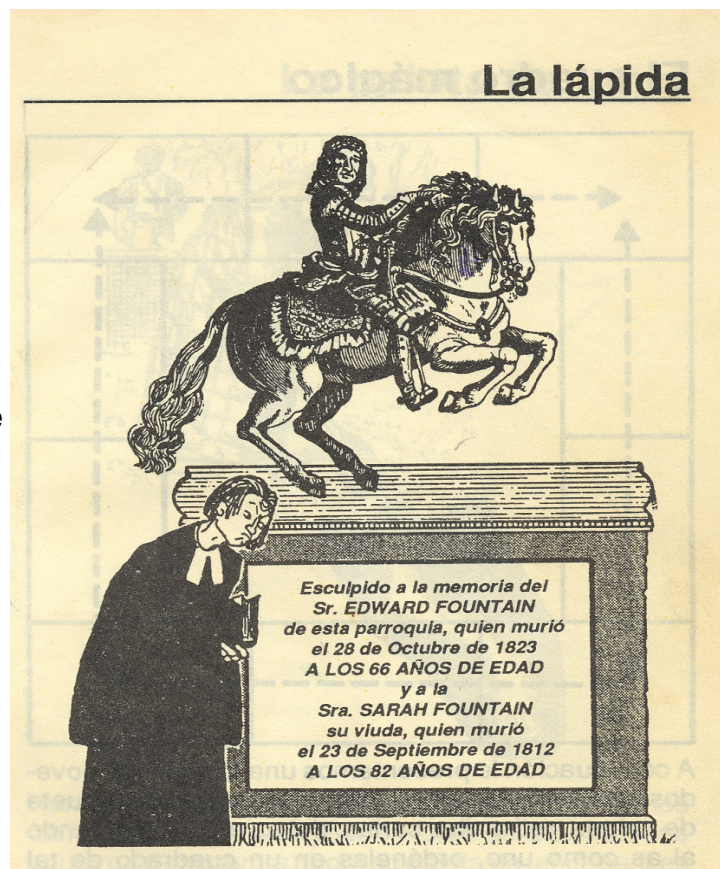
FÍSICAS:

- Distracciones auditivas: radio, TV., conversaciones y ruido.
- Distracciones visuales: retratos, trofeos, revistas, cuadros, posters, Internet.
- Desorganización: no tener el material necesario para trabajar ni un lugar apropiado para el estudio.

La lápida

El Reverendo I.N. Spire leyó esta inscripción en la tumba que se muestra arriba mientras iba camino a vísperas. Algo de la inscripción lo molestó y, después de algunos minutos de reflexión, descubrió un error.

¿Puede usted descubrir cuál fue?



LA REPOSTERÍA



Este es un acertijo muy especial. Olaf acaba de sacar del horno una hogaza caliente de su famoso "Pan Trenzado de Ajonjolí". Conforme llegan los clientes, les pregunta: "Si tomo mi cuchillo y hago un corte recto en cualquier parte de la hogaza, ¿Cuál es la cantidad máxima de trozos en que puedo dividirla?"

¿Puede usted solucionar este delicioso problema?

EL HUEVO



Albert, el príncipe de los mayordomos, recibió los honores del Club de los Acertijos la otra noche. El les presentó el siguiente problema gastronómico:

"¿Si tuvieran sólo dos relojes de arena, uno de cinco minutos y otro de tres, cómo tomarían el tiempo para hervir un huevo dos minutos?" Albert recibió una gran ovación por este acertijo.

¿Puede usted resolverlo antes de que se acabe la arena?

PARA CONOCER LAS RESPUESTAS A ESTOS ACERTIJOS

¡ACUDE A TU PROFESOR!