

MEJORAR MI ATENCION

Nuestra atención puede mejorar si la entrenamos, como cualquier comportamiento. La atención es importante para que nuestra memoria funcione bien y para organizarnos mejor. Nos permite aprender y madurar.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA:

- Entrenar nuestra atención mantenida y selectiva.
- Entrenar nuestra memoria de trabajo.
- Mejorar nuestra organización y planificación.
- Anticipar las consecuencias.

TAMAÑO DEL GRUPO:

10 PACIENTES.

DURACIÓN:

15 HORAS, SESIONES DE UNA HORA Y MEDIA A LA SEMANA, 10 SEMANAS.

EDADES:

DE 6 A 9 AÑOS, DE 9 A 12 Y GRUPO DE ADOLESCENTES.

TEMAS

- Mi atención es importante.
- Ejercicios que mejoran mi atención.
- Atención y memoria trabajan juntas.
- Cuando me motivo atiendo mejor.
- Aprender a organizarme y planificar
- Anticipar las consecuencias y pensar antes de hacer.
- Entrenar la atención a diario.

TIPO DE ACTIVIDADES:

- Juegos de ingenio
- Videojuegos
- Videos
- Retos
- Dinámicas grupales.

PRECIO: 200€

HORARIO: TARDE

CONTACTO: hsmadrid.sminfantojuvenil@sjd.es