

CURSOS+ TALLERES

SEGUNDO SEMESTRE

ACTIVA-MENTE

Se sugiere desde los 50 años
Valor curso: $ 140.000
Tarjeta Vecino Las Condes:
$ 126.000
Inicio: 5 o 7 de agosto
12 sesiones
Martes, 15:30 a 17:00 horas o jueves, 11:00 a 12:30 horas

PROFESORA: TRINIDAD SILES

Licenciada en Castellano, PUC. Diplomado de Didáctica de la enseñanza de la lengua y la literatura, UAH. Gerontología Social, UC.

DESCRIPCIÓN

La actividad está centrada en una ejercitación de la capacidad de atención, concentración y memoria de las personas, a nivel expresivo y comprensivo. Se trata de estimular a través de juegos y recursos la utilización correcta del lenguaje.

Este espacio surge como necesidad de proponer dinámicas lúdicas para que los adultos activen su capacidad cognitiva, haciendo uso de estrategias que aumenten también su potencial de memoria.

Evidentemente, después de los 60 años, existen factores que alteran el normal funcionamiento cerebral, más aún cuando hay ansiedad, medicamentos, distracción, etc.

Por lo mismo, es fundamental trabajar en forma práctica la codificación, almacenamiento y recuperación de conceptos y significados y, qué mejor manera de hacerlo a través de juegos.

CONTENIDOS

Sesión I

- Ejercicios con lenguaje, comprensión y expresión.
- Memoria visual de imágenes.
- Reconocimiento de personajes célebres.
- Interpretación de gráficos.
- Reconozcamos el significado de palabras.

Sesión II:

- Ejercicios de analogía.
- Ejercicios de razonamiento.
- Ejercicios con el diccionario.
- Descubriendo pinturas famosas.
- Comprensión lectora de noticias cortas.

Sesión III:

- Respuestas rápidas y bien pensadas.
- Reorganización de frases.
- Retención de lectura de objetos.
- Juego con refranes.

Sesión IV:

- Respuestas a preguntas valóricas.
- Dinámica: "Qué podría ocurrir si...¿Qué haría en caso de...?".
- Retención de memoria sobre vida de personajes históricos con preguntas.
- Reconocimiento de personajes históricos.
- Asociación de palabras.

Sesión V:

- Expresiones y términos coloquiales.
- Dinámicas con números.
- Comprensión lectora.
- Criptogramas desafiantes.

Sesión VI:

- Memorización gráfica de capitales europeas.
- Ejercicios de significados con alternativas.
- Ubiquémonos en el mapa del mundo.
- Ejercicios de memoria visual.

Sesión VII:

- Respuestas a preguntas ingeniosas.
- Ejercicios con sonidos de animales.
- Descubriendo pintores impresionistas.
- Dinámica en torno a especialidades médicas.
- Ejercicios de memoria auditiva.

Sesión VIII:

- Prácticas para reducir el estrés.
- Ordenar frases de forma lógica.
- Rostros mundialmente conocidos.
- Cálculos para agilizar la mente.

Sesión IX:

- Registro diario de pensamientos.
- Ejercicios basados en el parentesco.
- Razonamiento lógico.
- Reconocimiento de figuras públicas.
- Preguntas con ingenio.

Sesión X:

- Interpretemos palabras o conceptos a través de imágenes.
- Curiosidades del idioma español.
- Ejercicio de comprensión lectora.
- Reconocimiento de hitos históricos.

Sesión XI:

- Ubicación espacial de acuerdo a instrucciones.
- Reconocimiento de personajes animados en la historia.
- Búsqueda de diferencias.
- Crucigramas.
- Memoria literaria y preguntas anecdóticas.
- Retención de imágenes.

Sesión XII:

- Ejercicios con capitales europeas.
- Adivinanzas.
- Retención de memoria mediante un relato.
- Jugando con el diccionario.