



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "ROSA ZÁRATE"

Creada El 17 de Noviembre de 1907
Dirección: Loja Oe9-32 y Chimborazo Telf.2282-883
Quito-Ecuador
AÑO LECTIVO 2020 – 2021.



Semana del 17 al 21 de de mayo
MATERIA: LENGUA & LITERATURA

"Desarrollar la memoria"

ACTIVIDAD 1

TÉCNICAS DE MEMORIZACIÓN

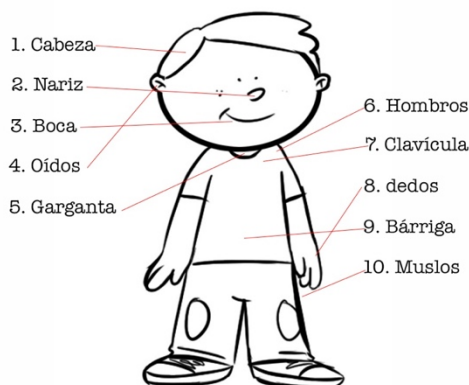
La memoria es una herramienta esencial que nos permite adquirir nueva información y, además, está muy unida a la lectura. Que bueno sería poder guardar en la memoria las cosas que aprendemos pero nuestra memoria es un poco frágil y olvida rápido.

A continuación veremos una técnica para memorizar que te será útil en tu vida académica o laboral.

Esta es una lista de recomendaciones para mejorar el cerebro :

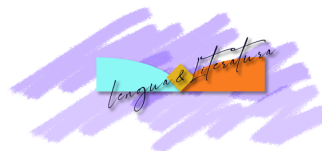
1. Alimentos para el cerebro (frutas)
2. Eliminar las penas
3. Ejercicio Físico
4. Nutrientes para el cerebro
5. Grupos positivo de personas
6. Ambiente limpio
7. Dormir
8. Protección cerebral
9. Nuevos aprendizajes
10. Manejo del stress

Ahora vamos a memorizar esa lista de palabras por esto tome la frase 1 es decir Alimentos para el cerebro y toque su cabeza luego con la frase 2 Eliminar las penas y toque su nariz y así sucesivamente con las demás palabras. De esta forma tiene 10 palabras que serán fáciles de recordar cuando usted asocie cada palabra con una parte de su cuerpo como en el dibujo.



TAREA 1

Repase esta lista usando esta técnica y cuando esté listo grabe un video de usted diciendo la lista de las cosas buenas para el cerebro.



ACTIVIDAD 2

Esta es otra técnica de memorización

Mire la siguiente lista e intente repetir esa lista en el mismo orden.

1. HIDRANTE
2. GLOBO
3. BATERIA
4. BARRIL
5. BOMBO
6. DIAMANTE
7. ARMADURA
8. MASCARA
9. PASTA DENTAL
10. LETRERO

AHORA: quizás no pudo recitar la lista a la primera y el ejercicio siguiente le va a ayudar a hacerlo. Consiste en unir esas palabras en un cuento, no importa que sea ilógico , entre más raro sea el cuento más fácil será la lista.

Ejemplo: había un **hidrante** rojo y grande en una esquina y un grupo de **globos** que flotaban estaban elevandolo al aire...

TAREA 2

Siga escribiendo el cuento con las otras palabras de la lista, se dará cuenta de que al relatar la historia que usted mismo creó, le resulta más fácil recordar la lista de palabras.

1. Tome una foto del cuento que escribió y la envía, repase el cuento.
2. Grabe un video recitando la lista de palabras.