



Aidynè C - 487

Centro de Asistencia, Docencia e
Investigación Psiconeurocognitiva

Cuadernillo de Ejercicios Cognitivos

Auspicia:

ACV *vida*
FUNDACIÓN





Aidynè C - 487

Centro de Asistencia, Docencia e
Investigación Psiconeurocognitiva

Auspicia:

ACV *vida*
FUNDACIÓN



Instrucciones

- En cada ejercicio se encuentra una ficha para apuntar la fecha y realización del ejercicio, como también el horario en que lo realiza.
- Para realizar los ejercicios sugerimos utilizar lápiz negro o de colores, puede utilizar goma si la necesita.
- Realice las actividades cuando esté relajado, el exceso de estrés no es buen amigo de nuestro cerebro. No se frustre ante el primer fracaso, suspenda la actividad y retómela más adelante, pero no abandone.
- Si es necesario puede realizar los ejercicios en compañía pues algunos de ellos pueden requerir de ayuda para ser comprendidos, ya que existen diferentes grados de dificultad.
- Puede ver los estímulos en pantalla e imprimir solo las páginas de resolución o bien imprimir la versión en blanco y negro
-
- Se aconseja combinar los ejercicios de este cuaderno con otras actividades cognitivas: dedicarle un tiempo a la lectura, pero también jugar a las cartas, completar crucigramas, hacer cálculos... y sobre todo disfrutar !!

Auspicia:



Centro de Asistencia, Docencia e Investigación Psiconeurocognitiva

Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

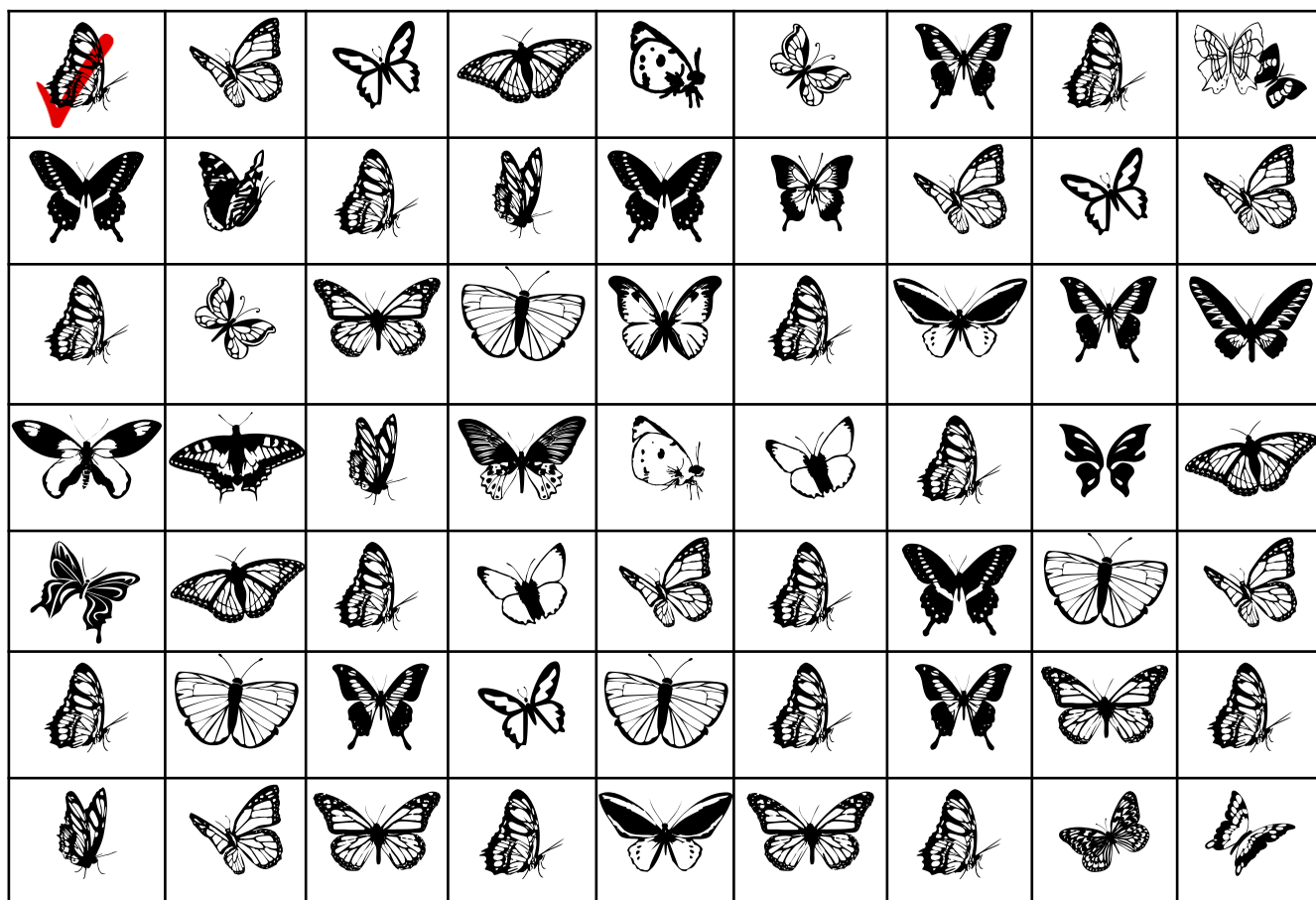
Atención focalizada: Capacidad que tiene nuestro cerebro para centrar nuestro foco atencional en un estímulo objetivo.



- Cancele todos los árboles iguales al modelo



Ejemplo:





Auspicia:



Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

Memoria de Trabajo: Se refiere al almacenamiento temporal y a la manipulación de la información necesaria para tareas cognitivas complejas



- Ordene las letras formando palabras con ellas

U - P - O - L - S	
O - S - A - L - F	
B - R - B - A - A	
I - T - O - R - G	
I - D - O - C - S	
A - C - M - A - L	
L - E - P - C - I - N	
M - O - R - A - I - N - A	



Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

Percepción Espacial: Es la capacidad de evaluar cómo se ordenan las cosas en el espacio, e investigar sus relaciones en el entorno.

- Mire con atención y memorice el orden en que se encuentran esas figuras...



A continuación lea el texto de la
página siguiente



Auspicia:



Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

• Ordene los números de mayor a menor:

50	11	37	27	5
24	43	15	39	14
10	31	48	0	45
3	20	42	25	18

.....

.....

.....



Auspicia:

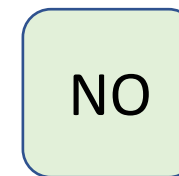
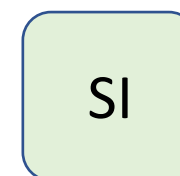
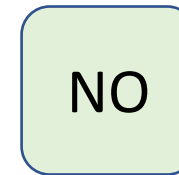
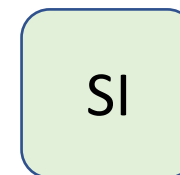
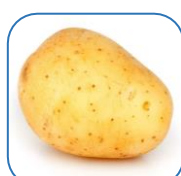
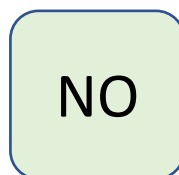
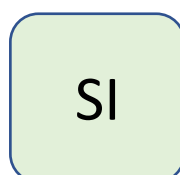
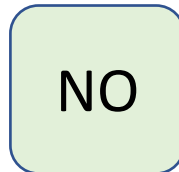
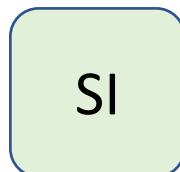


Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

Memoria no verbal

Es la habilidad de almacenar y recuperar la información no verbal por naturaleza.

- Marque **SI** cuando las figuras se encuentren en el mismo lugar y **NO** si cambiaron



A continuación lea el texto de la
página siguiente

Auspicia:

Aidynè C - 487

Centro de Asistencia, Docencia e Investigación Psiconeurocognitiva

Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

- Lea con atención las siguientes estrofas del poema **"Soneto 22"** de Pablo Neruda

*Cuántas veces, amor, te amé sin verte y tal vez sin recuerdo,
sin reconocer tu mirada, sin mirarte, centaura,
en regiones contrarias, en un mediodía quemante:
eras sólo el aroma de los cereales que amo.
Tal vez te vi, te supuse al pasar levantando una copa
en Angola, a la luz de la luna de Junio,
o eras tú la cintura de aquella guitarra
que toqué en las tinieblas y sonó como el mar desmedido.
Te amé sin que yo lo supiera, y busqué tu memoria.
En las casas vacías entré con linterna a robar tu retrato.
Pero yo ya sabía cómo era. De pronto
mientras ibas conmigo te toqué y se detuvo mi vida:
frente a mis ojos estabas, reinándome, y reinas.
Como hoguera en los bosques el fuego es tu reino.*

Al finalizar pase a la próxima hoja

Auspicia:



Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

- Escriba el número mayor y menor en cada recuadro

3201 - 2574 - 8966 - 1022 - 3022 - 4678
7415 - 1004 - 1245 - 7899 - 2355 - 8345

Mayor:

Menor:

3655 - 3022 - 3024 - 3023 - 3099 - 3657
3244 - 3257 - 3036 - 3266 - 3005 - 3105

Mayor:

Menor:

8954 - 2544 - 3658 - 2417 - 7488 - 3648
6055 - 8449 - 2147 - 2058 - 8987 - 6146

Mayor:

Menor:



Auspicia:



Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

Reconocimiento

Es la capacidad de recuperar información memorizada en el pasado que nos permite reconocer gente, situaciones, lugares y cosas.



Marque con un cruz si lo que se menciona pertenece o no a la poesía que acaban de leer	SI	NO
<i>Cuántas veces, amor, te amé sin verte y tal vez sin recuerdo</i>		
<i>en regiones contrarias, en un atardecer quemante</i>		
<i>eras sólo el aroma de los centenos que amo</i>		
<i>te supuse al pasar levantando una copa</i>		
<i>en Argelia, a la luz de la luna de Julio</i>		
<i>En las casas vacías entré con linterna a robar tu cuadro</i>		
<i>Como hoguera en los bosques el fuego es tu reino</i>		
<i>El poema "Soneto 22" fue escrito por García Marquez</i>		



Auspicia:



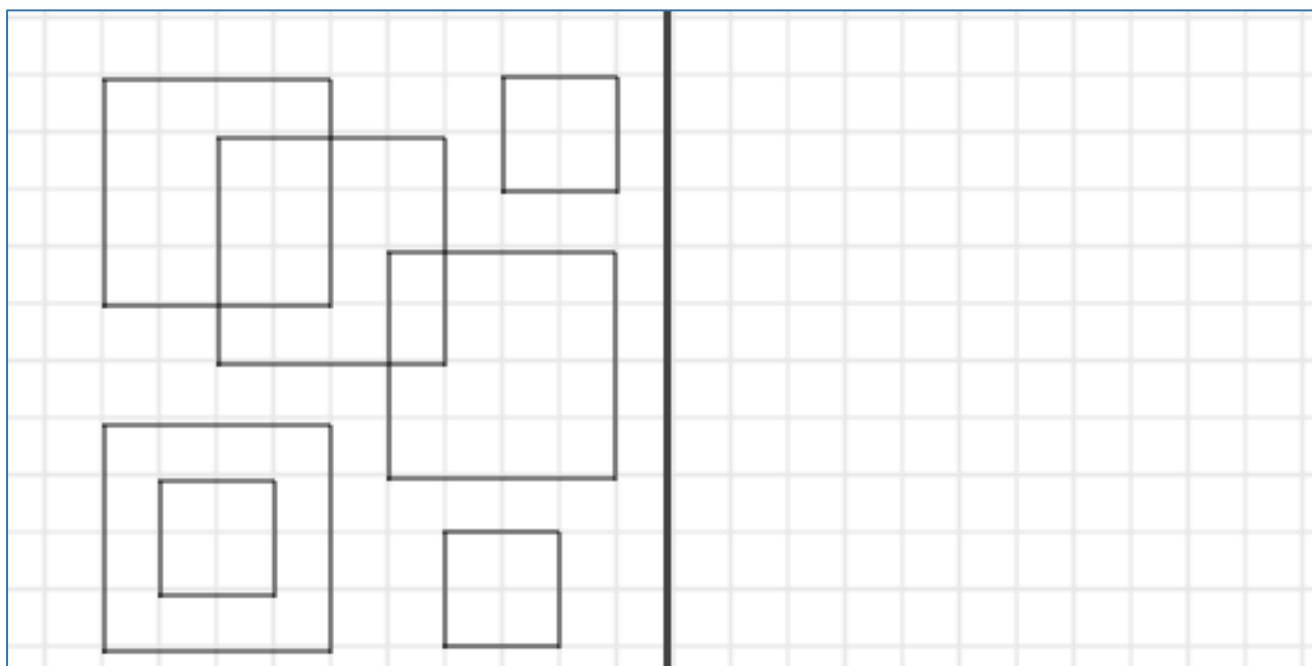
Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora

Coordinación Ojo-mano

Es el grado de coordinación de la mano y el ojo.



- Complete el mismo diseño en la otra mitad



- Al finalizar cuente cuantas figuras de cuatro lado hay en total:



Auspicia:

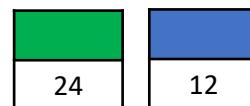
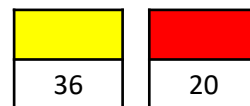
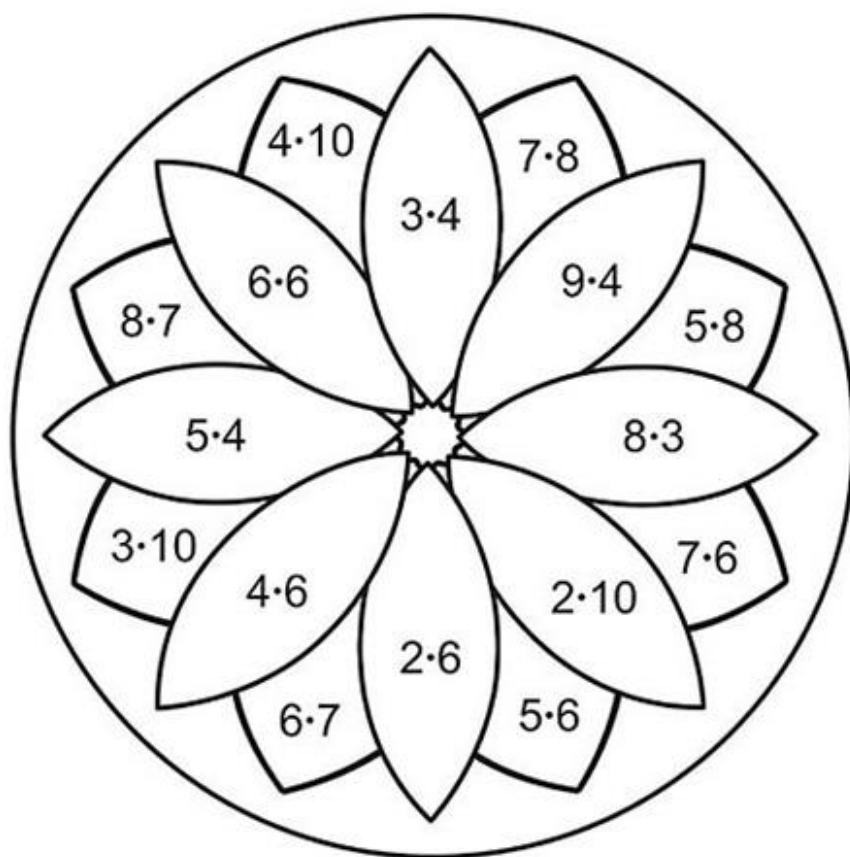


Día de semana	Número de día	Mes	Año	Hora



Pintura matemática...

Multiplique los números que se encuentran en cada pétalo y píntelos de acuerdo al color que coincida con el resultado. Abajo se encuentran las referencias. **Ejemplo:** $3 \times 4 = 12$ corresponde color azul





Aidynè C - 487

Centro de Asistencia, Docencia e Investigación Psiconeurocognitiva

Auspicia:



Soluciones:

Ejercicio **2** pulso – falso – barba – grito – disco – calma pincel - armonía

Ejercicio **4** 0-3-5-10-11-14-15-18-20-24-25-27-31-37-39-42-43-45-48-50

Ejercicio **3b**

SI
NO
NO
SI

Ejercicio **6**

Mayor:

Menor:

Mayor:

Menor:

Mayor:

Menor:

Ejercicio **7**

Ejercicio **5b**

si
no
no
si
no
no
si
no

Hasta el próximo cuadernillo...

Si le gustaron las actividades puede escribirnos a Info@aidyne.com.ar

O encontrarnos en www.aidyne.com.ar y www.acvvida.org