

CENTRO: CEIP SARRION

ETAPA/NIVEL: infantil y primaria

BIBLIOGRAFÍA*: *Ibarra, Luz Marí. (2007) "Aprender mejor con gimnasia cerebral". Garnik Ediciones, México*

WEBGRAFÍA **:

EJERCITAMOS LA MENTE. GIMNASIA CEREBRAL

FINALIDAD DE LA ACTIVIDAD: Mejorar las funciones cognitivas. Desplazar mayores capacidades visuales, auditivas y kinestéticas, aprendiendo técnicas que permiten desbloquear energías, activar neuronas, mejorar las funciones cognitivas y emocionales para ejercitar la plasticidad cerebral. Optimizar el aprendizaje. Ayudar a organizar ideas, a memorizar, a incrementar la creatividad, la concentración, para las habilidades de lectoescritura...

DESARROLLO EN EL AULA Y A NIVEL DE CENTRO

Todas las mañanas en empezaremos con uno de los ejercicios propuestos, los cuales iremos alternando cada dos semanas.

Dedicaremos unos 10 minutos aproximadamente cada día.

ETIQUETAS:

Educación para la salud.

MATERIALES NECESARIOS:

Se puede proyectar el ejercicio en el aula si se cree conveniente o realizarlo con los niños hasta que sean capaces de hacerlo sin ayuda.

OBSERVACIONES:

Trabajamos con un libro de la autora Luz María Ibarra con una gran batería de ejercicios de gimnasia cerebral que se pueden añadir a los que hay en este documento.

VARIANTES:

*Bibliografía Normas APA: Ejemplo: Salomon, G. (2001). *Cogniciones distribuidas. Consideraciones psicológicas y educativas*. Buenos Aires: Amorrortu.

**Webgrafía: Recuperado de <http://www.someaddress.com/full/url/>

ETIQUETAS. Indica en el apartado de Etiquetas de la ficha un máximo de tres contenidos con los que se puede relacionar la actividad para catalogarla en la página web:

Enseñar a ser persona	Enseñar a Convivir	Enseñar a Pensar
Autocontrol Vs. Impulsividad	<i>Habilidades de Comunicación</i>	Nivel Micro - Técnicas de Trabajo Intelectual
<i>Identidad personal–autoconcepto</i>	<i>Habilidades Sociales</i>	<i>(Planificación Personal, Lugar de estudio, Subrayado, Resumen, Mnemotecnia, Recursos TIC para aprender a hacer Mapas Mentales, Mapas conceptuales, Infografías)</i>
<i>Educación para la salud</i>	<i>Empatía</i>	
<i>Educación Emocional</i>	<i>Inclusión e Interculturalidad</i>	
Tolerancia a la frustración	Cohesión grupal	
	Resolución de Conflictos	<i>Nivel Macro – Metacognición (Hábitos de la Mente, Rutinas de pensamiento, Destrezas de Pensamiento, Funciones Ejecutivas...)</i>
	<i>Aspectos Organizativos (normas de aula, derechos, deberes, asamblea, delegados, rol del profesor...)</i>	
Esfuerzo personal		
Actividades para celebrar fechas especiales		
	Prevención y detección del acoso escolar	
	Paz y no violencia	
	<i>Coeducación</i>	<i>Toma de Decisiones</i>
	<i>Respeto al medio ambiente</i>	<i>Programas de Filosofía para Niños</i>