Escuela Normal de Educación Preescolar

Tutoría grupal

2° semestre

**Memoria y reflexión**

Nombre: Rocío Lucio Belmares

Sección: 1 ¨B¨

Fecha: 14 de abril de 2021

**Ejercicio no. 4. Determina tu estilo de memoria**

Instrucción: ¿Cuál es tu estilo dominante de memoria? ¿Te es más fácil recordar sonidos, imágenes o la forma en que se sienten las cosas? Lee las afirmaciones que se incluyen abajo y encierra en un círculo la alternativa que describa mejor tus hábitos.

Para ayudarme a recordar lo que se dijo en clase, yo…

V. Leo los apuntes que tomé durante la clase.

A. Cierro los ojos y trato de escuchar lo que dijo el profesor.

C. Intento colocarme de nuevo en el salón de clases y sentir lo que estaba sucediendo en ese momento.

Para recordar un procedimiento complejo, yo…

V. Escribo los pasos que debo seguir.

A. Escucho las instrucciones varias veces y con atención.

C. Lo vuelvo a hacer una y otra vez.

Para aprender oraciones en un idioma extranjero, lo hago mejor cuando yo…

V. Las leo en el papel para ver cómo están escritas.

A. Las escucho en mi cabeza hasta que puedo decirlas en voz alta.

C. Veo a alguien que las está pronunciando y luego practico moviendo mi boca y mis manos de la misma manera en que lo hizo esa persona.

Si tengo que aprender un movimiento de baile, me gusta…

V. Ver un diagrama de los pasos antes de intentarlo.

A. Tener a alguien que me corrija mientras lo intento.

C. Verlo una vez y luego intentarlo.

Cuando recuerdo un momento feliz, tiendo a…

V. Visualizar en mi cabeza.

A. Escuchar los sonidos que oí cuando lo experimenté.

C. Sentir con mis manos y con mi cuerpo lo que sentí en ese momento.

Cuando tengo que recordar las instrucciones para llegar en automóvil a un lugar, generalmente yo…

V. Visualizo un mapa del camino en mi mente.

A. Me repito las instrucciones en voz alta a mí mismo.

C. Siento mis manos sobre el volante y el automóvil avanzando en el camino correcto.

Resultado: (Si eliges sobre todo las respuestas marcadas con la letra V, tu principal estilo de memoria es visual; prefieres recordar las cosas en términos de la manera en que aparecen.)

Llego a la conclusión ya que conteste la mayoría con el inciso v pertenezco al estilo de memoria es visual.

1. **¿Cómo consideras que tu estilo de memoria afecta la manera en que recuerdas la información académica?**

No considero que la afecte ya que me hace volver a revisar tal vez las notas escritas y me parece que es una ventaja.

1. **¿Cómo afecta la manera en que aprendes las cosas en un principio?**

Creo que mientras más relevante sea el contenido más fácil es recordarlo. Si el contenido no tiene sentido para mí, me es más difícil recordarlo.

1. **¿Cómo podrías aprovechar mejor tus estilos menos preferidos?**

Tal vez las puedo aprovechar intentando enfocar un poco más mi atención en lo auditivo, e ir progresivamente acoplándome a lo auditivo.

TTLL