**Escuela Normal de Educación Preescolar**

**Tutoría grupal**

2° semestre

**Memoria y reflexión**

**Nombre:** Andrea Abigail Guerrero Vigil

**Sección:** B

**Fecha:** 14/Abril/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: \_\_Visual\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

Cuando no observo al menos una de las diapositivas pierdo toda la idea del trabajo que hare.

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

No creo que mucho seria que solo a la vez soy algo kinestetica y si dejo de observar por estar en movimiento pierdo el control de todo lo que estoy haciendo

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

Por ejemplo escuchar música o a alguien platicar para relajarme o kinestetico para relajar mis músculos después de muchas horas de trabajo.

TTLL