



Carroggio Rubí, Maite

## Ejercicios de motricidad y memoria para personas mayores (Color)

En las personas mayores, la práctica de un programa de ejercicio físico combinado con un trabajo de memoria ayuda a prevenir y mejorar déficits en los aspectos cognitivos. En este libro se presentan 111 ejercicios de estimulación de la memoria para trabajar en el aula y 155 ejercicios corporales de estimulación de la memoria en movimiento. Los ejercicios se agrupan según la estrategia utilizada (asociaciones, secuenciaci3nes, actividades sensoriales, repeticiones, representaciones, combinaciones, atenci3n y observaci3n, lenguaje, relajaciones, visualizaciones, percepci3n espacial y temporal) y el tipo de memoria implicada (sensorial, a corto plazo y a largo plazo).

Pilar Pont es doctora en Ciencias de la Actividad Física y especialista en tercera edad; es autora de Tercera edad. Actividad física y salud y coautora de Mantenerse en forma de mayor y Movimiento creativo con personas mayores. Maite Carroggio es especialista en tercera edad y coautora de Mantenerse en forma de mayor.

Todos estos libros han sido publicados por Paidotribo.



Argitaletxea	Paidotribo
Bilduma	Tercera Edad
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	374
Neurria	210x275x mm.
Pisua	1270
Hizkuntza	Español
Gaia	<Pendiente de asignaci3n>
EAN	9788480199148
PVP	57,90 €
PVP,BEZik gabe	55,67 €



9788480199148