








## ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR LA MEMORIA



	<b>ONLINE</b>		
	<b>Duración:</b> 25 H	<b>Horas presenciales:</b> 0 H	<b>Horas online:</b> 25 H
	<b>Familia:</b> PROMOCIÓN DE LA SALUD <b>Área:</b> NO PRL		
	<b>Dirigido a:</b> - Trabajadores, personas desempleadas, autónomos, personal de dirección, etc. que deseen adquirir, mejorar o afianzar los conocimientos teórico-prácticos relacionados con su puesto de trabajo o su pasada, presente o futura trayectoria laboral, con una formación académica acorde con las exigencias requeridas para realizar la acción formativa con aprovechamiento.		
	<b>Objetivos:</b> Al finalizar el curso podrás sacarle mayor partido a tu memoria para poder tener facilidades a la hora de realizar tu trabajo, estudiar y desenvolverse en tu vida cotidiana por medio de estrategias para desarrollar cada componente de tu memoria y evitar olvidos.		
	<b>Metodología:</b> Metodología basada en la realización de la formación a través de una plataforma de teleformación o e-learning, permitiendo al alumn@ interactuar con el tutor/a, a través de tutorías personalizadas y otras herramientas como chat, foros, etc., desde un desarrollo planificado y sistematizado de la acción formativa, permitiendo al alumno realizar la formación desde cualquier lugar y a en todas las franjas horarias, evitando así desplazamientos pudiendo conciliar vida familiar y laboral. El contenido se basa en paquetes SCORM, vídeos, actividades, exámenes, etc.		
	<b>Contenidos:</b> 1. INTRODUCCIÓN A LA MEMORIA Y SUS COMPONENTES 2. LA MEMORIA INMEDIATA 3. LA MEMORIA RECIENTE 4. LA MEMORIA DE TRABAJO 5. LA MEMORIA EPISÓDICA 6. LA MEMORIA A LARGO PLAZO 7. LA CONCENTRACIÓN		