

INDICE

Introducción	9
1. Formas de Atención. Rechazamos toda forma de atención. Atención conjunta. Atención sostenida. Atención dividida. Atención enfocada o selectiva. Atención auditiva; visual. Ficha práctica 1.	11
2. Atención y Rendimiento Rapidez en responder y desarrollo cognitivo. Atención en la percepción: Fijación ocular; exploración visual: la lectura y el tiempo de comprender. La atención en la memoria: nivel de memorización. El “palmo”. ¿Cuánto cuesta compartir? Mi memoria oscila entre ambos. El bucle fonológico. Un bloc anota en la memoria. Modelo de la memoria de trabajo. La atención y el aprendizaje, procesos controlados y automáticos. Gracias a la costumbre, reparo a la costumbre reparo de formas menos rápida en lo esencial. Ficha práctica	23
3. Recursos Atencionales y Resultados ¿Rápido, atento o inteligencia? Miro, luego estoy atento. Memorizo, luego estoy atento. Aprendo luego estoy atento. Ficha práctica 3	49
4. Mecanismos del Ritmo Ritmos biológicos: quién va piano, va también presto y allegretto. Un metrónomo sin tempo. ¡Mantened el ritmo! Ritmos psicológicos. Sueño vigila y aprendizaje. ¿Se puede aprender durmiendo? Atención: ¿Mañana o tarde? La atención cambia a lo largo del día. ¿Cuáles son los ritmos para el aprendizaje? ¿Se explican los ritmos? Nivel de alerta o de activación. Teoría multioscilaria. Tratamiento automático y tratamientos controlados. Diferencias de variaciones para un máximo de eficiencia. Ficha práctico 4	63
5. Diferencia de Atención y Diferencia de Entorno. Variaciones en torno a un tema. Con los compañeros varío más. Dime el resultado y no erraré más. Ficha práctica 5	87
6. Diferencias de Atención y Diferencias de Estilo ¿Madrugador o trasnochador? ¿Introvertido o extravertido? ¿Dependiente o independiente? Ficha práctica 6	93
7. Diferencias de Atención entre los Niños Trastornos de la atención. ¿Todos los niños no atentos o inquietos son DADH? ¿Déficit de aprendizaje o de atención en los alumnos DADH? Ficha práctica 7	101
8. Diferentes Atenciones para un Mismo Déficit Atención selectiva. Dificultades para orientarse y centrar la atención. Dificultades escolares y dificultades de atención. Atención ejercicios. Ficha práctica 8	111
9. La Atención en Clase. Aprendizaje y variaciones de la atención. ¿Se puede “reeducar” las atención? La atención selectiva en la jungla. Atención dividida: estar en las nubes. Variaciones diarias de atención. Variaciones semanales de la atención. Ficha práctica 9	121
Conclusión: Aplicaciones Pedagógicas Semana de veinticuatro horas y mantenimiento de la atención. Veinticuatro horas, pero sin pausas. La ilusión de la evocación: evocar	131

no rima co eficacia. Inteligencia analítica y global. La gestión mental no es método eficaz, la diversidad de inteligencias mejora a la atención, ¿Hay que tomar precauciones?: Preservemos el sueño; la atención varía: períodos que conviene elegir: el lunes resulta poco eficaz, niños diferentes: el día está bien, pero más corto estaría mejor	
Glosario para uso de los no iniciados	143
Bibliografía	145