

Pausas Activas o recreos cerebrales

Se definen como momentos de activación física y mental, mediante el uso de diversas Técnicas de corta duración, que se realiza para dinamizar las sesiones de aprendizaje.



Cambio de rutina

Factor sorpresa

Regula las emociones

BENEFICIOS DE LAS PAUSAS ACTIVAS EN LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE

Oxigenación cerebral

Gimnasia cerebral

Mejora la concentración