

# Per una mente sana e allenata

*Panoramica delle postazioni*



## Lavoro a postazioni

## Esercizi per l'allenamento mentale



### Descrizione

- > Puoi eseguire le attività delle diverse postazioni nell'ordine che preferisci.
- > Riporta i risultati e le informazioni apprese nella panoramica delle postazioni qui di seguito.

N.	Tema	Contenuti importanti
1	Attenzione e concentrazione	
Ecco cosa ho imparato:		
Ecco cosa vorrei tenere ben presente:		

N.	Tema	Contenuti importanti
2	Percezione	
Ecco cosa ho imparato:		
Ecco cosa vorrei tenere ben presente:		

# Per una mente sana e allenata

*Panoramica delle postazioni*



<b>N.</b>	<b>Tema</b>	<b>Contenuti importanti</b>
<b>3</b>	<b>Memoria</b>	
Ecco cosa ho imparato:		
Ecco cosa vorrei tenere ben presente:		

<b>N.</b>	<b>Tema</b>	<b>Contenuti importanti</b>
<b>4</b>	<b>Pensiero logico</b>	
Ecco cosa ho imparato:		
Ecco cosa vorrei tenere ben presente:		

<b>N.</b>	<b>Tema</b>	<b>Contenuti importanti</b>
<b>5</b>	<b>Coordinazione e tempi di reazione</b>	
Ecco cosa ho imparato:		
Ecco cosa vorrei tenere ben presente:		