

Librería  
**Bonilla y Asociados**  
desde 1950



**Título:**

**Autor:**

**Precio:** \$180.00

**Editorial:**

**Año:** 2005

**Tema:**

**Edición:** 1ª

**Sinopsis**

**ISBN:** 9788495973405

El proceso de aprendizaje para tocar un instrumento, practicar un deporte o cualquier otra actividad es para muchos un ejercicio frustrante. mientras constatan que otros progresan casi sin esfuerzo, ellos pasan de un determinado punto, y con el tiempo acaban rindiéndose. Elementos del aprendizaje está dirigido a enseñar a aprender basándose en la atención y en el control de la acción para saber practicar con inteligencia, lo que es un arte en sí mismo. Aprender no se basa ni en la práctica en sí ni en formulaciones mecánicas, sino en cómo se piensa y en la comprensión correcta de lo que se está realizando. a ello está dirigida la presente obra, en la que Theodore Dimon, experto en técnica Alexander, describe los principios que pueden ayudar tanto a niños como a adultos a sobreponerse a las dificultades de hábitos, a veces incluso dañinos, en el aprendizaje, y a conseguir abordar la práctica de una actividad, más que con la persistencia, con la conciencia y el control mental.