Centro de Prevención del **Deterioro Cognitivo**

Cuaderno de ejercicios de estimulación cognitiva

madrid salud

9

DIFICULTAD **ALTA**

Centro de Prevención del **Deterioro Cognitivo**

Cuaderno de ejercicios de estimulación cognitiva

9

DIFICULTAD **ALTA**

madrid salud

Autores:

CENTRO DE PREVENCIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO:

García Mulero, E.; García Marín, A.; Prada Crespo, D.; Reinoso García, A. I.; de Andrés Montes, M.E.; Gómez Sánchez-Garnica, J. M.; Lozano Ibáñez, M.; Aragón Cancela, M.C.; Martín Medina, Eva; Sánchez Ferrer, C.; Moreno Sánchez, F.; Montejo Carrasco, P.; Montenegro Peña, M.

Apoyo Administrativo:
Sánchez Díaz, C.F.; Sánchez Mangudo, C.; Escandell Alsina, M.A.; Ampuero Ampuero, M.M.

Subdirección General de Prevención y Promoción de la Salud.
Centro de Prevención del Deterioro Cognitivo.
Organismo Autónomo Madrid Salud. Ayuntamiento de Madrid.

Depósito Legal: M-29376-2020

INTRODUCCIÓN

Siguiendo con nuestro objetivo de prevenir el deterioro cognitivo, hemos elaborado **este cuaderno de estimulación cognitiva,** que se une a los que ya hemos realizado.

Este cuaderno contiene numerosas actividades para que pueda estimular y mejorar diferentes funciones cognitivas (atención, visualización, memoria, asociación, percepción, cálculo, lenguaje,...), pues todas ellas pueden deteriorarse con la edad.

El nivel de dificultad de este cuaderno es alta.

Para que la estimulación sea efectiva es necesario que realice los ejercicios de este cuaderno con regularidad, que vaya creando un hábito de trabajo, a ser posible diario. Debe hacer estos ejercicios con tranquilidad, sin apresurarse, algunos necesitan reflexión y la solución puede que no la encuentre inmediatamente. Cuando deba dibujar algo, conviene que lo haga a lápiz teniendo la goma al lado para borrar y corregir.

Con atención, esfuerzo y ejercicio sus funciones cognitivas mejorarán.

En la elaboración de este cuaderno han participado un grupo de profesionales del Centro de Prevencion del Deterioro Cognitivo, perteneciente a la Subdirección de Prevención y Promoción de la Salud del Organismo Autónomo de Madrid Salud (Ayuntamiento de Madrid).

madrid salud

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba lo que hizo ayer. Piense qué día de la semana fue y qué suele hacer ese día.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Una pregunta de geografía. Debe unir con una línea el nombre de cada ciudad con la comunidad autónoma a la que pertenece, como en el ejemplo.

Alcobendas	Andalucía
Gijón	País Vasco
Bilbao	Comunidad Valenciana
Denia	Cataluña
Tarragona	Baleares
Almería	Madrid
Ibiza	Asturias
Orense	La Rioja
Toledo	Castilla-León
Soria	Castilla-La Mancha
Logroño	Galicia

3. Fluidez verbal. Continúe la lista de palabras encadenadas. Cada palabra tiene que comenzar con la última sílaba de la palabra anterior, mire el ejemplo.

Solapa ▶ Pato ▶ Tomate .....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Resuelva los siguientes problemas.

Para hacer un regalo a su abuelo, que cuesta 160 euros, una de las nietas aporta 79 euros y otra, 60 euros, ¿cuánto dinero les falta?

SOLUCIÓN .....

Cuando abren por la mañana en la tienda hay 460 camisas, 250 chaquetas, 345 pantalones y 180 faldas. Si al finalizar el día han vendido 310 productos, ¿cuántas prendas quedan en la tienda?

SOLUCIÓN .....

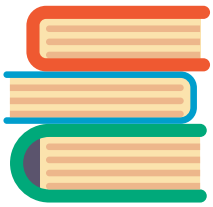
Josefa está leyendo un libro que tiene 96 páginas, 12 de ellas son fotografías, si ya ha leído 35 páginas, ¿cuántas páginas le faltan por leer para terminar el libro?

SOLUCIÓN .....

En una sala de conferencias para la primera charla hay 240 personas, de estas salen 58 y entran 97 para la segunda charla y, para la tercera, entran 49 y salen 32, ¿cuántos asistentes hay en la tercera charla?

SOLUCIÓN .....

5. Ordene las siguientes palabras para formar un refrán con sentido, escríbalo en la línea.



quién dime eres con diré andas y quién te

.....

vale ciento más en que volando pájaro mano

.....

todos consejos jóvenes y necesitamos viejos

.....

habas en lados se todos cuecen

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa su **fiesta de cumpleaños** más especial (qué edad cumplía, con quién estuvo, qué es lo que hizo, dónde se celebró).

.....

.....

.....

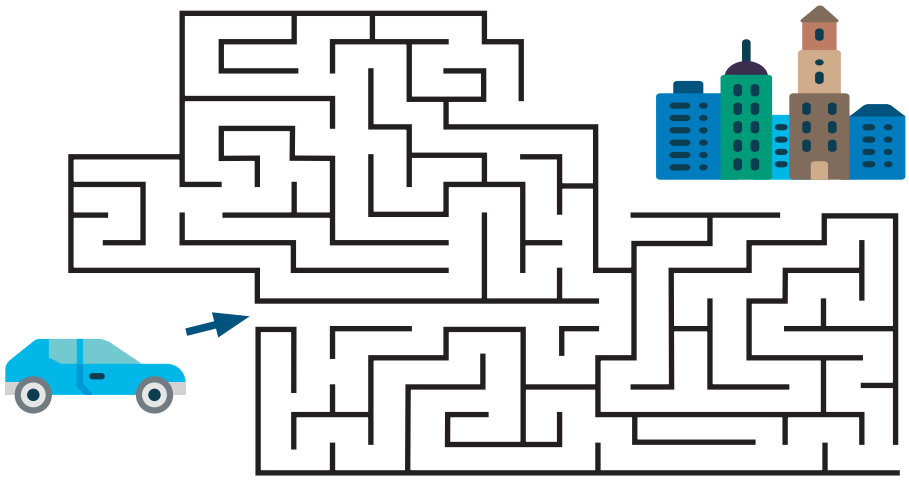
.....

2. Anagrama de **animales**.

Encuentre los animales escondidos en las siguientes palabras:

- roto .....
- tepanra.....
- credo .....
- viogata .....
- orroz .....
- barca .....
- laligan.....
- godrinalon .....
- llebana.....
- sopa.....
- álagui .....
- fijara .....
- parleodo .....
- lacamar .....
- sonbite .....
- bocalla.....

3. Laberinto. Indique cómo llegará el coche hasta los edificios.



4. Describa lo que ve en la siguiente fotografía.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. Resuelva los siguientes problemas.

- Adquirimos 21 ovejas por un total de 1580,88 euros, si vendemos cada una a 88,25 euros. ¿Cuánto ganaremos en la venta?

SOLUCIÓN .....

- Dos bosques tienen en total 335.870 árboles. Si el primero tiene 89.051, ¿en cuántos árboles supera el segundo bosque al primero?

SOLUCIÓN .....

- Una caja tiene 32 canicas. ¿Cuántas docenas de cajas se llenarán con 5.760 canicas?

SOLUCIÓN .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Lea una **noticia positiva** del periódico o de una revista y escriba un resumen.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Tache o señale los 0 sólo si el número siguiente (el que tiene a su derecha) es **par**. Fíjese en el ejemplo.

En los recuadros de la derecha anote el número total de 0 tachados en la fila correspondiente.

Sume el número total de 0 tachados y escriba el resultado en el recuadro de TOTAL.

0	6	0	8	9	6	0	6	9	5	5	0	3	8	
0	3	6	2	5	4	6	1	6	3	0	2	6	3	
8	2	0	6	3	0	7	0	1	5	2	3	8	7	
2	0	3	0	6	0	1	0	6	0	4	7	0	3	
0	6	0	3	1	7	0	6	2	9	0	6	0	2	
6	6	0	4	7	0	6	7	4	0	1	2	0	8	
6	0	1	6	0	6	0	1	2	8	0	3	6	2	
2	0	3	0	6	0	2	0	9	5	5	0	4	8	
4	0	1	2	0	8	6	6	0	4	7	0	9	7	
0	6	7	4	0	1	0	6	3	0	7	0	1	5	
4	0	1	2	0	8	0	6	3	0	7	0	2	4	
0	6	3	0	7	0	1	6	7	4	0	8	0	6	
													TOTAL	

3. Al lado de cada palabra hay dos definiciones, **señale la definición correcta.**

Modesta	Que está enfadada	Humilde, poco lujosa, carente de vanidad
Ceniza	Polvo mineral de color gris claro que queda como residuo de una combustión completa	Recipiente pequeño y poco hondo en el que se echan los restos de cigarros que han sido fumados
Madurez	Cualidad de duro	Estado de un fruto que ha alcanzado un desarrollo completo
Arco	Pieza u objeto, generalmente de material rígido, en forma de circunferencia	Estructura de una construcción con forma curva que cubre un hueco entre dos columnas o pilares
Líder	Persona o cosa que ocupa el primer lugar en una clasificación o competición	Quien se dedica a la política, interviene o aspira a intervenir en el gobierno
Manto	Planta de poca altura o tamaño, especialmente de tronco ramificado y leños	Prenda de vestir larga y suelta, sin mangas, generalmente abierta por delante, y se lleva, a modo de capa, encima de otras prenda
Melena	Cabello suelto, en especial el que cae sobre los hombros sin recoger ni trenzar	Mechón de pelo trenzado o recogido
Pedal	Pieza que cuelga de la silla de montar y sirve para apoyar el pie	Pieza de una máquina que se acciona con el pie
Refrán	Frase de origen popular repetida tradicionalmente de forma invariable	Discurso de tema académico o religioso

4. Escriba una frase con cada una de las palabras anteriores.

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba un **hecho positivo** que le haya ocurrido recientemente.

.....

.....

.....

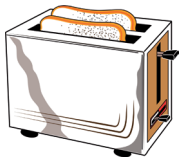
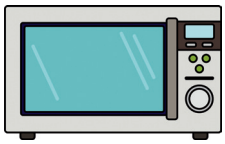
.....

.....

.....

.....

2. Al lado de cada objeto **indique qué es y para qué sirve** y escriba una frase relacionada.

	....
	....
	....
	....
	....
	....

3. De las siguientes palabras, señale las que **NO coinciden** con los objetos del ejercicio anterior, intente hacerlo sin volver a mirar los objetos

Automóvil	Cafetera	Lavadora
Microondas	Tetera	Secador
Cepillo	Batidora	Bandeja
Tostadora	Horno	Calculadora
Teléfono	Baúl	Transistor
Balón	Libro	Bicicleta

4. Resuelva los siguientes problemas.

- En una granja se recogen 40 huevos cada día. ¿Cuántos huevos hemos recogido en los 7 días de la semana si se han roto 60?

SOLUCIÓN .....

- Para mi cumpleaños, compro una tarta de 58 euros, 15 pasteles que valen 42 euros y una empanada. Si en total pago 135 euros. ¿Cuánto me ha costado la empanada?

SOLUCIÓN .....

- ¿Cuántos céntimos hay en 4 billetes de 500 euros?

SOLUCIÓN .....

- He llamado a la peluquería para pedir cita y me han dicho que vaya en 2 horas y media. Si la llamada la he hecho a las 10 de la mañana, ¿a qué hora tengo que ir?

Mi cita es a las .....

5. Continúe la siguiente secuencia.

A	**9**	**B**	**19**	**C**					
								J	**99**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba una anécdota de cuando iba a la escuela. Puede consultarlo con alguien.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Intente unir con una línea el **nombre del juego** con su descripción.

La Rayuela	Dos equipos, cada uno tira de un extremo de la soga.
Escondite inglés	Se empezaba con la goma a ras de los tobillos y se iba ascendiendo hasta el cuello, a medida que se superaban los diferentes niveles.
Corro de la patata	Normalmente de madera, se hacía bailar lanzándola al suelo y luego recogiéndola con la mano, sin que dejara de girar.
Peonza	Se seguía un circuito o se golpeaban unas con otras. Si ganabas, te las llevabas todas. Eran de colorines, de metal, con filigranas, etc.
Saltar a la goma	Con el pie, se iba deslizando un trozo de piedra por el dibujo pintado con tiza en el suelo, saltando a la pata coja.
Canicas	Alguien, quien se la liga, tiene que buscar al resto de participantes que se ha escondido.
Escondite	Cuando alguien se salvaba, se decía: “un, dos, tres al escondite inglés”, también se podía salvar a otro jugador: “por mí y por Ana”.
Juego de la soga	Agarrados de la mano, se cantaba una canción y en el estribillo todos se agachaban: “...achipé, achipé, sentadita me quedé”.

3. Completar el título de la novela. A los títulos de las siguientes novelas les falta un número. Búsquelo entre los números que hay a la derecha, vaya tachando el número que elija.

- Los ____ mosqueteros.
- La vuelta al mundo en ____ días.
- Alí Baba y los ____ ladrones.
- Blancanieves y los ____ enanitos.
- Las _____ y 1 noches.
- _____ leguas de viaje submarino.
- _____ años de soledad.
- _____ negritos.
- El cartero siempre llama ___ veces.

80
20.000
40
2
3
7
10
1.000
100

4. Coloree a su gusto el siguiente dibujo.

5. Escriba el nombre de 20 **localidades españolas** que tengan más de 5 letras. Por ejemplo, Gandía.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba los nombres y la edad de familiares y amistades más importantes para usted. Si no lo recuerda, consúltelo con alguien.

.....

.....

.....

.....

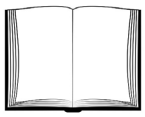
.....

2. Relacione cada dibujo con una de las actividades indicadas. Al lado de la actividad ponga el número del dibujo. Después, tendrá que recordar los dibujos.

1

2

3

4 

5

6

7

8

9

10

11

12

Concierto de música.....

Ir a la peluquería.....

Celebración.....

Coronación del rey.....

Escribir una novela.....

Moverse al son de la música.....

Comprar en una tienda de deporte.....

Descansar.....

Beber una infusión.....

Vestir elegante.....

Adoptar.....

Ir por el carril bici.....

3. Marque en el reloj la hora que se indica.

Una y cuarto

Dos en punto

Siete y diez

Cuatro menos cinco

Ocho y cinco

Cinco en punto

Nueve y cuarto

Diez menos veinte

Ocho y cinco

Cinco en punto

Nueve y cuarto

Diez menos veinte

4. Escriba qué dibujos recuerda de la página anterior (sin volver a mirarlos).

.....

.....

.....

5. Problemas. Mi hijo mayor tiene 15 años; la mediana, 10 y el pequeño, 5. ¿A qué edad tuve a cada hijo e hija si ahora tengo 50 años?

SOLUCIÓN .....

En el comedor de una escuela hay que fregar 530 cucharas, 520 cuchillos y 610 tenedores, si en las mesas ya hay puestos 55 tenedores, 55 cucharas y 55 cuchillos para el próximo día.

¿Cuántos cubiertos hay que limpiar hoy? .....

¿De cuántos cubiertos dispone en total el comedor? .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Recuerde y escriba una **anécdota de alguna Nochevieja:** qué, dónde y cuándo ocurrió, y qué personas había.

.....

.....

.....

.....

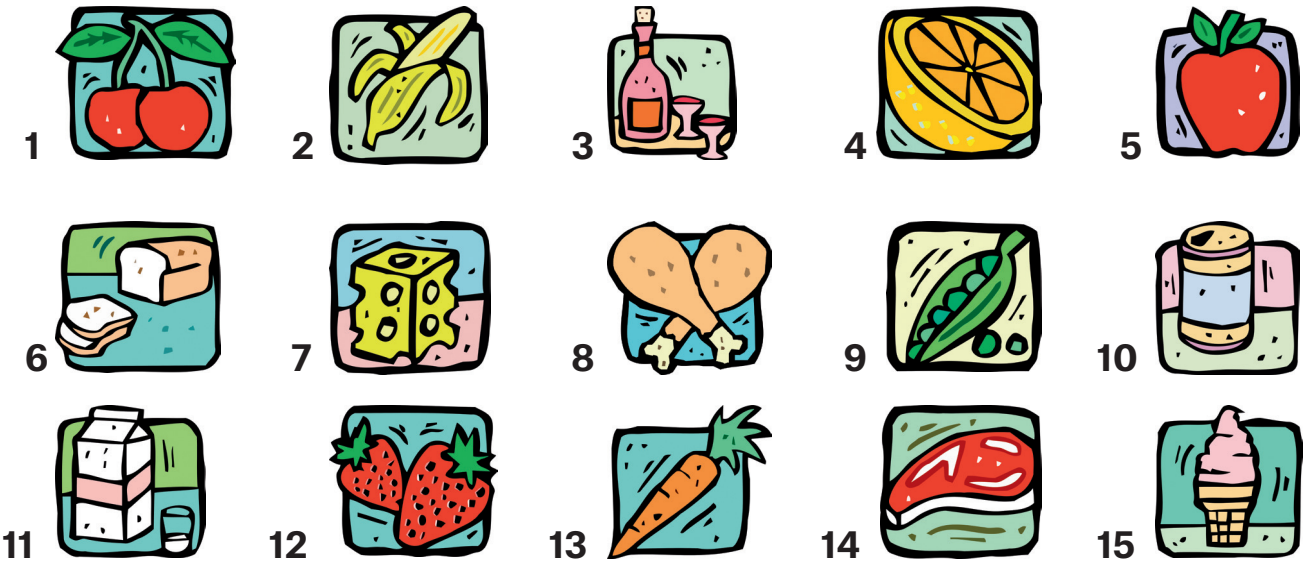
.....

.....

.....

.....

2. Alimentos y bebidas. Fíjese en los dibujos, cada uno tiene un número al lado.



- ¿Qué dibujos son frutas?.....
- ¿Cuántos dibujos representan carne? ..... Indique el número que hay al lado del dibujo
- ¿Cuántos dibujos representan bebidas?..... Escriba el tipo de bebidas que representan.....
- De los alimentos y bebidas representados, elija 4 que más le gusten (indique los números de los dibujos).....

3. Escriba 15 alimentos y bebidas diferentes a los presentados en el ejercicio anterior.

.....

.....

.....

.....

4. Lea el siguiente texto y escriba como desee el final de la historia.

La marinería estaba muy nerviosa, en pocas horas embarcarían en la carabela Santa Marta y corrían rumores de que el pirata Pata de Palo estaba muy cerca. Sobre este pirata, había muchas leyendas que demostraban lo cruel que era con la tripulación de las naves que atacaba.

Su único objetivo era apoderarse de las mercancías que los barcos llevaban en sus bodegas, preferentemente, las monedas de oro que los Reyes Católicos enviaban a las tierras descubiertas por Colón. Siempre llevaba en su hombro a su loro, al que llamaba Noveno, tal vez porque tenía un ojo tapado por un parche.

A PARTIR DE AQUÍ CONTINÚE USTED LA HISTORIA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. Conteste a las preguntas, puede encontrar varias respuestas, pero sólo 1 es la válida para poder leer, de arriba abajo, el nombre de una ciudad española.

I R A U S C V M T R U F A U M D A I
C M U M I E M A I M R A A M U

- ¿Qué letra aparece 7 veces? _____
- ¿Qué letra aparece 5 veces? _____
- ¿Qué letra aparece 3 veces? _____
- ¿Qué letra aparece 2 veces? _____
- ¿Qué letra aparece 4 veces? _____
- ¿Qué letra aparece 6 veces? _____ CIUDAD.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba un resumen de las cosas que hará mañana. Piense qué día de la semana será y qué suele hacer ese día.

.....

.....

.....

.....

2. Sopa de letras. Tema: vacaciones. Busque las siguientes palabras:

I	L	L	N	I	Ñ	S	A	A	V	A
O	V	S	L	B	Ñ	D	Y	M	A	V
C	E	A	N	A	A	A	B	I	A	U
A	R	M	U	A	L	Ñ	F	C	P	R
M	A	C	C	P	B	A	A	E	U	A
I	N	G	U	R	R	A	D	D	A	D
N	O	D	I	G	C	E	N	F	O	L
A	T	C	O	L	D	B	A	I	A	R
R	T	T	C	P	A	R	N	P	C	T
O	O	T	E	R	R	A	Z	A	A	O
F	S	O	L	C	A	L	O	R	V	P

PLAYA
MAR
TERRAZA
SOL
VERANO
CAMINAR
BAÑADOR
FOTOGRAFIA
CALOR
ABANICO

3. Escriba 5 frases, en cada una debe usar 2 palabras de la sopa de letras, sin repetirlas.

.....

.....

.....

.....

.....

4. En vez de sumar números vamos a **sumar letras.** Escriba el nombre del dibujo, cuente las letras que tiene el nombre y súmelas con las del dibujo de al lado, como en el ejemplo:

GATO (4 letras) + **MALETA (6 letras)** = **10 LETRAS**

+

+ =

+ + =

+ + =

+ + =

5. Escriba todas las palabras que recuerde de la sopa de letras de la página anterior, recuerde que el tema era las “vacaciones”.

.....

.....

.....

6. Lea con atención la siguiente frase.

Es importante mantener las actividades de la vida diaria mientras sea posible, ya que la mayoría de ellas implican realizar ejercicio cognitivo.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba un **recuerdo agradable de su infancia.**

.....

.....

.....

.....

.....

2. Observe atentamente estas figuras, después tendrá que recordarlas. Puede intentar relacionarlas, eso le ayudará a recordar, por ejemplo: balón y zapato deportivo.

3. ¡Hacer parejas! Unir con una línea las palabras que tengan el mismo significado.

Economizar	Helado
Gula	Vergel
Embriaguez	Sencillez
Galeno	Errante
Hurto	Meteorito
Gélido	Ahorrar
Fácil	Glotonería
Aerolito	Pillaje
Nómada	Medicina
Jardín	Borrachera

4. Rodee sin mirar con un círculo los dibujos que NO estaban en el grupo de imágenes de la página anterior.

5. Subraye las palabras que se pueden leer igual adelante que atrás (de izquierda a derecha y al revés).

ALELA SOLDADOS NADAN ATESTA NARRAN SOPAPOS
ARRE SANAS SOBAOS AVIVA ARENERA TOTO
SOTOS SOLDADLOS ROTOR ROER SOMETAMOS

6. Tache los números impares en las líneas impares y los números pares en las líneas pares.

1º	6	4	7	3	8	8	1	7	1	9	3	2	8	7	5	4	1	3	4	3	3	5	4	6	8	7	9	8
2º	4	6	5	4	3	2	1	5	4	6	5	4	5	9	7	8	7	8	5	4	6	5	1	3	1	4	3	7
3º	2	1	4	3	7	7	2	4	1	7	3	2	4	1	7	5	6	8	8	9	1	5	7	4	3	7	4	4
4º	5	6	7	8	4	7	9	4	8	7	3	4	2	3	7	1	4	3	7	1	4	6	7	5	4	7	6	8
5º	4	9	7	4	6	7	5	4	6	7	3	4	2	7	3	1	4	3	7	2	4	3	7	2	4	2	1	7
6º	3	4	2	3	3	7	4	4	2	3	7	1	4	3	7	5	4	6	7	9	4	8	7	9	4	8	5	7
7º	6	4	5	9	7	8	4	9	7	8	4	9	7	5	6	4	7	2	2	3	4	1	3	3	7	1	4	3
8º	7	5	4	6	9	4	8	1	9	4	5	2	1	7	2	6	4	5	9	7	5	1	3	3	7	5	1	9
9º	9	7	5	2	7	6	4	8	5	2	9	6	3	8	5	2	7	4	1	7	4	6	4	7	6	4	5	1
10º	9	7	8	1	6	7	2	1	6	7	5	2	1	7	7	6	5	8	1	7	9	1	5	4	2	3	8	5

- ¿Cuántos números impares ha tachado? .....
- ¿Cuántos números pares ha tachado? .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba una anécdota de algún viaje que ha realizado.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Lea el siguiente texto varias veces, poniendo atención en los nombres propios y en los datos numéricos, intente asociarlos con personas que conoce y con fechas o datos significativos para usted, después contestará a unas preguntas sobre lo que ha leído.

Juan se levantó a las 6 de la mañana. El calor no le había dejado dormir bien, cuando se acostó el termómetro marcaba 26 grados. Menos mal que en el trabajo había aire acondicionado. Al pensar en el trabajo, se alegró al recordar a Carmen, su nueva compañera desde hacía 5 meses, de la que se había enamorado desde el primer día.

Tuvo suerte, nada más llegar al andén de la estación de Avenida de América, el metro acababa de pararse. En el mismo vagón iba Charo, una compañera del trabajo, se pusieron a charlar animadamente del partido de fútbol de la noche anterior entre el Rayo Vallecano y el Sevilla. Juan vivía cerca del estadio del Rayo Vallecano.

Después hablaron de las vacaciones. A Charo le encantaba viajar, ya había visitado Berlín, Roma, Florencia, Venecia, Lisboa, Viena y Praga, entre otras muchas ciudades. Este año tenía programado un viaje por Francia e Inglaterra durante 15 días, iría sola pues acababa de romper con su novio. Juan pensaba ir a Benavente, el pueblo de su madre Cándida, pero no le apetecía mucho. Entonces Charo le preguntó que por qué no viajaba con ella. A Juan le pareció una magnífica idea, siempre había deseado conocer la Torre Eiffel y pasear en barco por el río Sena, además podría poner en práctica sus conocimientos de francés, idioma que llevaba estudiando tres años, además le atraía ver Inglaterra y especialmente Londres.

En una semana iniciarían el viaje.

3. Conteste a las siguientes preguntas sobre el texto de la página anterior, primero inténtelo sin volver a mirar el texto.

- ¿Qué nombres de personas aparecen? .....
.....
- ¿Qué nombres de poblaciones y países? .....
.....
.....
- ¿En qué estación del año se desarrolla la historia? .....
- ¿Cuánto tiempo lleva trabajando con él su nueva compañera? .....
- ¿A qué hora se levanta Juan? .....
- ¿Qué medio de transporte usa Juan para ir al trabajo? .....
- ¿Qué medio de transporte utilizarán en sus vacaciones? .....
- ¿Cuánto tiempo durará el viaje por el extranjero? .....
- ¿Sobre qué dos temas conversaron Juan y Charo? .....
.....
- ¿Qué idioma estudia Juan y desde cuándo? .....
- ¿Usted ha viajado fuera de España? ..... ¿A dónde? .....
.....
- ¿Qué países y ciudades extranjeros le gustaría visitar? .....
.....
- ¿En qué ciudad y país está la Torre Eiffel? .....
- Escriba el nombre de varios monumentos que no estén en la localidad en la que vive.
.....
.....

4. Problemas a resolver.

- Mercedes quiere saber cuántos euros tiene que pagar cada mes, durante un año, por una televisión que le costó 1.320 euros.

SOLUCIÓN .....

- Se transportan 12.384 pollos en cajas. Cada caja tiene capacidad para 96 pollos. ¿Cuántas cajas necesitamos para el transporte?

SOLUCIÓN .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba las actividades de ocio que ha practicado a lo largo de su vida o aquellas que le hubiese gustado o le gustaría realizar.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Describa la siguiente fotografía. Después, tendrá que responder a unas preguntas. Fíjese en los detalles y vaya diciéndolos en voz alta.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

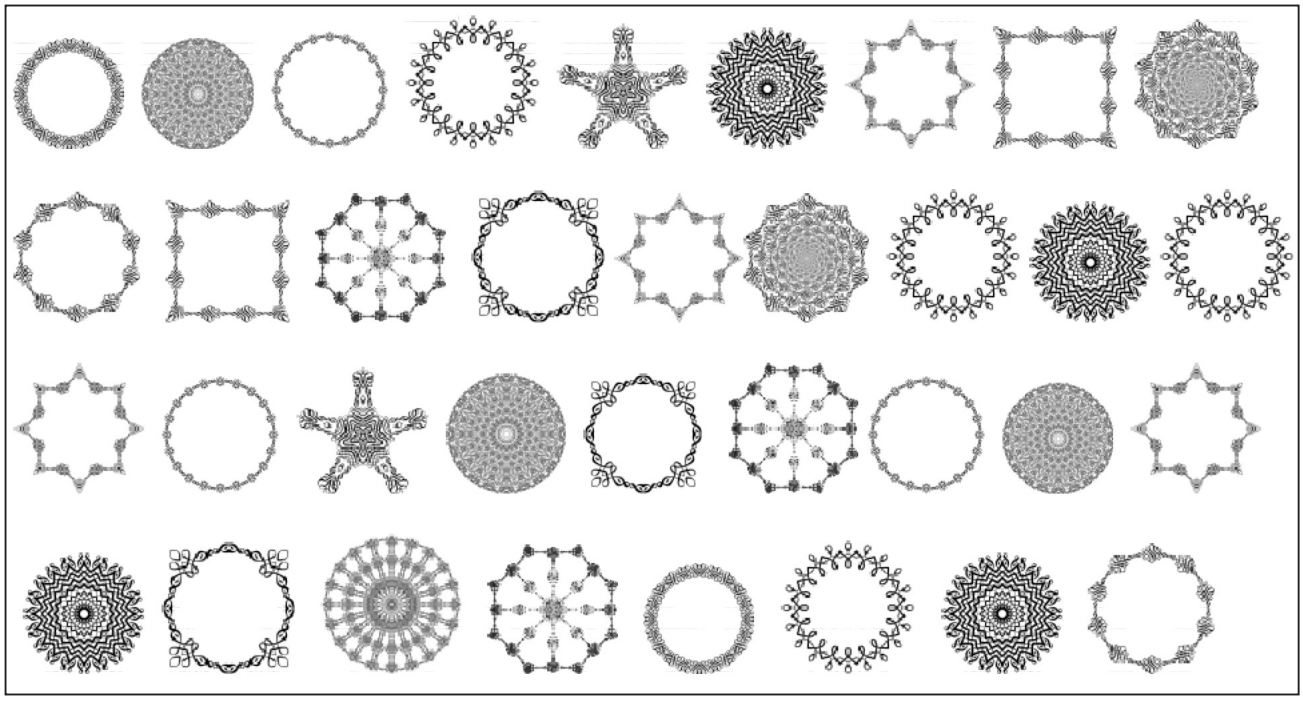
3. Conteste a las siguientes preguntas sobre la fotografía de la página anterior. Inténtelo sin volver a mirar la imagen.

- ¿Qué está haciendo la persona de la foto? .....
- ¿De qué color es su camisa? .....
- ¿Cómo lleva el pelo? .....
- ¿Dónde se encuentra? .....
- ¿Qué se ve al fondo de la imagen? .....

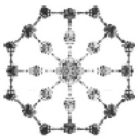
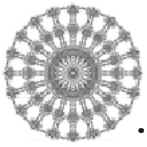
.....

- ¿De qué color es el caballete? .....
- ¿Cuántas personas hay en la foto? ..... ¿Hay animales? .....

4. Figuras ornamentales.



Indique, al lado de **cada figura,** cuántas veces aparece en el recuadro anterior.

.....		.....	.....
.....	.....	.....	 .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Lea y resuma una noticia positiva del periódico o de una revista.

.....

.....

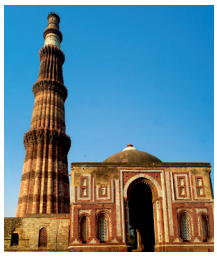
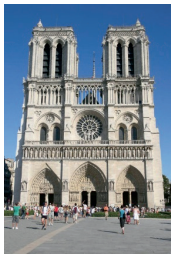
.....

.....

2. Fíjese en los detalles (forma, color, columnas, torres, etc.) de los siguientes edificios, después tendrá que recordarlos.

3. Copie el siguiente dibujo en el recuadro y **coloréelo.**

4. Señale los edificios que **SÍ** aparecían entre los 8 vistos anteriormente, intente hacerlo sin volver a mirarlos.

5. Tache las **'s'** que aparezcan en el texto. Indique cuántas ha encontrado.

Aix-en-Provence es otra ciudad de origen romano, sin embargo, es diferente.

Carece de grandes monumentos clásicos, acontecimientos o festivales que den a la ciudad renombre, pero tiene un ambiente muy vivo y agradable. Especialmente, es la ciudad de los bares y los restaurantes. Todo su centro está repleto de terrazas, donde la gente come, habla y toma un café caliente en su soleado pero frío invierno, un refresco en el caluroso e igualmente soleado verano.

Librerías, tiendas de ropa, de artesanía, comercios variados pueblan todo el centro histórico. En cuanto abandonamos las terrazas orientadas al sol, los comercios aparecen. Después vienen las plazas, con el Ayuntamiento, los museos y las grandes mansiones, ocupadas hoy por la Universidad y centros de investigación. La mayor parte del centro es zona peatonal o semipeatonal.

Escriba el número de veces que ha tachado la letra "s" ☐

6. ¿Cómo continúa la serie?

2B **4D** **6F** **8H** **10J** ....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba el título de su película favorita. Describa brevemente su argumento e indique los actores y actrices que intervienen.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Fíjese en estas palabras.

Café Pies Leche Matemáticas Marina
Tostada Cuello Ana Barco Manos Filosofía
Economía Zumo Félix Tren Cabeza Carmen
Luisa Dibujo Cereales Geografía Sol Orejas

Clasifique, en la siguiente tabla, las palabras según su categoría.
Primero identifique las 4 categorías en las que pueden agruparse.
¡Tenga cuidado!, hay 3 palabras que no pertenecen a ninguna categoría

categoría	**categoría**	**categoría**	**categoría**
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

3. Fíjese en estas fotografías, escriba los objetos que NO aparecen en las 2 fotografías.

.....

.....

.....

.....

.....

4. Escriba todas las palabras que recuerde del ejercicio 2 de la página anterior, intente hacerlo sin volver a mirarlas. Puede ayudarse tratando de recordar las categorías en las que las ha clasificado.

categoría	**categoría**	**categoría**	**categoría**
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

5. Continúe la serie numérica.

2, 5, 11, 20, 32, ...

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba un recuerdo agradable de su juventud.

.....

.....

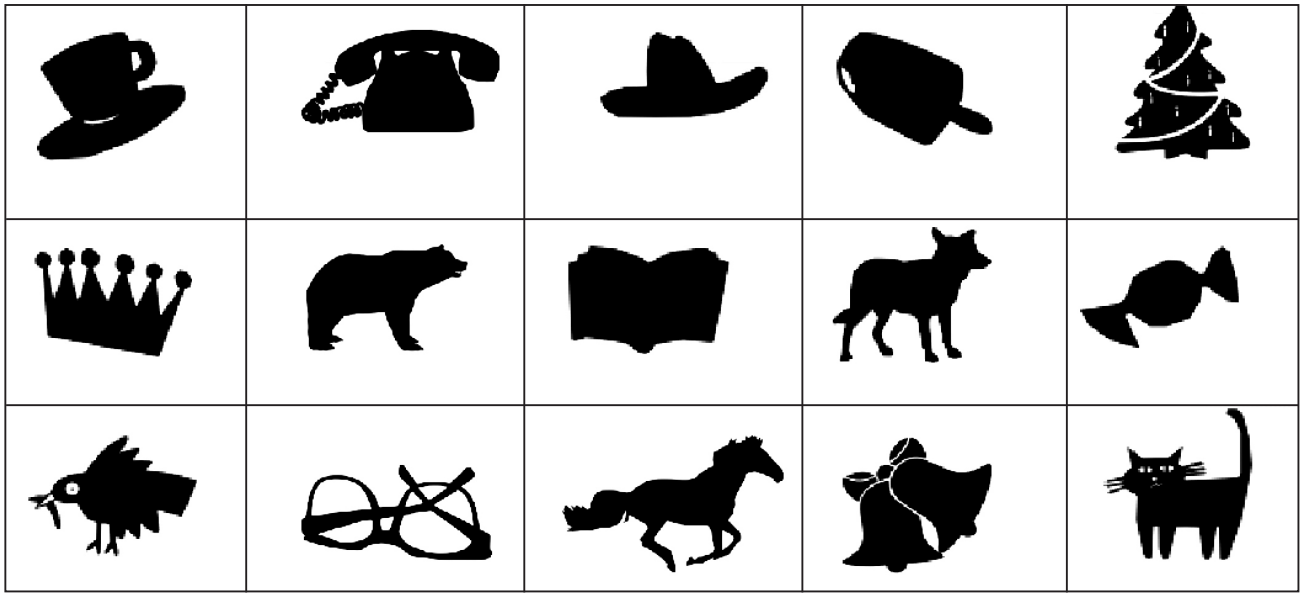
.....

.....

.....

.....

2. Preste atención a estas **siluetas,** adivine qué representan y escriba su nombre debajo de cada una. En la siguiente página, ha de contestar a unas preguntas sobre las siluetas.



3. Escriba 4 frases, cada una ha de contener 3 nombres de las siluetas anteriores.

- .....
  .....
- .....
  .....
- .....
  .....
- .....
  .....

4. ¿Qué **recuerda** de las siluetas de la página anterior?

- Indique qué siluetas son seres vivos .....

.....

- Indique qué siluetas son objetos.....

.....

- ¿Qué objetos se colocan en la cabeza?.....
- ¿Algún animal tiene dos patas? .....
- ¿Qué cosas se pueden comer?.....
- De los siguientes nombres, tache los que no coinciden con las figuras anteriores.

Cafetera	Corona	Campanas	Elefante	Visera	Taza	Piruleta
Camello	Caballo	Rey	Gato	Polo	Ciprés	Abeto
Vaso	Pájaro	Conejo	Ciprés	Gafas	Plato	Sombrero
Teléfono						

5. Escriba 25 palabras que terminen en “dad” y que tengan más de 7 letras, por ejemplo “capacidad”.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. En el siguiente cuadro, hay 6 palabras que tienen las letras desordenadas. **Escríbalas** de forma correcta al lado de la flecha.

S	A	C	A	M
O		A		C
E	S	M	A	S
L		I		O
U	L	S	P	A

→ .....

→ .....

→ .....

↓ .....

↓ .....

↓ .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba cuál es la **estación del año que más le gusta.** Indique por qué y qué actividades suele realizar en ella.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Lea el siguiente texto varias veces, asocie los nombres con personas que usted conozca, visualice lo que vaya leyendo (ver la imagen en su mente) y lea en voz alta, después intente contestar a las preguntas sin releerlo.

José y Manuela se dirigían a su pueblo natal. No iban mucho pues residían a 500 kilómetros y ya no tenían a ningún familiar viviendo allí.

Era un pueblo pequeño de 50 habitantes y por su ubicación, en la ladera de una montaña, tenía unas vistas espectaculares del valle. Era una zona muy rica en madera, sobre todo abundaban pinos y abetos.

Manuela ya tenía ganas de llegar, le dolía la espalda y sentía las piernas entumecidas. Apenas quedaban 25 kilómetros cuando se encontraron una vaca en la estrecha carretera que impedía el paso del coche. José tuvo que tocar varias veces el claxon para que el animal comenzara a moverse lentamente.

A la entrada del pueblo, había personas vecinas sentados en varios bancos: Antoñita, que había sido amiga del padre de José; Goyo, el herrero; Facunda, la de la tienda de ultramarinos y Vicente, el pastor. Todos les miraron con curiosidad pues no reconocieron el coche. José bajó la ventanilla del coche y les saludó, Antoñita le reconoció de inmediato.

Su casa estaba en el centro del pueblo, tenía una bonita fachada de piedra cubierta de enredadera, las ventanas y la puerta eran de madera y el tejado de pizarra. En la puerta estaba Juan, el vecino que se encargaba de cuidar la casa y de poner la calefacción cuando le avisaban que iban a ir al pueblo.

3. Conteste a las siguientes preguntas sobre el texto, intente hacerlo sin volver a leerlo:

1. ¿Qué nombres aparecen? .....
.....
2. ¿Cómo se llamaba la pareja que viajaba al pueblo? .....
3. ¿Qué medio de transporte utilizaban para viajar?.....
4. ¿A qué distancia estaba el pueblo de su domicilio?.....
5. ¿Qué obstáculo encontraron en la carretera?.....
6. ¿Qué hizo el conductor para poder seguir el viaje? .....
7. ¿Cuántos habitantes tenía el pueblo?.....
8. ¿Cuántas personas había en la entrada del pueblo?.....
9. ¿Cómo se llamaba la amiga del padre de José? .....
10. ¿El pueblo estaba rodeado de campos de cereales?.....
11. ¿Qué árboles abundaban en la zona?.....
12. ¿Dónde estaba situada la casa? .....
13. Describa la casa.....
.....
.....
14. ¿En la puerta de la casa, les esperaba alguien?..... ¿Quién? .....
.....
15. Acabe usted la historia.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Estimule su memoria a diario con ejercicios.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba cuál es su **plato de comida favorito,** sus ingredientes y cómo se prepara. Puede buscar información.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Tache el número "5", pero sólo si a su derecha hay una "a".
Escriba al final de cada fila las veces que ha tachado el número "5".
Sume el número total de "5" tachados y escriba el resultado en el recuadro de TOTAL.

6	5	8	9	5	a	6	9	5	a	0	a	8	
3	6	2	5	a	6	1	5	3	0	3	6	3	
5	a	6	3	0	7	0	1	5	2	3	5	a	
a	3	0	6	5	a	3	6	a	4	7	0	3	
5	a	3	a	5	0	6	5	a	7	6	0	2	
6	0	a	5	7	6	7	a	0	1	2	5	a	
a	5	6	0	5	a	1	2	8	5	a	6	2	
a	3	5	6	0	2	5	a	9	5	1	4	8	
0	5	a	0	8	5	a	a	4	7	0	9	7	
6	7	a	5	1	0	6	a	0	8	0	1	5	
a	5	a	0	8	2	6	5	a	7	0	2	4	
												TOTAL	

3. Desde 300 vaya **restando de 6 en 6** hasta llegar al 0.

300 - 294 - 288.....

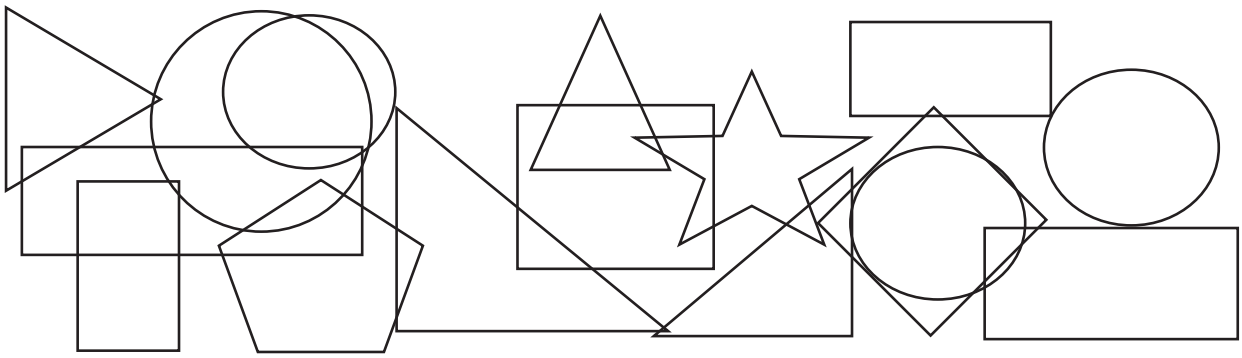
.....

.....

.....

.....

4. Fíjese en las siguientes figuras geométricas.



- ¿Cuántas figuras hay? .....
- ¿Qué figuras se repiten? .....

.....

- Escriba 10 objetos con forma circular .....

.....

.....

- Escriba 10 objetos con forma cuadrada.....

.....

.....

5. Intente dibujar las figuras geométricas tal como están en el recuadro anterior.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba el nombre de **10 personajes famosos** actuales (actores, actrices, cantantes, políticos/as, escritores/as, deportistas...) e indique a qué se dedican.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Escriba **25 palabras de más de 6 letras** que contengan las letras "b" y "r", pueden ir juntas o separadas. Por ejemplo: abrazos, barcaza.

.....

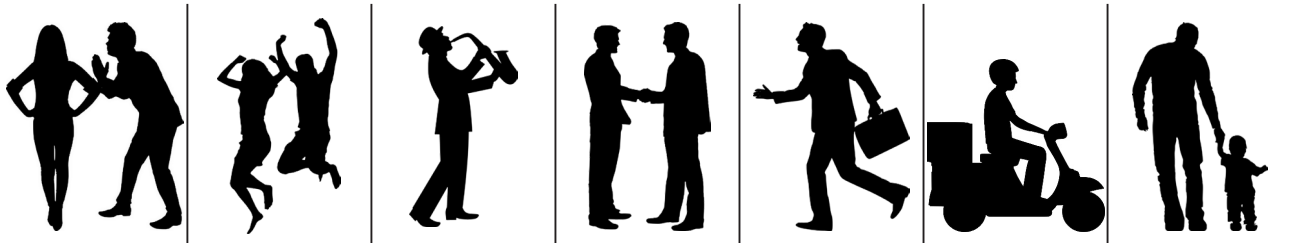
.....

.....

.....

.....

3. ¿Qué representa cada escena?, relacione cada dibujo con alguna de las actividades que se indican en el recuadro, ponga debajo de cada escena el número correspondiente.



número	número	número	número	número	número	número
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

1. Pasear el perro.
2. Tocar un instrumento musical.
3. Viajar en coche.
4. Transportar algo.
5. Ir de compras.
6. Llegar a un acuerdo.
7. Ir corriendo a la oficina.
8. Discutir.
9. Levantar mucho los pies.
10. Los primeros pasos.

4. Escriba una historia (de aproximadamente, 10 líneas) a partir de la siguiente fotografía. Después, trate de recordar la historia que ha creado y cuéntesela a alguna amistad o familiar.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

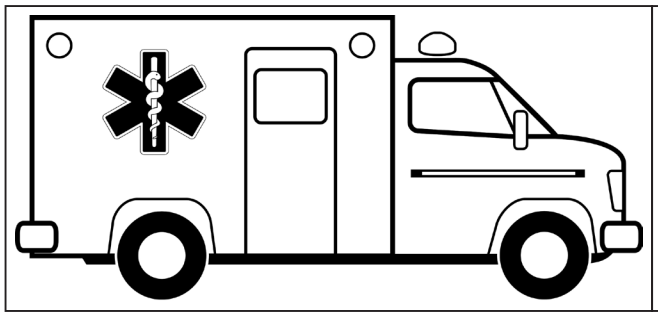
.....

.....

.....

.....

5. Copie y coloree el siguiente dibujo.



Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa su último viaje (dónde, cuándo, cómo y con quién fue).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Problemas de cálculo.

- Pedro IV fue nombrado rey de Patria a la edad de 10 años. Reinó durante 26 años hasta su muerte en el año 1.607 ¿En qué año nació Pedro IV?

SOLUCIÓN .....

- Para asistir a la final de la Copa del Rey, han fletado 117 autocares con 50 plazas cada uno. Si el precio de cada plaza es de 25€, ¿cuántos euros obtienen si llenan todos los autocares?

SOLUCIÓN .....

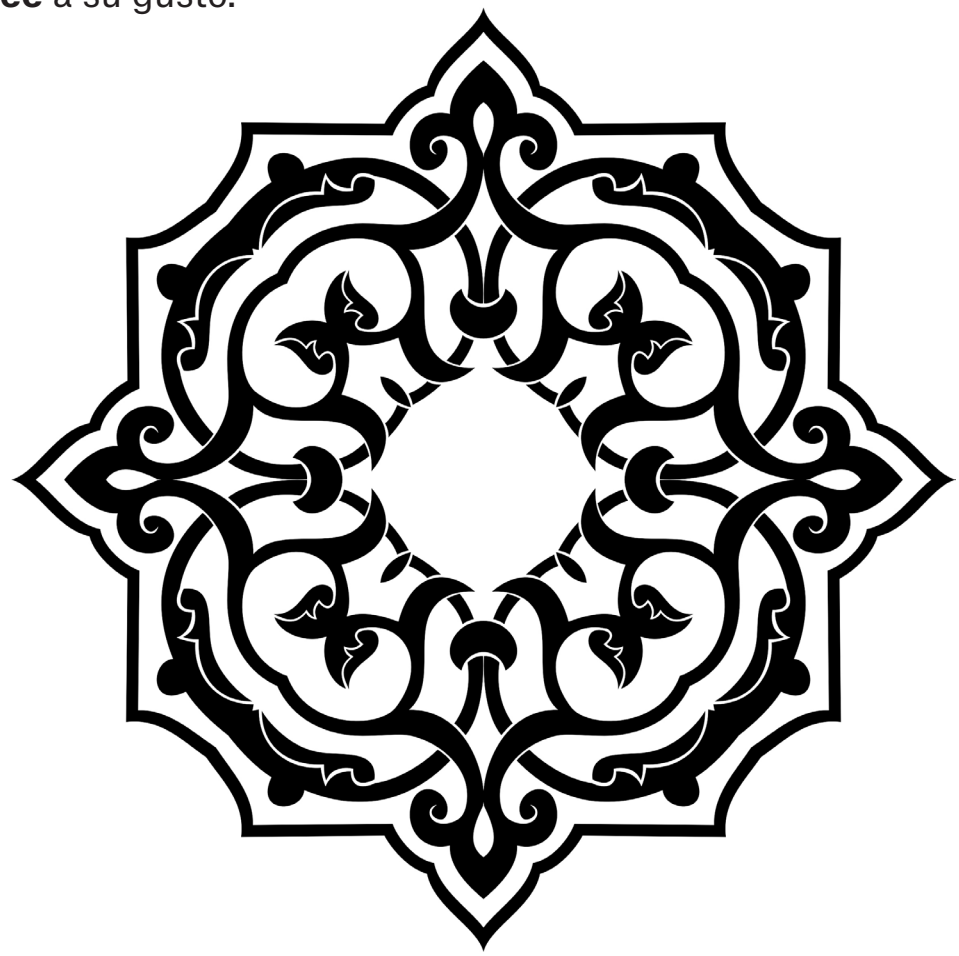
- Una gallina y un pavo cuestan 25,5€. Dos pavos cuestan 32€. ¿Cuánto cuestan dos gallinas?

SOLUCIÓN .....

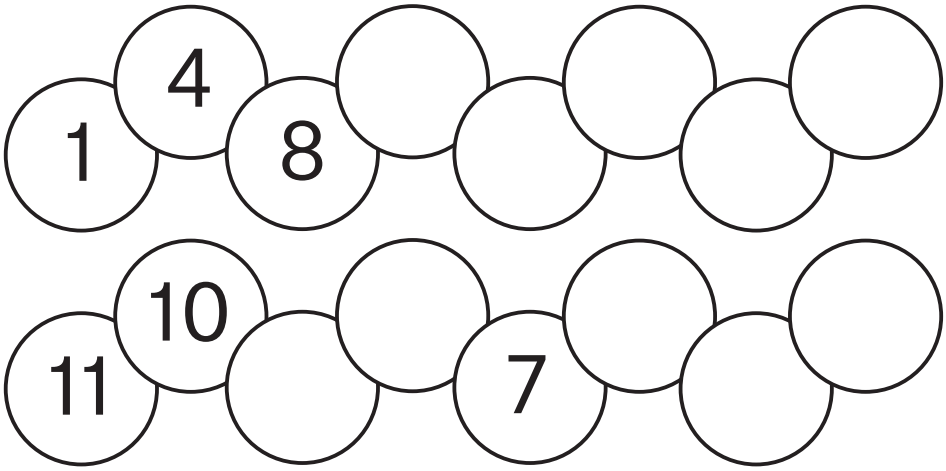
- Una comerciante compra una pieza de 35 m de tela a 8,5€ el metro y la vende a 10€ el metro. ¿Qué ganancia ha obtenido?

SOLUCIÓN .....

3. Coloree a su gusto.



4. Intente continuar estas series.



5. Un coche en 3 horas recorre 245 km. ¿Qué distancia recorrerá en 7 horas?

SOLUCIÓN .....

6. En el año 2001, María tenía 9 años. ¿Cuántos tendrá en 2025?

SOLUCIÓN .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba sobre **su parque favorito**. Indique su nombre, cómo es, dónde está, cuándo suele ir.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Observe atentamente esta imagen, fíjese en los detalles, vaya diciendo lo que ve. Después, intente contestar a unas preguntas sin mirar la fotografía.

3. Lea detenidamente la siguiente frase: **TODO LO QUE SE EJERCITA SE MEJORA** y escriba algún ejemplo en el que esto se cumpla.

.....

.....

.....

.....

4. Responda a las siguientes preguntas sobre la imagen de la página anterior. Primero intente contestarlas sin volver a mirar la fotografía.

1. ¿Qué colores predominaban en la foto?.....
2. Indique el color de la mesa y las sillas .....
3. Describa el suelo (color, material, si había alfombras indique el color) ...
.....
4. ¿Había ventanas? ..... ¿Grandes o pequeñas? .....
5. Describa lo que se veía a través de las ventanas.....
.....
6. ¿Había televisión?.....¿En qué lado de la foto?.....
7. ¿Había cuadros?.....¿Cuántos? .....
8. ¿Qué había encima de la mesa?.....
9. ¿Cuántas sillas había? .....
10. ¿A qué habitación de la casa corresponde la imagen? .....
11. Escriba 5 objetos que hay en su salón y que no aparecen en la foto
.....
.....
.....

5. Sopa de números.

Encuentre en toda la tabla los números de la lista de la derecha.

012	112	435	553	801	096	274	327	765	284	375	**330 339**
210	375	482	567	723	472	690	108	355	534	211	**842 529**
430	296	110	329	832	634	098	827	838	240	555	**119 833**
220	919	119	337	835	633	723	409	193	536	480	**055 012**
330	339	063	272	571	442	833	182	780	055	528	**516 633**
174	931	256	836	301	770	490	662	511	481	041	**482 024**
653	300	633	808	516	224	444	091	774	381	563	**098 723**
488	921	842	936	326	123	024	529	284	990	775	**808 567**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba una anécdota del día de su boda o de una boda a la que haya asistido.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

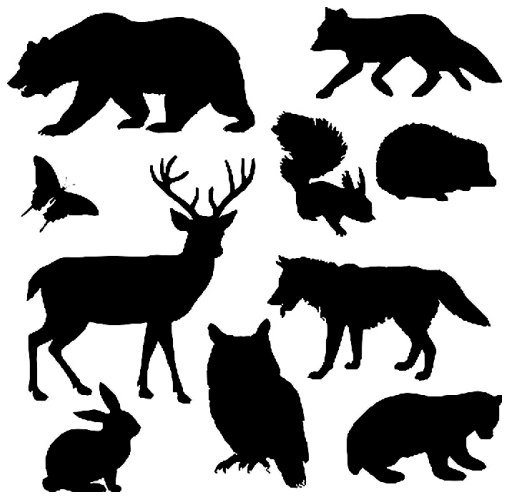
2. Categorización. Fíjese en estas palabras.

Avión Martillo Sandía Ferrocarril Ballena Pera
Tenazas Barco Sardina Pulpo Lubina Alicates
Melocotón Motocicleta Plátano Sierra Naranjas Clavos
Autobús Piña Canoa Taladradora Delfín Metro

Clasifique, en la siguiente tabla, las palabras anteriores según su categoría. Primero identifique las 4 categorías en las que pueden agruparse. Después tendrá que intentar recordarlas.

categoría	categoría	categoría	categoría
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

3. Fíjese en estas **siluetas de animales.** Escriba el nombre de los animales.



.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. Escriba todas las palabras que recuerde del ejercicio de la página anterior. Puede ayudarse tratando de recordarlas según las categorías en las que las ha clasificado.

categoría	**categoría**	**categoría**	**categoría**
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

5. Complete la siguiente secuencia de números siguiendo esta instrucción: sume 2 – reste 4 – sume 2 – reste 4...

127 – 129 – 125 – 127 – 123 – .....

.....

.....

..... **– 91**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba títulos de canciones de su infancia y/o juventud y algún fragmento de su letra.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Fíjese en las fotos y en su número, indique qué representan en la línea correspondiente.

1

2

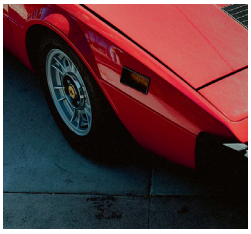
3

4

1.....
2.....
3.....
4.....

5

6


7

8

5.....
6.....
7.....
8.....

3. Sopa de letras. Tema: prendas de ropa. Busque las palabras de la derecha.

A	D	S	R	U	I	O	J	A	P	B
B	T	D	A	A	H	E	F	A	A	P
A	A	E	S	S	R	A	A	V	N	I
Ñ	P	A	S	S	I	T	D	J	T	J
A	A	R	E	I	E	M	L	O	A	A
D	C	Y	U	U	M	Y	A	E	L	M
O	I	E	Q	Y	M	A	D	C	O	A
R	N	A	M	D	S	O	C	A	N	A
A	H	S	O	D	R	A	T	O	E	L
C	L	T	B	U	F	A	N	D	A	O
T	O	C	A	M	I	S	O	N	A	R

PANTALÓN
CAMISA
BUFANDA
CHAQUETA
JERSEY
CAPA
CAMISETA
PIJAMA
CAMISÓN
BAÑADOR
LEOTARDOS

Las sopas de letras ayudan a entrenar la atención, la concentración, el lenguaje, la percepción y la memoria.

4. Algo de **matemáticas.**

- Si paga 3,50 euros por 250 gramos de queso ¿cuánto cuesta el kilo?

.....

- Si 1 kilo de jamón vale 40 euros ¿cuánto cuestan 200 gramos?

.....

- Desde 545 **sume 3 y reste 1** hasta llegar al 600,
  545 – 548 – 547– 550 .....

.....

.....

..... 600

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba los monumentos más famosos de su ciudad. Elija uno para describirlo con detalle y explique por qué lo ha elegido.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Fíjese en estas fotos, debajo de cada una indique qué representa con una sola palabra.

1

.....

2

.....

3

.....

4

.....

5

.....

6

.....

7

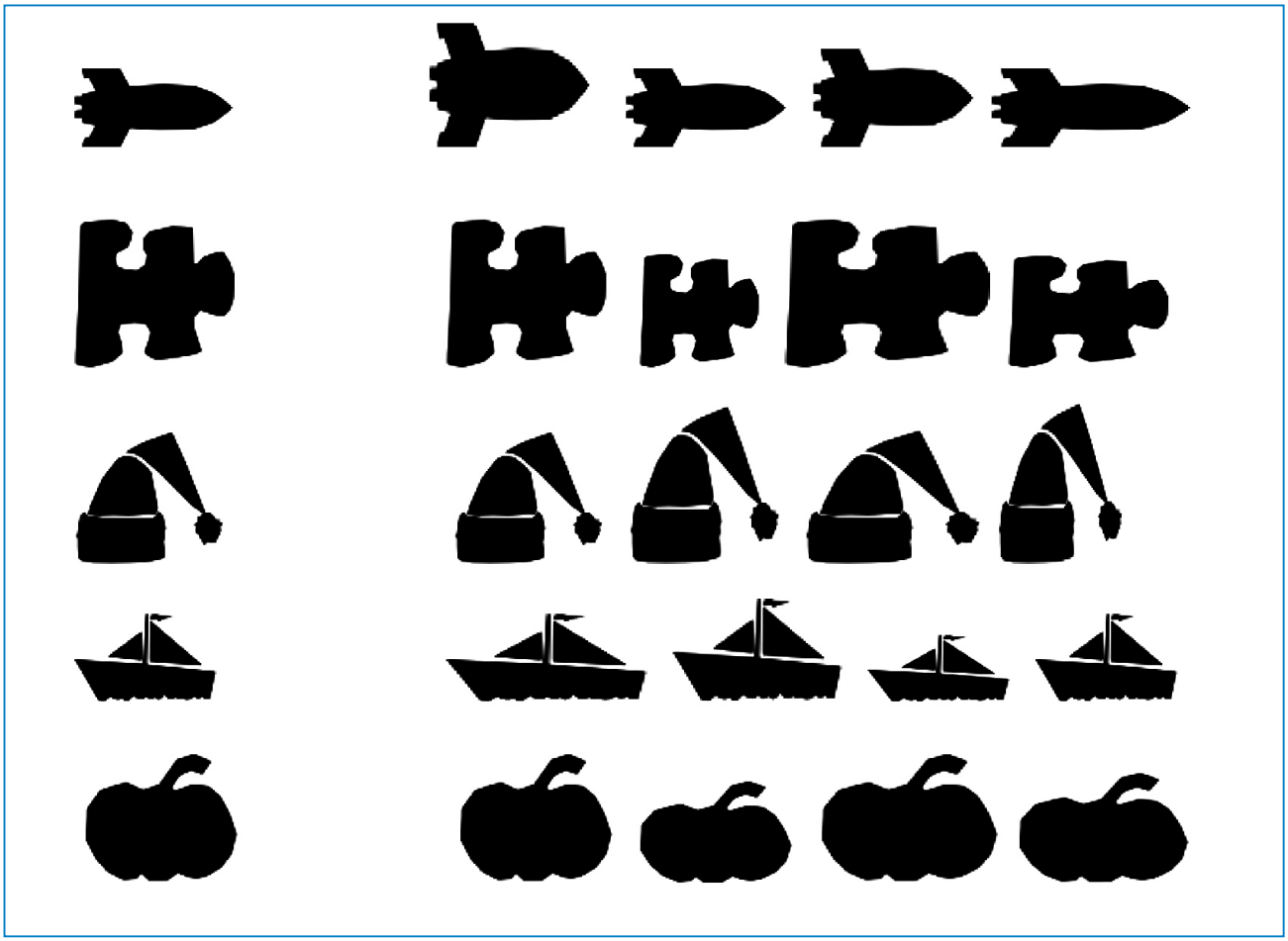
.....

8

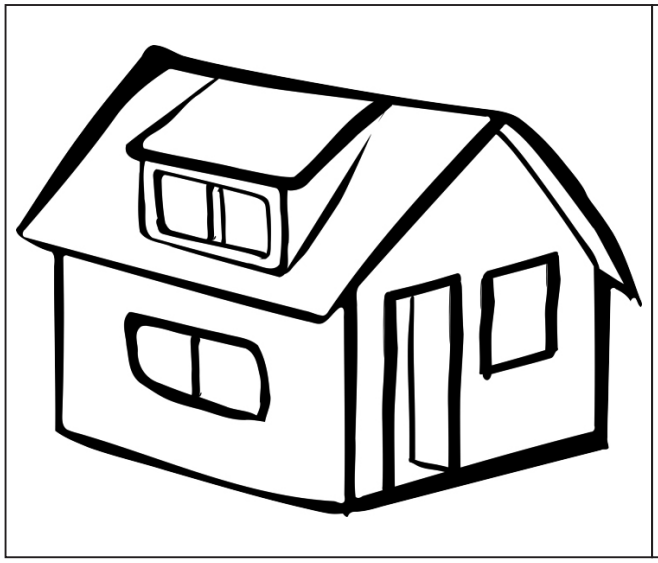
.....

3. Observe atentamente las siguientes figuras y rodee con un círculo la que es igual al modelo.

MODELO



4. Dibuje y coloree el siguiente dibujo en el recuadro de la derecha.



Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba el resumen de una noticia positiva del periódico o de una revista.

.....

.....

.....

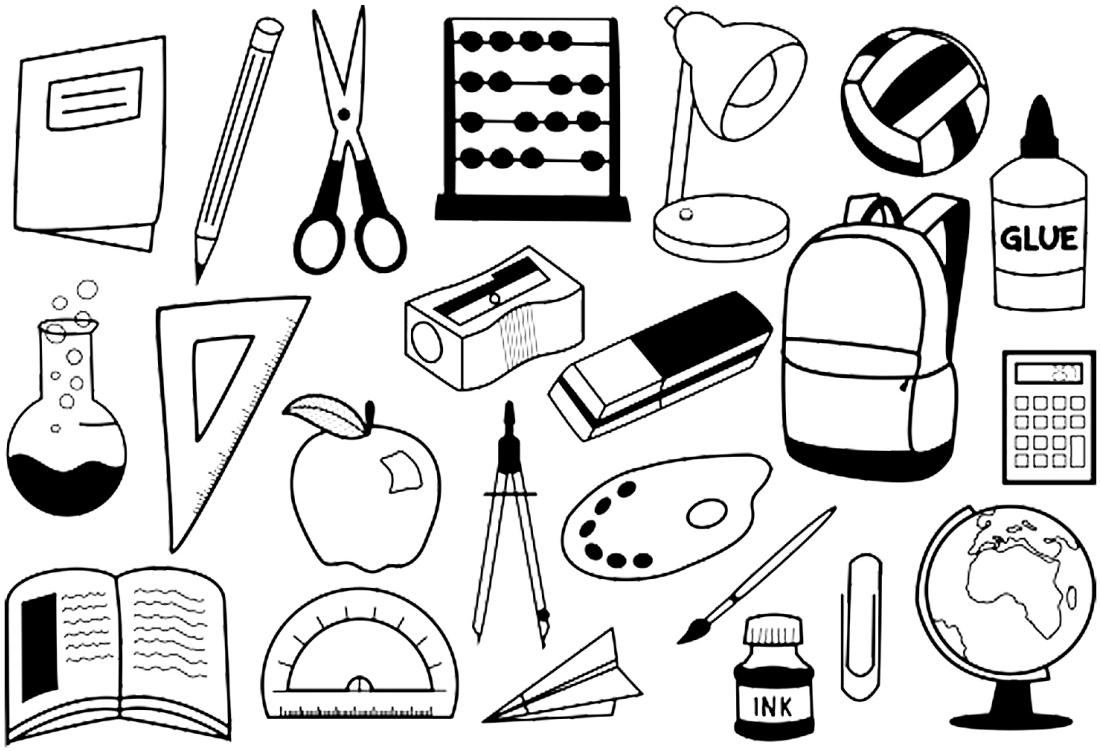
.....

.....

.....

.....

2. Material escolar. Mire detenidamente los siguientes objetos, vaya diciendo su nombre. Más adelante, tendrá que contestar varias preguntas relacionadas con ellos.



3. Resuelva la incógnita.

9 = 18 8 = 16 7 = 14 6 = 12 5 = 10 4 = 8 3 = ? .....

4. Fíjese en la fecha de hoy (día de la semana, día del mes, mes y año) y en la estación del año. Indique en qué fecha y estación estaría si:

- Retrocediera 2 meses.....
- Avanzara 3 meses.....
- Avanzara 15 días.....
- Retrocediera 27 días.....

5. Conteste a las siguientes preguntas sobre los objetos escolares que ha visto en la página anterior, primero intente hacerlo sin volver a mirarlos.

1) Escriba el nombre de los objetos que recuerde.....
.....
.....

2) ¿Cómo se llama el objeto que sirve para transportar el material escolar?
.....

3) ¿Cuántos objetos eran de papel?. .....

4) Había 2 objetos esféricos, ¿cuáles eran? .....

5) Había 2 objetos para realizar cálculos, ¿cuáles eran?.....
.....

6) ¿Qué alimento aparecía?.....

7) ¿Qué número de objetos aparecían? Subraye la respuesta correcta
   - Más de 25 y menos de 29.
   - Más de 30.
   - Entre 12 y 15.
   - Entre 20 y 25.

8) De los siguientes objetos, tache sólo aquellos que no coinciden con los que vio:

caja de pinturas	globo del mundo	compás	regla			
estuche	pizarra	mochila	papelera	lapicero	bolígrafo	
grapadora	tijeras	lámpara	carpeta	goma de borrar		
plátano	lupa	sacapuntas	tizas	libro	peonza	pincel

6. Desde 307 **reste de 5 en 5** hasta llegar a 217.

307 .....
.....
.....**217**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. ¿Cuál es su **fiesta popular** favorita?
Descríbala brevemente.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Lea varias veces con atención el siguiente texto, después hará un resumen de lo leído.

DE TAPAS.

En algunas zonas de España llamamos tapa a un pequeño bocado o tentempié que se sirve gratis junto a la bebida.

Una teoría sugiere que esta costumbre se instauró en el siglo XIII, cuando el rey Alfonso X «El Sabio» ordenó a tabernas y mesones acompañar cualquier consumición alcohólica con una pequeña ración de comida sólida para evitar la embriaguez.

Otras fuentes indican que, para evitar que el polvo de los caminos o los insectos cayeran en la bebida, algunas casas tapaban las jarras de vino con una rebanada de pan, lo que habría dado a este pincho su nombre: tapa.

En muchos bares, lo habitual es una pequeña cantidad de aceitunas, patatas fritas, frutos secos o una sencilla rebanada de pan con algo de fiambre; en otros locales, la tapa ha ido ganando tamaño, calidad y sofisticación hasta convertirse en una interesante experiencia gastronómica.

Además, en muchos bares también podemos pedir raciones o medias raciones que sí tendremos que pagar, es una cantidad mayor de comida y son perfectos para compartir. ¿Algunos clásicos? Las patatas bravas (patatas fritas con salsa picante), tortilla de patatas, croquetas, quesos curados o embutido ibérico, entre otras.

(www.esmadrid.com/tapas-madrid)

3. Resumen del texto **"De tapas"**

.....

.....

.....

.....

.....

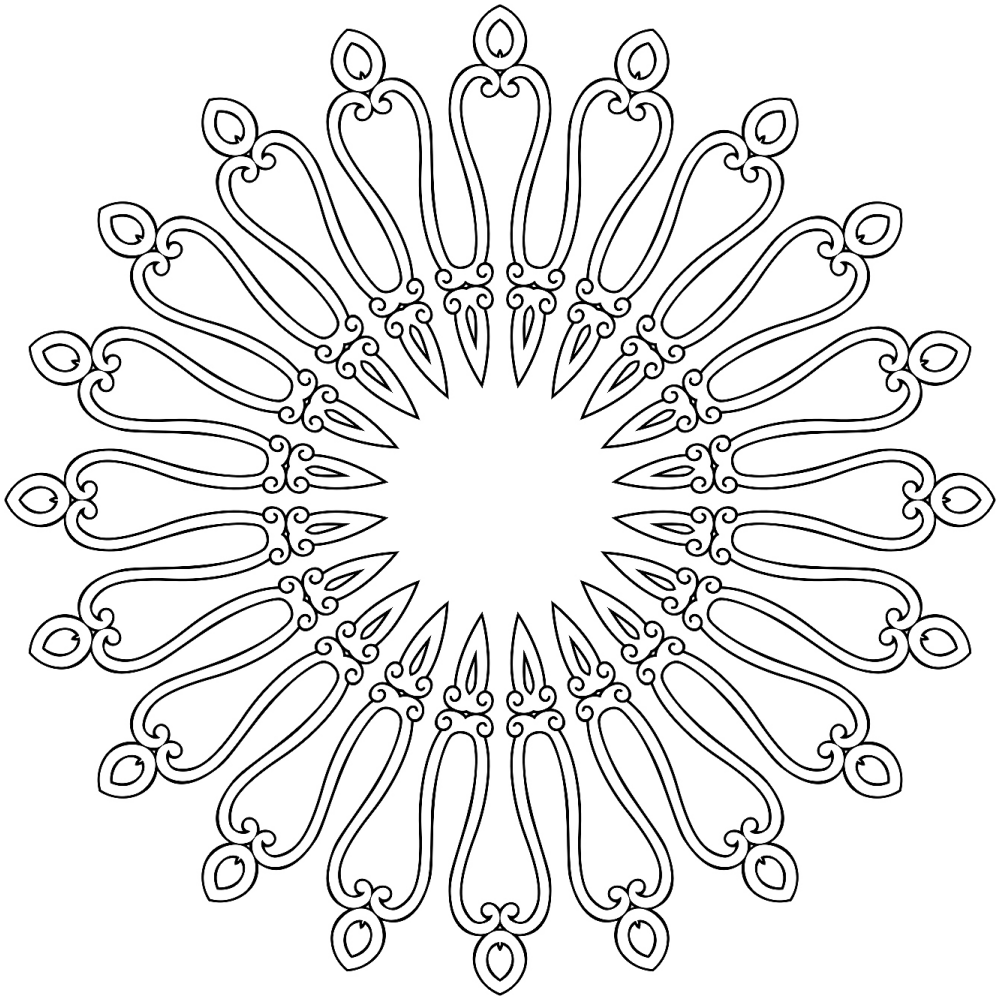
.....

.....

.....

.....

4. Coloree el siguiente mandala como desee.



Estar informado y en contacto con gente diversa y con el mundo exterior ayuda a activar nuestra mente.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba qué **juegos** realizaba en su infancia y describa alguno de ellos.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Escriba 7 palabras que acaben con los siguientes **sufijos**:

-**DOR** (ejemplo solda**dor**) .....

.....

.....

-**TECA** (ejemplo man**teca**).....

.....

.....

-**DURA** (ejemplo solda**dura**) .....

.....

.....

-**AZO** (ejemplo maz**azo**).....

.....

.....

-**ITO** (ejemplo pequeñ**ito**).....

.....

.....

-**ANTE** (ejemplo calm**ante**) .....

.....

.....

3. **Encuentre** el número **8** (hay diez 8).

&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&
&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&
&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&
&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&
&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&
&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&
&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&
&	&	8	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&	&

4. ¿Cómo resolvería las **siguientes situaciones**?

1. Al pagar la compra, no encuentra la cartera con el dinero.

.....

.....

.....

2. Se sube en el autobús y se da cuenta de que no ha cogido el adecuado.

.....

.....

.....

3. No entiende bien la explicación que le está dando la doctora.

.....

.....

.....

4. En el cruce de dos calles duda por dónde seguir.

.....

.....

.....

5. Dentro de dos días tiene cita con la médica, pero no ha apuntado la hora ni la recuerda.

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa cómo es la Semana Santa de su pueblo o ciudad.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Los nombres de las flores tienen las letras revueltas. **Ordénelas y escriba el nombre correcto.**

CINTOJA **GAMARIRTA** **SANMOTECRI** **LALI** **RAGENIO**

NIAPETU **SARO** **LIPANTU** **ZAJMIN** **VELCLA** **TENHORSIA**

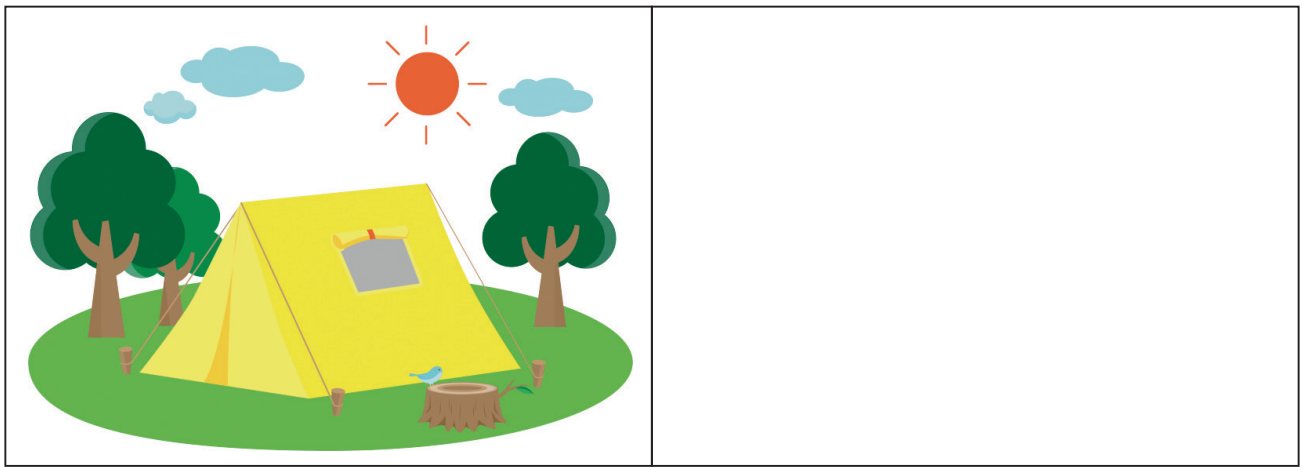
Escriba los nombres de las flores que ha encontrado .....

.....

.....

.....

3. Copie y coloree a su gusto el siguiente dibujo en el recuadro de la derecha.



4. ¡Algo sobre números! Escriba:

- 5 números comprendidos entre 11 y 1000 capicúas y que sus cifras sumen 8

.....

- Todos los números anteriores a 1003 cuyas cifras sumen 3 .....

.....

- 10 números cuyas cifras sumen 11 (ejemplo 182).....

.....

5. En una prueba de salto de longitud Silvia saltó 1,4 m en su primera oportunidad, 1,75 m en la segunda y 2,3 m en su último salto. Si el récord de 3 saltos está en 5,80 m, ¿cuánto le faltó para alcanzarlo?

SOLUCIÓN .....

6. Un ciclista está realizando un trayecto de 80 km. Si su velocidad es de 20 km por hora y hace dos horas y media que ha salido, ¿cuántos kilómetros le faltan para llegar?

SOLUCIÓN .....

7. Escriba el nombre de las verduras y frutas que aparecen en el dibujo.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

8. Escriba 10 alimentos de origen animal.

.....
.....
.....
.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa cómo era la casa donde pasó sus primeros años.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ¿Qué representa cada escena?, relacione cada imagen con una de las actividades que se indican en el recuadro, ponga debajo de cada escena el número correspondiente.

número	número	número	número	número	número

Actividades

1. Pasear.
2. Tocar un instrumento musical.
3. Viajar con maleta.
4. Conducir una moto
5. Pasear al perro.
6. Saludar a un amigo.
7. Correr.
8. Columpiarse.
9. Saltar.
10. Ir a la compra

3. Escriba el nombre de **30 objetos con forma de rectángulo**
Ejemplo: una mesa.

.....

.....

.....

.....

.....

4 . Trabajemos la **atención.**

Tache la letra **A** en las líneas **impares** y la letra **N** en las **pares.**

1º	I	O	N	T	E	A	B	C	A	N	D	E	A	R	E	T	A	E	O	T	I	U	S	I	O	R	I
2º	N	S	T	E	R	N	M	I	A	S	N	A	D	S	A	N	C	A	D	E	M	F	A	F	J	E
3º	A	N	T	F	N	E	A	O	B	E	R	N	E	A	T	E	N	I	O	N	T	A	E	O	O	I
4º	A	B	C	A	M	N	N	R	E	T	E	V	E	O	T	I	N	S	I	O	S	N	E	R	J	F
5º	F	H	A	S	B	A	D	S	A	B	C	A	I	D	E	A	F	E	A	N	T	A	N	F	O	S
6º	E	N	O	B	E	I	R	N	E	M	T	E	N	A	N	S	N	E	N	H	S	T	N	O	F	J
7º	L	I	A	O	M	N	I	S	A	G	O	H	A	X	V	I	J	A	L	O	S	I	H	I	A	H	E
8º	S	R	A	N	D	E	R	N	U	I	D	E	D	N	A	B	C	D	N	E	H	N	I	E	O	T
9º	I	N	A	E	N	E	A	Y	A	E	Ñ	E	L	E	K	A	K	S	J	A	H	S	O	A	I	A	I
10º	E	N	I	A	O	N	I	D	U	E	M	N	O	S	L	N	L	N	S	I	E	K	M	L	J	E	I
11º	L	E	I	D	A	I	R	A	P	S	A	L	E	I	F	O	L	A	K	S	O	A	L	E	M	A	S
12º	N	F	O	A	K	W	N	L	M	E	N	R	O	F	J	E	I	N	O	S	J	N	E	A	J	I	L

- ¿Cuántas letras A ha tachado? .....
- ¿Cuántas letras N ha tachado? .....

5. Un supermercado compra 6 barriles de 120 litros de aceite cada uno, por 1.430 €. Vende cada litro a 3 €. ¿Qué beneficio final obtiene?

SOLUCIÓN .....

6. En un vivero hay 330 abetos, 190 pinos y 56 encinas, si para Navidad venden 259 abetos. ¿Cuántos árboles quedan en el vivero?

SOLUCIÓN .....

7. Si va al quiosco con 1 moneda de 2 euros, 1 moneda de 1 euro, 1 moneda de 50 céntimos y 1 moneda de 20 céntimos, y compra una revista que cuesta 2,75 euros y un tebeo por 85 céntimos. ¿Con cuánto dinero vuelve a casa?

SOLUCIÓN .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba cuál es la **comida típica** de su ciudad o pueblo, cómo se prepara y qué ingredientes lleva.

.....

.....

.....

.....

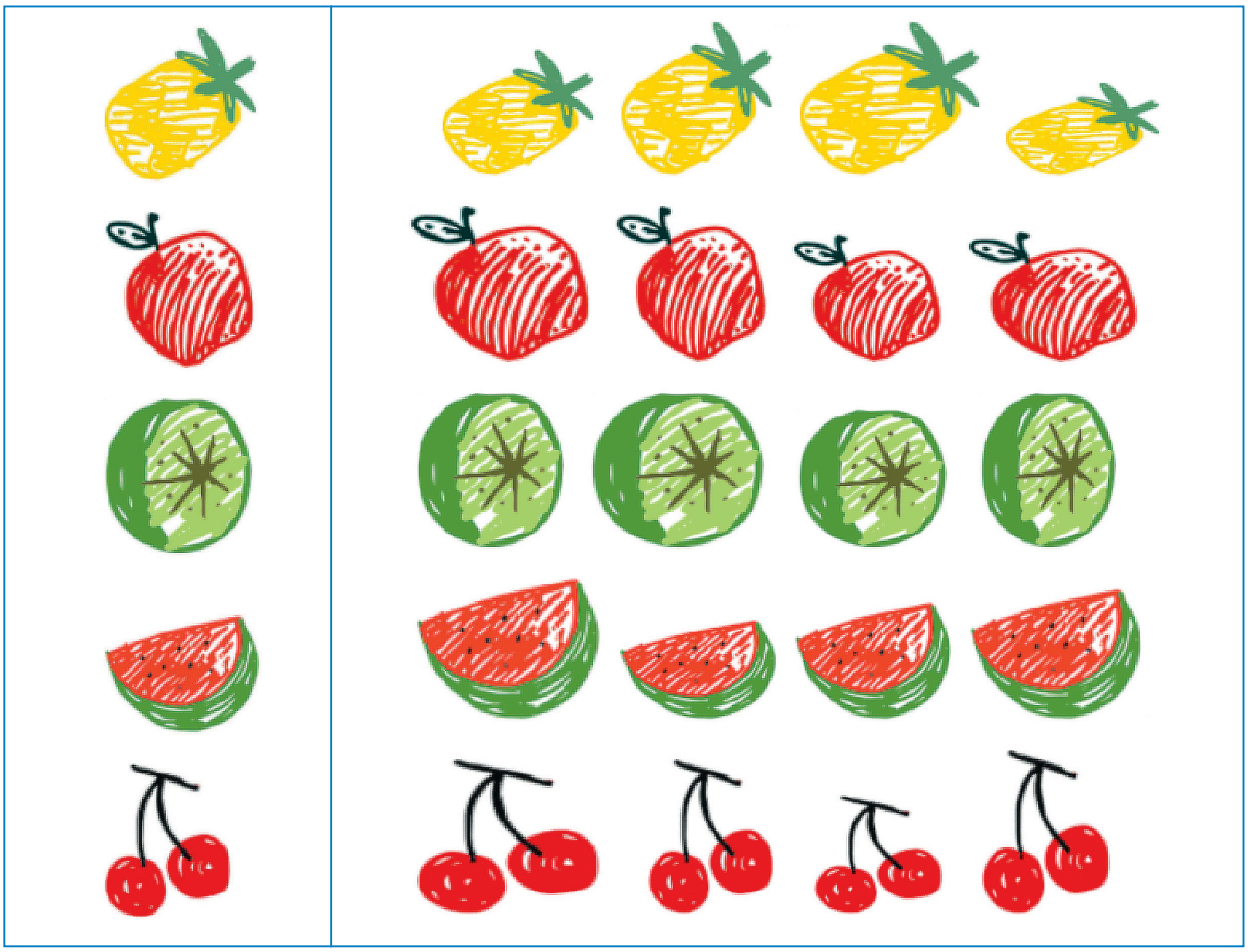
.....

.....

.....

2. Observe atentamente las siguientes figuras y rodee con un círculo la que es igual al modelo.

MODELO



3. Escriba 20 palabras relacionadas con la playa y el mar que tengan como mínimo 5 letras.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Vamos a hacer la compra. Ordene las siguientes frases de manera que tengan una secuencia lógica. Al lado de cada frase indique el número de orden como en el ejemplo.

..... Ir al supermercado.
..... Coger el dinero, la bolsa de la compra y las llaves de casa.
..... Revisar la lista de la compra por si he olvidado comprar algo.
..... Volver a casa.
..... Pagar lo que he comprado.
..... Devolver la cesta de la compra en la tienda.
..... Coger la cesta de la compra en la tienda.
1º Hacer la lista de la compra.
..... Poner la compra en la bolsa.
..... Bajar a la calle.
..... Mirar la lista de la compra e ir buscando las cosas para comprar.

5. Forme palabras con las letras de la palabra "ENTRENAMIENTOS". Sólo puede usar estas letras y sólo el mismo número de veces que aparecen en la palabra, por ejemplo: enanos, nene. Intente escribir 25 palabras como mínimo.

E- N- T- R- E- N- A- M- I- E- N- T- O- S

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba algo positivo que le haya pasado en los últimos días.

.....

.....

.....

.....

.....

2. Observe atentamente esta imagen, fíjese en los detalles (vaya diciéndolos en voz alta), cierre los ojos e intente recordar lo que ha visto. En la página siguiente, tendrá que contestar a unas preguntas.

La estimulación mental, el ejercicio físico y una dieta equilibrada ayudan a mejorar nuestra salud.

3. Responda a las siguientes preguntas sobre la imagen de la página anterior. Primero, intente contestarlas sin volver a mirarla.

1. ¿Había lámparas?..... ¿Cuántas?..... ¿De qué color? .....
2. ¿De qué color estaba pintada la pared?.....
3. ¿Había algún cuadro colgado en la pared?.....
4. ¿De qué material era la mesa?.....
5. ¿Qué había encima de la mesa?.....

.....

.....

.....

6. Según el tipo de cosas que había en la mesa, ¿se utiliza para estudiar o para comer?.....

.....

7. ¿Qué tipo de animales había y cuántos?.....

.....

4. Escriba en orden ascendente las cifras de los siguientes números
Ejemplo: 375.940: 0, 3, 4, 5, 7, 9.

374.816: ..... 375.980: .....
271.839: ..... 152.970: .....
2.508.693: ..... 267.184.503: .....

5. Escriba en orden descendente las cifras de los siguientes números.
Ejemplo: 375.940: 9, 7, 5, 4, 3, 0.

375.980: ..... 374.816: .....
2.508.693: ..... 267.184.503: .....
271.839: ..... 152.970: .....

6. Resuelva los siguientes problemas de matemáticas.

- Una lavadora pesa 85 kg y un frigorífico 56 kg. ¿Cuánto peso transporta una furgoneta que lleva dos frigoríficos y una lavadora?

Solución.....Kg

- Una camisa cuesta 23 euros más que un pantalón. Si el pantalón cuesta 37 euros, ¿cuánto cuestan las dos prendas?

Solución.....euros

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba su opinión sobre las nuevas tecnologías (internet, móvil, redes sociales, ordenador,...).

.....

.....

.....

.....

2. Lea con atención el siguiente texto, varias veces si es necesario, subraye lo que crea más importante, después tendrá que hacer un resumen de lo leído.

La zona entre la Puerta del Sol y la Gran Vía y sus alrededores es, sin duda, el eje sobre el que gira la vida turística, cultural y lúdica madrileña. Esta área suele ser punto de partida o núcleo de cualquier ruta turística por la ciudad y, en su defecto, paso obligado para cualquier visitante que quiera sentir los latidos del corazón de Madrid.

La Puerta del Sol, en el siglo XV, era el límite oriental de la ciudad. Paulatinamente, fue convirtiéndose en el centro neurálgico de la vida madrileña. Es punto de encuentro para visitantes y residentes que concretan sus citas ya sea en el Kilómetro 0, en la estatua del Oso y el Madroño, en la estatua ecuestre de Carlos III o en la reproducción de la Mariblanca. Cada 31 de diciembre, se reúnen aquí miles de personas para saludar al nuevo año al son de las doce campanadas de su reloj.

La Gran Vía nació en 1910 y se ha convertido en bandera de la ciudad. Acoge cines, teatros, grandes superficies comerciales y algunas de las tiendas más selectas de la capital, así como edificios singulares, entre los que destacan el Metrópolis y el Carrión, el Edificio de Telefónica y el Real Oratorio del Caballero de Gracia.

(www.esmadrid.com)

Resumen del texto anterior. Intente hacerlo sin mirar el texto.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Cálculo con monedas.

Sume el valor de las monedas de la misma fila, escriba el resultado en la columna Total €.

Fíjese en el ejemplo de la primera fila.

					Total €
4 monedas	2 monedas	1 moneda	2 monedas	0	10,90 euros
0	1 moneda	1 moneda	3 monedas	2 monedas	€
1 moneda	3 monedas	2 monedas	4 monedas	0	€
2 monedas	2 monedas	3 monedas	1 moneda	1 moneda	€
3 monedas	3 monedas	0	2 monedas	2 monedas	€
2 monedas	4 monedas	1 moneda	0	3 monedas	€
4 monedas	2 monedas	0	1 moneda	4 monedas	€
0	4 monedas	2 monedas	4 monedas	1 moneda	€
3 monedas	0	3 monedas	4 monedas	4 monedas	€
4 monedas	0	2 monedas	1 moneda	0	€

4. De las alternativas propuestas, **¿cuál es la opción correcta?**

- MAÑANA es a DESAYUNO como NOCHE es a .....
  a) sueño b) comida c) descanso d) cena

- ROJO es a SANGRE como VERDE es a .....
  a) pintura b) duro c) hierba d) mar

- HAMBRE es a COMER como SUEÑO es a .....
  a) noche b) comida c) cenar d) dormir

- LÁPIZ es a ESCRIBIR como MARTILLO es a .....
  a) empujar b) clavar c) herramienta d) arreglar

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba las actividades que suele realizar un día de diario (hora de levantarse, de las comidas, sitios donde acude...)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Complete la frase. Añada las palabras necesarias para que la frase tenga sentido.

- Antes de salir de casa compruebo que llevo .....
- Para saber el día y la hora que es, miro.....
- En unos días salgo de viaje y tengo que preparar.....
- Juan escribe todo lo que tiene que comprar en .....
- En el cumpleaños de un familiar muy querido le .....
- Las gafas, cuando no las uso, siempre las dejo en.....
- Las medicinas se deben tomar a la.....
- Cuando tengo una cita me gusta.....
- Las llaves de casa siempre las coloco en .....
- Debo revisar la cuenta de la compra antes de.....
- Al cruzar el paso de peatones me fijo.....

3. Escriba 10 nombres de **animales de la selva** y 10 **de animales marinos** de **forma alternante:** de la selva – marino – de la selva – marino.

León - delfín, ...

.....

.....

.....

.....

.....

4. ¡Preste atención! En esta ilustración, encuentre los elementos que se le indican, vaya tachándolos de la lista a medida que los haya localizado en la fotografía. Luego, conteste a las preguntas.

1. Un banco.
2. Una bicicleta negra.
3. Una gorra.
4. Un barco de vela.
5. Unas piedras grandes.
6. Unas montañas.
7. Dos barcas.
8. ¿Qué está haciendo la pareja?.....
9. ¿Qué se supone que han estado haciendo antes? .....
10. ¿ Qué se ve en primer plano?.....
11. ¿Dónde cree que se ubica esta fotografía?.....

Los ejercicios del lenguaje mejoran la fluidez verbal, facilitan encontrar las palabras para expresarse bien

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba las **actividades que suele realizar los domingos** y días festivos (qué hace, horas de comida, con quién come, sitios donde acude...).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Escriba cuatro frases que contengan, cada una de ellas, las palabras que se indican en cada caso. Más adelante, tendrá que recordar las palabras.

CABALLO - SOL - CAMPO: .....

.....

PUEBLO - CHIMENEA - INVIERNO: .....

.....

REGALO - LIBRO – MADRE: .....

.....

COCHE - RUIDO – PARQUE - ÁRBOL: .....

.....

.....

3. Continúe la siguiente **secuencia.**

3 △ **6** △△ **9** △ **12** △△ **15** △ .....

.....

.....

.....

.....

.....

..... **54** △△

4. Escriba las palabras que recuerde del ejercicio de la página anterior (intente hacerlo sin volver a mirarlas).

.....

.....

.....

.....

5. Fíjese en estas dos fotografías, **escriba las semejanzas y diferencias que encuentre entre ellas.**

Semejanzas: .....

.....

.....

.....

Diferencias: .....

.....

.....

.....

6. ¿Usted qué prefiere el mar o la montaña? Indiqué por qué .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa la ciudad o el pueblo donde nació (número de habitantes, cómo son las viviendas, dónde se encuentra, paisaje...)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

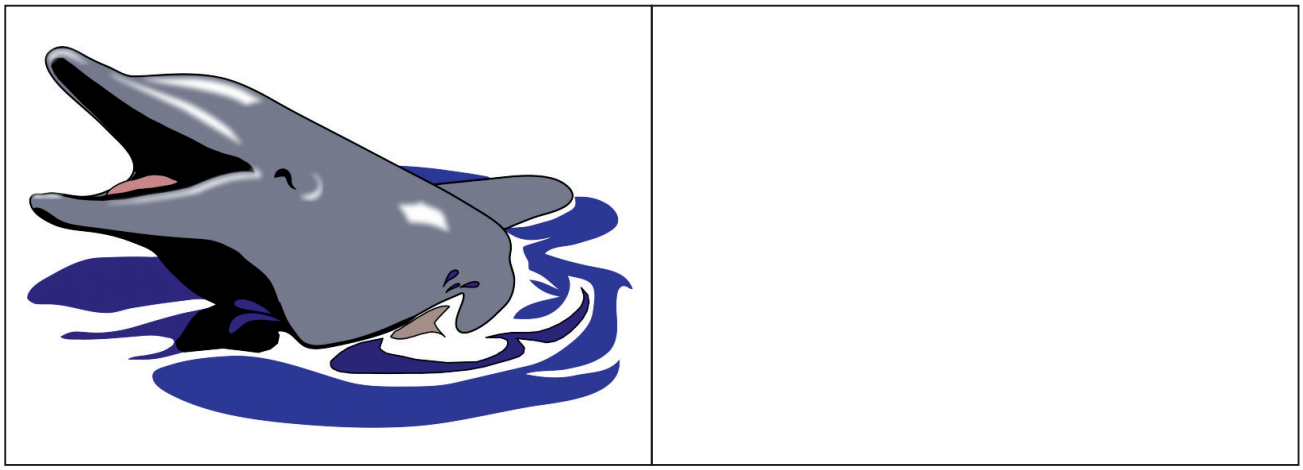
.....

.....

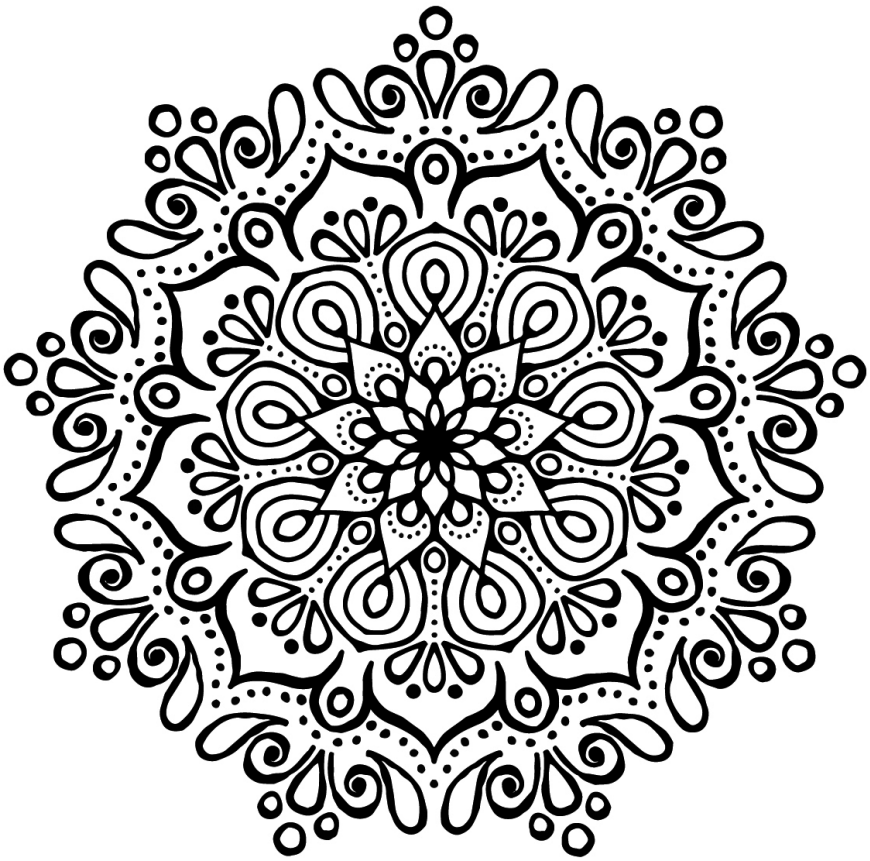
2. Complete los siguientes **recuadros** con los números y operaciones que faltan.

5	**x**	**3**	**=**	
x		**-**		**-**
	+	**2**	**=**	**4**
=		**=**		**=**
10	**+**		**=**	

3. Copie el dibujo en el recuadro de la derecha y **coloréelo.**



4. Coloree la siguiente figura o **mandala**.



5. Escriba 8 palabras con los siguientes prefijos, fíjese en el ejemplo entre paréntesis.

TELE (televisión) .....

.....

.....

MICRO (microbio) .....

.....

.....

AUTO (autobús) .....

.....

.....

6. Resuelva el siguiente **problema de matemáticas.**

Elena tiene al inicio de la semana 286 euros y gasta 14 euros cada día. ¿Con cuánto dinero termina la semana?

Solución.....euros.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa el **traje regional** de su localidad o región. Puede buscar la información.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Describa la siguiente **fotografía.** Fíjese en los detalles y dígalos en voz alta, después contestará a unas preguntas.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Conteste a las siguientes **cuestiones sobre la fotografía** de la página anterior.

- ¿Cuántas personas había? .....
- ¿Predominaban los colores oscuros o claros? .....
- ¿De qué colores era la fachada? .....
- ¿Había ventanas? ..... ¿Cuántas? .....
- ¿En qué estación del año cree que fue hecha esta foto? Razone su respuesta .....

.....

- ¿Cuántas personas llevaban pantalón largo? .....
- ¿Cuántas personas estaban sentadas en el banco? .....
- ¿Alguna de las mujeres llevaba bolso? ..... ¿Cuántas? .....
- ¿Qué cree que están haciendo las personas de la foto? .....

.....

- Escriba cómo es la relación que tiene usted con su vecindario .....

.....

.....

.....

4. Forme palabras con las siguientes letras, sólo puede usar estas letras y en cada palabra repetirlas si en la palabra "compensación" aparecen más de una vez, por ejemplo: mono, nena.
Intente escribir 25 palabras como mínimo.

C-O-M-P-E-N-S-A-C-I-Ó-N

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Los juegos de mesa nos permiten ejercitar nuestra mente de manera agradable

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Cuál es su libro o novela favorita.
Cuente brevemente de qué trata.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Vamos al cine. Ordene las siguientes **frases** de forma que tengan una secuencia lógica. Al lado de cada frase indique el número de orden como en el ejemplo.

..... Ver la película.
..... Comentar la película.
..... Ir al cine.
..... Comprar la entrada.
..... Salir del cine.
..... Mirar los horarios.
..... Mirar la cartelera del cine en el periódico y elegir la película.
..... Entrar en la sala de cine.
1º Comprar el periódico.
..... Buscar el asiento.

3. Escriba 10 palabras que comiencen y terminen por la misma letra, por ejemplo: osado.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Continúe la siguiente **secuencia.**

A	**AA**	**11**	**1**	**C**	**CC**	**22**	**2**		
							HH	**55**	**5**

5. Señale 2 números consecutivos que sumen 6 como el ejemplo que está en negrita.

0	**6**	3	1	6	2	3	3	2	5	4	3	8	6	4	2	2	3	7	4	2	0	1	2	5
2	4	5	3	5	3	5	1	4	4	7	2	7	3	7	1	5	8	9	3	5	2	6	4	8
3	6	2	4	5	3	9	4	0	6	2	1	7	3	1	5	9	0	2	3	3	6	5	7	2
2	6	2	5	1	8	0	3	9	4	2	3	6	2	7	3	3	4	7	6	6	8	4	2	9
3	3	5	8	6	7	0	6	5	3	2	4	3	7	5	8	1	5	6	3	8	5	9	6	0
5	6	0	8	6	5	1	6	9	5	4	2	9	5	7	6	5	8	9	3	3	5	7	3	2
1	5	9	6	7	4	2	5	6	0	5	6	7	0	6	9	5	7	4	3	3	9	5	4	2
6	0	6	3	3	6	5	4	8	1	3	1	5	7	4	5	3	7	6	2	4	8	2	6	3
0	1	5	8	5	6	3	4	2	3	3	2	5	3	6	4	2	6	0	7	5	8	4	8	5
9	0	6	4	8	3	2	4	7	3	9	4	0	4	2	0	0	9	8	3	3	7	2	4	6

6. Fíjese en estas dos fotografías, **escriba 10 semejanzas que encuentre entre ellas.**

Semejanzas: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa una **ciudad o localidad** que haya visitado y que no sea en la que vive (dónde está, monumentos, clima...)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

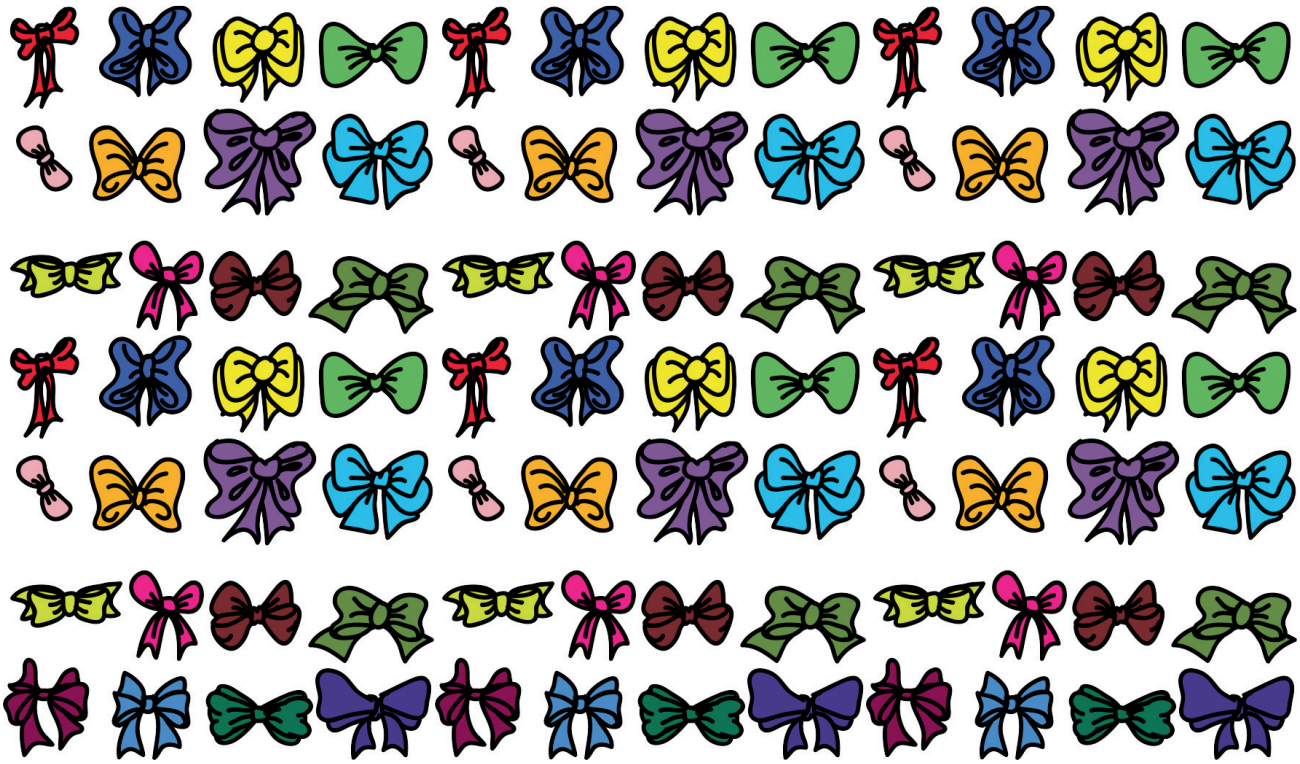
.....

2. Coloree según las indicaciones de la tabla.

RA	RE	RI	RO	RU
ROJO	AZUL	VERDE	NARANJA	MARRÓN

OR	RE	RA	AR	RO	OR	RE	RI	UR
RE	ER	AR	RU	RE	RI	ER	IR	ER
RU	UR	RA	RE	RI	IR	RI	ER	RA
ER	ER	ER	ER	RE	ER	RU	RI	ER
ER	RA	RI	RO	OR	RU	ER	UR	RA
ER	RE	RU	RA	RE	RI	IR	OR	RO
RO	ER	UR	ER	RO	OR	ER	AR	IR
ER	RE	RA	AR	RO	OR	RE	RI	IR
RE	ER	AR	RO	RE	RI	ER	IR	ER
RI	ER	ER	RA	AR	ER	RE	ER	RO
RU	UR	RA	RE	RI	IR	RI	ER	RA
ER	ER	ER	RI	RE	ER	RU	RI	ER
ER	RA	RI	RO	OR	RU	ER	UR	RA
ER	RE	RU	RA	RE	RI	IR	OR	RO
RE	ER	UR	ER	RO	OR	ER	AR	IR
ER	RA	RI	RO	OR	RU	ER	UR	RA

3. Fíjese en los siguientes lazos.



- ¿Cuántos lazos hay? .....
- ¿Cada fila tiene el mismo número de lazos?..... Y ¿cada columna?.....
- Indique cuántas veces se repite cada uno de los siguientes lazos.

....

....

4. Dibuje un paisaje con árboles, un puente y alguna vivienda. **Coloréelo si lo desea.**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba alguna **anécdota** que le haya ocurrido en la **playa.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Señale en el reloj la hora que se indica abajo.

Seis y cuarto

Diez en punto

Siete y veinte

Cinco menos cinco

Dos y cinco

Ocho menos diez

Nueve y cuarto

Una menos veinte

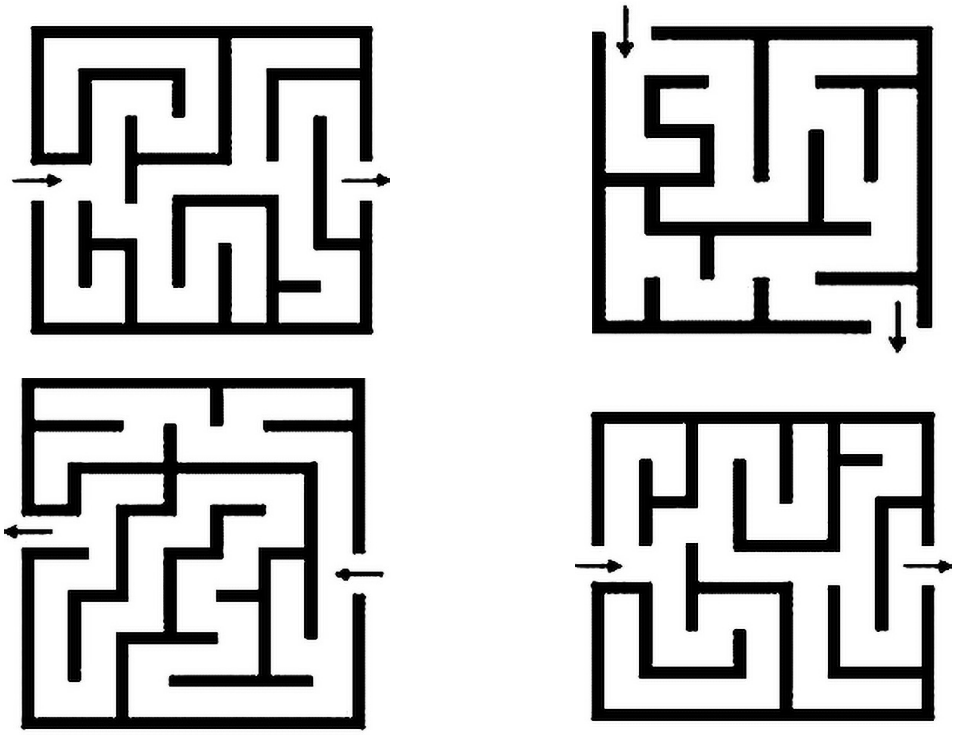
Doce y media

Tres menos cuarto

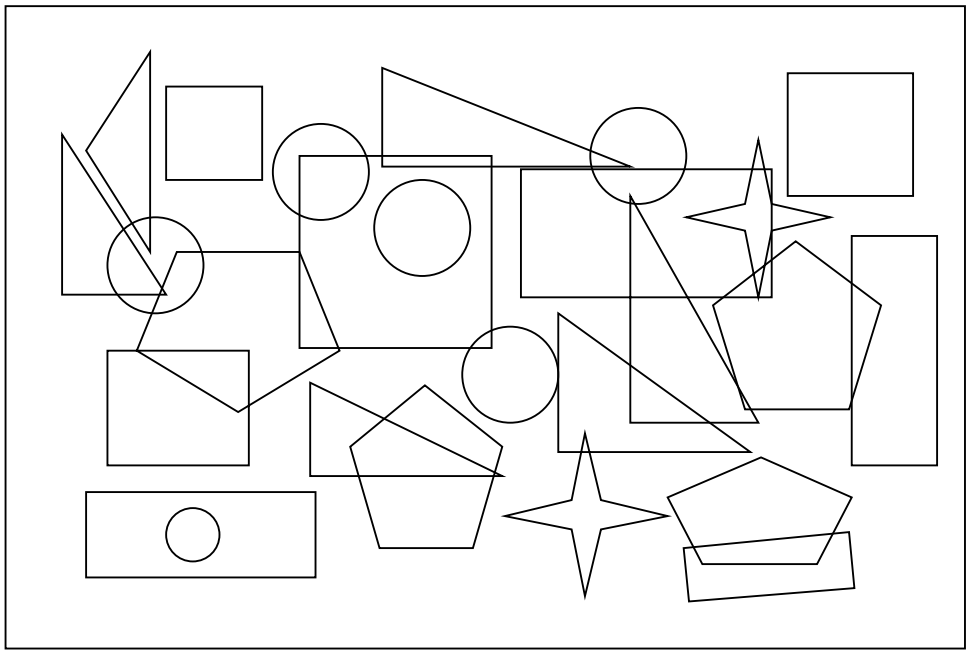
Once en punto

Cuatro y veinte

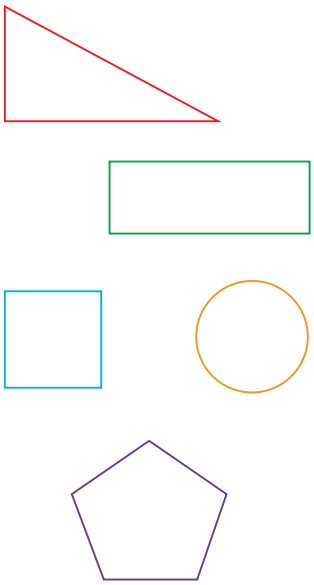
3. Intente resolver los siguientes **laberintos.**



4. Fíjese en las siguientes figuras geométricas. **Indique dentro de cada figura coloreada** del lado derecho **cuántas veces se repite** el mismo tipo de figura en el recuadro.



Número de figuras



5. ¿Qué letras continúan la serie? Consulte el abecedario para ayudarse.

AZ, BY, CX, DW, ...

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Lea una noticia positiva de un periódico o revista y escriba un resumen.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Observe atentamente **esta imagen,** fíjese en los objetos y colores, vaya diciendo en voz alta lo que ve. Después, tendrá que contestar a unas preguntas.

3. Responda a las siguientes **preguntas sobre la imagen** de la página anterior. Intente hacerlo sin volver a mirar la fotografía.

1. ¿En qué lado de la imagen estaba la estantería?.....
2. ¿De qué color eran la estantería y la mesa?.....
3. Escriba qué había en la estantería.....
.....
.....
4. ¿De qué color era la pared?.....
5. ¿Cuántas pantallas de ordenador había sobre la mesa? .....
   ¿Estaban encendidas o apagadas?.....
6. ¿Había alguna lámpara?..... ¿De qué color?.....
   ¿Dónde estaba situada?.....
7. ¿Había alguna ventana?.....¿A qué lado de la fotografía estaba?.....¿tenía cortinas?.....
8. Indique qué números había y en qué lugar de la fotografía estaban.....
.....
9. ¿Había algún asiento?..... ¿De qué tipo (silla, butaca, taburete,...)? ..
.....
10. ¿A qué actividad cree que se dedica esta habitación?.....
.....

5. Palabras encadenadas. Forme una **palabra a partir de la última sílaba de la anterior** y así sucesivamente, como en el ejemplo. Intente escribir 15 palabras.

Manteca ► cabeza ► .....
.....
.....
.....
.....
.....

Hacer ejercicios de lenguaje nos ayuda a recordar las palabras.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa la iglesia (o algún otro lugar) a la que suele acudir.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Preste atención a la siguiente imagen. Vaya diciendo en voz alta lo que ve. Cierre los ojos y trate de visualizar la imagen (verla en su mente). Después, responderá a unas preguntas.

3. Tache todas las letras 'a' del texto siguiente. Indique cuántas ha encontrado.

Elena era la dueña de una cafetería, donde acudían muy diversas personas: poetisas, estudiantes, comerciantes, maestras, actrices...

Ella les atendía con mucha paciencia y con una agradable sonrisa, parecía que no tuviera malos días, siempre era encantadora. Además, preparaba las tartas más sabrosas del barrio y su café era estupendo. Quien acudía a su local repetía, sus clientes volvían porque se sentían muy a gusto.

Últimamente, tenía los ojos tristes, pues había fallecido su gato Cándido. Ahora, cuando llegaba a casa nadie salía a recibirla.

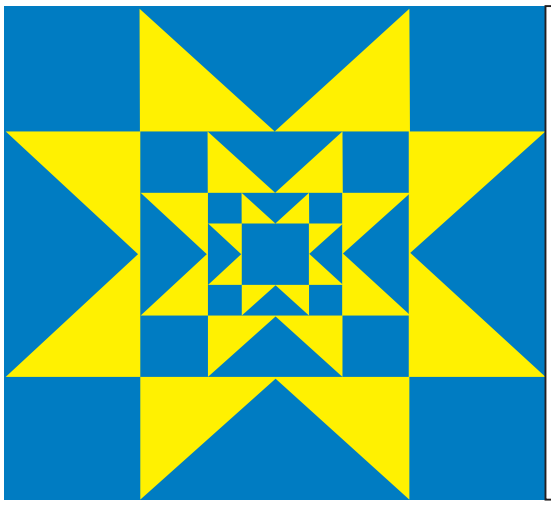
La noticia se difundió entre su clientela y, en agradecimiento a su buen trato, se pusieron todos de acuerdo para hacerle un bonito regalo esa Navidad: una preciosa gata de angora.

TOTAL de letras "a" ☐

4. Responda a las siguientes **preguntas sobre la imagen de la página anterior:**

- ¿La imagen era de una ciudad o de un pueblo?.....
- ¿Las casas de qué color tenían la fachada?.....
- ¿Cuántos balcones había?.....¿Eran todos iguales?.....
- ¿Había escaleras?.....¿En qué lugar de la foto estaban?.....
- ¿Había personas?.....¿Y árboles?.....¿Cuántos?.....¿Tenían hojas?.....
- ¿Cómo describiría el lugar donde está hecha la foto?.....
- ¿Qué época del año cree que es?.....

5. Dibuje el siguiente dibujo **y coloréelo** (como quiera).



Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa el trabajo que ha desempeñado más tiempo a lo largo de su vida (qué hacía, si trabajaba en casa o fuera, tamaño de la empresa, etc.).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Ejercicio de atención. Tache el número de letras según las siguientes instrucciones:

- **Tache consonantes** solo en las **líneas pares.**
- **Tache vocales** solo en las **líneas impares.**

1º	I	O	N	T	E	A	B	C	A	D	E	E	R	E	T	E	E	O	T	I	U	S	I	E	O	R
2º	O	S	T	E	R	F	H	I	Z	A	S	B	A	D	S	A	B	C	A	D	E	R	F	A	O	F
3º	A	N	T	F	N	E	A	O	B	E	R	N	E	R	T	E	N	I	O	N	T	E	I	E	O	E
4º	A	B	C	A	D	E	E	R	E	T	E	E	O	T	I	U	S	I	O	S	T	E	R	O	S	J
5º	F	H	I	A	S	B	A	D	S	A	B	C	A	D	E	R	F	E	A	N	T	F	N	F	J	F
6º	E	A	O	B	E	R	N	E	R	T	E	N	A	N	S	N	E	N	H	S	T	H	O	T	O	
7º	U	I	A	O	M	N	I	S	G	O	H	I	J	O	L	O	S	I	H	I	U	H	E	N	J	E	I
8º	S	R	A	S	D	E	R	T	U	I	D	E	D	D	A	B	C	D	E	E	H	N	I	V	V	Y
9º	N	O	E	N	E	M	E	Ñ	E	L	E	K	A	K	S	J	A	H	S	O	A	I	A	I	B	M
10º	E	D	I	A	O	S	I	D	U	Y	E	M	F	O	S	L	E	L	Y	S	I	E	K	E	L	Z
11º	L	E	I	Z	D	A	I	S	O	L	E	I	F	O	L	V	Z	A	K	S	O	A	L	E	M	E
12º	N	F	O	A	L	S	Z	E	N	R	O	F	J	E	I	V	S	O	S	J	T	E	A	J	W	

- ¿Cuántas **consonantes** ha tachado?.....
- ¿Cuántas **vocales** ha tachado?.....

3. Lea el texto varias veces y después trate de responder a las preguntas sin releerlo.

ATENCIÓN Y MEMORIA

La memoria no es algo aislado. Para recordar, intervienen varios procesos que hay que tener en cuenta, entre otros, la atención, la percepción y el lenguaje. La atención es fundamental: lo que no se atiende no se recuerda. Atender es tener abierta la puerta de nuestra mente, de nuestra memoria. Si estamos atentos a un suceso o a un mensaje le abrimos las puertas de nuestra memoria y puede entrar lo que queremos recordar.

En este aspecto hay dos problemas que dificultan el recuerdo, por un lado, atender a varias cosas a la vez o hacer dos cosas al mismo tiempo y, por otro lado, la preocupación excesiva por algo: problemas personales o familiares, enfermedades, conflictos... se está pendiente del problema que ocupa toda nuestra atención, haciendo difícil o imposible registrar lo que sucede a nuestro alrededor.

Algunos ejemplos de ejercicios para mejorar la atención son: hacer sopa de letras, tachar una letra determinada, contar hacia atrás...

Los ejercicios de atención y las técnicas de relajación van a ser muy útiles para ayudarnos a aumentar la capacidad de concentración y dirigir nuestra atención hacia aquello que más nos interesa.

1. ¿Es necesaria la atención para la memoria?..... ¿Por qué? .....

.....

.....

2. ¿Qué ejercicios de atención se pueden realizar? .....

.....

.....

3. ¿Qué cosas nos pueden dificultar la atención?.....

.....

4. ¿La relajación mejora la atención y la memoria? .....

.....

4. Desde 172 vaya **restando de 3 en 3** hasta llegar al 58.

172.....

.....

.....

..... **58**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Indique qué zona de la localidad donde vive le gusta más y por qué.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Completar refranes. Una con una línea (como en el ejemplo) las dos mitades de las frases para que formen un refrán conocido.

Si dices las verdades	puente de plata
Aprendiz de mucho	ser agradecidos
Días de mucho	menos a no comer
A enemigo que huye	la madre de la ciencia
Es de bien nacidos	pierdes las amistades
La paciencia es	maestro de nada
A todo se acostumbra uno	vísperas de nada

3. Forme una frase con las dos palabras que aparecen en cada caso:

• APRENDIZ, AGRADECIDO .....

.....

• ORO, CIENCIA .....

.....

• PACIENCIA, MAESTRO .....

.....

4. Ordene las siguientes **palabras alfabéticamente** en el recuadro de abajo. Consulte el abecedario.

Ordenador	Cascada	Fabada	Teléfono	Edificio	Apéndice
Patata	Oscuridad	Meteorito	Tren	Bombona	Botella
Aprendiz	Coraza	Zócalo	Lámpara	Queso	Rana

1 ª	7ª	13ª
2ª	8ª	14ª
3ª	9ª	15ª
4ª	10ª	16ª
5ª	11ª	17ª
6ª	12ª	18ª

5. Escriba tres frases que contengan, al menos, tres palabras de la lista de arriba.

▶ .....

.....

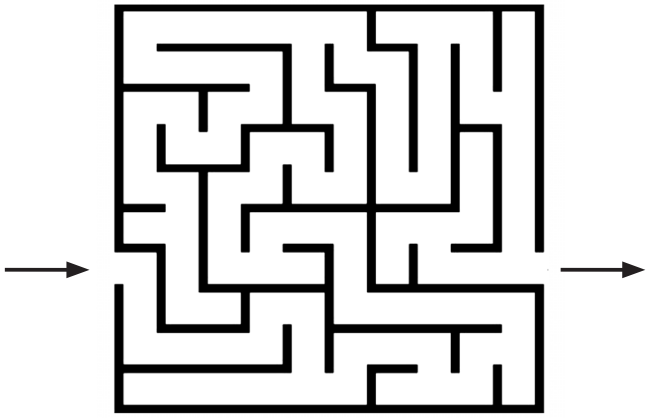
▶ .....

.....

▶ .....

.....

6. Laberinto.



Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba el **título** de una **obra** de **teatro** que le haya gustado y el nombre del autor. Cuente brevemente el argumento.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. De las alternativas propuestas, **¿cuál es la palabra que completa la analogía?**

- PIARA es a CERDO como BANDADA es a .....
  a) pájaro b) oveja c) delincuente d) burro
- BOTELLA es a VINO como PISCINA es a .....
  a) flotador b) agua c) bañista d) verano
- COCHE es a GARAJE como AVIÓN es a .....
  a) avioneta b) aeropuerto c) pista d) hangar
- LIMPIO es a SUCIO como LENTO a .....
  a) despacio b) rápido c) cansado d) tortuga
- CALIENTE es a FRÍO como LUZ es a .....
  a) noche b) oscuridad c) día d) amanecer
- DÁTIL es a PALMERA como UVA es a .....
  a) vid b) vino c) arbusto d) árbol
- ABUELO es a NIETO como TÍA es a .....
  a) suegro b) cuñada c) sobrina d) hijo

3. Realice las operaciones necesarias (multiplicar, sumar o restar) para llegar a los resultados propuestos. Ha de usar todos o algunos de los números siguientes. Fíjese en el ejemplo.

NÚMEROS CON LOS QUE TRABAJAR: 5 10 3 2 50 7

Ejemplo: Resultado al que llegar: 117.

Operaciones que se realizan para obtener 117:

50 x 2= 100

100 + 10= 110

110 + 7= 117.

- Resultado al que llegar: **70.** Indique las operaciones que ha hecho para obtener **70.**

- Resultado al que llegar: **503.** Indique las operaciones que ha hecho para obtener **503.**

- Resultado al que llegar: **140.** Indique las operaciones que ha hecho para obtener **140.**

- Resultado al que llegar: **81.** Indique las operaciones que ha hecho para obtener **81.**

- Resultado al que llegar: **715.** Indique las operaciones que ha hecho para obtener **715.**

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba brevemente lo que hizo **ayer.**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Ejercicio de atención. Primero tache las letras según las siguientes instrucciones, después conteste a las preguntas.

- **Consonantes** que estén escritas **en mayúsculas.** ¿Cuántas ha tachado? .....
- **Vocales** que estén escritas **en minúscula.** ¿Cuántas ha tachado?.....

B	s	N	d	M	f	O	E	e	R	T	U	I	n	O	m	E	N	j	T	E	y	I	o
h	T	j	C	A	f	B	C	A	k	D	E	k	K	R	E	k	T	h	E	h	E	h	a
T	s	d	I	U	f	d	S	f	I	s	O	N	S	s	T	E	s	s	R	f	F	H	m	I
B	r	t	A	j	t	D	S	t	A	B	u	C	i	A	D	I	E	k	R	k	F	E	k	A
k	T	F	f	N	E	f	A	O	f	B	E	f	R	N	f	E	R	f	T	f	E	N	a	o
d	N	f	E	N	s	H	r	S	e	T	H	r	U	r	I	e	A	t	O	r	M	N	e
G	e	O	r	H	n	I	e	J	e	a	O	e	L	i	O	r	i	S	r	t	I	z	H	T	I
u	E	i	A	S	o	R	A	p	S	I	D	E	m	R	n	T	U	a	I	D	s	S	i
c	A	a	B	d	e	c	r	e	D	r	f	E	e	r	H	f	e	N	r	e	I	O	e	M
e	r	N	e	L	r	e	N	r	e	O	f	E	N	h	E	j	M	k	E	I	i	Ñ	E	o
o	i	K	A	r	K	r	e	S	t	J	i	r	F	r	H	r	e	S	r	O	i	r	A	I	t	i
A	I	r	e	S	E	e	N	r	E	D	r	L	e	A	O	m	i	S	n	L	D	a	U
F	e	O	S	r	L	k	e	L	r	S	I	E	t	K	E	e	L	A	r	L	i	S	i	O

3. Mire con atención los siguientes objetos.

Intente responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué herramienta aparece?.....
2. ¿Qué prenda de vestir? .....
3. ¿Qué medio de transporte?.....
4. ¿Qué mueble?.....
5. ¿Qué animal? .....
6. ¿Qué objeto sirve para abrir la puerta?.....
7. ¿Qué fruta?.....
8. ¿Qué medio de comunicación? .....
9. ¿Cuántos objetos ha encontrado?.....

4. Escriba 15 palabras que **comiencen por la letra C y terminen en ON.**

.....

.....

.....

.....

.....

La música y las canciones pueden hacernos viajar al pasado o revivir emociones que creíamos enterradas.

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa cómo es el salón o la sala de estar de su casa (qué contiene, qué lugar ocupa en la casa, para qué lo suele utilizar, su decoración, etc.).

.....

.....

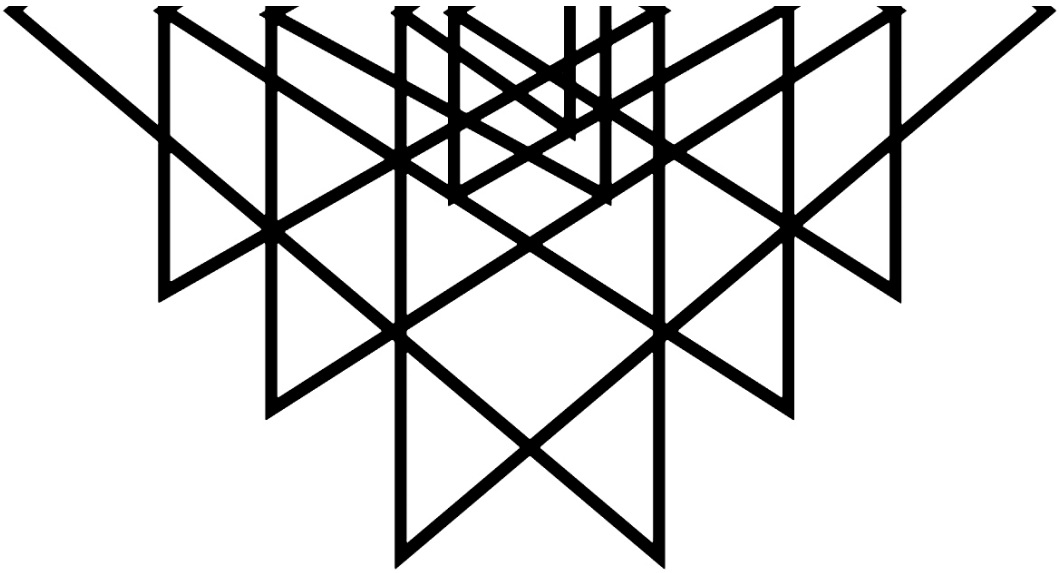
.....

.....

.....

.....

2. Fíjese en la siguiente imagen e **indique cuántos triángulos puede encontrar.**



NÚMERO DE TRIÁNGULOS.....

3. Escriba 15 palabras compuestas, por ejemplo picapedrero (picar + piedra).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Observe esta foto y **describa en voz alta** lo que va **viendo**. A su vez **escriba sobre su propia familia**.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Describa el mercado o comercio donde suele hacer la compra e indique qué diferencias encuentra con los comercios de su juventud.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Complete los siguientes recuadros **con los números** y **operaciones** que faltan.

5	x	3	=	
x		-		-
	+	2	=	4
=		=		=
10	+		=	

4		3	=	
				x
5		10	=	50
=		=		=
20		30	=	

3. Desde 3 vaya sumando 4 y restando 1 alternativamente hasta llegar a 70.

3 – 7 – 6 – 10 –.....

.....

.....

.....

.....**70**

4. Las siguientes frases tienen todas las **palabras juntas.**
En la línea o líneas escriba cada frase con las palabras separadas para que tenga sentido.

Lasmacetasdeljardíntienenmuchasflores.

.....

Aprendizdemucho,maestrodenada

.....

Micasaestásituadacercadelaparadadelautobúsydelparquegrande.

.....

.....

Lapacienciaeslamadredelaciencia.

.....

Losjuegosdemesa,comolascartasoeldominó,sonmuybuenosparaestimularelcerebro.

.....

.....

5. Escriba en números qué hora es según las indicaciones que se dan.

- Faltan dos horas para que se levante; normalmente, se levanta a las 9 de la mañana. .....
- Se acuesta a las 11 de la noche, dos horas y media después de cenar. ¿a qué hora ha acabado de cenar? .....
- Faltan tres cuartos de hora para las 5 de la tarde. .....
- Faltan 15 minutos para que sean las 7 de la tarde .....
- Son las 7 y 23 minutos de la tarde, ¿qué tiempo queda para que sea el día siguiente? .....
- El avión tenía que aterrizar a las 20:15 horas y, por problemas técnicos de la compañía, ha tenido que aterrizar a las 21:47 horas. ¿Cuánto tiempo ha llevado de retraso? .....

  .....
- La cita es a las 11:25. A las 10:45 sale de la peluquería. En el trayecto desde la peluquería hasta el centro de salud tarda 20 minutos. ¿A qué hora llegará al centro médico? .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba brevemente qué hizo el **domingo pasado** (actividades, personas con las que estuvo, lugares a los que acudió, etc).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Resuelva los siguientes **problemas.**

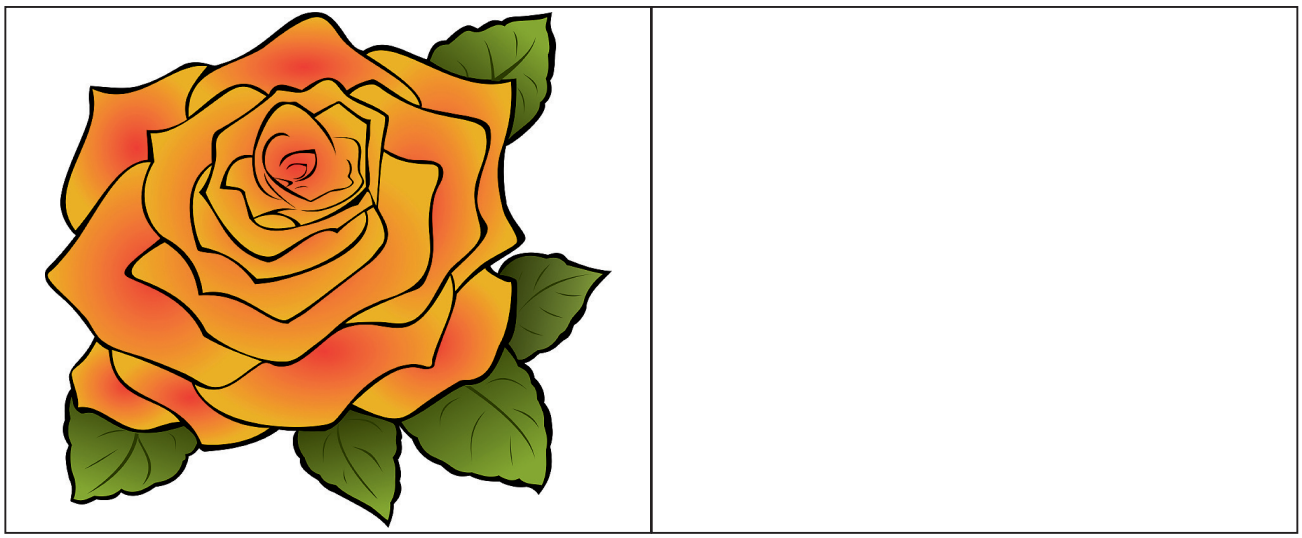
- Un librero ha comprado 225 libros a 5 € cada uno y los vende a 7 € la unidad. ¿Cuánto dinero obtiene de beneficio?

SOLUCIÓN.....

- En un tren, inician el viaje 320 personas. En la primera parada, bajan 25 y suben 15 y en la segunda, bajan 46 y suben 50. ¿Con cuántas personas llega el tren a su destino?

SOLUCIÓN.....

3. Dibuje el siguiente dibujo y **coloréelo** como desee.



3. Marque en el reloj la hora que se indica abajo.

1 menos 25

2 menos 5

9 y 5

12 y 20

7 menos 25

10 y 10

5 y 25

3 menos cuarto

4 y 20

8 menos 10

6 y media

11 menos 5

4. Anagrama de **paises.** Encuentre los países escondidos en las siguientes palabras, fíjese en el ejemplo:

griahun: Hungría

diain: .....

liaita: .....

nacada: .....

genartina: .....

silbra: .....

ciafran: .....

galtupor: .....

guamalate: .....

togipe: .....

amalenia: .....

jimeco: .....

triaaus: .....

ponja: .....

niapolo: .....

cobialom: .....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba el nombre de los **programas de radio** que recuerde e indique sobre qué trataban o tratan.

.....

.....

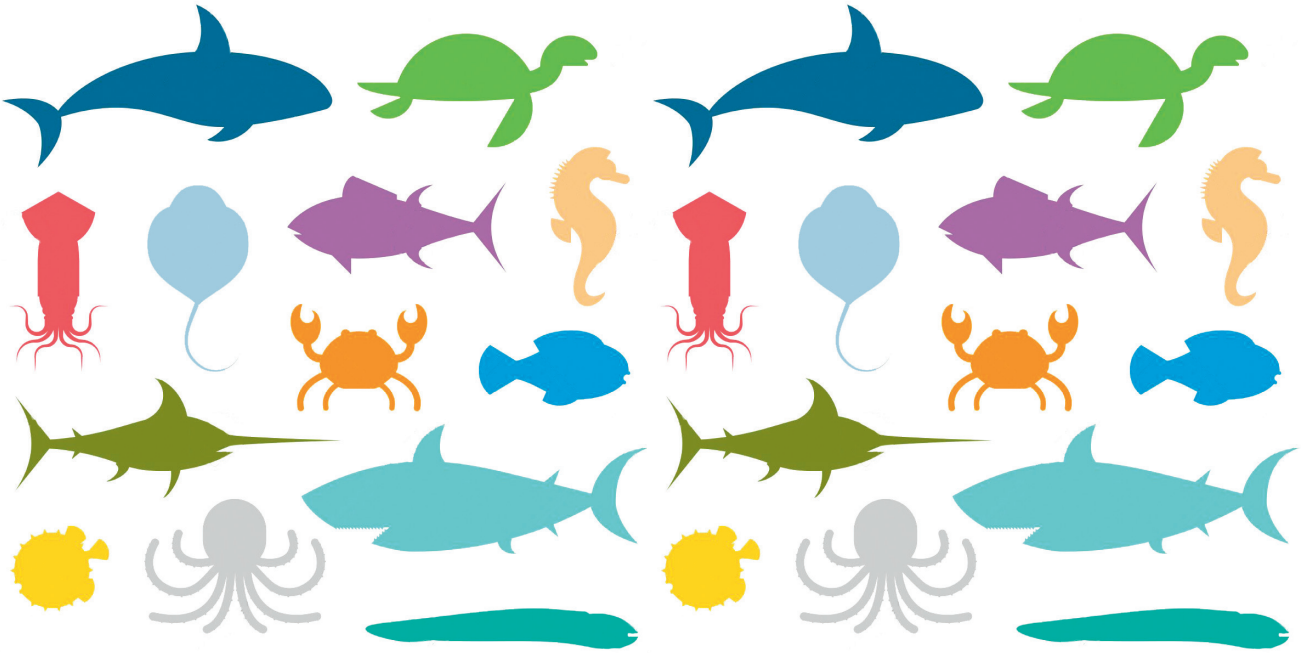
.....

.....

.....

.....

2. Observe la siguiente **imagen marina.** Deberá contestar a unas preguntas.



1. ¿Cuántos animales hay? .....
2. ¿Cuántos están mirando a la izquierda?.....
3. Y ¿cuántos hacia la derecha?.....
4. ¿Cuántos animales de color azul puede ver? .....
5. Además de peces ¿qué otros animales hay?.....

.....

6. ¿Qué otros animales marinos conoce que no sean peces?.....

.....

.....

3. Coloree las casillas correspondientes a las operaciones que se le indican y según las siguientes normas: Se colorea de **rojo** cuando sean **números impares** y de **azul** cuando sean **números pares.**

- El número de la casilla que está encima del 32
- El número que es 8 veces 10 y le suma 3
- El que es 10 más que 53
- El que es 1 menos que 34
- El que es 7 más que 23
- El que va después del 94
- El resultado de 76 + 1 + 5
- El que va entre 43 y 45
- El 57
- El de la casilla de encima del 26
- El resultado de 22 – 7
- El que es 11 más que el número del resultado anterior
- Resultado de 3 + 10
- El que es 10 menos que 83
- El resultado de 27 – 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100

4. Escriba 25 palabras que contengan las 5 vocales, por ejemplo dinosaurio.

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba su opinión sobre **las mascotas** y los **animales de compañía,** e indique si tiene o ha tenido alguno y de qué tipo.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Señale las letras que se repiten con la anterior, por ejemplo EE.

I O N T E A B C A D E E R E T T E O T I U S I
O S S E R F H I I A S B A A S A B C A D E R F A
A N N T F N E A O B R R N E R T N N I O N T
A B C C D E R R E T E E O T I U S I O S T E R
F H I A A B A D S A B C C D E R F E A N T F F
E A O O E R N R R T E N A A S N E N H S T H
U I A O M N I G G O H I J I L L O S I H I U U E N
S R A S D E R T U I D E D D A B C D E E H N I
N O E N E M E Ñ E L K K A K S A A H S O A I A
E D D A O S I D U E M F O S E E L S I E K E L
L L I D A I S O L E F F O L A K S O A L E M E
N F O A S S E N R O F J E I S O S J T E J J W J
E E I O O T O F J F F S J F I E O O F J E O R I I

4. Observe esta imagen y **complete la historia** relacionada con ella.

Al recoger el correo me llevé una gran sorpresa al encontrarme, en un hermoso sobre, la invitación a la boda de la pareja amiga, Jacinto y Amelia. Al leerla, noté cómo mis ojos se llenaban de lágrimas de la gran alegría que sentí. Les conocía desde hace más de 40 años y su historia era digna de ser contada **(a partir de aquí siga usted narrándonos la historia que desee)**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba cuál **es su momento del día favorito** y por qué.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. DESCUBRA EL REFRÁN. Complete las palabras con las sílabas del recuadro, hay una sílaba para cada palabra.
Las sílabas leídas de arriba a abajo le descubrirán un refrán, escríbalo en la línea.

.....SÓN .....JURO
.....DIVA .....TURA
.....TEAR .....LA
.....NA .....LOJ
.....RRÓN .....MÓN

CA	O	CON	JA	VE
DA	PA	RE	SU	JA

REFRÁN.....

.....AÑA .....GA
.....LLETE .....TAR
.....TRAR .....SA
.....UNQUE .....MICO
.....BLE .....TRADA

BI	HAZ	Y	QUI	MI
EN	RES	A	NO	EN

REFRÁN.....

.....EGIR .....BIL
.....BA .....BADA
.....SONTE .....BARCA
.....BILLO .....TE
.....CHE .....FE

NO	AL	JE	EL	HA
MON	TO	HA	BI	CE

REFRÁN.....

3. CALCULEMOS LAS MONEDAS QUE NECESITAMOS.

Fíjese en las siguientes monedas. **Indique debajo de cada moneda las que utilizaría para pagar el precio** que está **indicado** en la columna de la izquierda.

Hay diferentes opciones, indique 2 formas de obtener el precio indicado como en el ejemplo.

PRECIO					
9,50 euros	3	2	2	2	1
	4	1	1	0	0
2,80 euros					
2,10 euros					
10,80 euros					
1,60 euros					
3,70 euros					
4,30 euros					
9,00 euros					
8,70 euros					
0,90 euros					

Los recuerdos del pasado nos ayudan a enriquecer la memoria. Podemos recuperar imágenes, emociones,...

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año

Marque la hora

1. Escriba sobre sus **programas de televisión favoritos,** actuales o antiguos (nombre del programa, canal de televisión, hora, personajes, en qué consiste....).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

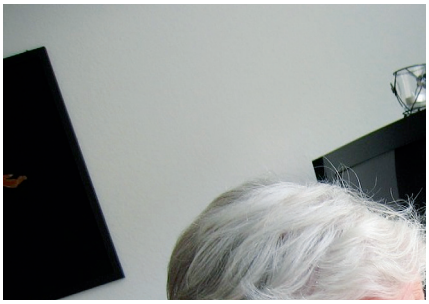
.....

.....

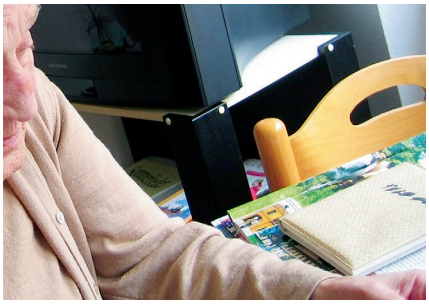
2. Tache todos los **símbolos $** que aparecen en el siguiente cuadro. En los recuadros de la derecha escriba el número de símbolos $ **encontrados en cada fila.** Sume el número total de $ tachados y anote el resultado en el recuadro del total.

$	¢	€	₤	¢	$	₤	¢	€	$	€	₤	¢	$	
₤	$	€	¢	₤	€	$	₤	$	₤	€	$	₤	$	
₤	¢	$	€	¢	₤	€	¢	$	¢	₤	€	¢	€	
$	¢	¢	₤	€	¢	$	€	¢	₤	¢	¢	₤	₤	
€	€	$	¢	₤	¢	€	$	₤	¢	€	$	¢	¢	
€	¢	$	€	¢	$	¢	€	¢	€	€	$	¢	₤	
¢	$	€	¢	€	¢	₤	$	¢	€	¢	$	€	¢	
$	¢	€	₤	¢	$	₤	¢	€	$	€	₤	¢	$	
₤	¢	$	€	¢	₤	€	¢	$	¢	₤	€	¢	€	
¢	$	€	¢	€	¢	₤	$	¢	€	¢	$	€	¢	
$	¢	€	₤	¢	$	₤	¢	€	$	€	₤	¢	$	
													TOTAL	

3. Puzzle. Una fotografía la hemos dividido en 4 partes, fíjese en cada una de las partes.



1



2

3

4

En el siguiente cuadro coloque los números de cada imagen en el orden correspondiente **para que se vea la fotografía completa.**

Orden:

4. Ordene los siguientes **números de mayor a menor.**

375.980	18.302	**1º**	**12º** .....
364.810	67.194	**2º**	**13º** .....
271.839	420.631	**3º**	**14º** .....
152.970	25.890	**4º**	**15º** .....
2.502.693	140.985	**5º**	**16º** .....
26.184	50.439	**6º**	**17º** .....
140.985	693	**7º**	**18º** .....
53.729	4.810	**8º**	**19º** .....
839	6.184	**9º**	**20º** .....
360.826	729	**10º**	**21º** .....
3.729	32.302	**11º**	**22º** .....

madrid salud

http://madridsalud.es/centro-de-prevencion-deterioro-cognitivo