

Ficha_de_trabajo_2017_semana39_A

Preservar el funcionamiento mental

El envejecimiento es una etapa vital que se acompaña de un conjunto de pérdidas orgánicas y funcionales. Una de las más relevantes se relaciona con los cambios que este proceso provoca a nivel cerebral.

Sin embargo, es posible afrontar las manifestaciones más adversas de la edad avanzada. Una actividad física regular permite retrasar el deterioro locomotor y cardiovascular; del mismo modo una actividad intelectual permanente contribuye a preservar el funcionamiento mental.

Los ejercicios de memoria para mayores son actividades de estimulación cognitiva presentados en forma de fichas semanales. Su uso habitual ayuda a desarrollar capacidades mentales que se resienten con el paso del tiempo.

Hasta fechas recientes, el manejo de este tipo de materiales se orientaba únicamente al tratamiento de patologías neurológicas concretas; en la actualidad, por el contrario, su vertiente preventiva y de promoción de la salud cognitiva gana adeptos cada día.

Tras repasar atentamente la lectura, escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra f (efe) en cada línea y súmelas después.

Ficha_de_trabajo_2017_semana39_B

Escriba un nombre propio siguiendo el orden indicado debajo.

- 1º) Primera letra de la última palabra.
- 2º) Segunda letra de la primera palabra.
- 3º) Tercera letra de la palabra que comienza por P
- 4º) Primera letra de la quinta palabra.
- 5º) Segunda letra de la palabra que comienza por V
- 6º) Última letra de la segunda palabra.
- 7º) Cuarta letra de la penúltima palabra.

F	A	L	D	A
Á	R	B	O	L
V	E	N	D	A
P	E	R	R	O
M	A	D	R	E
C	A	N	A	L
C	A	R	T	A

Subraye en cada frase las palabras contenidas en el modelo inferior:

La luna es el único cuerpo celeste visitado por el ser humano.

Muy pronto estará la luna en cuarto creciente.

El sol es un cuerpo celeste que da luz y calor a la tierra.

Los animales y las plantas son seres vivos.

Aún guardo aquella cinta de color azul celeste.

Recientemente he visitado a un antiguo conocido.

Este lugar constituye un paisaje único.

Cada veintiocho días la luna pasa por cuatro fases distintas.

El conocimiento del universo ha interesado siempre al ser humano.

Para realizar un viaje sí hay que estar muy preparado.

Ficha_de_trabajo_2017_semana39_C

Escriba nombres de países cuya inicial sea la letra indicada.

A		B		C		D	
E		F		G		H	
I		J		K		L	
M		N		P		R	
S		T		U		V	

Complete el cuadro
derecho con los números
1, 2, 3, 4 y 5, de modo que
en cada fila (de izquierda
a derecha) y en cada columna
(de arriba abajo) aparezcan
todos ellos, sin que falte
ni se repita ninguno.

1		3		5
2	3		5	
		5	1	
4	5			3
	1			4

¿Cuánto suman los números que se pueden dividir por 8? _____

90 15 6 8 1 21 18 16 71 14 33 23 24 11
 15 32 26 12 55 40 7 57 9 16 48 28 41 4
 2 51 22 5 27 17 13 21 56 59 10 60 19 20







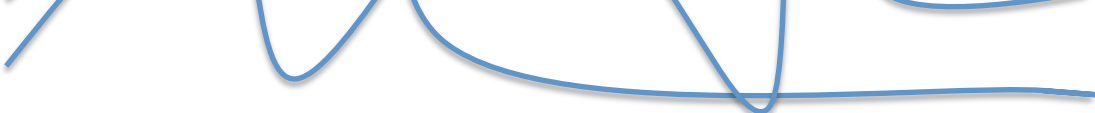
Ficha_de_trabajo_2017_semana39_D

Coloree los cuadros indicados y descubra una cifra. -----

1 4 6 7 8 9 11 12 13 14 15 18 20 23
 28 29 32 34 37 42 43 44 45 46 48 49
 50 51 53 54 55 56 60 62 65 70 74 76
 79 84 88 90 91 92 93 95 96 97 98

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

Averigüe el camino que sigue cada inicial para formar una palabra correcta.

B		_ ALOR
T		_ ADAR
C		_ ASAR
P		_ RAER
N		_ ALIR
S		_ OLER
M		_ AJAR