

Ficha_de_trabajo_2019_semana43_A

Moverse más para vivir mejor

Un consejo muy repetido es que conviene moverse más para vivir mejor. ...

Todos lo hemos oído alguna vez; aunque, al parecer, no nos lo creemos. ...

De otro modo el sedentarismo no sería un patrón de conducta tan común. ...

Los datos son concluyentes. El 60% de la población no realiza ejercicio de un modo regular y el 30% es completamente sedentario. Según la OMS, la inactividad física es un problema de salud pública. Cada año se le atribuyen 3.200.000 fallecimientos en el mundo. ...

El ejercicio físico es bueno para el cuerpo y la mente a cualquier edad. Y aún más a medida que envejecemos. A partir de los 40 años, la pérdida de masa muscular y ósea en el organismo es constante. Y se corre el riesgo de sufrir una vejez prematura si no se toman medidas. ...

Las ventajas para la salud se ponen de relieve muy pronto. No importa la edad de comienzo, sino la actitud y la motivación que se apliquen. Solo es preciso un buen método de trabajo bajo una experta supervisión. ...

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra h (hache) en cada línea y súmelas. ...

Ficha_de_trabajo_2019_semana43_B

Ordene estos números de mayor a menor.

3264 714 932 3472 9735 426 1081 7501 10220
4853 8642 6289 629 354 10654 878 5311 532

Subraye en cada fila (de izquierda a derecha) la palabra similar o equivalente (sinónima) de la escrita con mayúsculas.

DESTREZA	Soltura	Envidia	Alegría	Torpeza	Exceso
SOLITARIO	Lleno	Soberbio	Abundante	Aislado	Escaso
REGALADO	Rebaja	Paseo	Jubiloso	Agrado	Gratis
FIRME	Espeso	Estable	Subido	Rápido	Frío
CHILLIDO	Rayo	Alto	Grito	Silencio	Mordaza

Una las cuatro figuras siguiendo el orden numérico y reproduzca debajo el dibujo resultante.



Ficha_de_trabajo_2019_semana43_C

Descubra una cifra siguiendo estas instrucciones: el primer dígito está situado en la fila B de la 4ª columna; el segundo en la fila C de la 1ª columna; el tercero en la fila E de la 2ª columna; el cuarto en la fila D de la 3ª columna y el quinto en la fila A de la 2ª columna.

	1ª	2ª	3ª	4ª
A	0	2	4	9
B	1	5	7	8
C	6	3	0	1
D	2	8	3	6
E	1	4	2	0

Escriba 12 la palabras relacionadas con una pastelería.

Descubra en cada línea dos cantidades cuya suma sea igual al resultado reflejado a la derecha; subraye ambos números y coloque el signo + (más) donde corresponda.

1 2 3 4 7 1 4 1 5 3 = 2 6 5 0 0

9 5 2 0 1 1 0 0 0 = 2 0 5 2 0

5 7 2 0 1 0 0 0 0 = 1 5 7 2 0

2 0 0 0 1 2 3 4 1 = 1 4 3 4 1

3 0 0 9 7 5 0 = 1 0 0 5 0

Ficha_de_trabajo_2019_semana43_D

Anote debajo de cada dibujo seis palabras referidas al mismo.



_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____

¿Cuántas flores hay en total? _____

