

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana43\_As

### *Moverse más para vivir mejor*

Un consejo muy repetido es que conviene moverse más para vivir mejor. 0

Todos lo **h**emos oído alguna vez; aunque, al parecer, no nos lo creemos. 1

De otro modo el sedentarismo no sería un patrón de conducta tan 0  
común. 0

Los datos son concluyentes. El 60% de la población no realiza ejercicio 0  
de un modo regular y el 30% es completamente sedentario. Según la 0  
OMS, la inactividad física es un problema de salud pública. Cada año se 0  
le atribuyen 3.200.000 fallecimientos en el mundo. 0

El ejercicio físico es bueno para el cuerpo y la mente a cualquier edad. Y 0  
aún más a medida que envejecemos. A partir de los 40 años, la pérdida 0  
de masa muscular y ósea en el organismo es constante. Y se corre el 0  
riesgo de sufrir una vejez prematura si no se toman medidas. 0

Las ventajas para la salud se ponen de relieve muy pronto. No importa la 0  
edad de comienzo, sino la actitud y la motivación que se apliquen. Solo 0  
es preciso un buen método de trabajo bajo una experta supervisión. 0

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas 1  
veces aparece la letra h (hache) en cada línea y súmelas.

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana43\_Bs

Ordene estos números de mayor a menor.

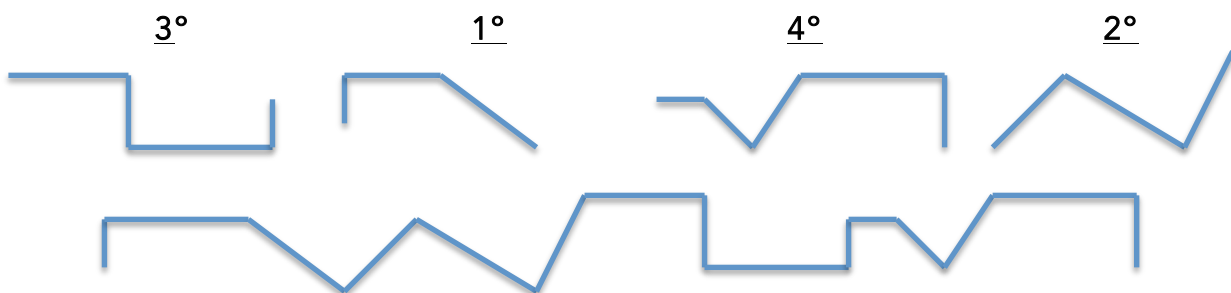
3264    714    932    3472    9735    426    1081    7501    10220  
4853    8642    6289    629    354    10654    878    5311    532

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

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

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

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



Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana43\_Cs

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.

8 6 4 3 2

	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.

Azúcar

Harina

Leche

Guindas

Crema

Merengue

Huevos

Levadura

Pasteles

Tartas

Horno

Mostrador

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\_Ds

Anote debajo de cada dibujo seis palabras referidas al mismo.



Tejado

Uñas

Conversación

Ropa

Viaje

Ventanas

Mascota

Cable

Cajones

Ruedas

Puertas

Orejas

Número

Abrigo

Carretera

Chimenea

Rabo

Timbre

Camisas

Volante

Hogar

Mauullido

Auricular

Vestidos

Asientos

¿Cuántas flores hay en total? **56**

