

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana52\_As

### **Retrasar el envejecimiento cerebral**

Retrasar el envejecimiento del cerebro es una posibilidad real gracias a la 0  
 plasticidad de este órgano, que es capaz de desarrollar a lo largo de la 1  
 vida nuevas neuronas y conexiones, o sinapsis. Para ello es indispensable 0  
 mantenerlo en forma ya que, aunque no es un músculo más, a efectos 2  
 funcionales lo parece. Y se logra con claves como estas: 0

- Ser activos. Moverse es beneficioso porque aumenta el flujo de sangre 1  
que riega el cerebro. 1
- Seguir una alimentación sana. Rica en vegetales, con más pescado que 1  
 carne y restringiendo grasas, azúcar y alimentos muy procesados. 0
- Cuidar las relaciones personales y disfrutar de una vida social plena. El 0  
 aislamiento daña al cerebro. 0
- Desarrollar nuevas capacidades. El aprendizaje estimula la mente; solo 0  
 hay que adaptarlo a los gustos y necesidades de cada cual. 1
- Extremar la concentración en lo que se hace. La atención es la puerta 1  
 de entrada de la memoria; no solo en la vejez, sino a cualqquier edad. 1
- Dormir bien. No tanto por el número de horas como por la sensación 0  
 de descanso. Para ello es esencial tener una buena higiene del sueño. 0

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas 9  
 veces aparece la letra q (qu) en cada línea y súmelas.

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana52\_Bs

Coloree las letras que no coincidan con el nombre escrito a su izquierda.

qu	C	e	E	erre	R	te	T	u	U	pe	B	ese	S
efe	F	ge	F	hache	H	jota	V	ka	K	ele	L	eñe	Ñ
uve	V	ce	C	equis	N	be	B	ene	N	eme	M	pe	U
te	C	erre	R	qu	Q	e	E	ese	X	a	A	de	E
ge	G	hache	T	jota	J	ka	Y	ele	L	eñe	W	zeta	Z

¿Cuánto suman los números divisibles por 2?

$$12 + 14 + 16 + 18 + 20 + 22 + 24 + 26 + 28 + 30 + 66 = 276$$

17	63	<u>12</u>	33	71	9	53	23	41	<u>20</u>	49	35
<u>22</u>	39	27	55	<u>14</u>	85	11	59	<u>18</u>	81	<u>66</u>	21
25	13	45	<u>28</u>	69	31	73	<u>16</u>	51	47	77	<u>24</u>
61	<u>26</u>	83	<u>57</u>	19	75	37	29	43	15	<u>30</u>	79

Utilizando una sola vez las sílabas del cuadro, escriba a la izquierda el nombre de seis instrumentos musicales.

Trombón

Violín

Platillos

Flauta

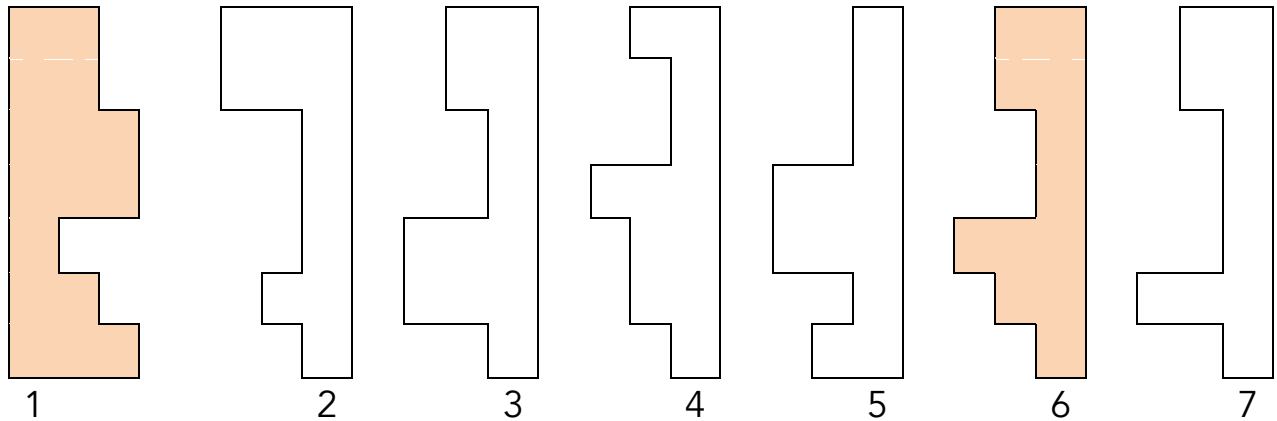
Piano

Acordeón

llos	u	trom	pi	a	pla
vi	cor	fla	de	o	bón
ti	lín	no	ón	ta	a

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana52\_Cs

Indique qué figura forma un rectángulo con la número 1. **6**

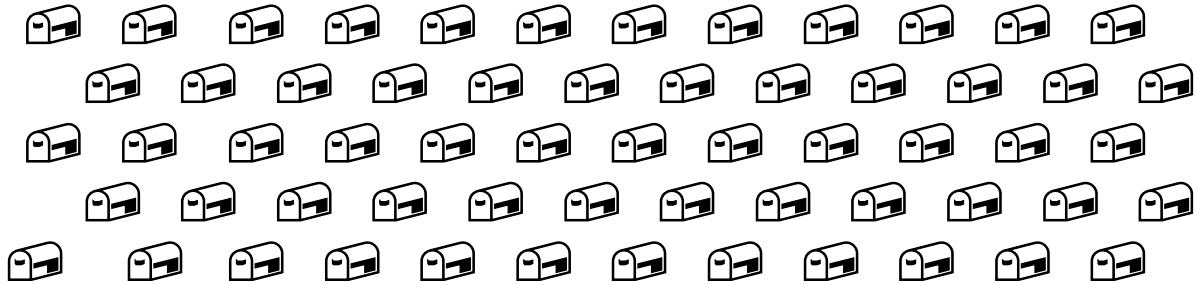


Escriba a la derecha de cada palabra cuatro adjetivos distintos, tal como se indica en el ejemplo. Procure no repetir ninguno.

COMIDA	Caliente	Sabrosa	Suculenta	Apetitosa
BROMA	<u>Pesada</u>	<u>Graciosa</u>	<u>Burlona</u>	<u>Sosa</u>
ÁRBOL	<u>Hermoso</u>	<u>Alto</u>	<u>Frondoso</u>	<u>Seco</u>
CAMA	<u>Dura</u>	<u>Incómoda</u>	<u>Estrecha</u>	<u>Fría</u>
PELÍCULA	<u>Larga</u>	<u>Bonita</u>	<u>Agradable</u>	<u>Antigua</u>
MANOS	<u>Suaves</u>	<u>Cálidas</u>	<u>Protectoras</u>	<u>Infantiles</u>
MESA	<u>Amplia</u>	<u>Surtida</u>	<u>Redonda</u>	<u>Baja</u>
AGUA	<u>Dulce</u>	<u>Templada</u>	<u>Transparente</u>	<u>Salada</u>
ZAPATOS	<u>Nuevos</u>	<u>Negros</u>	<u>Viejos</u>	<u>Rotos</u>

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana52\_Ds

     Agrupe las figuras de 10 en 10 y averigüe cuántas decenas resultan.   6  



Ordene por orden alfabético las palabras escritas debajo.

(Consulte las letras del abecedario solo en caso de duda)

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

Valor, queso, lindero, gracia, carta, imagen, nuboso, acera, humo, uva, treta, madera, radio, zodiaco, dado, sirena, fiesta, bebida, perro, orilla.

- |     |                |     |               |     |               |     |                |
|-----|----------------|-----|---------------|-----|---------------|-----|----------------|
| 1)  | <u>Acera</u>   | 2)  | <u>Bebida</u> | 3)  | <u>Carta</u>  | 4)  | <u>Dado</u>    |
| 5)  | <u>Fiesta</u>  | 6)  | <u>Gracia</u> | 7)  | <u>Humo</u>   | 8)  | <u>Imagen</u>  |
| 9)  | <u>Lindero</u> | 10) | <u>Madera</u> | 11) | <u>Nuboso</u> | 12) | <u>Orilla</u>  |
| 13) | <u>Perro</u>   | 14) | <u>Queso</u>  | 15) | <u>Radio</u>  | 16) | <u>Sirena</u>  |
| 17) | <u>Treta</u>   | 18) | <u>Uva</u>    | 19) | <u>Valor</u>  | 20) | <u>Zodiaco</u> |

Si pasado mañana será sábado 4 de enero ¿qué día fue anteayer?

**Martes 31 de diciembre**