

Lectura 36***La importancia del ocio activo***

<https://envejeceractivos.com/la-importancia-del-ocio-activo/>

Es conveniente destacar la importancia del ocio activo en la vejez. Porque ...
el ocio se suele relacionar con inactividad y descanso. No en vano, la ...
palabra en su origen es la opuesta a negocio, que significa ocupación y ...
quehacer. ...

Sin embargo, en la sociedad actual, el sentido de ocio va más allá. Se ...
vincula al tiempo libre, una situación asociada al disfrute. Y aunque el ...
placer de no hacer nada es innegable, su duración ha de ser breve. Porque ...
la inactividad, si es prolongada, acaba por aburrir. ...

Hay patrones claros de ocio no activo. Sin ir más lejos, el uso excesivo de ...
las pantallas. Entre los mayores, la más común es la televisión. Es sin duda ...
una fuente de entretenimiento, información y cultura. Pero, los efectos ...
son contraproducente si su empleo se dilata. ...

Hay que buscar un ocio activo, con tareas atrayentes que aviven la mente. ...
Un estereotipo muy extendido sobre la vejez es que el paso del tiempo ...
hace perder el buen ánimo. Y no es verdad. Los mayores saben disfrutar ...
de ocupaciones que, además de estimular el cerebro, generan bienestar ...
y favorecen la relación con otras personas. ...

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

1. Ordene las partes de tres refranes, sin repetir ningún trozo.

irás sin	Cada	no te	una cosa	un montón.
el del	grano	A la	y no	más.
día un	vecino.	tu camino	cama	pon y
siempre	saber	harás	mires	Lleva

2. Descubra el valor de las prenda para que las operaciones sean correctas.

	+		+		=	18		+		--		=	10
—	+	—	+	—	=	18	—	+	—	--	—	=	10

3. Subraye las palabras que contengan tres consonantes en el orden que se indica y escriba a su derecha a qué número de grupo pertenecen.

1) <u>J V S</u>	2) <u>H L D</u>	3) <u>C M T</u>	4) <u>N T R</u>	5) <u>G N S</u>	6) <u>R C L</u>
COMETA	HERALDO	CALAMAR	VALORES	COMITÉ	
HIELO	JÓVENES	ACOMETÍ	RECICLAR	GANADO	
JABALÍ	GÉNESIS	CUENTO	GANAS	GANANCIA	
CONTADOR	GUSANO	GANSO	REMOLQUE	ARCILLA	
JUVENIL	ANTORCHA	HALCÓN	COMPÁS	GENERAL	
NUTRIR	LAVA	PAPELERA	HELADO	NATILLAS	
RONDALLA	SENTIDO	NOTARÁ	JUVENTUD	NATURAL	
JUEVES	ORÁCULO	ROCAR	OJIVAS	HASTÍO	

4. Marque el camino que va del 19 al 53 siguiendo un orden numérico.

33	28	29	30	22	23	25	26	24	21	19	19
34	32	31	29	26	24	26	25	22	20	20	22
33	30	32	28	27	26	21	23	26	21	23	25
32	31	35	28	24	25	24	25	27	22	24	26
32	35	30	29	29	26	43	44	46	48	49	50
33	36	34	30	28	42	41	42	47	47	48	47
30	34	36	38	35	40	43	44	47	46	45	49
32	33	35	34	38	41	42	41	45	43	49	50
33	34	36	37	31	40	41	45	44	51	51	55
35	39	33	34	38	39	52	54	53	52	53	54
36	38	39	36	35	37	53	54	53	53	54	50

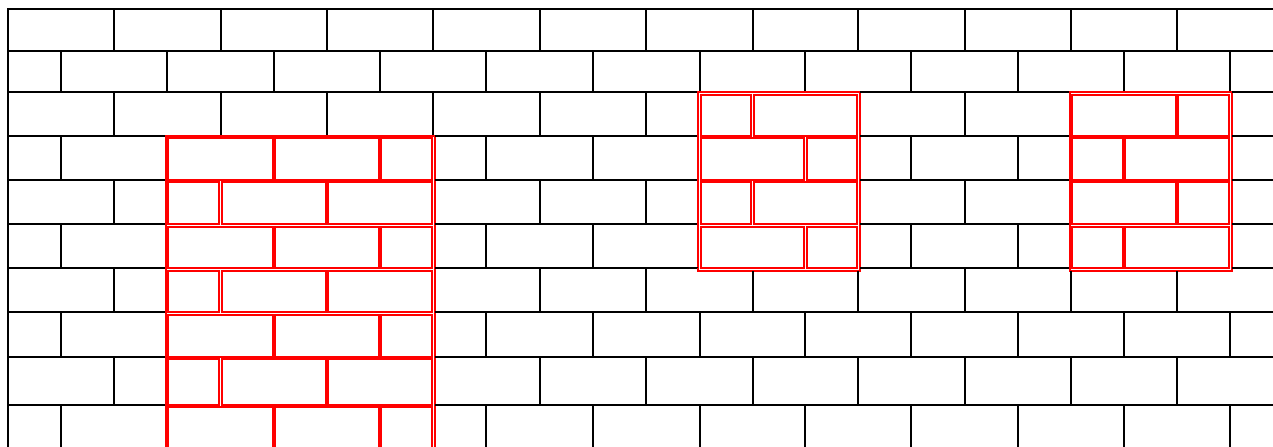
5. Señale que palabra no se relaciona con las demás e indique la razón.

sofá	sillón	cojín	colchón	butaca	cajón	escalón

6. Realice las operaciones teniendo en cuenta la equivalencia de cada letra.

Z = 21	Y = 22	X = 23	V = 24	U = 25	T = 26											
11	+	12	+	T	+	13	+	U	+	14	+	15	+	V	=	
16	+	X	+	17	+	Y	+	18	+	19	+	Z	+	20	=	
Y	+	27	+	V	+	28	+	29	+	T	+	30	+	31	=	
32	+	33	+	Z	+	34	+	X	+	35	+	36	+	U	=	

7. ¿Cuántos ladrillos tiene la pared sin puerta ni ventanas? _____



8. En la cuadrícula grande se ocultan los nombres de 8 colores. Descúbralos rellenando las letras correspondientes a los cuadros en blanco de cada rectángulo inferior, como se indica en el ejemplo n° 1, y anótelos debajo.

E	N	R	V	A	L	D	A	S	N	I	O	R	E	U	M	A	T	I	A	L	C	U
A	R	A	D	E	N	Z	A	S	E	G	U	I	O	N	R	E	S	M	B	I	V	R
A	N	E	R	D	O	T	U	A	R	C	O	J	A	P	R	O	B	A	I	L	E	S
J	A	C	E	Z	A	O	L	P	I	O	J	B	O	L	U	N	G	C	R	Q	M	A

1	2	3	4	5	6	7	8																																																																
<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td>N</td></tr> <tr><td>A</td><td>R</td></tr> <tr><td>A</td><td>N</td></tr> <tr><td>J</td><td>A</td></tr> </table>		N	A	R	A	N	J	A	<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> </table>									<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> </table>									<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> </table>									<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> </table>									<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> </table>									<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> </table>									<table border="1" style="width: 40px; height: 40px; border-collapse: collapse;"> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td style="background-color: #cccccc;"></td><td></td></tr> <tr><td></td><td style="background-color: #cccccc;"></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> </table>								
	N																																																																						
A	R																																																																						
A	N																																																																						
J	A																																																																						

9. ¿Cuántos modos hay de obtener 21 puntos sumando tres números del cuadro? _____

4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 10	
------------------------	--