

Ficha_de_trabajo_2016_semana41_A

Importancia de la actividad física

Numerosos estudios señalan que la actividad física practicada de forma habitual permite disfrutar de una buena calidad de vida en la vejez.

Sin embargo, con relativa frecuencia, se considera que a las personas mayores les resulta difícil adquirir nuevos hábitos y, del mismo modo, que los cambios relacionados con la mejora de la salud aportan pocos beneficios en esta etapa vital.

Esta idea no deja de ser uno más de los muchos y variados estereotipos que rodean el proceso de envejecimiento y que, desafortunadamente, son compartidos en ocasiones por los propios mayores.

La actividad física puede practicarse a cualquier edad; sólo es preciso adaptarla convenientemente a las características personales de cada individuo.

El sedentarismo es nocivo para la salud y mucho más en la vejez, pues a los efectos perniciosos de la inactividad se suman los derivados de las inevitables pérdidas funcionales que acompañan a la edad.

Escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra q (qu) en cada línea y súmelas después.

Ficha_de_trabajo_2016_semana41_B

Subraye en cada línea las figuras iguales y represente con una X en la cuadrícula derecha el lugar que ocupan.

	1	2	3	4	5	6	7
A	\$	¢	£	¥	Ń	€	¢
B	§	φ	ψ	Ω	β	Ψ	Υ
C	Ń	œ	Ŵ	Ń	Ñ	ı	Ã
D	¢	φ	¥	γ	Ω	£	Ω
E	€	β	Υ	φ	Υ	¥	£
F	Γ	Υ	\$	β	€	φ	Γ
G	£	¥	£	φ	\$	β	€

	1	2	3	4	5	6	7
A							
B							
C							
D							
E							
F							
G							

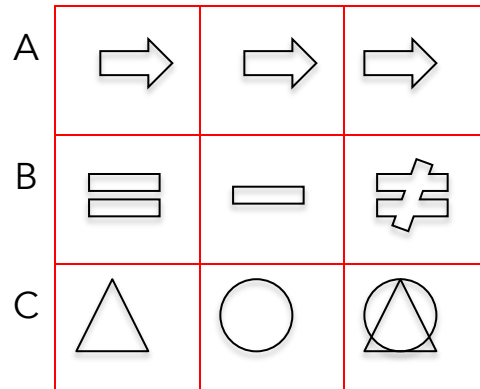
Rellene los espacios vacíos con las palabras de la izquierda.

Primavera, saco, codos, avaricia, correr, Navidad, golondrinas, gato, diciembre buscar, junio, gusanillo, abril, beber, matar, ventana, tirar, carabelas.

30 días trae noviembre, con _____ , _____ y septiembre.
Siempre se ha dicho que la _____ rompe el _____.
No hay que _____ tres pies al _____ , como dijo Cervantes.
Las tres _____ eran Santa María, la Pinta y la Niña.
La _____ se celebra cada año el 25 de _____ .
Es un grave descuido _____ la casa por la _____ .
Agua que no has de _____ , déjala _____ .
Vamos a tomar algo, para _____ el _____ .
Mi vecina no se calla nunca, habla por los _____ .
Las _____ vuelven todos los años en _____ .

Ficha_de_trabajo_2016_semana41_C

Señale cuál es la fila
cuya imagen derecha
está formada por
la superposición
de las dos dibujadas
a su izquierda.



Añada el número adecuado para que las operaciones sean correctas.

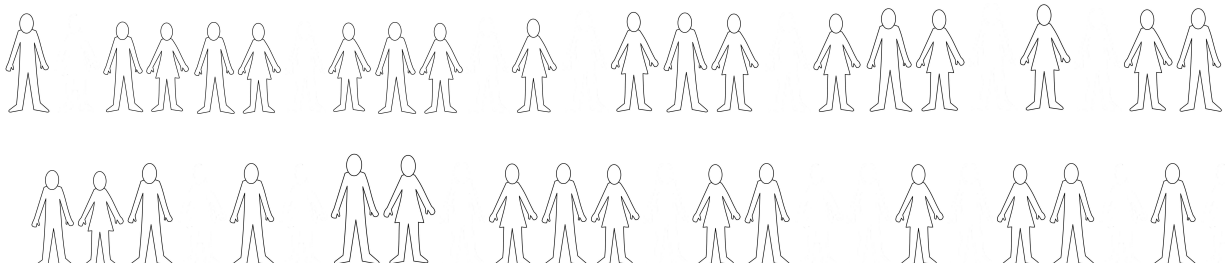
7	+		=	17
-		-		-
	+	4	=	
=		=		=
0	+		=	

	-	12	=	6
-		-		x
9	:		=	
=		=		=
	+	9	=	

	=	16	-	
+		=		-
7	+		=	12
=		+		=
9	=		-	

¿Cuántas siluetas distintas hay dibujadas debajo?

_____ mujeres y _____ hombres



Ordene alfabéticamente las vocales de la palabra murciélago _____

Ficha_de_trabajo_2016_semana41_D

Coloree el cuadro que no tiene pareja.

»»	*	<>	••	⊗	••	○	^	~	««	••
ss	••	!	○	^		»»	<>	~		/
~	^	^	••	««	~	⊗	!	••	*	ss

Realice las siguientes sumas sustituyendo cada letra por su valor correspondiente.

A = 1	A B C	D E A	B C D	E A B
B = 2	+ D E A	+ B C D	+ A C E	+ C D E
C = 4	_____			
D = 5	E D C	A B C	D E A	B C D
E = 3	+ A B C	+ D E A	+ B C C	+ A E B

Descubra qué línea conduce hasta el gato. ____

