

Ficha_de_trabajo_2017_semana22_As

Gimnasia mental en la vejez

El proceso de envejecimiento se caracteriza por una disminución gradual de las competencias cognitivas y, muy especialmente, de la memoria, una de las capacidades que más se resienten con la edad avanzada.

Las dificultades en este terreno se deben fundamentalmente a los cambios cerebrales que aparecen en esta etapa vital. El objetivo de la estimulación cognitiva es favorecer la neuroplasticidad y, como resultado, el rendimiento mental se incrementa.

Una adecuada estimulación cognitiva es capaz de mejorar capacidades como la memoria, el lenguaje, el razonamiento, la percepción o la atención, tal como han puesto de manifiesto numerosos estudios.

El cerebro es el órgano más plástico del cuerpo humano. Gracias a su capacidad de adaptación, puede afirmarse que es el mejor aliado para disfrutar de un envejecimiento activo y saludable.

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

Ficha_de_trabajo_2017_semana22_Bs

Descubra en cada línea qué símbolo coincide con el modelo central.

Γ Θ β Ψ Υ	Γ Θ θ Ψ Υ	Γ Θ δ Ψ Υ	Γ Θ δ Ψ λ	<u>Γ Θ δ Ψ Υ</u>
<u>Δ Ψ ζ φ ψ</u>	Δ Ψ ξ φ ψ	Δ Ψ ζ φ ψ	Δ Ψ ζ φ υ	Δ ω ζ φ ψ
Ξ Υ Ο Γ Σ	Ξ Υ Δ Θ Π	Ξ Υ Θ Π Σ	<u>Ξ Υ Θ Π Σ</u>	Ξ Υ Ο Π Σ
Λ Υ Γ θ η	<u>Λ Υ Γ Φ η</u>	Λ Υ Γ Φ η	Α Υ Γ θ η	Λ λ Γ θ η

Tache los números y con las letras restante escriba una frase
y el nombre y apellido de su autor.

1 2 C 9 3 U 5 A 8 N 7 D 1 O 6 3 S 9 5 E 4 2 E 1 8 S 9 5 J 7 3 O 2
5 V 7 8 E 5 3 N, 9 2 S 1 E 5 8 E 6 7 S 3 5 9 2 P 8 6 A 1 2 R 4 5 A
7 1 T 2 O 6 8 D 3 4 A 5 9 L 1 7 6 A 9 7 3 V 3 6 I 2 8 D 7 A. 8 2 P
6 4 A 3 2 B 9 L 7 O 3 2 P 1 I 8 C 3 7 A 4 2 S 6 S 9 5 O.

Quando se es joven, se es para toda la vida.

Pablo Picasso

Un autobús sale a las 8,15 de la mañana. El viaje dura 4,10 horas,
más una parada de 20 minutos. ¿A qué llegará a su destino? 12,45 h.

Escriba 10 palabras que contengan dos veces la letra t como, tetera.

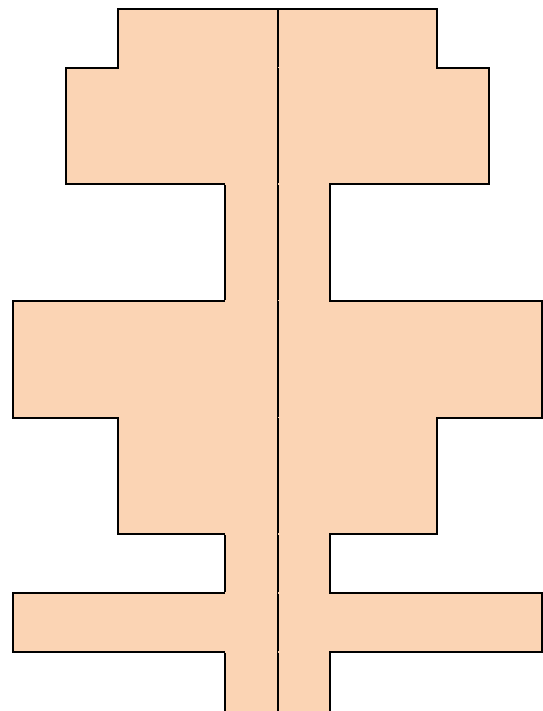
Tartera Tapeta Tartana Taburete Titán
Total Tarta Tinta Tableta Tiesto

Ficha_de_trabajo_2017_semana22_Cs

Escriba a la derecha
una palabra que signifique
lo contrario (antónima).

Sabio	<u>Ignorante</u>
Hábil	<u>Inexperto</u>
Separado	<u>Unido</u>
Deshabitado	<u>Lleno</u>
Verdadero	<u>Falso</u>
Rebelde	<u>Apacible</u>
Abandonar	<u>Cuidar</u>
Ameno	<u>Aburrido</u>
Debilidad	<u>Fuerza</u>
Tumulto	<u>Calma</u>

Copie la figura de forma
simétrica en la parte izquierda
del rectángulo y sombréela.



Cada una de estas palabras
desordenadas contiene una
letra de más. Escríbalas
correctamente y con las
letras sobrantes descubra
el nombre de una capital
europea. Berlín

TE SORLEVIE	<u>E</u>	<u>TELEVISOR</u>
PRAALLA NT	<u>R</u>	<u>PANTALLA</u>
DERQUALNO	<u>L</u>	<u>CUADERNO</u>
ORDORIDENA	<u>I</u>	<u>ORDENADOR</u>
LENROAPIC	<u>N</u>	<u>LAPICERO</u>
BLIRÍABRE	<u>B</u>	<u>LIBRERÍA</u>

Ficha_de_trabajo_2017_semana22_Ds

Inserte las palabras de la derecha en los cuadros vacíos,
teniendo en cuenta la posición de la letra C.

C	A	R	A	V	A	N	A	C	A	L	L	E	
A					C			A					
Z	O	C	O	I		C	O	R	Z	O			
O		A		D				A		C	O	L	
		F		O				M		A			
	C	E	P	O		C	E	S	E		S		
	A								L		O	C	A
	L				C	U	A	D	R	O			

Cese, caravana,
cepo, cuadro,
oca, caramelo,
calle, ocaso,
zoco, corzo,
ácido, cazo,
café, cal, col.

Corte los bloques de la izquierda para
lograr que cada uno de la derecha sume 60.

17									
16									
18									
12									
19	12								
11	15	16							
		15							
		16							
		15							
		14							
		15							
		18							
		12							
		19							
		11							
		17							
		16							
		12							
		15							
		14							
		15							
		16							
		15							
		16							
		15							
		14							
		15							