

# LA MEMORIA DE LAS PERSONAS MAYORES

## QUÉ HACER PARA MEJORARLA

(Basado en el MÉTODO COTOBADE)

## CUADERNO PARA ENTRENAR

# LA MEMORIA



© (2022) MIGUEL ANXO ÁLVAREZ GONZÁLEZ

Subvencionado por:



**pensionistas**

Madrid, marzo de 2022

**Edita:**

**Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO**

Ramírez de Arellano, 19, 1ª planta

28043 Madrid

Teléfono: 91 757 26 22

E-mail: [pensionistas@fpj.ccoo.es](mailto:pensionistas@fpj.ccoo.es)

**Dirección y Coordinación:**

Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO

**Análisis y elaboración de contenidos:**

Miguel Anxo Álvarez González

Depósito legal: M-8267-2022

ISBN: 978-84-09-39018-2

**Producción:**

io, sistemas de comunicación

[www.io-siscom.com](http://www.io-siscom.com)

*“Hay hombres que luchan un día y son buenos.  
Hay otros que luchan un año y son mejores.  
Hay quienes luchan muchos años  
y son muy buenos.  
Pero hay los que luchan toda la vida.  
Esos son los imprescindibles.”*

**Bertolt Brecht**

© (2022) MIGUEL ÁNGEL ÁLVAREZ GONZÁLEZ <sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> **No se permite la reproducción total o parcial de este cuaderno**, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión por cualquier forma, sea éste electrónico, informático, por fotocopia u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del autor. La infracción de los mencionados derechos puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art., 270 y siguientes del Código Penal).



## **CURRICULUM VITAE**

**MIGUEL ANXO ÁLVAREZ GONZÁLEZ** nació en Ourense en 1956. Ingresó en las FFAA en 1974, alcanzando el empleo de COMANDANTE del Ejército. Después de 25 años de servicio, solicita el pase a la Situación de Reserva, para dedicarse por entero al estudio e investigación en el ámbito de la Gerontología y de la Tercera Edad.

MIGUEL ANXO ÁLVAREZ, es Gerontólogo, miembro de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología y de la Sociedade Galega de Xerontoloxía e Xeriatría. Entre su extensa formación académica, destaca: Especialista en Nutrición y Dietética en Medicina Familiar y Comunitaria, Máster en Gerontología y Atención a la Tercera Edad (Área de la Salud), Especialista en Psicopatología y Salud, Máster en Intervención en Calidad de Vida de Personas Mayores, Máster en Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Especialista en Estrés, Envejecimiento y Neurodegeneración, Especialista en Educación para la Salud, Experto en Calidad de Vida en Personas Mayores, Experto en Gerontología, etc., titulaciones, todas, por la UNED.

Es autor de numerosas publicaciones, como sus libros “Calidad de Vida en la Tercera Edad”, “La Memoria de las Personas Mayores”, “Geriatria y Gerontología” y “Estimulación Cognitiva”, Alimentación, Personas Mayores y Envejecimiento Activo.

Ha realizado varios proyectos de investigación entre los que se encuentra la Tesis de Maestría para el Departamento de Teoría de la Educación de la UNED que lleva por título “PROYECTO COTOBADE”, un estudio que muestra cómo inciden las prácticas y actividades de orientación en el medio natural, en la memoria de las personas y el “PROYECTO CIUDAD DE PONTEVEDRA”, que pone de relieve que la práctica habitual de la orientación recreativa mejora de forma notable la calidad de vida de sus practicantes, basado en dos aspectos utilizados en la actualidad, como son la compensación y el entrenamiento cognitivo.

Ha sido colaborador y asesor en materia de Gerontología en varios Centros de Día y Residencias para la 3ª edad: Centro de Día SISAE, Residencia Virgen del Camino, Asilo de Ancianos de Pontevedra.

Ha ejercido la docencia de la Geriátrica y la Gerontología, como jefe del Departamento de Gerontología en la Escuela de Gestión Sanitaria y en el Hospital Miguel Domínguez de Pontevedra.

En la actualidad ejerce la Gerontología en el ámbito privado. Colabora de forma habitual, desde 1999, con la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO y con diversas instituciones tanto públicas como privadas.

## **ESTIMADO USUARIO:**

Le propongo una serie de actividades y ejercicios que se engloban bajo la denominación conocida como **“talleres de memoria”**. Pienso que los talleres de memoria se pueden considerar una actividad terapéutica no farmacológica, aunque se aplique a personas con envejecimiento normal. Son una poderosa herramienta que proporciona una **estimulación cognitiva**<sup>2</sup>, la cual comprende todas aquellas acciones que se dirigen a mejorar su memoria en particular y su funcionamiento cognitivo (intelectual), en general (memoria, lenguaje, atención, concentración, razonamiento, abstracción, cálculo, etc.).

Las denominadas terapias no farmacológicas, en ocasiones también denominadas terapias blandas, dirigidas a las personas con deterioro cognitivo o a personas con envejecimiento normal son un claro ejemplo de la reorientación que están teniendo los objetivos de intervención en estas personas y del énfasis puesto en el aumento de la calidad de vida y del bienestar personal. Dichas terapias están teniendo una importante expansión en la actualidad en nuestro país, así como en el resto de comunidad internacional, fundamentalmente impulsada desde el ámbito aplicado, y que necesariamente deberá ir unida, de hecho, ya está empezando a suceder, al desarrollo de investigaciones científicas que proporcionen luz y conocimientos que permitan llegar a conclusiones bien documentadas sobre las mismas. **Este cuaderno está basado en estos criterios.**

Lo más importante, es que al trabajar las capacidades residuales (las que aún se conservan), la persona logrará evitar un deterioro mayor o que éste vaya más rápido, que el que se produciría al no llevar a cabo ninguna actividad. Todo esto contribuirá a una mejora global de la conducta y del estado de ánimo como consecuencia de una mejora de autoeficacia y autoestima por parte del usuario.

Estos ejercicios están dirigidos a personas mayores y adultos sanos que tengan dificultades con su memoria o que simplemente estén interesados en incrementarla. De esta forma se trabaja la pérdida de memoria durante el proceso de envejecimiento y otras funciones cognitivas como la atención, el lenguaje, etc. Las personas adultas o personas mayores, que consideren que su memoria declina van a disponer de unos materiales que harán mejorar de forma objetiva y subjetiva su memoria y demás procesos cognitivos.

Asimismo, los adultos o personas mayores que consideren que no detectan ningún menoscabo de la función intelectual y que están interesados en, simplemente, mejorar su capacidad cognitiva, pueden hacer uso de este material, generando así hábitos de conducta que favorezcan la prevención del deterioro cognitivo que se produce a lo largo del ciclo vital. Las actividades que se proponen a continuación, pretenden estimular para mejorar o mantener las capacidades cognitivas existentes.

---

<sup>2</sup> La palabra **“estímulo”** proviene del término latino **stimulum**, que significa aguijón. El verbo **“estimular”** también proviene del latín **stimulare**, que significa picar o punzar. Estimular significa también excitar vivamente (a alguien) para la ejecución de una cosa o avivar para la realización de una actividad, operación o función. En general, podría entenderse como la incitación a obrar. La estimulación es todo el conjunto de técnicas que pretenden **potenciar** el elemento de procesamiento del sistema humano a través de la presentación de estímulos adecuados.

El cuaderno se organiza en dos partes. Al principio se presentan todos los ejercicios propuestos que usted debe tratar de responder y al final se proporcionan las respuestas correctas a los mismos (muchos ejercicios pueden tener diferentes respuestas). Si después de un tiempo no consigue responder de forma adecuada a alguno de los ejercicios propuestos, no se rinda, no busque la solución, continúe el próximo día intentando encontrar la respuesta correcta. **EL OBJETIVO NO ES ENCONTRAR LA RESPUESTA CORRECTA, LO QUE PRETENDO ES QUE USTED HAGA TRABAJAR SU CEREBRO.**

Para mejorar la memoria es importante trabajar **la atención**, ya que el proceso de memorización se inicia a nivel sensorial; cuanta más atención se presta en aquello que queremos recordar, más fácilmente podrá recordarse. Muchos fallos de memoria son motivados por una falta de atención. En las últimas páginas dispone de unas láminas para hacer ejercicios de atención. También es importante reforzar **la asociación**. Se trata de una técnica de memoria que consiste en ligar los recuerdos, implica la existencia de conexiones entre estímulos y respuestas. Con los ejercicios de **lenguaje** pretendemos mejorar el vocabulario y la dificultad para encontrar palabras. Y, por último, se plantean ejercicios de **organización**, ya que el material significativo y organizado se retiene mejor que aquel que carece de significación y está desorganizado.

Empiece por el ejercicio número uno y continúe hasta el final para conseguir un entrenamiento óptimo; no se salte los ejercicios que no sean de su agrado o que le representen mucha dificultad para usted. Es importante que medite los ejercicios planteados, con tiempo, algunos de ellos son de rápida resolución, pero otros, si se van trabajando durante la semana, permitirán una elaboración más profunda y logrará una mayor optimización de sus recursos.

Busque un lugar tranquilo que le permita concentrarse con facilidad. Intente resolver los ejercicios planteados tal y como se exponen. Observe como a medida que avanza y va resolviendo ejercicios, cada vez necesitará menos tiempo para realizarlos. No se preocupe si tiene errores. Si lo considera oportuno, en el caso de que vea que le cuesta resolver los ejercicios excesivamente, una vez que haya visto la solución, vuelva a hacer el ejercicio. Razone porqué esa es la respuesta, medite sobre ello y aprenda.

Estoy a su lado para proporcionarle la ayuda que necesite. Lea con atención, piense y responda, teniendo en cuenta que **NO SON UN EXAMEN** y que los errores que se cometan forman parte de la actividad y que por el mero hecho de prestar atención a la lectura y utilizar su cerebro para asimilar la cuestión que debe responder y tratar de resolver los ejercicios propuestos, ya se puede considerar una actividad cognitiva que le proporcionará un enorme beneficio. Sólo son necesarios 30'- 45' diarios.

**¡ÁNIMO! LE ASEGURO QUE MERECE LA PENA.** Antes de empezar le voy a proponer un juego. Si consigue leer las primeras palabras, su cerebro descifrá el resto. Concéntrese, es más fácil de lo que parece. No se rinda, usted puede conseguirlo; recuerde mis sugerencias: **PACIENCIA Y CURIOSIDAD. Tape lo que se escribe como solución, en texto legible y trate de leer.**

**SE SORPRENDERÁ DE LO QUE PODEMOS CONSEGUIR CUANDO PONEMOS ILUSIÓN Y ESTAMOS MOTIVADOS. ADELANTE.**

C13R70 D14 D3 V3R4N0 3574B4 3N L4 PL4Y4 0853RV4ND0 D05 CH1C45 8R1NC4ND0 3N 14 4R3N4, 357484N 7R484J484ND0 MUCH0 C0N57RUY3ND0 UN C4571LLO D3 4R3N4 C0N 70RR35, P454D1Z05 0CUL705 Y PU3N735. CU4ND0 357484N 4C484ND0 V1N0 UN4 0L4 D357RUY3ND0 70D0, R3DUC13ND0 3L C4571LLO 4 UN M0N70N D3 4R3N4 Y 35PUM4. P3N53 9U3 D35PU35 DE 74N70 35FU3RZ0 L45 CH1C45 C0M3NZ4R14N 4 L10R4R, P3R0 3N V3Z D3 350, C0RR13R0N P0R L4 P14Y4 R13ND0 Y JU64ND0 Y C0M3NZ4R0N 4 C0N57RU1R 07R0 C4571LLO. C0MPR3ND1 9U3 H4814 4PR3ND1D0 UN4 6R4N L3CC10N; 64574M05 MUCH0 713MP0 D3 NU357R4 V1D4 C0N57RUY3ND0 4L6UN4 C054, P3R0 CU4ND0 M45 74RD3 UN4 0L4 L1364 4 D357RU1R 70D0, S010 P3RM4N3C3 L4 4M1574D, 3L 4M0R Y 3L C4R1Ñ0 Y L45 M4N05 D3 49U3LL05 9U3 50N C4P4C35 D3 H4C3RN05 50NRR31R.

**ESTO ES LO QUE DEBIERA HABER LEÍDO:**

CIERTO DÍA DE VERANO ESTABA EN LA PLAYA OBSERVANDO DOS CHICAS BRINCANDO EN LA ARENA, ESTABAN TRABAJANDO MUCHO CONSTRUYENDO UN CASTILLO DE ARENA CON TORRES, PASADIZOS OCULTOS Y PUENTES. CUANDO ESTABAN ACABANDO VINO UNA OLA DESTRUYENDO TODO, REDUCIENDO EL CASTILLO A UN MONTÓN DE ARENA Y ESPUMA. PIENSO QUE DESPUÉS DE TANTO ESFUERZO LAS CHICAS COMENZARÍAN A LLORAR, PERO EN VEZ DE ESO, CORRIERON POR LA PLAYA RIENDO Y JUGANDO Y COMENZARON A CONSTRUIR OTRO CASTILLO. COMPRENDÍ QUE HABÍA APRENDIDO UNA GRAN LECCIÓN; GASTAMOS MUCHO TIEMPO DE NUESTRA VIDA CONSTRUYENDO ALGUNA COSA, PERO CUANDO MÁS TARDE UNA OLA LLEGA A DESTRUIR TODO, SOLO PERMANECE LA AMISTAD, EL AMOR Y EL CARIÑO Y LAS MANOS DE AQUELLOS QUE SON CAPACES DE HACERNOS SONREÍR.

**SUGERENCIA:** A continuación, se presentan los ejercicios para que usted pueda entrenar su memoria. No los resuelva en este cuadernillo, hágalo en una hoja aparte, sí lo hace así, siempre tendrá este cuaderno limpio para que, pasado el tiempo, pueda seguir usándolo.

Ponga la fecha en las hojas en los que vaya a tratar de resolverlos, así podrá comparar cómo ha ido gestionando su entrenamiento y podrá comparar el avance.

**¡¡¡ATENCIÓN!!!** LOS EJERCICIOS EN LOS QUE HAYA QUE **ORDENAR PALABRAS** Y PARA RESOLVER **TEST DE RAZONAMIENTO CON LETRAS:** debe tener en cuenta el ALFABETO INTERNACIONAL, es decir, el formado, **SOLAMENTE**, por las siguientes letras, o sea, actúe como si las demás letras “CH”, “LL”, “RR”, no existieran.

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



## ENVEJECER CON EXITO SIGNIFICA

- MANTENERSE ACTIVO FÍSICA Y MENTALMENTE.
- MANTENER LA AUTONOMÍA.
- TENER RELACIONES SOCIALES.
- CONVIVIR EN PAREJA.
- BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE.
- APRENDER, DESCUBRIR.
- TENER CURIOSIDAD.
- TENER PROYECTOS.

## ENVEJECIMIENTO ACTIVO

“PROCESO POR EL CUAL SE **OPTIMIZAN** LAS OPORTUNIDADES DE BIENESTAR FÍSICO, SOCIAL Y MENTAL **DURANTE TODA LA VIDA** CON EL OBJETIVO DE AMPLIAR LA ESPERANZA DE VIDA SALUDABLE, LA PRODUCTIVIDAD Y LA **CALIDAD DE VIDA** EN LA VEJEZ”.



**pensionistas**

**CUADERNO PARA ENTRENAR**  
**LA MEMORIA**

**NIVEL MEDIO**

EJERCICIOS PROPUESTOS

## SESIÓN - N.º 1

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.** EJERCICIO CON SINÓNIMOS Y ANTÓNIMOS. Escriba una palabra que signifique lo mismo que las que le propongo y otra que signifique lo contrario:

INDEPENDENCIA, RICO, DESTRUIR, BELLO, RÁPIDO, PERFUME, PLANICIE, DICHOSO, ABRIGO, SINCERIDAD, BENEFICIO, VALOR, SALUDABLE, OLVIDO, FÁCIL.

**EJERCICIO N.º 2. LENGUAJE.** EJERCICIO CON RESPUESTAS ESCONDIDAS. Cada una de las palabras de la izquierda es una pregunta cuya respuesta se escribe a continuación. Usted deberá colocar las letras en el orden adecuado para encontrar la respuesta:

- |                           |                                  |                            |                    |
|---------------------------|----------------------------------|----------------------------|--------------------|
| 1. Pintor: ZZEQÁVEUL      | 2. Capital de provincia: LARAMEÍ | 3. Río de España: ADUINAGA |                    |
| 4. Flor: REIHNATSO        | 5. Autonomía española: IAGICLA   | 6. Nombre de varón: UGILEM |                    |
| 7. Nombre de mujer: ALCRA | 8. País: ÉGALBIC                 | 9. Fruta: OUQRBACEAIL      | 10. Animal: EYOTOC |

**EJERCICIO N.º 3. LENGUAJE.** LAS SÍLABAS SALTARINAS. Le propongo nombres de animales, formados por dos sílabas, en filas distintas. Elija una sílaba de cada fila y escriba los 12 nombres.

PRIMERA SÍLABA: TO, LI, VA, TO, LO, ZO, AL, RA, RE, GA, CE, DEL.

SEGUNDA SÍLABA: BO, RÓN, CA, CE, FÍN, BRA, PO, RO, LLO, RRO, TÓN, NO.

**EJERCICIO N.º 4. LENGUAJE.** LA FUGA DE LAS VOCALES. A continuación, leerá un texto al que le faltan las vocales. Escríbalas en los espacios correspondientes. Leerá algo que tiene relación con lo que estamos haciendo.

TEXTO: “\_N \_ST\_ \_J\_RC\_C\_\_ F\_LT\_N T\_D\_S L\_S V\_C\_L\_S  
¿S\_R\_S C\_P\_Z D\_ \_SCR\_B\_RL\_S T\_D\_S? \_S F\_C\_L”.

**EJERCICIO N.º 5. RAZONAMIENTO.** SOBRA UNA. En cada fila le proponemos cuatro palabras, tres de ellas están relacionadas entre sí, otra no cumple esa condición. Encuéntrela y explique por qué la eligió.

- |                                       |                                      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. LUGO, OURENSE, LEÓN, PONTEVEDRA    | 2. DUERO, MIÑO, TAJO, MAR            |
| 3. MOTO, BICICLETA, COCHE, CAMIÓN     | 4. MANZANA, JUDÍA, PERA, PLÁTANO     |
| 5. CASTAÑA, PINO, CEDRO, ABEDUL       | 6. GATO, LEÓN, PERRO, CANARIO        |
| 7. PARÍS, MADRID, BARCELONA, VALENCIA | 8. PUMA, LINCE, TIGRE, HIENA         |
| 9. FELIZ, DELGADO, DICHOSO, RADIANTE  | 10. TENEDOR, CUCHILLO, OLLA, CUCHARA |

**EJERCICIO N.º 6. LENGUAJE.** MEJORE SU VOCABULARIO. Escriba el nombre de, al menos, 5 animales, 5 objetos y 5 apellidos que comiencen por las letras: B, C, M, P.

**EJERCICIO N.º 7. LENGUAJE.** MEJORE SU VOCABULARIO. Escriba, al menos, diez palabras que contengan la letra “Y”. Otras diez que comiencen por “H”. Escriba diez palabras que contengan las letras “DR”.

**EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.** ANAGRAMAS. Los anagramas son palabras que resultan de la inversión (alteración del orden) de las letras de otra, por ejemplo: CASE y SECA. El ejercicio consiste en escribir palabras distintas a las propuestas sin quitar ni añadir letras, sólo se puede variar el orden de las mismas.

PALABRAS PROPUESTAS:

RESTO, CASTO, FLORA, ROBAR, TOCAR, VALOR, CARPA, CALOR, LETRA, BESAR

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE. MEMORIA SEMÁNTICA. PREGUNTAS Y RESPUESTAS.**

Le presento una serie de preguntas con sus respuestas que tienen sus letras desordenadas. Escriba las respuestas.

¿Quién fue el autor de “El alcalde de Zalamea”?	LACÓRNED
¿Cuál es la capital del Reino Unido?	NODSRLE
¿Qué río atraviesa la ciudad de Toledo?	TOJA
¿Qué nombre recibe el hueso más largo del ser humano?	RUFMÉ
Nombre de mujer	RAMRATGAI
¿Quién fue el autor de “La Divina Comedia”?	TADEN
Provincia de España	TEBALAEC
Premio Nóbel de Literatura	ACLE

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE. LAS SÍLABAS SALTARINAS II.** A continuación, le mostramos dos filas; combinando de forma adecuada cada sílaba de la primera con una de la segunda, obtendrá palabras completas. Escríbalas.

1.ª FILA: CALDE	ME	SIE	CE	SA	TAME	JA	APA	LU	CLA
2.ª FILA: RRA	NAR	MAR	RÓN	RADOR	SITA	NES	BÓN	SIS	BADO

**EJERCICIO N.º 11. MEMORIA A CORTO PLAZO.** Otra persona debe leer una palabra de las siguientes. Usted debe deletrear palabra que acaba de escuchar y a continuación deletrear en orden inverso.  
PALABRAS PROPUESTAS: BOCA, PELOTA, AMOR, LETRA, FILETE, FRESA, PIANO, PLÁTANO

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE. VOCABULARIO.** A continuación, le propongo cuatro palabras con cuatro posibles respuestas. Usted debe elegir la que signifique lo mismo. PALABRAS PROPUESTAS:

- |  |  |
|--|--|
| 1. ESCALÓN: Escalera, peldaño, balcón, tinta | 2. PELO: Cepillo, sello, cabello, reloj    |
| 3. GRUTA: Espejo, fruta, corazón, gruta      | 4. COCHE: Agua, automóvil, semáforo, radio |
| 5. CORAJE: Exterior, interior, valor, pasión |  |

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.** Ordenar de menor a mayor los siguientes números:

98, 67, 34, 62, 56, 43, 13, 78, 81, 72, 5, 19, 102, 7, 89, 23

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.**

1. Tu seguro del coche caduca dentro de 84 días ¿cuántas semanas faltan para que caduque?
2. Tu equipo favorito juega cada seis meses. La última fue el 2 de mayo ¿cuándo vuelve a jugar?
3. Si tienes que tomar una pastilla cada 6 horas ¿cuántas tomas en una semana?

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 1 y conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

1. ¿Cuántas gaviotas hay?
2. ¿Cuántos hombres pescan con caña?
3. Diga cuántas mojas hay?
4. Busque dónde se encuentra una persona leyendo la prensa

**EJERCICIO N.º 16. RAZONAMIENTO.** A continuación, verá una serie de dos palabras. Tendrá que escribir una condición por la que son semejantes y otra por la que son diferentes, basta con una condición, ya que puede haber muchas más.

Ejemplo: Peseta y dólar. Semejanza: Las dos son monedas. Diferencia: Son de países distintos.

PALABRAS PROPUESTAS: Mesa y Silla    Fresa y Melón    Cuchara y Tenedor    Anillo y Pulsera

## SESIÓN - N.º 2

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. LA FAMILIA.** Escriba, al menos, tres palabras relacionadas con las que le proponemos. PALABRAS PROPUESTAS:

BOMBERO, FUTBOLISTA, MÉDICO, MODISTA, COCINERA, MÚSICO, ALBAÑIL, PROFESOR

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** A continuación, verá una serie de dos palabras en cada línea. Tendrá que escribir una condición por el que son semejantes y otra por el que son diferentes, basta con una condición, ya que puede haber muchas más. Ejemplo: Peseta y dólar. Semejanza: Las dos son monedas. Diferencia: Son de países distintos. PALABRAS PROPUESTAS:

SARDINA Y TRUCHA      MÉDICO Y ABOGADO      AZAFRÁN Y CANELA      VERANO E INVIERNO

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO. LETRAS Y NÚMEROS.** A continuación, le proporcionamos unas cantidades en letra, debe escribirlas con números.

Catorce mil diez      Siete mil cuarenta y dos      Diez mil ciento catorce  
Ciento siete mil doce      Dos millones ciento diez      Dieciocho mil quinientos dos

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Hágalo en voz alta, eso reforzará su capacidad de memorización. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

CAMIÓN, PAN, LAGARTO, GATO, BICICLETA, PERRO, LÁPIZ, MANZANA, PATÍN, CHULETA

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE. PALABRAS UNIDAS.**

En la 1.ª fila hay 10 palabras y en la 2.ª están sus antónimas, es decir, las contrarias.

Escriba una palabra seguida de su contraria.

1.ª FILA: abajo, abandonar, abarrotar, ablandar, prohibir, abrigo, acá, acumular, adelgazar, adición

2.ª FILA: engordar, sustracción, allá, arriba, esparcir, amparar, descargar, endurecer, desamparo, permitir

**EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.**

Escriba, al menos 3, nombres de varón que empiecen por la letra A, B, C, D, E.

Escriba, al menos 3, nombres de alimentos que empiecen por la letra A, B, C, D, E.

**EJERCICIO N.º 7. CÁLCULO.** Ordene de menor a mayor las cifras:

89      67      34      62      56      43      13      78      81      72

**EJERCICIO N.º 8. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Señale con un círculo todas las “p” y “q” del siguiente grupo de letras:

d e h q k p a d p c b p j q a p p p a n c d e h q k p a d p q c b p j q a p p p t  
y q k p a d p c k p j q a p p p ñ n c d e h q k p a p n d p q c b p j q  
a p p d e h q k p a d p c b p j q a p p p a n c d e h q k p a d p q c b  
p j q a p p p

**EJERCICIO N.º 9. MEMORIA SEMÁNTICA.** A continuación, debe escribir el nombre de 8 comidas dulces y 8 animales con cuatro patas.

**EJERCICIO N.º 10. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 1 y conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

1. ¿Dónde está el buzo? 2. ¿Puedes ver la señora embarazada? 3. ¿Cuántos policías están en la fotografía?
4. Diga cuántos ciclistas aparecen en la imagen

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE. LOS REFRANES.** Complete los refranes

Curarse en..... Ir de punto en.... Contigo.....  
 Andar como Pedro por su..... El tiempo es.....

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.** Responda a las preguntas. Se le facilita la respuesta correcta con las letras desordenadas.

- |                                       |                                |
|---------------------------------------|--------------------------------|
| 1. AUTOR ESPAÑOL DE NOVELA: SETNAVREC | 2. CANTANTE ESPAÑOLA: AJOTPNA  |
| 3. FUTBOLISTA ESPAÑOL: ATSENI         | 4. CIUDAD DE GALICIA: SOZTABEN |
| 5. HUESO DEL CUERPO: OREMHU           | 6. ELECTRODOMÉSTICO: ARODAVLA  |
| 7. CIUDAD DE GALICIA: OGTISANA        | 8. CARTA DE LA BARAJA: ABACOLL |

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.** Realiza las siguientes operaciones.

1. Escribe con números quinientos cincuenta y siete mil cinco
2. ¿Qué número es cinco unidades menor que 897?
3. ¿Cuántos minutos son dos horas y quince minutos?
4. ¿Qué número es nueve unidades mayor que 9999?
5.  $108 + 299 - 107$

**EJERCICIO N.º 14. MEMORIA SEMÁNTICA.** Escriba 30 prendas de vestir diferentes.

**EJERCICIO N.º 15. CÁLCULO.** ¿Recuerda las compras en pesetas?

1. Va al supermercado con 1000 pesetas y compra dos botellas de leche que valen, cada una 105 PESETAS. ¿Qué cambio deben darle?
2. Con la vuelta de la leche va a la panadería a comprar 4 barras de pan, que cuesta cada una 65 PESETAS. ¿Cuánto paga por el pan?
3. ¿Con cuánto dinero regresa a su casa?

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.** En cada línea hay cuatro palabras, tres de ellas tienen algo en común. Señale la que es diferente y explique por qué.

1. MALLORCA, HIERRO, SANTANDER, IBIZA
2. PALOMA, HALCÓN, PERIQUITO, CANARIO
3. BOLSO, GUANTES, ABANICO, FALDA
4. PINO, ABETO, CEDRO, HIEDRA
5. LIBRO, REVISTA, SELLO, PERIÓDICO
6. CORDILERA, RÍO, LAGUNA, AFLUENTE
7. EUROPA, FRANCIA, ASIA, ÁFRICA
8. DEFECTO, ADORNO, TACHA, FALTA

## SESIÓN - N.º 3

### EJERCICIO N.º 1. MEMORIA - LENGUAJE.

Escriba 10 palabras de 4 letras que empiecen por la letra “C”

Escriba 10 palabras de 5 letras que empiecen por la letra “C”

Escriba 10 palabras de 6 letras que empiecen por la letra “C”

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** A continuación, le mostramos conjuntos de dos palabras, debe encontrar lo que tienen en común. PALABRAS PROPUESTAS:

- |                     |                       |                  |
|---------------------|-----------------------|------------------|
| 1. Piano y órgano.  | 2. Dalí y Rubens.     | 3. Lugo y Cádiz. |
| 4. Pasas y turrón.  | 5. Rojo y amarillo.   | 6. Lápiz y goma. |
| 7. Sodio y Potasio. | 8. Camisa y chaqueta. | 9. A y B.        |

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Ordene de menor a mayor las cifras:

19    87    65    22    80    29    42    92    74    36

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

LIBRO, PAPEL, TEJADO, VENTANA, CRISTAL, BOLÍGRAFO, ORDENADOR, CAMINO, FE, ZAPATO

### EJERCICIO N.º 5. MEMORIA SEMÁNTICA.

Escriba, al menos 3, ciudades de España, que empiecen por la letra A, B, C, D, E.

Escriba, al menos 3, nombres de plantas que empiecen por la letra A, B, C, D, E.

Escriba, al menos 3, nombres de objetos que empiecen por la letra A, B, C, D, E.

**EJERCICIO N.º 6. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** ¿Diga qué palabra está desaparecida?

MESA SILLA PISO SACA COSE SALA COPA LIBRO LÁPIZ MUSA CIMA PUÑO SACO  
PESO POSO CASA COSA SILLA COSA MESA SACA LÁPIZ POSO CIMA SALA COPA  
COSE PISO PESO LIBRO PANA PUÑO MUSA SACO PANA

**EJERCICIO N.º 7. LENGUAJE.** Ordene las letras de los siguientes nombres propios de persona, tanto masculinos como femeninos. Ejemplo: VAE ↔ EVA

OJSE    SAOR    SILU    NOSAI    REGOJ    LAUJI    NELEA    ORLAF

**EJERCICIO N.º 8. MEMORIA SEMÁNTICA.** A continuación, debe escribir el nombre de 8 aparatos que funcionen con electricidad y 8 muebles de madera.

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.** Dígale a alguien que le lea, una a una, las siguientes palabras, después debe deletrearlas. Por ejemplo: PEZ, tendría que decir: P (pe)-E (e)-Z (zeta). PALABRAS PROPUESTAS:  
ERA    OSO    PÍO    CASA    HOLA    MESA    AMOR    SILLA    SELLO

**EJERCICIO N.º 10. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 1 y conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

1. Busque una alcantarilla
2. ¿Dónde está el personaje vestido todo de negro?
3. ¿Dónde está una señora con la falda de color blanco?
4. Localice el perro



**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Escriba, al menos una respuesta, de ciudad, color, animal, nombre persona y comida, que comiencen por las letras: B, A, M.

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.** Responda a las preguntas. se le facilita la respuesta correcta con las letras desordenadas.

- |                                    |                                      |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. LEGUMBRE: OZBAGNAR              | 2. FRUTA: LOMEN                      |
| 3. CAPITAL EUROPEA: SELNODR        | 4. MUEBLE DE LA CASA: RODRAPAA       |
| 5. EDIFICACIÓN ANTIGUA: OLTILSAC   | 6. MONEDA ANTIGUA: OCRAFN            |
| 7. HUESO DEL CUERPO HUMANO: ALTUOR | 8. RÍO QUE PASA POR LONDRES: MEATSSI |

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.** Realiza las siguientes operaciones.

1. ¿CUÁL ES EL RESULTADO DE SUMAR CUATRO DOCENAS MÁS 11 UNIDADES?
2. ¿QUÉ NÚMERO ES 15 UNIDADES MENOR QUE 10005?
3.  $3108 + 199 - 3017$
4. ¿CUÁL ES EL RESULTADO DE 7 HORAS Y 20 MINUTOS + 120 MINUTOS
5. ESCRIBE CON NÚMEROS UN MILLÓN DOSCIENTOS VEINTE MIL UNO.
6. ¿CUÁNTAS HORAS HAY EN UNA SEMANA?

**EJERCICIO N.º 14. LENGUAJE.** Escriba 25 palabras acabadas en “TA”.

**EJERCICIO N.º 15. CÁLCULO.** ¿Recuerda las compras en pesetas?

1. Un libro vale 1.275 PESETAS y tan solo tiene para ello 1035 ¿Cuánto le falta?
2. A la vista de lo anterior, su hermano, le da 300 PESETAS ¿Cuánto le sobra?
3. Con lo que le sobró del libro se compra una revista que cuesta 28 pesetas. ¿Con cuánto dinero regresa a su casa?

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.** En cada línea hay cuatro palabras, tres de ellas tienen algo en común. Señale la que es diferente y explique por qué.

1. PICASSO, GOYA, DALÍ, MIRÓ
2. HUMILDE, OCULTO, MODESTO, SENCILLO
3. COCHE, CARRO, MOTO, CAMIÓN
4. DETENER, PARAR, COPIAR, SUJETAR
5. BANDEJA, VASO, PLATO, FUENTE
6. ALEGRE, PESADO, JUBILOSO, FELIZ
7. MANZANA, PERA, MORA, CIRUELA
8. CULTO, ZAFIO, ERUDITO, DOCTO
9. LIBERAR, OPRIMIR, LIBERTAR, SOLTAR
10. ATREVIDO, OSADO, AUDAZ, INCAPAZ

## SESIÓN - N.º 4

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

Escriba 10 palabras de 7 letras que empiecen por la letra “c”.

Escriba 10 palabras de 8 letras que empiecen por la letra “c”.

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** Le presento una serie de símbolos con su significado. Tiene que traducir cada grupo, para ello fíjese en el modelo y descifre a qué letra equivale cada símbolo. Guíese por el ejemplo.

Њ = A    Ц = E    Д = I    Ж = O    Ы = U    Л = C    П = L    Ф = M    Ц = P    Щ = S  
EJEMPLO: Ф Њ Ц Њ = MAPA

PALABRAS PROPUESTAS:

1. Л П Д Ф Њ                      2. Ц Ы П Щ Ж                      3. Щ Ы Ц П Њ  
4. Л Њ Ф Д Щ Њ                      5. Ц Ж Ц Ф Њ Щ                      6. Л Њ Ф Ц П Д Њ Щ

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Ordene de menor a mayor las cifras:

75    39    85    62    93    28    15    33    47    66

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

MESA, SILLA, ARMARIO, SOFÁ, COCINA, SALÓN, CAMA, COLCHA, LÁMPARA, FAROL

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

Escriba, al menos, quince palabras que empiecen por “Pi”.

**EJERCICIO N.º 6. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Encuentre los cuatro números, entre el 1 y el 64, que no aparecen en la parrilla. Escríbalos.

16	31	59	8	46	41	17	49	23	5	19	55	27
3	60	10	44	42	52	11	58	16	36	51	14	33
24	39	30	62	9	43	29	21	2	20	6	40	57
22	18	50	45	35	25	4	53	34	64	12	56	15
47	26	63	7	48	37	28	1					

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA.** Escriba 20 frutas diferentes.

**EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.** Ordene las letras de los siguientes nombres propios de persona, tanto masculinos como femeninos. Ejemplo: VAE ↔ EVA

DIAL    AMAIR    ACSUL    LUAPA    MAJIE    ADNIA    RACAL    GULEMI

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.** Dígale a alguien que le lea, una a una, las siguientes palabras y pídale que las deletree. Por ejemplo: PEZ, tendría que decir: P (pe)-E (e)-Z (zeta). **CONSEJO PRÁCTICO:** Cuando realicen un ejercicio en el que el participante debe deletrear palabras, hay que empezar con palabras de 3-4 letras e ir aumentando el nivel sucesivamente hasta que el participante tenga dificultades de deletrear la palabra que se le está diciendo.

CABEZA CUADRO SÁBANA PESEBRE AMAPOLA CAPITÁN  
ORDENADOR PARAGUAS COMANDANTE

**EJERCICIO N.º 10. RAZONAMIENTO.** Deberá encontrar lo que tienen en común un grupo de palabras.

1. ¿Un rombo, un cuadrado y un triángulo?
2. ¿El Duero, el Guadalquivir y el Tajo?
3. ¿El coche, el autobús y el tren?
4. ¿El verde, el amarillo y el azul?
5. ¿La mosca, la abeja y la avispa?

**EJERCICIO N.º 11. MEMORIA.** Escriba 25 verduras-hortalizas frutas diferentes.

**EJERCICIO N.º 12. CÁLCULO.** Escriba con letra los siguientes números:

1.981 14.014 34.302 82.724 390.101 802.703 930.620

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.** Construir una frase de, al menos, 4 palabras, que comiencen todas por la misma letra y que tenga sentido. Hágalo con las letras B, C, D, F, P, T.

EJEMPLO: ÁNGEL ÁLVAREZ ALONSO ACABÓ ALABADO

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.**

1. Si tiene una cita a las 9 de la mañana y el punto de encuentro está a media hora de su casa ¿a qué hora debe salir para ser puntual?
2. Para salir arreglado necesita 20 minutos para vestirse y 35 minutos para desayunar ¿a qué hora debe poner el despertador?

**EJERCICIO N.º 15. LENGUAJE.** Ordene las letras de los siguientes nombres, tanto masculinos como femeninos.

LIAMAE, ABNIAF, NLEDAI, RUTORA, CROSMAL, MALICO, CIALIA, GELUMI, ROSLAC, MELASO, RIOLGA, RAVOAL, NERMAL, PAMORA.

**EJERCICIO N.º 16. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 7 y conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

- |                                   |                                     |
|-----------------------------------|-------------------------------------|
| 1. ¿Cuántas estrellas azules hay? | 2. ¿Cuántas estrellas violetas hay? |
| 3. ¿Cuántas estrellas verdes hay? | 4. ¿Cuántas caras azules hay?       |
| 5. ¿cuántas caras verdes hay?     | 6. ¿Cuántos corazones violetas hay? |

## SESIÓN - N.º 5

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. VOCABULARIO.** A continuación, le propongo cuatro palabras con cuatro posibles respuestas. Usted debe elegir la que signifique lo mismo. PALABRAS PROPUESTAS:

1. CASA: PATO, HOGAR, LEÑA, PIEDRA
2. PARED: SUELO, MURO, SARTÉN, SILLÓN
3. CALENDARIO: RELOJ, HORA, NOTICIA, ALMANAQUE
4. FILETE: PESCADO, ENTRECOT, CERVEZA, PAN
5. MOTIVO: PONZOÑA, RAZÓN, INTERÉS, TOXINA

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** A continuación, verá una serie de dos palabras. Tendrá que escribir una condición por la que son semejantes y otra por la que son diferentes, basta con una condición, ya que puede haber muchas más. Ejemplo: Peseta y dólar. Semejanza: Dos son monedas. Diferencia: Países distintos. PALABRAS PROPUESTAS:

PANTALÓN Y CALCETÍN                      CARNE Y PESCADO  
CHOCOLATE Y CHORIZO                      COCHE Y BICICLETA

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Resuelva, sin utilizar lápiz y papel, las siguientes operaciones aritméticas.

1.  $9 + 8 + 3 - 4 + 5 - 8 - 7 + 9 + 5 - 2$
2.  $8 + 3 + 5 - 4 + 9 + 2 - 7 + 3 + 6 - 9$
3.  $2 + 7 + 7 - 6 + 4 - 8 + 5 + 7 - 6 + 4$
4.  $5 + 3 + 6 + 2 - 7 - 6 + 5 + 5 - 3 - 4$
5.  $7 + 6 + 9 - 8 + 4 + 5 - 3 + 8 - 9 - 3 + 6$

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Hágalo en voz alta, eso reforzará su capacidad de memorización. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

TRACTOR, AZADA, PALA, PICO, CARRETILLA, ABONO, TIERRA, AGUA, VERJA, ÁRBOL

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.** Ordene las frases que le proponemos a continuación:

1. ENTRETENIDO. PASEO EL ESTUVO MUY =
2. MUY ESTA PELÍCULA ABURRIDA. ES =
3. CON HERMANO PEQUEÑO. ESTUDIO MI =

**EJERCICIO N.º 6. RAZONAMIENTO.** Escriba las siguientes cantidades con números:

Setecientos cincuenta y ocho    Novecientos cuatro    Trescientos ochenta y nueve  
Cuatrocientos setenta y seis    Mil quinientos treinta y uno    Seis mil doscientos cuarenta y siete

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA SEMÁNTICA.**

Escriba, al menos, 25 verduras y hortalizas diferentes.

**EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE. LOS REFRANES.** Complete los refranes

Cada loco.....                      Todos los caminos.....                      Marcarse un.....  
Ser un pájaro de malo.....                      Buscar una aguja en un.....

**EJERCICIO N.º 9. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Cuente cuántas veces aparecen cada uno de los nombres de estos animales: Serpiente, gato, león, delfín, hipopótamo.

serpiente, gato, león, delfín, serpiente, hipopótamo, serpiente, gato, león, delfín, serpiente, hipopótamo, serpiente, gato, león, delfín, serpiente, hipopótamo, serpiente, gato, león, delfín, serpiente, hipopótamo, gato, león, delfín, hipopótamo, gato, león, delfín, gato, león, gato, hipopótamo, león, gato, león, hipopótamo, león.

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE.**

- facilitar libros en para ordenados biblioteca la localización están su los
- Fernando tarde mi ayer y coche la en cine por fueron Verónica al
- luego muchos conducir la mejoras a cuando errores con comienzas experiencia pero cometes
- estar creía sueño hermoso Andrea viendo un

**EJERCICIO N.º 11. MEMORIA.** Lea atentamente el siguiente texto y responda a las siguientes preguntas: “El hijo de Juan celebra su onomástica el 7 de Julio. Vive en un pueblecito, pero trabaja en la capital de España. Cada día se desplaza en tren a la oficina. Suele coger el tren a las 7. 10 h., pero hoy viene con retraso de 25 minutos. Ha llegado a las 8. 47 h., a la oficina, es decir, 17 minutos tarde. Trabaja cinco horas y media y después vuelve a casa a comer. Hoy hará una excepción, ya que trabajará una hora y media extra y por la tarde irá al cine a ver una película”.

- ¿Cómo se llama el hijo de Juan?
- ¿En qué ciudad trabaja?
- ¿A qué hora ha subido al tren para ir a la oficina?

**EJERCICIO N.º 12. CÁLCULO.** Escriba con letra los siguientes números:

1.031.030      1.104.015      2.000.105      47.082.304      81.034.723

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.** Escribe una palabra que signifique lo mismo y otra que signifique lo contrario, de las que se proponen.

ADINERADO, HERMOSO, DISGUSTO, VELOZ, DIFÍCIL, FELIZ, INTELIGENTE, BAJO, GORDO, BLANCO, LUMINOSO, SECO, POBRE, LADRÓN.

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.**

- Un pastel necesita 80 minutos de preparación y 45 minutos en el horno ¿a qué hora debe comenzar si lo quiere servir a las 14 horas?

**EJERCICIO N.º 15. LENGUAJE.** Lenguaje. Ordene las siguientes frases:

- muy de la Luís divertida aniversario de resultó fiesta
- a que consecuencia cama de María está ayer en la caída tuvo
- el pasear suelo mi diariamente, por perro parque, con
- que tienda en no el olvidara es aventuras cierto libro de la

**EJERCICIO N.º 16. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 7 y conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

- ¿Cuántos triángulos verdes hay?      2. ¿Cuántos soles amarillos hay?
- ¿Cuántas flechas marrones hay?      4. ¿Cuántas flechas violetas hay?

## SESIÓN - N.º 6

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. PALABRAS UNIDAS.** Relacione las palabras de la 1ª fila con las de la 2ª fila; para ello adivine en primer lugar qué relación tienen entre sí.

1ª. FILA: SAXOFÓN, VELÁZQUEZ, ENCINA, FOLIO, AMATISTA, GARDENIA, SILLÓN, SATURNO, GOLONDRINA, DIARIO

2ª FILA: CASTAÑO, MESA, FLAUTA, TIERRA, REVISTA, GAVIOTA, TULIPÁN, ROTULADOR, RUBENS, RUBÍ

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** Escriba las siguientes cantidades con números:

VEINTIOCHO MIL VEINTE      TRECE MIL SETECIENTOS DOS      SETENTA Y DOS MIL  
CUARENTA Y SIETE MIL SETENTA Y TRES      TRESCIENTOS DIECISIETE MIL TREINTA Y CUATRO  
SETECIENTOS MIL TRESCIENTOS OCHENTA Y DOS

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Ordene de menor a mayor las cifras:

63    43    36    69    34    56    96    71    65    17

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

PUPITRE, PIZARRA, ENCERADO, LÁPIZ, TIZA, LIBRO, GOMA, PROFESOR, AULA, CARTERA

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.** Ordene las frases que le proponemos a continuación:

1. MUY MÚSICA BONITA. ESTA ES
2. PEQUEÑO. COMO HERMANO CON MI
3. A TOMAR QUEDARÉ ME POSTRE.

**EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.**

Escriba, al menos, 25 palabras que comiencen por "FE".

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA DE TRABAJO.** A continuación, se le va a decir una cifra numérica que puede tener dos, tres, cuatro o cinco números. La tarea consistirá en que deberá decir cuál es el SEGUNDO Y ÚLTIMO número de esa cifra.

75      63892      8492      8302      1038      702      8473      654      74683  
8610    457      2001      729      7634

**EJERCICIO N.º 8. RAZONAMIENTO.** Deberá encontrar lo que tienen en común un grupo de palabras.

1. ¿El aguacate, el melón y las cerezas?
2. ¿Unos pendientes, una pulsera y un anillo?
3. ¿El baloncesto, el tenis y el balonmano?
4. ¿Una boa, una cobra y una anaconda?
5. ¿Un pediatra, un neurólogo y un oculista?

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.** Escriba, al menos una respuesta, de ciudad, color, animal, nombre persona y comida, que comiencen por las letras: C, R, G, L.

**EJERCICIO N.º 10. MEMORIA.** Lea atentamente el siguiente texto y responda a las siguientes preguntas: “El hijo de Juan celebra su onomástica el 7 de Julio. Vive en un pueblecito, pero trabaja en la capital de España. Cada día se desplaza en tren a la oficina. Suele coger el tren a las 7. 10 h., pero hoy viene con retraso de 25 minutos. Ha llegado a las 8. 47 h., a la oficina, es decir, 17 minutos tarde. Trabaja cinco horas y media y después vuelve a casa a comer. Hoy hará una excepción, ya que trabajará una hora y media extra y por la tarde irá al cine a ver una película”.

1. ¿Cuál es su horario de oficina?
2. ¿A qué hora marchará hoy de la oficina?
3. ¿Cómo se llama el padre de Fermín?

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Coloque a cada uno de los guiones una vocal para formar palabras con significado:

M\_L\_G\_, M\_S\_, M\_S\_T\_, M\_R\_SC\_, M\_CH\_, M\_D\_C\_, M\_R\_,  
M\_\_BL\_, M\_L\_T\_, M\_Ñ\_C\_, M\_\_STR\_, M\_RT\_LL\_, M\_NT\_Ñ\_, M\_N\_D\_

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.** Escribe una palabra que signifique lo mismo y otra que signifique lo contrario, de las que se proponen.

ABAJO, ABANDONADO, ABARATAR, ABARROTAR, ABATIR, ABDICAR, ABERTURA, ABIERTO, ABISMO, ABLANDAR, ABOLIR, ABORIGEN, ABRASAR, ABRAZAR, ABRIGO

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.** Añade las seis letras que faltan, para que, añadidas a las que hay escritas, formen palabras correctas.

CEN_____	CU_____	PRI_____	RES_____
EN_____	PRO_____	SIM_____	BA_____
PROBLE_____	PAN_____	VER_____	PRU_____
AM_____	IN_____	RES_____	RO_____
SER_____	LI_____	TR_____	SOS_____

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.** Resuelva las siguientes operaciones. Si puede hágalo mentalmente y escriba el resultado.

987 + 20 =                      321 X 6 =                      997 - 27 =                      652 X 3 =

**EJERCICIO N.º 15. CÁLCULO. SERIES.** Deberá escribir el resultado de lo que se le pide en cada ejercicio.

1. Restar de 7 en 7 hasta llegar al más cercano a cero: 100, 93, 86, ....
2. Restar de 3 en 3 hasta llegar al más cercano a cero: 51, 48, 45, ....
3. Restar de 3 en 3 hasta llegar al más cercano a cero: 50, 47, 44, ....
4. Restar de 4 en 4 hasta llegar al más cercano a cero: 51, 47, 43, ....

**EJERCICIO N.º 16. ESCRITURA.** Deberá escribir las siguientes frases:

1. Contaremos todas las monedas de cinco euros que tenemos
2. Tenemos suficiente dinero para ir a cenar al restaurante
3. Mi hija comprará un gran pastel de chocolate para la fiesta
4. Mañana por la tarde vendrán tres invitados a celebrar la fiesta de casa
5. El domingo iremos a casa de nuestra hija a pasar el día

## SESIÓN - N.º 7

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. VOCABULARIO.** A continuación, le propongo cuatro palabras con cuatro posibles respuestas. Usted debe elegir la que signifique lo mismo.

PALABRAS PROPUESTAS:

1. RISA: LLANTO, PRISA, CARA, CARCAJADA      2. REAL: ESCLAVO, AUTÉNTICO, MISAL, PESETA  
3. MAR: LECHE, BARCO, OCÉANO, AZÚCAR      4. RAMILLETE: FLOR, MILLAR, MANOJO, PIEDRA  
5. MALICIA: CLEMENCIA, CRÍTICA, PIEDAD, MALDAD

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** Escriba las siguientes cantidades con números.

DOSCIENTOS CINCUENTA MIL TREINTA Y CINCO      CUATROCIENTOS MIL DOCE  
DIEZ MIL TREINTA Y CINCO      CIENTO DOS MIL CUARENTA  
VEINTE MIL DOS CON 34 CÉNTIMOS

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Ordene de menor a mayor las cifras:

43    35    51    39    47    58    67    41    32    62

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

FRUTERÍA, PESCADERÍA, CHARCUTERÍA, CARNICERÍA, FARMACIA, BANCO, BUFETE, HOSPITAL

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.** Ordene las frases que le proponemos a continuación.

1. DÍA ES UN HOY LLUVIOSO      2. ES PERRO MI INTELIGENTE MUY  
3. TARDE. EL LLEGADO HA AUTOBÚS      4. ALTA. MUY MONTAÑA ES LA

**EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA. ANTÓNIMOS.** Escriba la palabra contraria de la que le propongo:

1. BUENO    2. ALTO    3. CALIENTE    4. ÁNGEL    5. BIEN    6. SALADO    7. METER    8. RECORDAR

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA SEMÁNTICA.** Alguien deberá leerle, dos veces, una a una, las siguientes frases. Usted deberá repetirlas.

- 1) El alcalde ha organizado una exposición en la casa de cultura.
- 2) Prepararemos arroz de verduras y pescado rebozado para la cena.
- 3) La niebla nos obligó a mantener mayor distancia de seguridad.
- 4) Hemos quedado con nuestros amigos el segundo domingo de mayo.
- 5) Mi primo es religioso de la orden de los jesuitas.

**EJERCICIO N.º 8. CÁLCULO.** Escriba los siguientes números:

Setecientos cincuenta y ocho, Novecientos cuatro, trescientos ochenta y nueve, Cuatrocientos setenta y seis, Mil quinientos treinta y uno, seis mil doscientos cuarenta y siete, Veintiocho mil veinte, Trece mil setecientos dos, Setenta y dos mil tres, Cuarenta y siete mil setenta y seis, Trescientos diecisiete mil treinta y cuatro, Setecientos mil trescientos ochenta y dos, Doscientos cincuenta mil treinta y cinco.



**EJERCICIO N.º 9. MEMORIA.** Escriba 15 objetos que puedes llevar a la playa.

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE.** Coloque a cada uno de los guiones una vocal para formar palabras con significado:

M\_T\_, M\_N\_, M\_Ñ\_, M\_G\_, M\_S\_, M\_R\_, M\_RT\_, M\_L\_, M\_L\_, M\_RT\_,  
M\_LT\_, M\_R\_L\_, M\_S\_N\_, M\_S\_C\_, M\_M\_, M\_R\_D\_, M\_N\_, M\_ND\_, M\_RD\_,  
M\_T\_R\_, M\_V\_R\_, M\_L\_N\_

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Ordene las frases que le proponemos a continuación.

1. notas a próximo tren Raimundo el irá martes en recoger las Barcelona a
2. días y detrás perro un corriendo vecino de volvió dos gato tarde de el más salió
3. el la geriátrica tarde la de ocho visitas horario de diez residencia es de de mañana a de la

**EJERCICIO N.º 12. MEMORIA.** Capitales del mundo. relaciona países con sus capitales.

PAÍSES:

ALEMANIA, BÉLGICA, ESPAÑA, POLONIA, PERÚ, EGIPTO, COLOMBIA, JAPÓN, PORTUGAL, FRANCIA, NORUEGA, REINO UNIDO, INDIA, MARRUECOS, CANADÁ, HONDURAS, IRLANDA, RUSIA, CHINA, ARGENTINA, SUECIA, DINAMARCA.

CAPITALES:

DUBLÍN, MOSCÚ, PEKÍN, BUENOS AIRES, EL CAIRO, ESTOCOLMO, OSLO, COPENHAGUE, TOKIO, LISBOA, LIMA, VARSOVIA, RABAT, BERLÍN, OTTAWA, TEGUCIGALPA, MADRID, NUEVA DELHI, BRUSELAS, BOGOTÁ, PARÍS, LONDRES

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO. SERIES.** Deberá escribir el resultado de lo que se le pide en cada ejercicio.

1. Restar de 5 en 5 hasta llegar al más cercano a cero: 63, 58, 53, ....
2. Restar de 7 en 7 hasta llegar al más cercano a cero: 93, 86, 79, ....
3. Restar de 3 en 3 hasta llegar al más cercano a cero: 50, 47, 44, ....
4. Restar de 4 en 4 hasta llegar al más cercano a cero: 61, 57, 53, ...

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.** Deberá escribir las siguientes frases.

1. Llevaremos estos platos a la cocina para lavarlos a mano
2. Iremos al mercado y compraremos fruta y hortalizas para mañana
3. El policía local multa a los coches mal aparcados
4. No nos queda leche en la nevera, al salir pasaremos por el supermercado
5. El pastel de chocolate de la fiesta tenía demasiado azúcar

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 2 y conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

1. ¿Dónde están las dos únicas mujeres del dibujo?
2. ¿Dónde está el perro?
3. Busque una gallina empollando sus huevos
4. ¿Dónde está un trabajador con cascos para amortiguar el ruido?

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.** Escriba, al menos, quince palabras que rimen con cada una las tres palabras: BOTÓN, PERDIZ, ABANICO

## SESIÓN - N.º 8

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. VOCABULARIO.** A continuación, le propongo cuatro palabras con cuatro posibles respuestas. Usted debe elegir la que signifique lo mismo. PALABRAS PROPUESTAS:

1. MONEDA: VALOR, DINERO, MONO, CARNE
2. CUMBRE: PICO, CABO, AVE, HAMBRE
3. PIEDRA: DARDO, SIDRA, NUBE, ROCA
4. PIANO: MARTILLO, VIOLÍN, ÓRGANO, CINCEL
5. ANSIA: ENVIDIA, SUERTE, DESEO, DESTINO

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** Continúe las siguientes secuencias numéricas hasta el número que se indica a la derecha.

1-2-3... (10)                      2-4-6... (20)                      3-6-9... (30)                      5-10-15... (50)

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Alguien debe leer los números una o dos veces despacio. Usted debe escribir ese número con letras.

12.237                      34.516                      400.014                      7.024                      101.006                      120.012

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

SOLDADO, BATALLA, RIFLE, PISTOLA, CAÑÓN, GORRO, UNIFORME, BALA, GRANADA, RECLUTA

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.** Coloque en cada uno de los guiones una vocal para formar una palabra con significado.

M\_T\_                      M\_N\_                      M\_Ñ\_                      M\_G\_\_                      M\_S\_                      M\_R\_  
M\_RT\_                      M\_\_L\_                      M\_L\_                      M\_R\_T\_                      M\_LT\_                      M\_R\_L

**EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA. ANTÓNIMOS.** Escriba la palabra contraria de la que le propongo:

- |             |          |             |           |
|-------------|----------|-------------|-----------|
| 1. LLEGAR   | 2. CIELO | 3. ESTRECHO | 4. SUELO  |
| 5. INVIERNO | 6. GORDO | 7. RICO     | 8. HÚMEDO |

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA DE TRABAJO.** A continuación, se le va a decir una cifra numérica que puede tener dos, tres, cuatro o cinco números. La tarea consistirá en que deberá decir cuál es el SEGUNDO Y ÚLTIMO número de esa cifra.

498	5097	23	8734	2876	48769	98	239	3784	92	3849
95873	8756	703	75	63892	8492	8302	1038	702	8473	654
74683	8610	457	2001	729	7634					

**EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.** Escriba un sinónimo y el antónimo de las palabras que le proponemos a continuación:

GUAPO, VERDAD, INCREPAR, ENFADAR, NATURAL, AMOR, DERRIBAR, ÁRIDO, GLOTÓN, MODA, CIMA.

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.** Escriba una palabra de las categorías de Electrodomésticos, Muebles, Frutas, Utensilios de limpieza, Hortalizas-frutas, Mamíferos, que empiecen por las letras T, M, E, C, P, L, G.

**EJERCICIO N.º 10. CÁLCULO.** Escriba los siguientes números:

ochocientos cincuenta mil veinte, cuatrocientos cincuenta mil ciento uno, trescientos cuarenta mil veinticinco, un millón trescientos cuarenta mil, cinco millones doscientos tres mil seis, dos millones diecinueve mil treinta, seis millones seis mil sesenta y seis.

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Ordene las siguientes frases:

1. muy este un caluroso hemos año pasado verano
2. la mañana a día hace a pasar sol el si playa iremos
3. animales no en de permitido ascensor subir compañía está este
4. cena pronto año de demasiado para es organizar empezar la a fin de

**EJERCICIO N.º 12. RAZONAMIENTO.** Relacione las palabras de la primera fila con las de la segunda fila teniendo en cuenta lo que puedan tener en común.

PRIMERA FILA: ADÁN, FIDELIDAD, DIVERSIÓN, ZAPATO, RUIDO, DEPORTE, INUNDACIÓN.

SEGUNDA FILA: LLUVIA, MONTAÑERO, TAMBOR, PIE, MANZANA, BARAJA, PERRO

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.** Ordene las siguientes frases:

1. Suiza esquiar las iremos toda la próxima a familia a Navidades
2. por siempre, supermercado y, fui me cosas comprar al dejé como
3. con lunes rompieron dañó tejado y lluvia tejas se la tormenta que el muchas cayó en la
4. Pepe saber cuando llama por cenar a mañana para si venir a puedas teléfono podrá

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.** Escriba el siguiente texto:

La memoria es la capacidad de recordar. En el cerebro, la memoria humana, es una función cognitiva compleja, resultado de conexiones sinápticas entre neuronas, mediante la cual el ser humano puede retener experiencias pasadas, información, ideas, emociones y sensaciones. Los recuerdos se crean cuando las neuronas integradas en un circuito refuerzan la intensidad de las sinapsis.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”.

Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 3. Dedique a esta tarea 3 minutos, tratando de recordar todo lo que pueda, de vez en cuando cierre los ojos y visualice la imagen. Luego conteste las siguientes preguntas, teniendo tapada la fotografía:

1. ¿Cuántos animales hay en la imagen?
2. ¿Cuántas personas aparecen en la fotografía?
3. ¿Qué está haciendo el señor que aparece en la imagen?
4. ¿De qué color es el sombrero del señor?
5. ¿De qué colores son el sofá y la butaca?
6. ¿Qué hace la señora?

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.** Ordene alfabéticamente las siguientes palabras (recuerde que debe tener en cuenta el alfabeto internacional.)

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  
 CÁNDIDO, BENITO, ALBERTO, BONIFACIO, CARMEN, BENICIO, ANTONIO, CARLOTA, ASDRUBAL,  
 COSME, JOSÉ, JACINTO, JAIME, DARÍO.

## SESIÓN - N.º 9

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. VOCABULARIO.** A continuación, le propongo cuatro palabras con cuatro posibles respuestas. Usted debe elegir la que signifique lo mismo. PALABRAS PROPUESTAS:

1. FELICIDAD: ESTRUCTURA, GOZO, SISTEMA, ABURRIMIENTO
2. PISTA: CULTO, CLAVE, SECTA, CÓDIGO
3. VÍNCULO: PACTO, ÍDOLO, JURAMENTO, SANTO
4. FRAUDE: VERDAD, DELITO, PRUEBA, ENGAÑO
5. PROFESIÓN: CREENCIA, OFICIO, DOGMA, TAREA

**EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.** Escribir de mayor a menor los siguientes números:

15 78 97 34 81 4 17 65 94 40 21 100 156 84 2 90 27

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.** Alguien debe leer los números una o dos veces despacio. Usted debe escribir ese número al revés.

12.237 34.516 400.014 7.024 101.006 120.012

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

CAMILLA, ANESTESIA, CÁPSULA, BATA, GASA, INYECCIÓN, UCI, MASCARILLA, RECETA

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.** Coloque en cada uno de los guiones una vocal para formar una palabra con significado.

M\_S\_\_N      M\_S\_C\_\_      M\_M\_\_      M\_R\_D\_\_      M\_N\_\_M\_ND\_\_  
M\_\_RD\_\_      M\_T\_R      M\_V\_RM\_L\_N\_\_      M\_L\_G\_\_      M\_S\_\_

**EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.** Deberá relacionar diferentes monumentos históricos y lugares de interés con el país en los que se encuentran. ESCRÍBALOS.

- |                 |                |                     |
|-----------------|----------------|---------------------|
| 1) Gran Muralla | 2) Big Ben     | 3) Museo del Louvre |
| 4) Plaza Roja   | 5) Machu Pichu |                     |

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA.** Alguien deberá leerle, dos veces, una a una, las siguientes frases. Usted deberá repetirla.

- 1) Este verano iremos de vacaciones a un balneario para descansar.
- 2) El árbitro sancionó al jugador con tarjeta roja.
- 3) Cada martes voy al mercado semanal en la plaza mayor.
- 4) María celebró su fiesta de cumpleaños con su prima Lucía.
- 5) En Navidad compramos un televisor de 24 pulgadas. Para el salón.

**EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.** Escriba, al menos, 12 palabras de cada categoría.

COMERCIOS                      VERDURAS                      MEDIOS DE TRANSPORTE

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.** Escriba una palabra de las categorías de Nombres de varón, Insectos, Bebidas, Prendas de vestir, Tiendas, Países, que empiecen por las letras A, S, P, H, M, G, L.

**EJERCICIO N.º 10. CÁLCULO.** Escriba los siguientes números:

Mil doscientos trece, veinte mil cuatrocientos uno, setenta mil ochocientos siete, cincuenta mil seiscientos cuarenta, noventa y dos mil diecisiete, setenta y cuatro mil sesenta y dos, trescientos diez mil catorce.

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Escriba 25 palabras que tengan 9 letras.

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.** Añade las seis letras que faltan, para que, añadidas a las que hay escritas, formen palabras correctas.

ZA_ _ _ _ _	COR_ _ _ _ _	CA_ _ _ _ _	SIR_ _ _ _ _
MAR_ _ _ _ _	CARI_ _ _ _ _	IMP_ _ _ _ _	OLI_ _ _ _ _
HU_ _ _ _ _	ES_ _ _ _ _	VOL_ _ _ _ _	ILU_ _ _ _ _
ESPE_ _ _ _ _	MO_ _ _ _ _		

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.**

1. En la panadería la barra de pan cuesta 55 PESETAS y usted paga con 3 monedas de 25 PESETAS ¿qué cambio deben darle?
2. Por tener el coche aparcado en el garaje le cobran 145 PESETAS ¿qué cantidad tendrá que pagar si lo deja 4 horas?

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.** Escriba el siguiente texto:

Debemos rechazar la creencia de que el paso de los años conlleva ineludiblemente deterioro mental. La pérdida de facultades mentales debe ser motivo de consulta médica. La memoria no es una capacidad unitaria. Hay varios tipos o almacenes de memoria diferenciados. El aprendizaje y el recuerdo se desarrollan en tres fases. Lo primero es registrar la información, para lo cual necesitamos prestar atención para percibir correctamente. En segundo lugar, debemos almacenar y retener adecuadamente dicha información; nos puede facilitar el proceso, la organización, la asociación, la repetición y la visualización, que son estrategias que mejoran la retención. Y finalmente deberemos recuperar la información almacenada en un momento determinado.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”.

Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 4. Luego conteste las siguientes preguntas, mirando la fotografía:

1. ¿Cuántas caras rojas hay?
2. ¿Cuántas caras color turquesa hay?
3. ¿Cuántos árboles verdes hay?
4. ¿Cuántas estrellas amarillas hay?

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.** Ordene alfabéticamente las siguientes palabras (recuerde que debe tener en cuenta el alfabeto internacional).

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  
 PALACIO, ABETO, CASA, ACACIA, PALETO, COSA, ARBOL, BANDERA, POLTRONA, OCA, ADINERADO.

## SESIÓN - N.º 10

**EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. VOCABULARIO.** A continuación, le propongo cuatro palabras con cuatro posibles respuestas. Usted debe elegir la que signifique lo mismo. PALABRAS PROPUESTAS:

1. TEMA: DERROCHE, PÉRDIDA, ASUNTO, TEXTO
2. PROEZA: HABILIDAD, DEFENSA, HAZAÑA, DEBATE
3. MITO: SAGA, FÁBULA, TRISTEZA, PENA
4. AMENAZA: CÓMPLICE, TRAICIÓN, PROTECTOR, INTIMIDACIÓN
5. ERROR: EQUIVOCACIÓN, COSTUMBRE, DEFECTO, HÁBITO

**EJERCICIO N.º 2. MEMORIA A CORTO PLAZO.** Lea despacio cada frase dos veces, al terminar cada una de ellas, repítala en voz alta y luego la escribe.

- 1.- FUIMOS AL CAMPO A RECOGER PIÑAS
- 2.- LOS AUTOBUSES URBANOS, SIEMPRE CIRCULAN CON RETRASO
- 3.- TENGO VISITA MAÑANA JUEVES PARA LA ANALÍTICA
- 4.- EL ÁRBITRO PITÓ FALTA POR MANO UNA PATADA AL DELANTERO
- 5.- EL PRESIDENTE DE LA COMUNIDAD ACABA DE LEER LAS CUENTAS DE LA COMUNIDAD

**EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.**

1. Rosa quiere comprar tres libretas ¿Cuánto dinero necesita si cada una cuesta 1,35€?
2. María ha comprado manzanas por 3,25€, naranjas por 3,87€, judías por 5,23€ y tomates. En total se ha gastado 14,90€ ¿Cuánto dinero le han costado los tomates?
3. Carmen ha repartido 192€ entre sus cuatro nietos ¿Cuánto dinero le toca a cada uno?
4. Pura con 1€ fue a comprar un lápiz que valía 35 céntimos ¿Cuánto dinero le sobró?
5. Francisco tiene 60,85€, pero aún le faltan 59,20€ para poder comprarse el equipo de tenis ¿Cuánto dinero vale el equipo de tenis?

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Lea con atención, durante un minuto, las palabras que vienen a continuación. Hágalo en voz alta, eso reforzará su capacidad de memorización. Después intente escribir, sin mirar, todas las que recuerde. PALABRAS PROPUESTAS:

CLÍNICA, MÉDICO, OPERACIÓN, CALMANTE, PACIENTE, RECETA, CAMILLA, CIRUJANO

**EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.** Coloque, en cada uno de los guiones, una vocal para formar una palabra con significado.

M\_S\_T\_      M\_R\_SC\_      M\_CH\_      M\_D\_C\_      M\_R\_\_      M\_\_BI\_  
M\_L\_T\_      M\_Ñ\_C\_      M\_\_STR\_      M\_RT\_LL\_      M\_NT\_Ñ\_      M\_N\_D\_

**EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.** Deberá relacionar diferentes monumentos históricos y lugares de interés con el país en los que se encuentran. ESCRÍBALOS.

- 1) Capilla Sixtina
- 2) Alhambra
- 3) Taj Majal
- 4) Torre Eiffel
- 5) Estatua de la Libertad

**EJERCICIO N.º 7. CÁLCULO.** Resuelva, sin utilizar lápiz y papel, las siguientes operaciones aritméticas.

- 1.-  $9 + 8 + 7 - 4 + 6 - 8 - 4 + 9 + 5 - 3 =$
- 2.-  $8 + 3 + 5 - 4 + 9 + 2 - 7 + 3 + 6 - 9 =$
- 3.-  $2 + 7 + 9 - 6 + 4 - 8 + 3 + 7 - 8 + 4 =$
- 4.-  $5 + 3 + 6 + 2 - 9 - 6 + 5 + 8 - 3 - 4 =$
- 5.-  $7 + 6 + 7 - 8 + 5 - 3 + 8 - 9 - 5 + 6 =$

**EJERCICIO N.º 8. MEMORIA.** Lea atentamente, durante un minuto, las palabras e intente memorizarlas. Hágalo en voz alta, eso reforzará su capacidad de memorización. A continuación, escriba las que recuerde.

CABAÑA      SIRENA      BALANCÍN      CASCABEL      TOBOGÁN      CAMPANA      NORIA  
 SILBATO      TIMBRE      COLUMPIO

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.** Ordene alfabéticamente las siguientes palabras (Recuerde que debe tener en cuenta el alfabeto internacional).

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  
 ÁGATA PÓMULO VECINO SUPERVIVENCIA MANGO RIZO HORA TUTELAR CELOSA  
 EXCUSA INCUBADORA LADRILLO FRESÓN DELATAR BUROCRACIA DIVISAR

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE.** En cada palabra cambia el orden de las letras y escribe una palabra nueva que tenga sentido.

SABER, CASAR, BORLA, TELAR, COSTA, LIBRA, TOSCO, CORAL, PARCA, MESAR, PELAR, MIRAR, VOLAR, TERCA, COSTA, TOSER, CORTA, CAMAL, MARTA, BARRO, PARTO, CETRO, FAROL, TENER, TRATO, COLOR, MIRAR

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Escriba 25 palabras que tengan 8 letras.

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.** Añade las seis letras que faltan, para que, añadidas a las que hay escritas, formen palabras correctas.

SO_ _ _ _ _	HOR_ _ _ _ _	SUS_ _ _ _ _	ABAN_ _ _ _ _
MA_ _ _ _ _	ME_ _ _ _ _	CRU_ _ _ _ _	ME_ _ _ _ _
JU_ _ _ _ _	FRE_ _ _ _ _	PAR_ _ _ _ _	BAL_ _ _ _ _
AN_ _ _ _ _	PIN_ _ _ _ _	AL_ _ _ _ _	OB_ _ _ _ _      PRI_ _ _ _ _

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.**

- Si dispone de 200 PESETAS y quiere enviar cartas para felicitar la Navidad ¿cuántas podrá enviar si cada sello cuesta 25 PESETAS?
- Acaba de pagar los sellos y se olvidó de comprar los sobres, que cuestan a 5 PESETAS cada uno ¿cuánto ha gastado al final entre los sellos y los sobres.

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.** Escriba el siguiente texto:

Podemos decir que el deterioro cognitivo es toda alteración de las capacidades mentales superiores, entendiéndose que “deterioro” es una disminución de las habilidades adaptativas que son propias de la capacidad intelectual de una persona. Este deterioro puede ser focal (limitado) y afectar a una determinada operación mental aislada o a un conjunto de operaciones mentales relativamente relacionadas; o difuso (múltiple o global) afectando a una amplia gama de capacidades mentales.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 5. Dedique a esta tarea 3 minutos, tratando de recordar todo lo que pueda, de vez en cuando cierre los ojos y visualice la imagen. Luego conteste las siguientes preguntas, teniendo tapada la fotografía:

- ¿Cuántas gorras hay?
- ¿Qué está escrito en la gorra amarilla?
- ¿Qué números recuerda haber visto?
- En la fotografía están escritos dos nombres de persona. ¿Los recuerda?
- ¿Cuál es el nombre de la ciudad?

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.** Ordene alfabéticamente las siguientes palabras (recuerde que debe tener en cuenta el alfabeto internacional).

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  
 CASA, CASITA, CASUCHA, ÁRBOL, ÁLAMO, BANDERA, BANDIDO, DADO Y DANUBIO

## SESIÓN - N.º 11

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 10. Memorice la pregunta, observe la fotografía, busque y responda:

- ¿CUÁNTOS NOMBRES DE MUJER PUEDE LEER?
- ¿CUÁNTOS NOMBRES DE VARÓN PUEDE LEER?
- ¿CUÁL ES EL NÚMERO MAYOR? ¿Y EL MENOR?
- ¿CUÁNTOS CORAZONES APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?
- ¿CUÁNTAS CARAS APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?
- ¿CUÁNTAS CAJAS APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?

## SESIÓN - N.º 12

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 10. Memorice la pregunta, observe la fotografía, busque y responda:

- ¿CUÁNTOS VASOS APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?
- ¿CUÁNTAS LUNAS APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?
- BUSQUE Y SEÑALE DÓNDE ESTÁ RAFAEL Y ROSA
- ¿QUÉ NÚMERO ESTÁ A LA DERECHA DE CARMEN?
- ¿CUÁNTAS CRUCES APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?
- ¿CUÁNTAS ESTRELLAS APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA?



## SESIÓN - N.º 13

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 11. Memorice la pregunta, observe la fotografía, busque y responda:

- ¿DÓNDE VIVE EL ABUELO?
- ¿CÓMO SE LLAMA LA NIÑA?
- ¿DÓNDE TRABAJA LA MADRE?
- ¿LA MOSCA ES UN .....?
- ¿QUIÉNES SON LOS NIÑOS?
- CONTESTE SIN HACER LA MULTIPLICACIÓN. ¿CUÁL ES EL RESULTADO DE  $45 \times 9$ ?
- CONTESTE SIN HACER LA MULTIPLICACIÓN. ¿CUÁL ES EL RESULTADO DE  $75 \times 6$ ?
- ¿DÓNDE ESTÁ EL MAESTRO?

## SESIÓN - N.º 14

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 11. Memorice la pregunta, observe la fotografía, busque y responda:

- CONTESTE SIN HACER LA MULTIPLICACIÓN. ¿CUÁL ES EL RESULTADO DE  $30 \times 7$ ?
- ¿CUÁL ES EL NÚMERO MÁS ALTO QUE APARECE EN LA FOTOGRAFÍA?
- ¿CÓMO SE LLAMA EL NIÑO?
- ¿DE QUÉ FRUTA SE HABLA EN LA FOTOGRAFÍA?
- ¿CÓMO SE LLAMA EL PERRO?
- DIGA CUÁLES SON LOS 5 NOMBRES DE ANIMALES QUE APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA.
- CUENTE LAS ESTRELLAS QUE APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA.
- CUENTE LOS TRIÁNGULOS QUE APARECEN EN LA FOTOGRAFÍA.

## SESIÓN - N.º 15

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE RAZONAMIENTO.** Le propongo un grupo de cuatro palabras. Las cuatro pertenecen a la misma categoría, sin embargo, una de ellas no es similar a las otras tres. Descubra en cada caso cuál de las cuatro no pertenece al mismo grupo. Explique por qué. EJEMPLO: Sartén, tenedor, cuchara, vaso. Las cuatro palabras pertenecen a la categoría de utensilios de cocina, sin embargo, la palabra que sobra sería “sartén”, ya que, con tenedor, cuchara y vaso, podemos ayudarnos para comer y con “sartén” preparamos lo que vamos a comer.

- |  |   |
|--|---|
| A) Manuel, Juan, Sandra, Jorge             | B) Pastel, Helado, Asado, Flan            |
| C) Mocasín, Zapato, Camisa, Chanclas       | D) Francia, Alemania, Italia, París       |
| E) Pimienta, Orégano, Azúcar, Romero       | F) Radio, Película, Televisión, Teléfono  |
| G) Granito, Rubí, Diamante, Turquesa       | H) Natación, Baloncesto, Fútbol, Tenis    |
| I) Mesa, Taza, Cama, Armario               | J) Pino, Haya, Encina, Rosal              |
| K) Roquefort, Cabrales, Vainilla, Manchego | L) Gorrión, Paloma, Ruiseñor, Águila      |
| M) Bicicleta, Tren, Avión, Barco           | N) Oficina, Restaurante, Bar, Cafetería   |
| O) Rosa, Olmo, Tulipán, Lila               | P) Rojo, Redondo, Verde, Negro            |
| Q) Cuadrado, Triángulo, Caja, Círculo      | R) Cebolla, Patata, Albaricoque, Coliflor |

**CUADERNO PARA ENTRENAR**  
**LA MEMORIA**

**RESPUESTAS A LOS EJERCICIOS**

## SESIÓN - N.º 1

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. EJERCICIO CON SINÓNIMOS Y ANTÓNIMOS.

1. Independencia. Sinónimo: Libertad. Antónimo: Sumisión.
2. Rico. Sinónimo: Próspero. Antónimo: Pobre.
3. Destruir. Sinónimo: Arruinar. Antónimo: Construir.
4. Bello. Sinónimo: Hermoso. Antónimo: Feo.
5. Rápido. Sinónimo: Veloz. Antónimo: Lento.
6. Perfume. Sinónimo: Fragancia. Antónimo: Hedor.
7. Planicie. Sinónimo: Llanura. Antónimo: Montaña.
8. Dichoso. Sinónimo: Alegre. Antónimo: Triste.
9. Abrigo. Sinónimo: Protección. Antónimo: Desamparo.
10. Sinceridad. Sinónimo: Veracidad. Antónimo: Falsedad.
11. Beneficio. Sinónimo: Provecho. Antónimo: Perjuicio.
12. Valor. Sinónimo: Coraje. Antónimo: Cobardía.
13. Saludable. Sinónimo: Provechoso. Antónimo: Perjudicial.
14. Olvido. Sinónimo: Descuido. Antónimo: Cuidado.
15. Fácil. Sinónimo: Sencillo. Antónimo: Difícil.

### EJERCICIO N.º 2. LENGUAJE. EJERCICIO CON RESPUESTAS ESCONDIDAS.

1. Pintor: Velázquez. 2. Capital de provincia: Almería. 3. Río de España: Guadiana. 4. Flor: hortensia.
5. Autonomía española: Galicia. 6. Nombre de varón: Miguel. 7. Nombre de mujer: Clara.
8. País: Bélgica. 9. Fruta: Albaricoque. 10. Animal: Coyote.

### EJERCICIO N.º 3. LENGUAJE. LAS SÍLABAS SALTARINAS.

TORO, LIRÓN, VACA, TOPO, LOBO, ZORRO, ALCE, RATÓN, RENO, GALLO, CEBRA, DELFÍN

### EJERCICIO N.º 4. LENGUAJE. LA FUGA DE LAS VOCALES.

Texto: “En este ejercicio faltan todas las vocales ¿serás capaz de escribirlas todas? Es fácil.

### EJERCICIO N.º 5. RAZONAMIENTO. SOBRA UNA.

1. León (no pertenece a Galicia). 2. Mar (no es un río). 3. Bicicleta (no dispone de motor).
4. Judía (no es una fruta). 5. Castaña (no es un árbol). 6. León (es un animal salvaje).
7. París (no es una ciudad de España). 8. Hiena (no es un felino). 9. Delgado (no es un estado de ánimo).
10. Olla (es el único utensilio para preparar la comida).

### EJERCICIO N.º 6. LENGUAJE. MEJORE SU VOCABULARIO.

ANIMALES: Con la B: Buey, Burro, Bisonte, Boquerón y Ballena. Con la C: Cebra, Cobra, Cucaracha, Conejito y Conejo. Con la M: Mariposa, Marmota, Mejillón, Mono y Murciélago. Con la P: Pato, Perro, Perdiz, Paloma y Pulpo.

OBJETOS: Con la B: Bata, Bota, Bozal, Bandera y Bula. Con la C: Casa, Coche, Camisa, Cornisa y Calzado. Con la M: Mesa, Madera, Mostrador, Maleta y Martillo. Con la P: Pantalón, Pelota, Pinza, Pestaña y Pañal.

APELLIDOS: Con la B: Bernárdez, Blanco, Bustamante, Bisbal y Benítez. Con la C: Cruz, Castaño, Cañete, Castellanos y Campos. Con la M: Martínez, Méndez, Montes, Morales y Mareque. Con la P: Pantoja, Pérez, Peláez, Porguerres y Pardo.

**EJERCICIO N.º 7. LENGUAJE. MEJORE SU VOCABULARIO.**

“Y”: Yugular, Yo, Yeso, Yate, Yema, Proyecto, Rey, Ayuno, Desayuno, Yugo.

“H”: Huerto, Hola, Harto, Hoz, Hedor, Herir, Hierro, Horror, Hermoso, Hermano.

“DR”: Dragón, Dromedario, Drama, Drenaje, Droga, Drogadicto, Dracma, Drago, Dramaturgo, Druida.

**EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE. ANAGRAMAS.**

Resto Casto Flora Robar Tocar Valor Carpa Calor Letra Besar  
Toser Costa Farol Barro Corta Volar Parca Coral Telar Saber

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE. MEMORIA SEMÁNTICA. PREGUNTAS Y RESPUESTAS.**

1. Calderón. 2. Londres. 3. Tajo. 4. Fémur. 5. Margarita. 6. Dante. 7. Albacete. 8. Cela.

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE. LAS SÍLABAS SALTARINAS II.**

1: CALDERÓN. 2: MESITA. 3: SIERRA. 4: CENAR. 5: SÁBADO. 6: TÁMESIS. 7: JABÓN.

8: APARADOR. 9: LUNES. 10: CLAMAR

**EJERCICIO N.º 11. MEMORIA A CORTO PLAZO.**

La persona que le esté leyendo las palabras propuestas deberá decirle si es correcto el deletreo al derecho y al revés que usted pronuncie.

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE. VOCABULARIO.**

1. ESCALÓN: Peldaño. 2. PELO: Cabello. 3. GRUTA: Cueva. 4. COCHE: Automóvil. CORAJE: Valor.

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.** Ordenar de menor a mayor los siguientes números:

5, 7, 13, 19, 23, 34, 43, 56, 62, 67, 72, 78, 81, 89, 98, 102

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.**

1: FALTAN 12 SEMANAS.

2: 6 DE NOVIEMBRE.

3: 28 PASTILLAS.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN. VEA LA FOTOGRAFÍA N.º 6**

1. ¿Cuántas gaviotas hay? ...5.

2. ¿Cuántos hombres pescan con caña? ...2

3. Diga cuántas mojas hay? ...3.

4. Busque dónde se encuentra una persona leyendo el periódico: Está en la parte derecha, abajo, en el interior de la casa.

**EJERCICIO N.º 16. RAZONAMIENTO.**

Mesa y Silla: Semejanzas: Las dos son muebles. Diferencias: La primera es para colocar objetos encima y la segunda es para sentarse.

Fresa y Melón: Semejanzas: Las dos son frutas. Diferencias: Tienen colores distintos.

Cuchara y Tenedor: Semejanzas: Las dos son instrumentos para comer. Diferencias: Una se emplea para alimentos líquidos y la otra para alimentos sólidos.

Anillo y Pulsera: Semejanzas: Las dos son objetos de adorno corporal. Diferencias: Una se coloca en el dedo y la otra en la muñeca.

## SESIÓN - N.º 2

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. LA FAMILIA.

1. BOMBERO: Manguera, casco, agua.
2. FUTBOLISTA: Balón, Bota, Estadio.
3. MÉDICO: Hospital, medicamento, ambulancia.
4. MODISTA: Aguja, hilo, tela.
5. COCINERA: Fogón, receta, caldo.
6. MÚSICO: Flauta, concierto, melodía.
7. ALBAÑIL: Cemento, paleta, ladrillo.
8. PROFESOR: Libro, lección, pizarra.

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

Sardina y Trucha: Semejanzas: Las dos palabras son un pescado. Diferencias: Uno es de mar y el otro de río.

Médico y Abogado: Las dos son profesiones. Diferencias: Una se relaciona con la salud y la otra con las leyes.

Azafrán y Canela: Semejanzas: Las dos son especias. Diferencias: Una es para comidas saladas y otra para postres.

Verano e Invierno: Las dos son estaciones. Diferencias: Una es la estación del calor y la otra del frío.

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO. LETRAS Y NÚMEROS.

Catorce mil diez: 14.110

Siete mil cuarenta y dos: 7.042

Diez mil ciento catorce: 10.114

Ciento siete mil doce: 107.012

Dos millones ciento diez: 2.000.110

Dieciocho mil quinientos dos: 18.502

**EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.** Este ejercicio no tiene respuestas correctas ni erróneas. Se trata de saber, únicamente, cuántas palabras es capaz de recordar después de un minuto de lectura.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE. PALABRAS UNIDAS.

ABAJO ↔ ARRIBA

ABANDONAR ↔ AMPARAR

ABARROTAR ↔ DESCARGAR

ABLANDAR ↔ ENDURECER

PROHIBIR ↔ PERMITIR

ABRIGO ↔ DESAMPARO

ACÁ ↔ ALLÁ

ACUMULAR ↔ ESPARCIR

ADELGAZAR ↔ ENGORDAR

ADICIÓN ↔ SUSTRACCIÓN

### EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.

Nombres de varón: Alberto, Antonio, Argimiro, Benito, Bernabé, Baltasar, Carlos, Constante, Celestino, Dámaso, Desiderio, David, Edelmiro, Enrique, Eduardo.

Alimentos: ajo, azúcar, arroz, berenjena, boniato, batata, col, calabaza, cereza, durazno, dátiles, dorada, ensaimada, espárrago, empanada

### EJERCICIO N.º 7. CÁLCULO.

13

34

43

56

62

67

72

78

81

89

**EJERCICIO N.º 8. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

“36 P” y “15 Q”

**EJERCICIO N.º 9. MEMORIA SEMÁNTICA.**

Pasteles, leche frita, arroz con leche, gelatina de fresa, macedonia, helado de chocolate, tarta de fresa, melocotones en almíbar.

**EJERCICIO N.º 10. EJERCICIO DE ATENCIÓN. VEA LA FOTOGRAFÍA N.º 6**

1. ¿Dónde está el buzo?
2. ¿Puedes ver la señora embarazada?
3. ¿Cuántos policías están en la fotografía?
4. Diga cuántos ciclistas aparecen en la imagen

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE. LOS REFRANES.** Complete los refranes:

Curarse en.....SALUD Ir de punto en....BLANCO Contigo.....PAN Y CEBOLLA  
Andar como Pedro por su..... CASA El tiempo es.....ORO

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.**

- |              |            |            |             |           |             |
|--------------|------------|------------|-------------|-----------|-------------|
| 1. CERVANTES | 2. PANTOJA | 3. INIESTA | 4. BETANZOS | 5. HÚMERO | 6. LAVADORA |
| 7. SANTIAGO  | 8. CABALLO |            |             |           |             |

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.**

- 1: 557.005      2: 892      3: 135 MINUTOS      4: 10.008      5: 514

**EJERCICIO N.º 14. MEMORIA SEMÁNTICA.**

Pantalones, falda, vestido, pareo, calcetines, medias, guantes, bufanda, jersey, polo, chaleco, zapato, sandalia, zapatilla, abrigo, americana, camisa, blusa, bañador, bikini, bermudas, camiseta, sujetador, calzoncillos, camisón, pijama, traje, top, chal, pañuelo, sombrero

**EJERCICIO N.º 15. CÁLCULO.** ¿Recuerda las compras en pesetas?

- 1: 890 PESETAS                              2: 260 PESETAS                              3: 690 PESETAS

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.**

1. SANTANDER: Las demás son islas.
2. HALCÓN: Las demás son aves domésticas
3. FALDA: Las demás son complementos.
4. HIEDRA: Las demás son árboles
5. SELLO: Las demás son para leer.
6. CORDILERA: Las demás son cursos de agua
7. FRANCIA: Las demás son continentes.
8. ADORNO: Las demás son defectos

## SESIÓN - N.º 3

### EJERCICIO N.º 1. MEMORIA - LENGUAJE.

De 4 letras: Casa, cesa, caña, cita, cola, cima, cebo, cena, cala, coma.

De 5 letras: Clase, crema, clima, calor, críos, celda, cabra, calma, cesto, coser.

De 6 letras: Crisis, cálido, camión, camada, célula, cómico, cabeza, conejo, camino, cuento.

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO. LA RELACIÓN.

1. INSTRUMENTOS MUSICALES.    2. PINTORES.

3. PROVINCIAS ESPAÑOLAS.    4. PRODUCTOS NAVIDEÑOS.

5. COLORES.

6. INSTRUMENTOS DE DIBUJO O ESCRITURA.

7. ELEMENTOS QUÍMICOS

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

19    22    29    36    42    65    74    80    87    92

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. MEMORIA SEMÁNTICA.

CIUDADES: ALICANTE, ALBACETE, ALMERÍA ---- BARCELONA, BADAJOZ, BILBAO ---- CORUÑA, CÁDIZ, CÓRDOBA ---- DENIA, DAROCA, DOÑANA ---- ESTOCOLMO, EL CAIRO, ESTORIL

PLANTAS: ABEDUL, ÁLAMO, AVELLANO ---- BEGONIA, BOJ, BELLADONA ---- CARDO, CASTAÑO, CHOPO ---- DALIA, DIENTE DE LEÓN, DRÓSERA ---- ESPINACAS, ENDIVIAS, ESPLIEGO.

OBJETOS: ALMIREZ, ABANICO, ALAMBRE ---- BARCO, BARNIZ, BAÑO ---- CACEROLA, CÁLIZ, COHETE ---- DEDAL, DELANTAL, DAGA ---- ESPADA, ESTACA, EDREDÓN

### EJERCICIO N.º 6. EJERCICIO DE ATENCIÓN.

CASA

### EJERCICIO N.º 7. LENGUAJE.

OJSE ↔ JOSE    SAOR ↔ ROSA    SILU ↔ LUIS    NOSAI ↔ SONIA    REGOJ ↔ JORGE

LAUJI ↔ JULIA    NELEA ↔ ELENA    ORLAF ↔ FLORA

### EJERCICIO N.º 8. MEMORIA SEMÁNTICA.

Radio, televisor, lavadora, encimera, lavavajillas, plancha, tostadora, ordenador, tocadiscos, lámpara, frigorífico.

Mesa, silla, armario, cama, cómoda, comodín, librería, estantería, puerta, pasamanos, mesilla de noche.

### EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.

La persona que le esté leyendo las palabras propuestas deberá decirle si es correcto el deletreo.

### EJERCICIO N.º 10. EJERCICIO DE ATENCIÓN. VEA LA FOTOGRAFÍA N.º 6

1. Busque una alcantarilla    2. ¿Dónde está el personaje vestido todo de negro?

3. ¿Dónde está una señora con la falda de color blanco?    4. Localice el perro.



**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.**

BURGOS    BLANCO    BALLENA    BEATRIZ    BERZA    ÁLAVA    AZUL    ARAÑA  
ANTONIO    ARROZ    MURCIA    MARRÓN    MONO    MARÍA    MACARRONES

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.**

1. GARBANZO      2. MELÓN      3. LONDRES      4. APARADOR  
5. CASTILLO      6. FRANCO      7. RÓTULA      8. TÁMESIS

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.**

1: 59 UNIDADES.  
2: 9.990.  
3: 6.324.  
4: 9 HORAS-20 MINUTOS  
5: 1.220.001.  
6: 168 HORAS.

**EJERCICIO N.º 14. LENGUAJE.**

Ruta, seta, cata, rata, pata, falta, gata, jota, lata, menta, nata, suelta, trata, bata, cuesta, puesta, siesta, resta, cesta, muerta, puerta, trapequista, corista, revista, entrevista, periodista, modista, ciclista, electricista, economista, realista, taxista, prevista, racista, turista, flauta, flautista, nieta, aprieta, pauta, renta, santa, espanta.

**EJERCICIO N.º 15. CÁLCULO.** ¿Recuerda las compras en pesetas?

1 = 240 PESETAS  
2 = 60 PESETAS  
3 = 32 PESETAS

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.**

1. GOYA: No es del siglo XX.  
2. OCULTO: Las demás indican recato.  
3. CARRO: Las demás tienen motor.  
4. COPIAR: Las demás indican frenar.  
5. VASO: Es la única que se emplea para beber.  
6. PESADO: Las demás indican alegría.  
7. MORA: Las demás son frutas de un árbol.  
8. ZAFIO: Las demás indican cultura  
9. OPRIMIR: Las demás indican libertad.  
10. INCAPAZ: Las demás indican valentía.

## SESIÓN - N.º 4

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

De 7 letras: Caracol, colador, cantina, canción, cerezas, caridad, carisma, cortijo, cítrico, cansado.

De 8 letras: Caramelo, camarero, cortinas, comiendo, contador, cobrador, corbatas, cantante, cantidad, capítulo.

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

1. CLIMA    2. PULSO    3. SUELA    4. CAMISA    5. POEMAS    6. CAMELIAS

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

15    28    33    39    47    62    66    75    85    93

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

Pino, piñón, piano, pierna, pirata, pilar, piloto, pincel, pintura, pirámide, pintor, pistola, piragua, pipa, piojo, piscina, picardía, piso, pincho, pizarra, picor.

### EJERCICIO N.º 6. EJERCICIO DE ATENCIÓN.

13    32    54    61

### EJERCICIO N.º 7. MEMORIA.

Melón, sandía, manzana, melocotón, kiwi, albaricoque, cereza, ciruela, naranja, limón, mandarina, piña, higo, uva, plátano, fresa, mango, coco, banana, membrillo, frambuesa, fresón, níspero.

### EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.

DIAIL ↔ LIDIA    AMAIR ↔ MARIA    ACSUL ↔ LUCAS    LUAPA ↔ PAULA  
MAJIE ↔ JAIME    ADNIA ↔ DIANA    RACAL ↔ CLARA    GULEMI ↔ MIGUEL

### EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.

La persona que le esté leyendo las palabras propuestas deberá decirle si es correcto el deletreo.

### EJERCICIO N.º 10. RAZONAMIENTO.

1. Figuras geométricas.
2. Ríos de España.
3. Medios de transporte
4. Colores.
5. Insectos

**EJERCICIO N.º 11. MEMORIA.**

Col, acelgas, judías, habas, guisantes, rábanos zanahorias, puerros, patatas, ajos, cebollas, pimientos, tomates, alcachofas, espinacas, escarola, berenjenas, brécol, pepinos, apio, judías blancas, garbanzos, maíz, lechuga, col, nabos, repollo, calabacín.

**EJERCICIO N.º 12. CÁLCULO.** Escriba con letra los siguientes números:

- 1: MIL NOVECIENTOS OCHENTA Y UNO.
- 2: CATORCE MIL CATORCE.
- 3: TREINTA Y CUATRO MIL TRESCIENTOS DOS.
- 4: OCHENTA Y DOS MIL SETECIENTOS VEINTICUATRO.
- 5: TRESCIENTOS NOVENTA MIL CIENTO UNO.
- 6: OCHOCIENTOS DOS MIL SETECIENTOS TRES.
- 7: NOVECIENTOS TREINTA MIL SEICIENTOS VEINTE.

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.**

BONITOS BRAZOS BIEN BRONCEADOS  
CASAS CONSTRUIDAS CON CEMENTO CLARO  
DESPUÉS DE DEPOSITAR DELICADAMENTE DOS DOCENAS DE DALIAS DONDE DIANA  
FULLEROS FETICHISTAS FINALIZARÁN FRAUDE FUTBOLÍSTICO  
PARA PERSONAS PERTURBADAS PITONISA PROFESIONAL  
TRES TRISTES TIGRES TRAGAN TOMATES

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.**

- 1 = 8,30  
2 = 7,35

**EJERCICIO N.º 15. LENGUAJE.**

AMELIA, FABIÁN, NÉLIDA, ARTURO, MARCOS, CAMILO, ALICIA, MIGUEL, CARLOS,  
SALOMÉ, GLORIA, ÁLVARO, CARMEN, AMPARO

**EJERCICIO N.º 16. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

1. ¿Cuántas estrellas azules hay? 9
2. ¿Cuántas estrellas violetas hay? 6
3. ¿Cuántas estrellas verdes hay? 7
4. ¿Cuántas caras azules hay? 6
5. ¿cuántas caras verdes hay? 5
6. ¿Cuántos corazones violetas hay? 7

## SESIÓN - N.º 5

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE. VOCABULARIO.

1. CASA: HOGAR
2. PARED: MURO
3. CALENDARIO: ALMANAQUE
4. FILETE: ENTRECOT
5. MOTIVO: RAZÓN

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

Pantalón y Calcetín... Semejanzas: Prendas de ropa. Diferencias: Para las piernas y los pies  
Carne y Pescado... Semejanzas: Alimentos. Diferencias: De la tierra y del agua  
Chocolate y Chorizo... Semejanzas: Alimentos. Diferencias: Dulce y salado  
Coche y bicicleta... Semejanzas: Para desplazarse. Diferencias: Con y sin motor

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

1: 18      2: 16      3: 16      4: 6      5: 22

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

1. El paseo estuvo muy entretenido.
2. Esta película es muy aburrida.
3. Estudio con mi hermano pequeño.

### EJERCICIO N.º 6. RAZONAMIENTO.

Setecientos cincuenta y ocho: 758	Novcientos cuatro: 904
Trecientos ochenta y nueve: 389	Cuatrocientos setenta y seis: 476
Mil quinientos treinta y uno: 1531	Seis mil doscientos cuarenta y siete: 6247

### EJERCICIO N.º 7. MEMORIA SEMÁNTICA.

Col, acelgas, judías, habas, guisantes, rábanos, zanahorias, puerros, patatas, ajos, cebollas, pimientos, tomates, alcachofas, espinacas, escarola, berenjenas, brécol, pepinos, apio, judías blancas, garbanzos, maíz, lechuga, nabos, repollo, calabacín.

### EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE. LOS REFRANES. Complete los refranes:

Cada loco..... CON SU TEMA      Todos los caminos..... CONDUCEN A ROMA  
Marcarse un..... FAROL      Ser un pájaro de mal..... AGÜERO  
Buscar una aguja en un..... UN PAJAR

**EJERCICIO N.º 9. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

Serpiente: 10      Gato: 10      León: 11      Delfín: 7      Hipopótamo: 8

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE.**

- A. En la biblioteca los libros están ordenados para facilitar su localización.
- B. Verónica y Fernando fueron ayer por la tarde al cine en mi coche.
- C. Cuando comienzas a conducir cometes muchos errores, pero luego mejoras con la experiencia.
- D. Andrea creía estar viendo un hermoso sueño.

**EJERCICIO N.º 11. MEMORIA.**

- 1. ¿Cómo se llama el hijo de Juan? FERMÍN
- 2. ¿En qué ciudad trabaja? MADRID
- 3. ¿A qué hora ha subido al tren para ir a la oficina? 07.35 h

**EJERCICIO N.º 12. CÁLCULO.**

- 1: Un millón treinta y un mil treinta
- 2: Un millón ciento cuatro mil quince
- 3: Dos millones ciento cinco
- 4: Cuarenta y siete millones ochenta y dos mil trescientos cuatro
- 5: Ochenta y un millones treinta y cuatro mil setecientos veinte tres

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.**

ADINERADO (Rico, Pobre)	HERMOSO (Bello, Feo)	DISGUSTO (Pena, Alegría)
VELOZ (Rápido, Lento)	DIFÍCIL (Complicado, Sencillo)	FELIZ (Alegre, Triste)
INTELIGENTE (Avispado, Torpe)	BAJO (Pequeño, Alto)	GORDO (Obeso, Delgado)
BLANCO (Claro, Negro)	LUMINOSO (Brillante, Oscuro)	SECO (Árido, Húmedo)
POBRE (Indigente, Rico)	LADRÓN (Ratero, Honrado)	

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.**

- 1: 11 h, 55 minutos

**EJERCICIO N.º 15. LENGUAJE.** Lenguaje. Ordene las siguientes frases:

- 1. La fiesta de aniversario de Luís resultó muy divertida.
- 2. María está en cama a consecuencia de la caída que tuvo ayer.
- 3. Suelo pasear por el parque, diariamente, con mi perro.
- 4. No es cierto que olvidara el libro de aventuras en la tienda.

**EJERCICIO N.º 16. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

- 1. ¿Cuántos triángulos verdes hay? 7
- 2. ¿Cuántos soles amarillos hay? 7
- 3. ¿Cuántas flechas marrones hay? 9
- 4. ¿Cuántas flechas violetas hay? 6

## SESIÓN - N.º 6

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. SAXOFÓN - FLAUTA     | 2. VELÁZQUEZ - RUBENS |
| 3. ENCINA -CASTAÑO      | 4. FOLIO - ROTULADOR  |
| 5. AMATISTA - RUBÍ      | 6. GARDENIA - TULIPÁN |
| 7. SILLÓN - MESA        | 8. SATURNO - TIERRA   |
| 9. GOLONDRINA - GAVIOTA | 10. DIARIO - REVISTA  |

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

- Veintiocho mil veinte: 28020  
Trece mil setecientos dos: 13702  
Setenta y dos mil: 72.000  
Cuarenta y siete mil setenta y tres: 47073  
Trescientos diecisiete mil treinta y cuatro: 317034  
Setecientos mil trescientos ochenta y dos: 700382

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

17      34      36      43      56      63      65      69      71      96

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

1. Esta música es muy bonita.
2. Como con mi hermano pequeño.
3. Me quedaré a tomar postre.

### EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.

Fernando, febrero, fémur, festivo, festival, federal, felpudo, ferroviario, Federico, felicidades, fecundar, felino, felonía, femenino, fermentado, fértil, festín, festejo, fetiche, feudal, ferviente, feroz, federación, ferretería, fecha, fea, fe, fechoría, feto, festividad.

**EJERCICIO N.º 7. MEMORIA DE TRABAJO.** A continuación, se le va a decir una cifra numérica que puede tener dos, tres, cuatro o cinco números. La tarea consistirá en que deberá decir cuál es el SEGUNDO Y ÚLTIMO número de esa cifra.

7 y 5	3 y 2	4 y 2	3 y 2	0 y 8	0 y 2	4 y 3
5 y 4	4 y 3	6 y 0	5 y 7	0 y 1	2 y 9	6 y 4

### EJERCICIO N.º 8. RAZONAMIENTO.

- |           |          |             |               |            |
|-----------|----------|-------------|---------------|------------|
| 1. Frutas | 2. Joyas | 3. Deportes | 4. Serpientes | 5. Médicos |
|-----------|----------|-------------|---------------|------------|

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.**

CÁDIZ	CELESTE	CERDO	CARMEN	CALLOS
ROMA	ROJO	RATÓN	ROCÍO	REMOLACHA
GRANADA	GRIS	GATO	GLORIA	GARBANZOS
LÉRIDA	LILA	LEÓN	LAURA	LANGOSTINOS

**EJERCICIO N.º 10. MEMORIA.**

1. ¿Cuál es su horario de oficina? De 08.30 h a 14 h
2. ¿A qué hora marchará hoy de la oficina? 15.30 h
3. ¿Cómo se llama el padre de Fermín? JUAN

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.**

(MÁLAGA), (MUSEO), (MESETA), (MARISCO), (MUCHO), (MÉDICO), (MAREA), (MUEBLE), (MALETA), (MUÑECA), (MUESTRA), (MARTILLO), (MONTAÑA), (MONEDA)

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.**

ABAJO (Debajo; Arriba).	ABANDONADO (Olvidado; Amparado)
ABARATAR (Rebajar; Encarecer).	ABARROTAR (Llenar; Descargar)
ABATIR (Vencer; Animarse).	ABDICAR (Renunciar; Permanecer)
ABERTURA (Ranura; Clausura).	ABIERTO (Sincero; Cerrado). ABISMO (Precipicio; Cumbre)

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.**

CENTÉSIMA	CUBIERTO	PRIMITIVO	RESPUESTA
ENDEBLEZ	PROTECTOR	SIMPÁTICO	BALANDRO
PROBLEMÁTICO	PANDERETA	VERDADERO	PRUDENCIA
AMNISTÍA	INTERIOR	RESTAURAR	ROSALEDA
SERPIENTE	LIMONERO	TRADUCIR	SOSTENIDO

**EJERCICIO N.º 14. CÁLCULO.** Resuelva las siguientes operaciones. Si puede hágalo mentalmente y escriba el resultado.

$987 + 20 = 1.007$      
  $321 \times 6 = 1926$      
  $997 - 27 = 970$      
  $652 \times 3 = 1956$

**EJERCICIO N.º 15. CÁLCULO. SERIES.** Deberá escribir el resultado de lo que se le pide en cada ejercicio.

- 1: 100, 93, 86, 77, 70, 63, 56, 49, 42, 35, 28, 21, 14, 7, 0
- 2: 51, 48, 45, 42, 39, 36, 33, 30, 27, 24, 21, 18, 15, 12, 9, 6, 3, 0
- 3: 50, 47, 44, 41, 38, 35, 32, 29, 26, 23, 20, 17, 14, 11, 8, 5, 2
- 4: 51, 47, 43, 39, 35, 31, 27, 23, 19, 15, 11, 7, 3

**EJERCICIO N.º 16. ESCRITURA.**

Compruebe, después de escribir las frases, si ha escrito de forma correcta cada palabra. Anote la fecha en la que ha realizado el ejercicio y, cuando vuelva a realizarlo, pasado el tiempo, compare los errores que ha tenido y el tipo de letra que ha empleado.

## SESIÓN - N.º 7

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

1. RISA: CARCAJADA
2. REAL: PESETA
3. MAR: OCÉANO
4. RAMILLETE: MANOJO
5. MALICIA: MALDAD

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

- DOSCIENTOS CINCUENTA MIL TREINTA Y CINCO: 250.035  
CUATROCIENTOS MIL DOCE: 400.012  
DIEZ MIL TREINTA Y CINCO: 10.035  
CIENTO DOS MIL CUARENTA: 42.040  
VEINTE MIL DOS CON 34 CÉNTIMOS: 20.002,34

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

32      35      39      41      43      47      51      58      62      67

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

1. Hoy es un día lluvioso.
2. Mi perro es muy inteligente.
3. El autobús ha llegado tarde.
4. La montaña es muy alta.

### EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.

- |                    |                       |                    |
|--------------------|-----------------------|--------------------|
| 1. BUENO - MALO    | 2. ALTO - BAJO        | 3. CALIENTE - FRÍO |
| 4. ÁNGEL - DEMONIO | 5. BIEN - MAL         | 6. SALADO - SOSO   |
| 7. METER - SACAR   | 8. RECORDAR - OLVIDAR |                    |

### EJERCICIO N.º 7. MEMORIA SEMÁNTICA.

La persona que ha leído las frases deberá confirmar sí lo ha hecho de forma correcta.

### EJERCICIO N.º 8. CÁLCULO.

758, 904, 389, 476, 1531, 6247, 28020, 13702, 72003, 47076, 317034, 700382, 250035



**EJERCICIO N.º 9. MEMORIA.**

Bañador, gafas, protector, chanclas, sombrilla, cámara, libro, bolso, toalla, bocado, fruta, arena, silla, radio, gorra

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE.** Coloque a cada uno de los guiones una vocal para formar palabras con significado:

(MITO), (MANO), (MOÑO), (MAGIA), (MESA), (MARTE), (MUELA), (MULA), (MÉRITO), (MULTA), (MORAL), (MISIÓN), (MÚSICA), (MOMIA), (MARIDO), (MANÍA), (MUNDO), (MUERDE), (MOTOR), (MOVER), (MOLINO)

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.** Ordene las frases que le proponemos a continuación.

1. El próximo martes Raimundo irá en tren a Barcelona a recoger las notas.
2. El perro del vecino salió corriendo detrás de un gato y volvió dos días más tarde.
3. El horario de visitas de la residencia geriátrica es de diez de la mañana a ocho de la tarde.

**EJERCICIO N.º 12. MEMORIA.** Capitales del mundo. relaciona países con sus capitales.

ALEMANIA ↔ BERLÍN    BÉLGICA ↔ BRUSELAS    ESPAÑA ↔ MADRID    POLONIA ↔ VARSOVIA

PERÚ ↔ LIMA    EGIPTO ↔ EL CAIRO    COLOMBIA ↔ BOGOTÁ    JAPÓN ↔ TOKIO

PORTUGAL ↔ LISBOA    FRANCIA ↔ PARÍS    NORUEGA ↔ OSLO    REINO UNIDO ↔ LONDRES

INDIA ↔ NUEVA DELHI    MARRUECOS ↔ RABAT    CANADÁ ↔ OTTAWA    HONDURAS ↔ TEGUCIGALPA

IRLANDA ↔ DUBLÍN    RUSIA ↔ MOSCÚ    CHINA ↔ PEKÍN    ARGENTINA ↔ BUENOS AIRES

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO. SERIES.** Deberá escribir el resultado de lo que se le pide en cada ejercicio.

1: 63, 58, 53, 48, 43, 38, 33, 28, 23, 18, 13, 8, 3

2: 93, 86, 79, 72, 65, 58, 51, 44, 37, 30, 23, 16, 9, 2

3: 50, 47, 44, 41, 38, 35, 32, 29, 26, 23, 20, 17, 14, 11, 8, 5, 2

4: 61, 57, 53, 49, 45, 41, 37, 33, 29, 25, 21, 17, 13, 9, 5, 1

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.**

Compruebe, después de escribir las frases, si ha escrito de forma correcta cada palabra. Anote la fecha en la que ha realizado el ejercicio y, cuando vuelva a realizarlo, pasado el tiempo, compare los errores que ha tenido y el tipo de letra que ha empleado.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

VEA LA FOTOGRAFÍA N.º 8

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.**

BOTÓN: Acción, admiración, adopción, camión, razón, comunicación, afirmación, aceptación, fogón, canción, petición, balcón, ratón, cartón.

PERDIZ: Lombriz, maíz, actriz, barniz, emperatriz, tapiz, regaliz, nariz, directriz, raíz, feliz, motriz, cerviz, aprendiz.

ABANICO: Específico, mico, abdicó, pico, rico, dominico, chico, hocico, borrico, villancico, adjudico, critico.

## SESIÓN - N.º 8

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

1. MONEDA: DINERO
2. CUMBRE: PICO
3. PIEDRA: ROCA
4. PIANO: ÓRGANO
5. ANSIA: DESEO

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10  
2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20  
3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 30  
5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

- 12.237: Doce mil doscientos treinta y siete  
34.516: Treinta y cuatro mil quinientos dieciséis  
400.014: Cuatrocientos mil catorce  
7.024: Siete mil veinticuatro  
101.006: Ciento un mil seis  
120.012: Ciento veinte mil doce

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

MITO, MANO, MOÑO, MAGIA, MESA, MORA, MARTE, MUELA, MULA, MÉRITO, MULTA, MORAL

### EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA. ANTÓNIMOS.

1. LLEGAR ↔ MARCHAR    2. CIELO ↔ INFIERNO    3. ESTRECHO ↔ ANCHO    4. SUELO ↔ TECHO  
5. INVIERNO ↔ VERANO    6. GORDO ↔ DELGADO    7. RICO ↔ POBRE    8. HÚMEDO ↔ SECO

### EJERCICIO N.º 7. MEMORIA DE TRABAJO.

- |       |       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 9 y 8 | 0 y 7 | 2 y 3 | 7 y 4 | 8 y 6 | 8 y 9 | 9 y 8 |
| 2 y 9 | 7 y 4 | 4 y 2 | 8 y 9 | 5 y 3 | 7 y 6 | 0 y 3 |

### EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.

GUAPO (bello, feo), VERDAD (certeza, mentira), INCREPAR (reprender, elogiar), ENFADAR (enojar, apaciguar), NATURAL (normal, artificial), AMOR (cariño, odio), DERRIBAR (demoler, construir), ÁRIDO (seco, fértil), GLOTÓN (tragón, desganado), MODA (costumbre, desuso), CIMA (cumbre, valle).

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.**

LETRA T: Tostadora Tocador Tomate Trapo Tomate Tigre  
 LETRA M: Microondas Mesa Mora Mopa Melón Mono  
 LETRA E: Estufa Escritorio Escoba Escarola Elefante  
 LETRA C: Cafetera Cama Coco Cubo Cebollas Caballo  
 LETRA P: Plancha Pupitre Papaya Palangana Puerro Pantera  
 LETRA L: Lavadora Librería Limón Lejía Lechugas Liebre  
 LETRA G: Grill Gramola Granada Guantes Guisante Gacela

**EJERCICIO N.º 10. CÁLCULO.**

850.020      451.101      340.025      1.340.000      5.230.006      2.019.030      6. 006.036

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.**

1. Este año hemos pasado un verano muy caluroso.
2. Mañana, si hace sol, iremos a pasar el día a la playa.
3. No está permitido subir animales de compañía en este ascensor.
4. Es demasiado pronto para empezar a organizar la cena de fin de año.

**EJERCICIO N.º 12. RAZONAMIENTO.**

ADÁN ↔ MANZANA    FIDELIDAD ↔ PERRO    DIVERSIÓN ↔ BARAJA    ZAPATO ↔ PIE  
 RUIDO ↔ TAMBOR    DEPORTE ↔ MONTAÑERO    INUNDACIÓN ↔ LLUVIA

**EJERCICIO N.º 13. LENGUAJE.**

1. Las próximas Navidades iremos toda la familia a esquiar a Suiza.
2. Fui al supermercado y, como siempre, me dejé algunas cosas por comprar.
3. La lluvia dañó el tejado y muchas tejas se rompieron con la tormenta que cayó el lunes.
4. Cuando puedas llama por teléfono a Pepe para saber si podrá venir mañana a cenar.

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.**

Compruebe, después de escribir el texto, si ha escrito de forma correcta cada palabra.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

- 1: UNO
- 2: DOS ADULTOS Y DOS NIÑOS
- 3: LEER EL PERIÓDICO
- 4: NO TIENE SOMBRERO
5. AMARILLO Y AZUL
- 6: ESTÁ AYUDANDO AL NIÑO CON LAS TAREAS

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.**

ALBERTO, ANTONIO, ASDRÚBAL, BENICIO, BENITO, BONIFACIO, CÁNDIDO, CARLOTA, CARMEN, COSME, DARÍO, JOSÉ, JACINTO, JAIME

## SESIÓN - N.º 9

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

1. FELICIDAD: Gozo
2. PISTA: Clave
3. VÍNCULO: Juramento
4. FRAUDE: Engaño
5. PROFESIÓN: Oficio

### EJERCICIO N.º 2. RAZONAMIENTO.

290 156 100 97 84 81 78 65 40 34 27 21 17 15 4

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

73221                  61543                  410004                  4207                  600101                  210021

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

MISIÓN, MÚSICA, MOMIA, MARIDO, MANÍA, MUNDO, MUERDE, MOTOR, MOVER, MOLINO, MÁLAGA, MUSEO

### EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.

- 1) Gran Muralla (CHINA)
- 2) Big Ben (REINO UNIDO)
- 3) Museo del Louvre (FRANCIA)
- 4) Plaza Roja (RUSIA)
- 5) Machu Pichu (PERÚ)

### EJERCICIO N.º 7. MEMORIA.

La persona que ha leído las frases deberá confirmar sí lo ha hecho de forma correcta.

### EJERCICIO N.º 8. LENGUAJE.

COMERCIOS: Carnicería, pescadería, estanco, panadería, pastelería, mercería, droguería, farmacia, ferretería, charcutería, zapatería, juguetería.

VERDURAS: Acelgas, coliflor, repollo, apio, espinacas, berenjena, col, judías verdes, zanahoria, lombarda, berza, calabaza.

MEDIOS DE TRANSPORTE: Avión, tren, coche, camión, barco, autobús, moto, globo, bicicleta, helicóptero, metro, tranvía.

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.**

LETRA A: Ángel Abeja Anís Abrigo Armería Alemania

LETRA S: Samuel Saltamontes Soda Suéter Súper Suiza

LETRA P: Pablo Pulga Pacharán Pantalón Panadería Portugal

LETRA H: Horacio Hormiga Horchata Harapo Herboristería Holanda

LETRA M: Miguel Mariposa Menta Medias Mercería Mongolia

LETRA G: Gerardo Grillo Gaseosa Guantes Galerías Guatemala

LETRA L: Lorenzo Libélula Limonada Leotardos Librería Luxemburgo

**EJERCICIO N.º 10. CÁLCULO.**

1.213 20.401 70.807 50.640 92.017 74.062 310.014

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.**

Palabras de 9 letras: Berenjena, camioneta, caminante, ordenador, geografía, columpiar, habitante, obstáculo, concierto, mandarina, cataratas, impresora, televisor, fumigador, cartulina, policíaco, emigrante, completar, esterilla, modalidad, articular, conversar, alimentar, sanitario, analítico.

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.**

ZAPATERO CORTESANO CABECERA SIRVIENTE MARGARITA

CARICATURA IMPUESTOS OLIVARERO HUMILDAD ESFÉRICO

VOLTERETA ILUSIONAR ESPECÍFICO MONTERÍA

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.**

1. 20 PESETAS

2. 580 PESETAS

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.**

Compruebe, después de escribir el texto, si ha escrito de forma correcta cada palabra.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

1: 17

2: 10

3: 13

4: 7

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.**

ABETO, ACACIA, ADINERADO, ÁRBOL, BANDERA, CASA, COSA, OCA, PALACIO, PALETO, POLTRONA.

## SESIÓN - N.º 10

### EJERCICIO N.º 1. LENGUAJE.

1. TEMA: Asunto
2. PROEZA: Hazaña
3. MITO: Fábula
4. AMENAZA: Intimidación
5. ERROR: Equivocación

### EJERCICIO N.º 2. MEMORIA A CORTO PLAZO.

Compare lo que ha escrito con el texto de las frases que ha leído.

- 1.- Fuimos al campo a recoger piñas
- 2.- Los autobuses urbanos, siempre circulan con retraso
- 3.- Tengo visita mañana jueves para la analítica
- 4.- El árbitro pitó falta por mano una patada al delantero
- 5.- El presidente de la comunidad acaba de leer las cuentas de la comunidad.

### EJERCICIO N.º 3. CÁLCULO.

1: 4,05      2: 2,55      3: 64,00      4: 0,65      5: 120,05

### EJERCICIO N.º 4. MEMORIA.

Este ejercicio no tiene respuestas correctas.

### EJERCICIO N.º 5. LENGUAJE.

MESETA, MARISCO, MUCHO, MÉDICO, MAREA, MUEBLE, MALETA, MUÑECA, MUESTRA, MARTILLO, MONTAÑA, MONEDA

### EJERCICIO N.º 6. MEMORIA SEMÁNTICA.

- 1) Capilla Sixtina (EL VATICANO)
- 2) Alhambra (ESPAÑA)
- 3) Taj Majal (LA INDIA)
- 4) Torre Eiffel (FRANCIA)
- 5) Estatua de la Libertad (EEUU)

**EJERCICIO N.º 7. CÁLCULO.** Resuelva, sin utilizar lápiz y papel, las siguientes operaciones aritméticas.

$$1: 9 + 8 + 7 - 4 + 6 - 8 - 4 + 9 + 5 - 3 = 25 \quad 2: 8 + 3 + 5 - 4 + 9 + 2 - 7 + 3 + 6 - 9 = 16$$

$$3: 2 + 7 + 9 - 6 + 4 - 8 + 3 + 7 - 8 + 4 = 14 \quad 4: 5 + 3 + 6 + 2 - 9 - 6 + 5 + 8 - 3 - 4 = 7$$

$$5: 7 + 6 + 7 - 8 + 5 - 3 + 8 - 9 - 5 + 6 = 14$$

**EJERCICIO N.º 8. MEMORIA.**

Este ejercicio no tiene respuestas correctas ni erróneas.

**EJERCICIO N.º 9. LENGUAJE.**

ÁGATA, BUROCRACIA, CELOSA, DELATAR, DIVISAR, EXCUSA, FRESÓN, HORA, INCUBADORA, LADRILLO, MANGO, PÓMULO, RIZO, SUPERVIVENCIA, TUTELAR, VECINO.

**EJERCICIO N.º 10. LENGUAJE.**

BESAR	SACAR	LABOR	LETRA	TACOS	LIBAR
COSTO	COLAR	CARPA	MARES	PERLA	RIMAR
VALOR	CATRE	CASTO	RESTO	TOCAR	CLAMA
MATAR	BORRA	TOPAR	TERCO	FLORA	RETEN
TROTA	COLORO	MIRRA			

**EJERCICIO N.º 11. LENGUAJE.**

Palabras de 8 letras: Escopeta, acertijos, paraísos, cuaderno, lavadora, semáforo, botiquín, extintor, ventanal, relojero, colegial, archivar, cantante, recuerdo, persiana, cajonera, paraguas, librería, alfombra, papelera, taburete, mariposa, teléfono, radiador, caracola.

**EJERCICIO N.º 12. LENGUAJE.**

SORPRESA	HORTELANO	SUSENDER	ABANDERADO	MADRIGAL
MERECIDO	CRUJIENTE	MEJORANA	JUBILADO	FRECUENTE
PARTÍCIPE	BALNEARIO	ANTERIOR	PINCELADA	ALIMENTO
OBSERVAR	PRIMAVERA			

**EJERCICIO N.º 13. CÁLCULO.**

1: 8 sobres

2: 240 PESETAS

**EJERCICIO N.º 14. ESCRITURA.**

Compruebe, después de escribir el texto, si ha escrito de forma correcta cada palabra. Anote la fecha en la que ha realizado el ejercicio y, cuando vuelva a realizarlo, pasado el tiempo, compare los errores que ha tenido y el tipo de letra que ha empleado.

**EJERCICIO N.º 15. EJERCICIO DE ATENCIÓN.**

1: 5            2: BAHAMAS            3: 57 y 83            4: ROSA Y EMEILIO            5: ELCHE

**EJERCICIO N.º 16. LENGUAJE.**

ÁLAMO, ÁRBOL, BANDERA, BANDIDO, CASA, CASITA, CASUCHA, DADO, DANUBIO.

## SESIÓN - N.º 11

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Respuestas a las preguntas sobre la fotografía 10.

- ¿Cuántos nombres de mujer puede leer? 6
- ¿Cuántos nombres de varón puede leer? 3
- ¿Cuál es el número mayor? ¿Y el menor? 2369 - 4
- ¿Cuántos corazones aparecen en la fotografía? 9
- ¿Cuántas caras aparecen en la fotografía? 10
- ¿Cuántas cajas aparecen en la fotografía? 12

## SESIÓN - N.º 12

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Respuestas a las preguntas sobre la fotografía 10.

- ¿Cuántos vasos aparecen en la fotografía? 16
- ¿Cuántas lunas aparecen en la fotografía? 12
- Busque y señale dónde está Rafael y Rosa
- ¿Qué número está a la derecha de Carmen? 42
- ¿Cuántas cruces aparecen en la fotografía? 6
- ¿Cuántas estrellas aparecen en la fotografía? 5



## SESIÓN - N.º 13

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 11. Memorice la pregunta, observe la fotografía, busque y responda:

- ¿Dónde vive el abuelo? Madrid
- ¿Cómo se llama la niña? María
- ¿Dónde trabaja la madre? Lugo
- ¿La mosca es un .....? Insecto
- ¿Quiénes son los niños? Celia y Roque
- Conteste sin hacer la multiplicación. ¿Cuál es el resultado de  $45 \times 9$ ? 405
- Conteste sin hacer la multiplicación. ¿Cuál es el resultado de  $75 \times 6$ ? 450
- ¿Dónde está el maestro? Burgos

## SESIÓN - N.º 14

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE ATENCIÓN.** Vaya al Anexo “Fotografías y dibujos al final del cuaderno”. Estudie con mucho detenimiento la FOTOGRAFÍA 11. Memorice la pregunta, observe la fotografía, busque y responda:

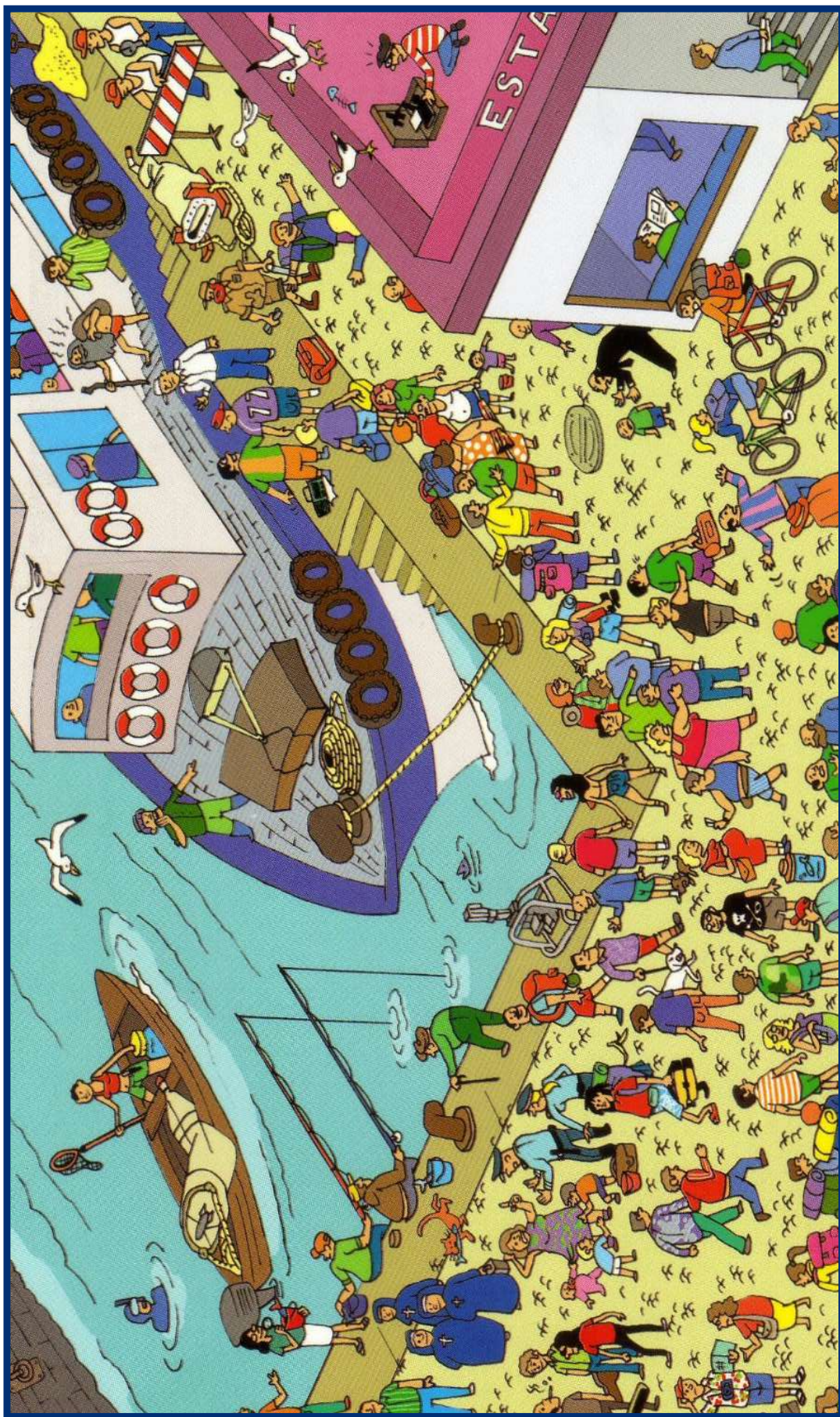
- Conteste sin hacer la multiplicación. ¿Cuál es el resultado de  $30 \times 7$ ? 210
- ¿Cuál es el número más alto que aparece en la fotografía? 600
- ¿Cómo se llama el niño? Ramón
- ¿De qué fruta se habla en la fotografía? Fresa
- ¿Cómo se llama el perro? Sultán
- Diga cuáles son los 5 nombres de animales que aparecen en la fotografía: Pulga, Ratón, Gallo, Mosca, Perro
- Cuente las estrellas que aparecen en la fotografía: 10
- Cuente los triángulos que aparecen en la fotografía: 10

## SESIÓN - N.º 15

**EJERCICIO N.º 1. EJERCICIO DE RAZONAMIENTO.** Le propongo un grupo de cuatro palabras. Las cuatro pertenecen a la misma categoría, sin embargo, una de ellas no es similar a las otras tres. Descubra en cada caso cuál de las cuatro no pertenece al mismo grupo. Explique por qué. EJEMPLO: Sartén, tenedor, cuchara, vaso. Las cuatro palabras pertenecen a la categoría de utensilios de cocina, sin embargo, la palabra que sobra sería “sartén”, ya que, con tenedor, cuchara y vaso, podemos ayudarnos para comer y con “sartén” preparamos lo que vamos a comer.

- |              |                |
|--------------|----------------|
| A) SANDRA    | B) Asado       |
| C) Camisa    | D) París       |
| E) Azúcar    | F) Película    |
| G) Granito   | H) Natación    |
| I) Taza      | J) Rosal       |
| K) Vainilla  | L) Águila      |
| M) Bicicleta | N) Oficina     |
| O) Olmo      | P) Redondo     |
| Q) Caja      | R) Albaricoque |

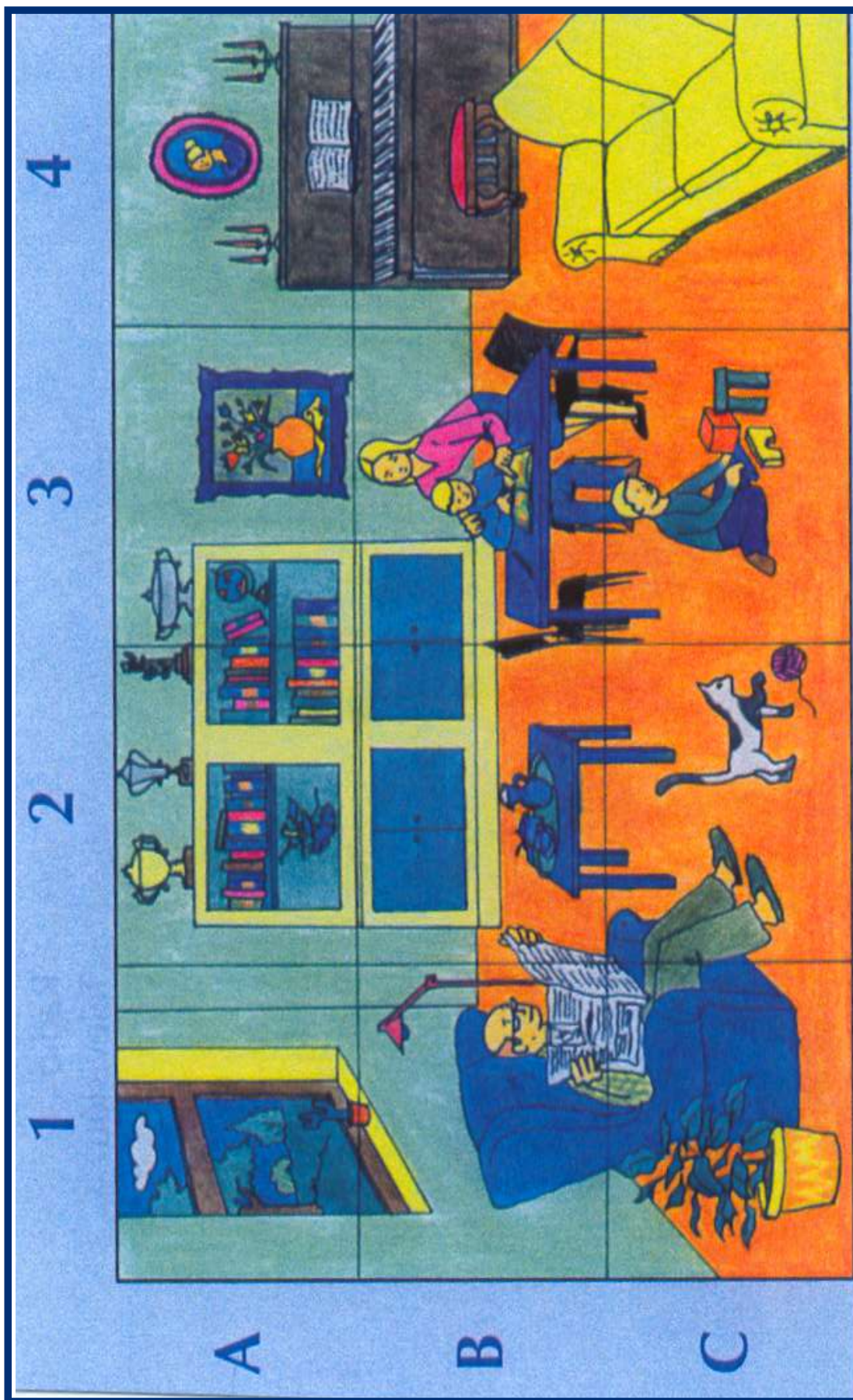
**FOTOGRAFÍAS Y  
DIBUJOS PARA LOS  
EJERCICIOS DE  
MEMORIA**



FOTOGRAFÍA N.º 1

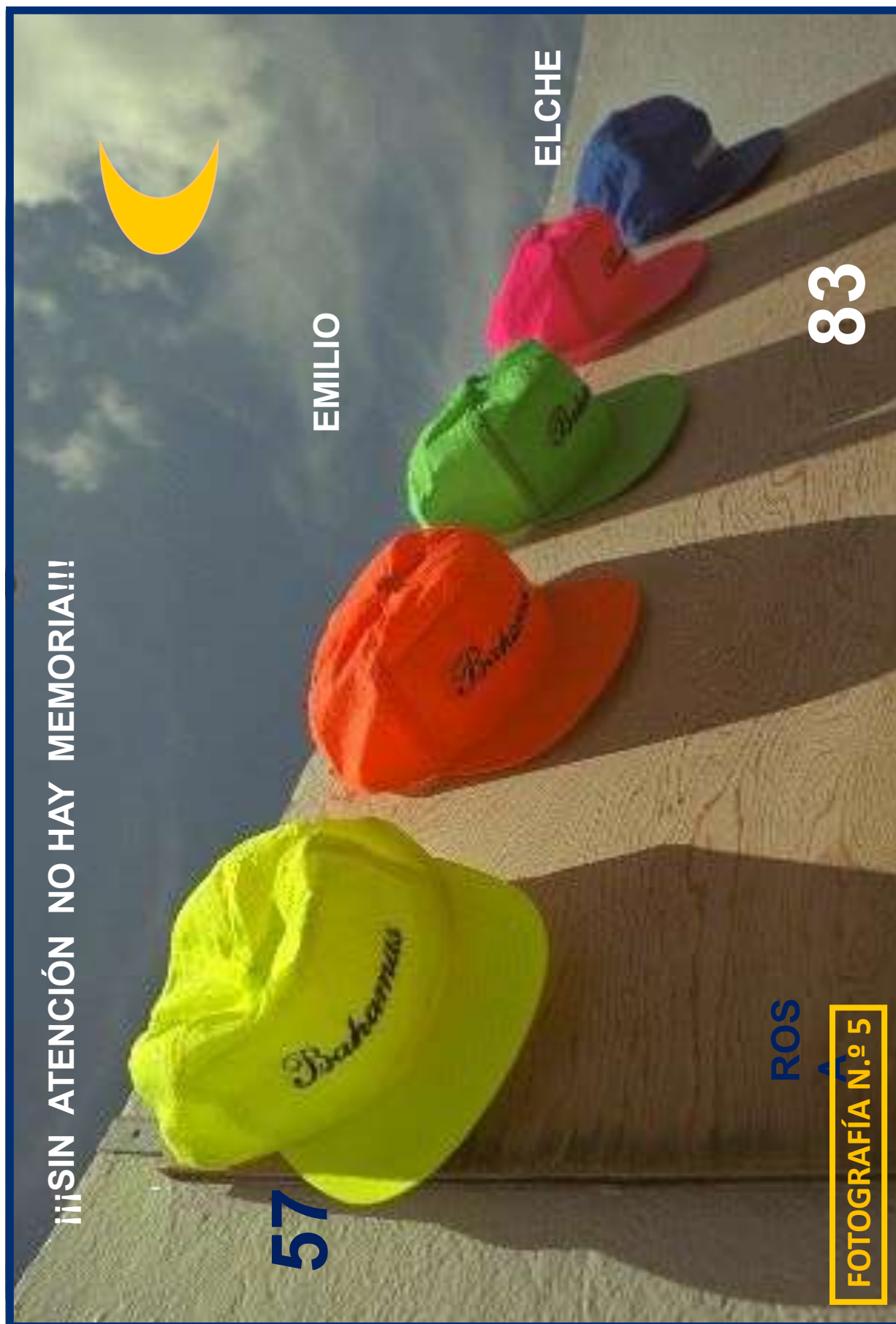


**FOTOGRAFÍA N.º 2**



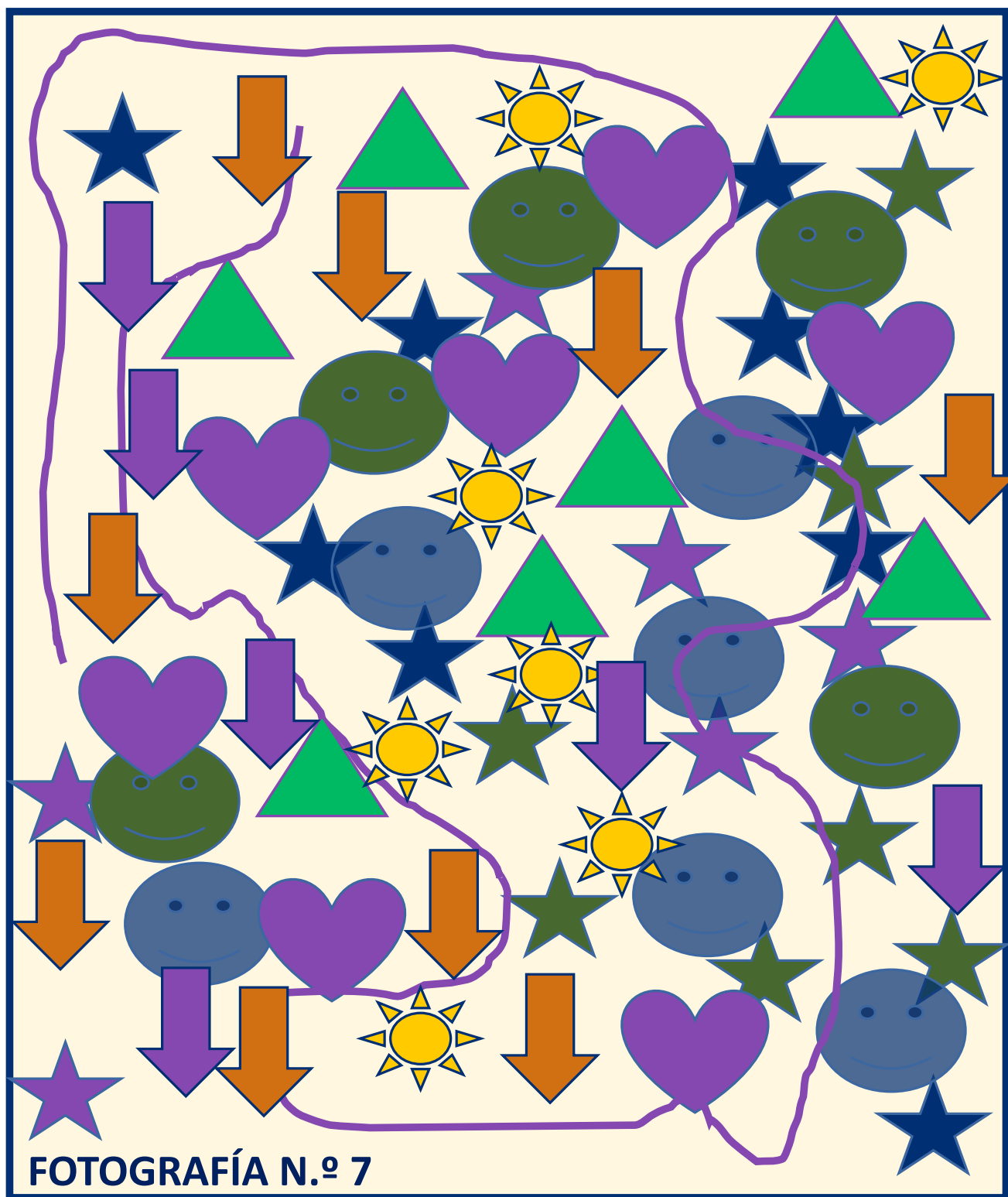
FOTOGRAFÍA N.º 3







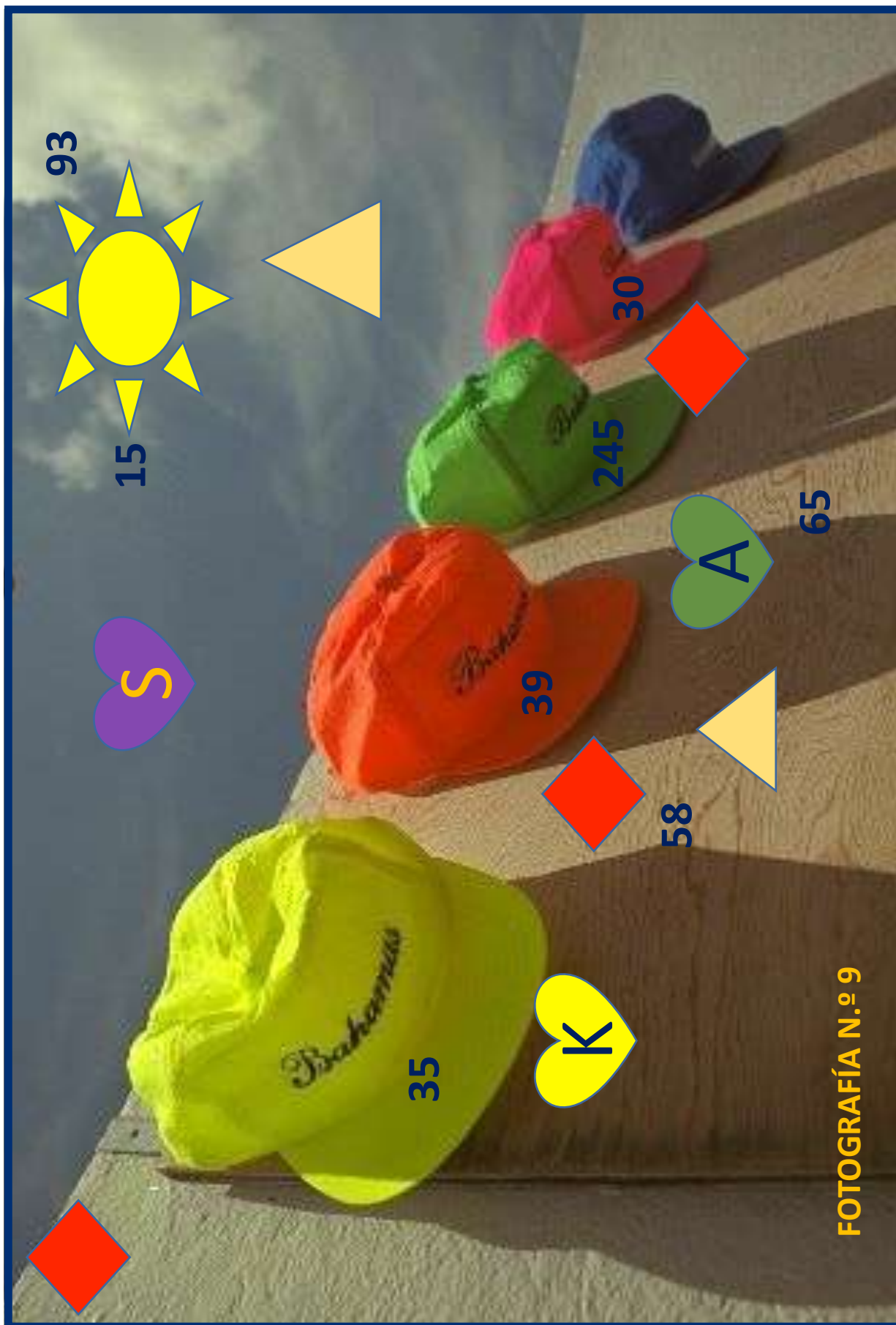


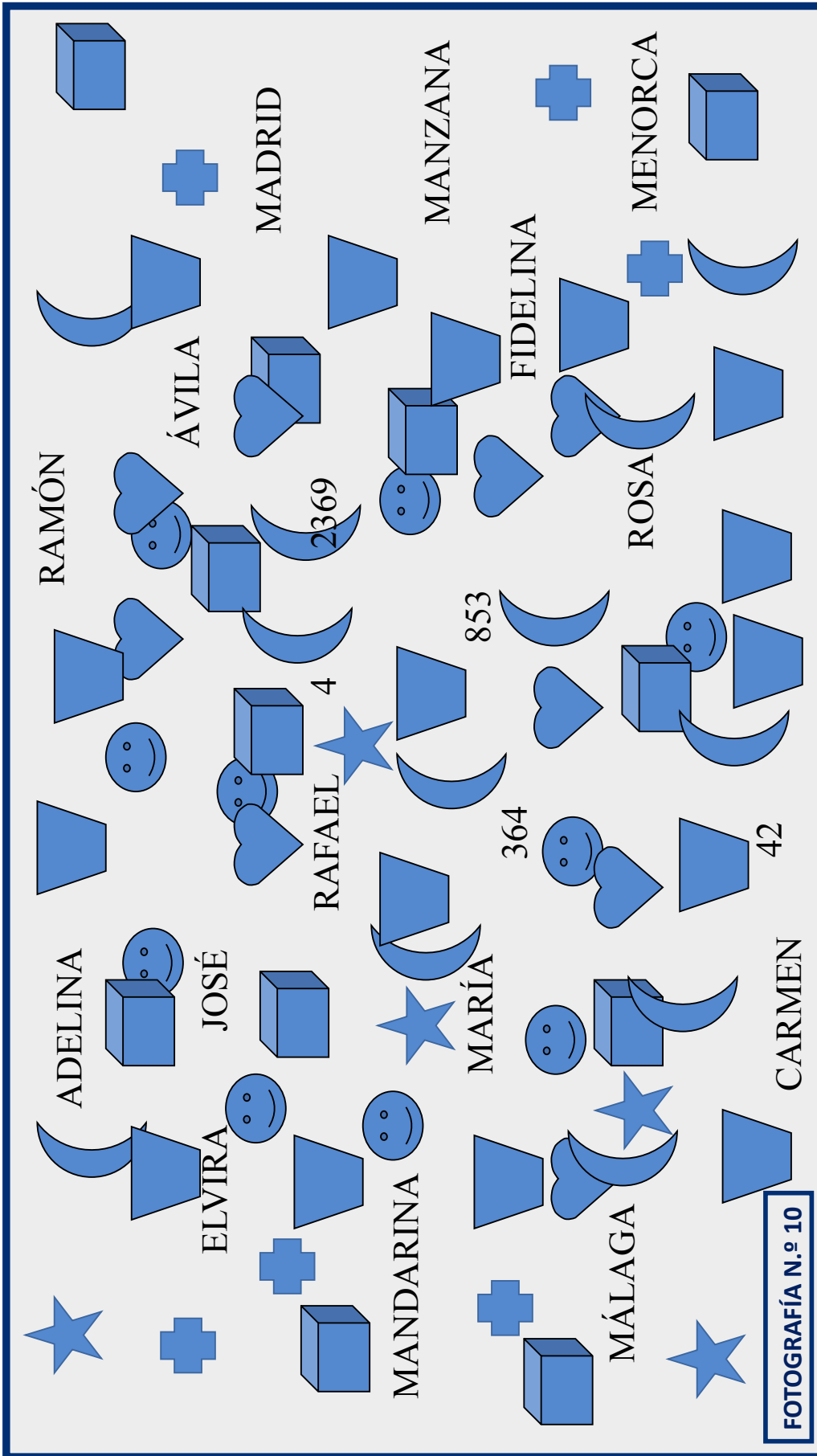


FOTOGRAFÍA N.º 7



**FOTOGRAFÍA N.º 8**





PULGA

258

EL ABUELO VIVE EN MADRID

EL MAESTRO ESTÁ EN BURGOS

RATÓN

LA NIÑA SE LLAMA MARIA

45 X 9 = 405

GALLO

LOS NIÑOS SON CELIA Y ROQUE

EL NIÑO ES RAMÓN

LA MOSCA ES UN INSECTO

400

LA MADRE TRABAJA EN LUGO

600

LA FRUTA ES UNA FRESA

75 X 6 = 450

EL PERRO ES SULTÁN

FOTOGRAFÍA N.º 11



**pensionistas**

## Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO

Ramírez de Arellano, 19, 1ª planta. 28043 Madrid. Teléfono 91 757 26 22

[www.pensionistas.ccoo.es](http://www.pensionistas.ccoo.es)

### Andalucía

C/ Cardenal Bueno Monreal, 58 - 3ª  
41013 Sevilla  
Teléfono 954 50 70 41

### Aragón

Pº Constitución, 12 - 2ª planta  
50008 Zaragoza  
Teléfono 976 48 32 28

### Asturias

C/ Santa Teresa, 15 - 1º izd. 33005 Oviedo  
Teléfono 985 25 71 99

### Les Illes Balears

Francesc de Borja Moll, 3  
07003 Palma de Mallorca  
Teléfono 971 72 60 60

### Islas Canarias

Primero de Mayo, 21  
35002 Las Palmas de Gran Canaria  
Teléfono 928 44 75 37

### Cantabria

Santa Clara, 5. 39001 Santander  
Teléfono 942 22 77 04

### Castilla-La Mancha

C/ Miguel López de Legazpi, 32-34  
02005 Albacete  
Teléfono 967 19 20 84

### Castilla y León

Plaza Madrid, 4 - 5ª planta. 47001 Valladolid  
Teléfono 983 29 16 17

### Catalunya

Via Laietana, 16 - 3ª planta. 08003 Barcelona  
Teléfono 934 81 27 69

### Ceuta

Alcalde Fructuoso Miaja, 1 - 2ª pl  
51001 Ceuta  
Teléfono 956 51 62 43

### Euskadi

Uribitarte, 4- 48001 Bilbao  
Teléfono 944 24 34 24

### Extremadura

Avda. Juan Carlos I, 41  
06800 Mérida  
Teléfono 924 31 99 61

### Galicia

C/ María, 42-44, baixo  
15402 Ferrol  
Teléfono 981 36 93 08

### Navarra

Avenida Zaragoza, 12  
31003 Pamplona  
Teléfono 948 24 42 00

### La Rioja

C/ Pío XII, 33 - 2º desp. 43  
26003 Logroño  
Teléfono 941 24 42 22  
Ext. 218

### Madrid

Lope de Vega, 38  
28014 Madrid  
Teléfono 915 36 52 87

### Melilla

1º de Mayo, 1 - 3º  
52006 Melilla  
Teléfono 952 67 65 35

### Murcia

Corbalán, 4  
30002 Murcia  
Teléfono 968 35 52 13

### País Valenciá

Pl. Nàpols i Sicília, 5  
46003 Valencia  
Teléfono 963 88 21 10

Subvencionado por:

