



PROGRAMA ACTÍVATE - TALLER DE MEMORIA

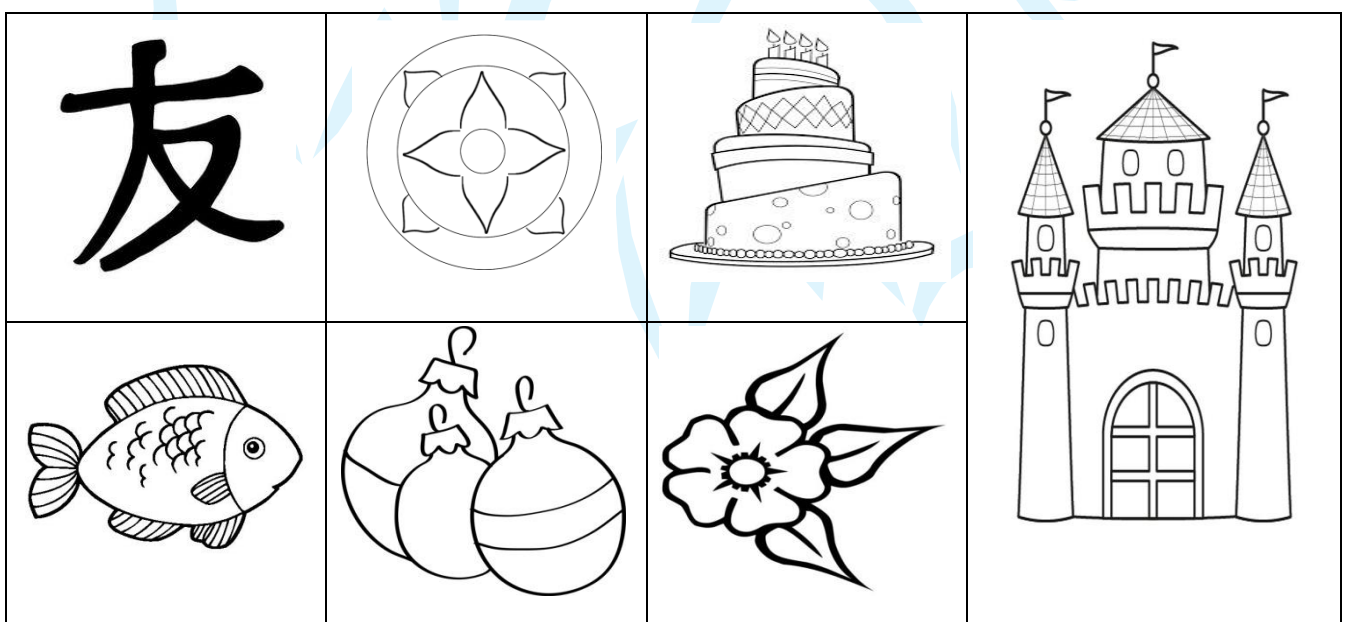
SEMANA DEL 11 al 17 de MAYO

EJERCICIO DE ASOCIACIÓN

Escribe todo aquello que asocies o relaciones con el número 4. Pueden ser cosas concretas o abstractas, de la naturaleza, de la literatura, de la ciencia, del entretenimiento, etc. Por ejemplo, las 4 reglas matemáticas: sumar, restar, multiplicar y dividir.

EJERCICIO DE PERCEPCIÓN, ATENCIÓN, ORIENTACIÓN ESPACIAL Y REPRESENTACIÓN GRÁFICA

Copia los siguientes dibujos. Si te apetece, puedes hacerlos “grandes” y darles color. Recuerda que al practicar el dibujo en el taller de memoria, no es importante hacerlo bien, mal o regular. Se trata de trabajar la *agudeza visual* y la *atención* para fijarse en los detalles; y colocarlos tal y como se muestran en la figura en relación a la posición, el tamaño, la forma, etc. (*orientación espacial*).





EJERCICIO DE LENGUAJE

Ordena las letras de cada grupo para formar palabras con sentido. Son 25 y están relacionadas con un mismo tema.

SAEF – IVOORCSNAUR – DNIADAS – NOMRIIST – ICOMDÉ –

EFEERNORM – OPHITSLA – ASDUL – MIAIFAL – ORGHA –

ÉETONFOL – ETLIEVNÓS – OCMONÍA – PRDLAAUI –

NETERETIMTIENON – ASPERA – SHARROIO – RIASDMA –

SDIATNAIC – CMSARAILAL – UGEASTN – NPOTÓCECRI –

MASOIG – AVUANC – NIRETNTE

EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN Y ASOCIACIÓN

Ahora más que nunca, tenemos que poner en marcha esta estrategia, junto con la imaginación, para ciertas actividades. Toca visualizar una estación de tren y escribir todo aquello que veas mentalmente en ella. Por ejemplo, las taquillas.

EJERCICIO DE ATENCIÓN Y VOCABULARIO

Combinando las letras que aparecen en el recuadro, escribe 25 palabras nuevas. Recuerda que no puedes usar una letra dos veces si sólo aparece una vez en la muestra. Por ejemplo, LA.

C A L E F A C T O R



EJERCICIO DE CÁLCULO

Intenta calcular mentalmente el resultado de cada línea de operaciones matemáticas. Después, puedes hacer las cuentas en un papel para repasarlo. Es probable que te ayude pensar que estás manejando euros 😊

+ SUMAR

- RESTAR

X MULTIPLICAR

: DIVIDIR

$$20 - 10 + 8 - 5 \times 2 + 20 - 16 : 5 =$$

$$400 : 2 - 50 : 10 - 8 - 4 =$$

$$2 + 1 + 5 - 4 + 10 + 8 - 5 - 2 + 2 + 10 - 8 =$$

$$1 + 2 + 2 - 1 - 4 + 10 - 2 + 5 - 3 - 7 - 3 =$$

$$4 + 1 + 3 + 10 + 3 + 1 - 5 - 7 - 4 + 12 - 5 =$$

EJERCICIO DE ASOCIACIÓN

Escribe nombres de bebidas que empiecen por cada una de las letras de TU nombre y dos apellidos. Puedes poner más de una bebida en cada letra si se te ocurren. Fíjate en el ejemplo con el nombre de Marta.

Manzanilla

Anís

Resolí

Té

Agua



EJERCICIO DE ASOCIACIÓN Y LENGUAJE

Escribe una frase con cada trío de palabras. En total, 10 frases. Por ejemplo: Con las palabras CARRO – GUARDIA – LLUVIA, la frase podría ser “La *lluvia* comenzó a caer cuando el *guardia* vio pasar el *carro* de heno”.

1. zarzaparrilla – Valdetorres – cepillo
2. espanto – zapato – respiración
3. Ajalvir – muralla – orilla
4. raya – pueblo – apetito
5. fantasma – Talamanca – redondo
6. madrileño – pálpito – árbol
7. novela – aroma – Ribatejada
8. Valdepiélagos – siglo – respaldo
9. encadenado – ciudad – cierto
10. época – bajo – Serracines

EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN

Elige un lugar de tu casa y no te mueves de él mientras haces este ejercicio. Tienes que anotar la cantidad de lo que se indica más abajo, que haya en toda tu casa. Si tienes terraza, jardín y/o patio hay que pensar en ellos también.

¿Cuántos hay?	PUERTAS VENTANAS ARMARIOS SILLAS MESILLAS APARADORES CUADROS ESPEJOS	SOFÁS O SILLONES PLANTAS (vegetales) CAMAS MESAS BANQUETAS LÁMPARAS RELOJES (los de pulsera, no) COJINES
---------------	---	---



EJERCICIOS DE REMINISCENCIAS

1) Recuerda tu primera vivienda, a la que te fuiste cuando saliste de casa de tus padres. Y escribe sobre ella: en qué ciudad o pueblo estaba, si fue comprada o de alquiler, su precio, cuánto tiempo viviste en ella, cómo era, acontecimientos importantes para ti mientras vivías en ella, etc. Lo que recuerdes.

2) Esta semana celebramos San Isidro Labrador, el viernes 15 de mayo. ¿Recuerdas haber ido a alguna verbena a Madrid, o a celebrarlo a algún pueblo vecino, como por ejemplo Valdepiélagos?

Si has estado recuerda lo que hacías allí, como eran las fiestas, si había atracciones, rifas, los puestos de la feria, si te marcaste algún baile o chotis con alguna persona que te gustase, algún traje o vestido que llevases a la verbena, el olor de la feria, si ibas con amigos o familiares, si ibas por la noche o a comer algo durante el día,...

**RECUERDA MIRAR TU WHATSAPP PORQUE DURANTE TODA LA SEMANA
TE IREMOS ENVIANDO EJERCICIOS DE MEMORIA E INFORMACIÓN
RELEVANTE SOBRE EL CONFINAMIENTO**