

Ficha_de_trabajo_2020_semana12_As

Actividad física y cerebro

¿Qué tienen en común la actividad física y el cerebro? Pues que se relacionan de un modo muy estrecho. Eso al menos indican todos los estudios hechos en este sentido; incluso, en ciertos casos, se ha demostrado que su eficacia supera a la de la medicación.

La actividad física es buena para la salud del organismo y, por tanto, lo es asimismo para la salud del sistema nervioso. Y una de las áreas donde más se investigan sus bondades es en la del funcionamiento cognitivo. Según los expertos, el beneficio se subordina a la dosis que se emplea; es decir, una buena forma física otorga mayor protección frente al riesgo de deterioro psíquico.

Pero no son solo las personas sanas las que se benefician de sus favorables resultados. También ayuda a quienes sufren algún detrimento a nivel neuronal, ya que es capaz de moderar su avance. La razón por la cual moverse es bueno para el cerebro no está del todo clara; sin embargo, no hay duda de que la actividad física logra mejorar el funcionamiento del cerebro.

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

Ficha_de_trabajo_2020_semana12_Bs

Sustituya cada signo por su letra y escriba una frase de Montesquieu.

Es preciso estudiar mucho para llegar a saber poco.

★ M	◆ H	✕ I	★ P	⊕ D	☆ O	⊕ S	◆ L	▲ S
✿ P	⊕ G	✓ U	☆ B	! A	◐ T	✕ R	□ E	▼ C

E □ ⊕ P ✿ R ✕ E □ ▼ I ✕ S ⊕ O ★ E □ ⊕ T ◐ U ✓ D ⊕ I A R ✕ M ★ U ✓ C ▼ H ◆ O ★
P ✿ A R ✕ A L ◆ L ◆ E □ G ⊕ A R ✕ A I S ⊕ A B ☆ E □ R ✕ P ✿ O ★ C ▼ O ★

Complete los números que faltan en estas operaciones

$$\begin{array}{r}
 \underline{6} \quad 7 \quad 4 \quad 1 \quad 9 \quad \underline{5} \quad 9 \\
 - \quad 5 \quad 5 \quad \underline{3} \quad 8 \quad \underline{2} \quad 3 \quad \underline{1} \\
 \hline
 1 \quad 2 \quad 0 \quad 3 \quad 7 \quad 2 \quad 8
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 8 \quad \underline{7} \quad 5 \quad 1 \quad \underline{9} \quad 8 \quad \underline{6} \\
 - \quad 5 \quad 5 \quad 7 \quad \underline{4} \quad 1 \quad 3 \quad 2 \\
 \hline
 3 \quad 1 \quad 7 \quad 7 \quad 8 \quad 5 \quad 4
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 3 \quad \underline{7} \quad 4 \quad 3 \quad \underline{5} \quad 6 \quad \underline{1} \\
 + \quad 4 \quad 8 \quad 3 \quad \underline{1} \quad 9 \quad 5 \quad 2 \\
 \hline
 8 \quad 5 \quad 7 \quad 5 \quad 5 \quad 1 \quad 3
 \end{array}$$

$$\begin{array}{r}
 \underline{5} \quad 7 \quad 9 \quad 2 \quad 8 \quad \underline{4} \quad 1 \\
 + \quad 2 \quad 6 \quad \underline{3} \quad 8 \quad \underline{4} \quad 3 \quad \underline{6} \\
 \hline
 8 \quad 4 \quad 3 \quad 1 \quad 2 \quad 7 \quad 7
 \end{array}$$

Escriba sobre los espacios vacíos una sílaba de tres letras, para formar palabras con significado.

Al cal de Pes pun te Es tam pa Res pin go Om bli go

Su fri do Cal man te Des qui te Re car go In ven to

Je rin ga Le chu za Be nig no Hu mil dad Mo nar ca

Ficha_de_trabajo_2020_semana12_Cs

Coloree el cuadro repetido.

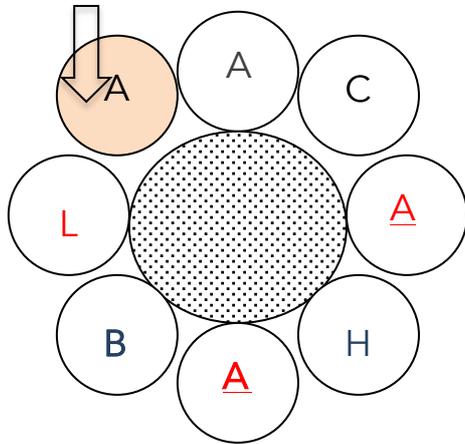
A B O D E F G H I	A B C O E F G H I	A B R D E F G H I	A B C D E X G H I	A B C Ñ E F G H I	A B C D M F G H I
A B C D L J G H I	A B C D E F G N I	A B C D M F G L O	A B C D E F G L K	A B C Z E F G H I	A B C D E F G H P
A B C D E F G K I	A B C D E F G L K	A B C D E F G H I	A B C Ñ L F G L I	A B O D E F G H K	A B C D E F U H I

Señale cuatro dígitos consecutivos que sumen 20 en cada fila

(de izquierda a derecha). ¿Cuántos grupos hay? 6

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

Ficha_de_trabajo_2020_semana12_Ds



Añada las letras adecuadas para descubrir el nombre de una planta. (El sentido de la lectura puede ser de izquierda a derecha o al revés)

Albahaca

Señale en el cuadro 2 las palabras del 1 que han modificado su posición inicial.

1		2	
SACO	DEDO	RARO	DEDO
PLAN	SAL	PLAN	VIL
CASA	PINO	CASA	PINO
VEZ	DADO	MANO	DADO
LUNA	PEZ	LUNA	PEZ
DOS	VAL	DOS	MUS
MUS	COL	VAL	COL
VANO	RARO	VANO	SACO
CARO	MIL	CARO	MIL
NADA	MANO	NADA	VEZ
VIL	CADA	SAL	CADA

Escriba a la derecha palabras que tengan un significado similar (sinónimas).

Futuro	<u>Porvenir</u>
Partido	<u>Troceado</u>
Cuesta	<u>Pendiente</u>
Precioso	<u>Bonito</u>
Peligro	<u>Amenaza</u>
Aviso	<u>Comunicado</u>
Normal	<u>Habitual</u>
Remoto	<u>Lejano</u>
Fijo	<u>Seguro</u>
Inexacto	<u>Dudoso</u>
Rígido	<u>Inflexible</u>