



DESPERTAR SALUDABLE

#CuidarteEsCuidarnos



Buenos Aires Ciudad



EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Para poder realizar las actividades y que las mismas sean efectivas, es aconsejable estar tranquilo, relajado, en un lugar iluminado, cómodo y silencioso. Estas tomarán entre 30 y 45 minutos. Es importante destacar que el logro estará centrado en la ejecución del ejercicio y no en el resultado.

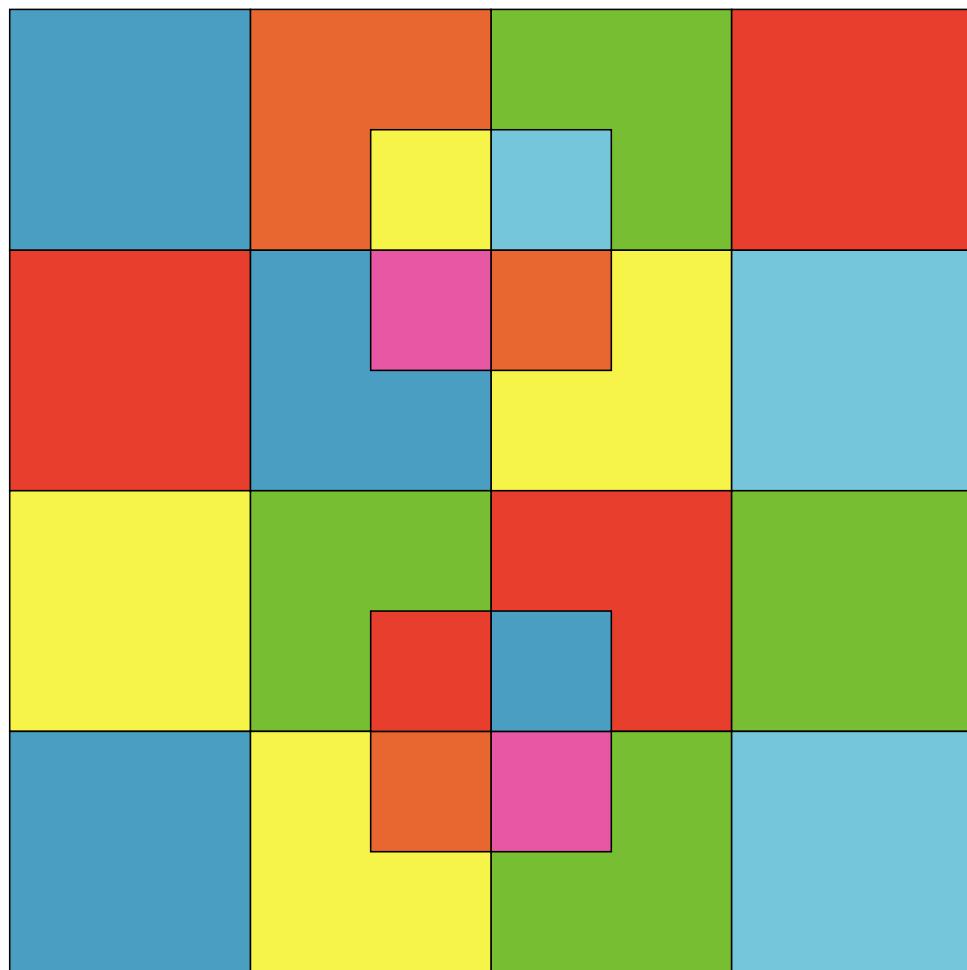
JUEGO N°1:

Descifrá el mensaje (GNOSIAS)



JUEGO N°2:

¿Cuántos cuadrados hay? (Viso-percepción)



JUEGO N°3:

Coloca el número en la casilla indicada
(Atención)

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

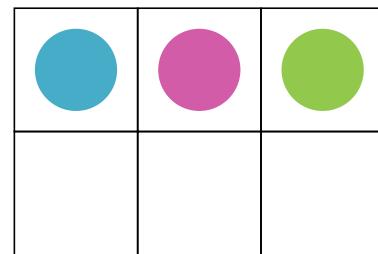
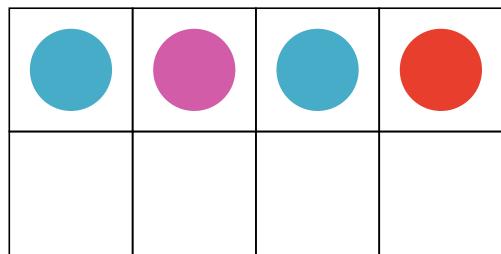
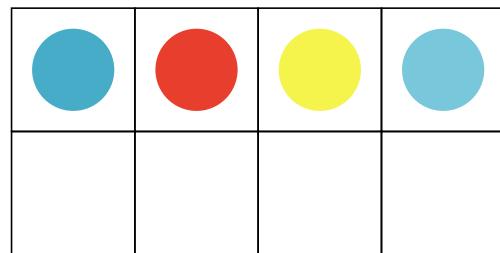
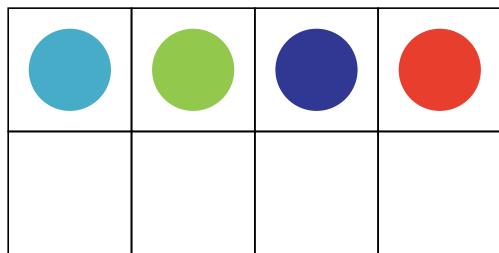
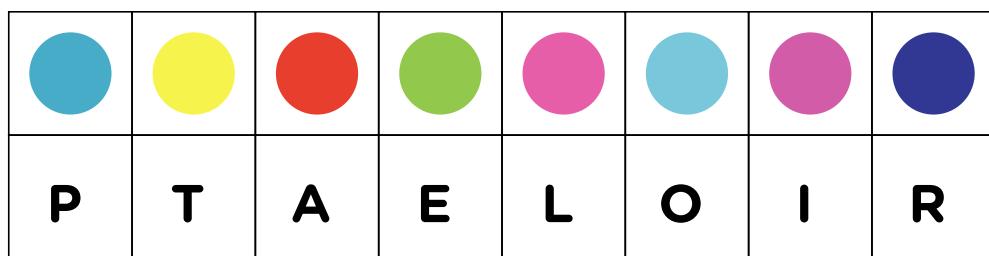
ESCRIBE UN 1 EN LA CASILLA G1
ESCRIBE UN 5 EN LA CASILLA C6
ESCRIBE UN 9 EN LA CASILLA G4
ESCRIBE UN 1 EN LA CASILLA D1
ESCRIBE UN 7 EN LA CASILLA C7
ESCRIBE UN 9 EN LA CASILLA F8
ESCRIBE UN 8 EN LA CASILLA G4
ESCRIBE UN 1 EN LA CASILLA D8

ESCRIBE UN 1 EN LA CASILLA F9
ESCRIBE UN 3 EN LA CASILLA E10
ESCRIBE UN 5 EN LA CASILLA H1
ESCRIBE UN 9 EN LA CASILLA F7
ESCRIBE UN 2 EN LA CASILLA H1
ESCRIBE UN 3 EN LA CASILLA J9
ESCRIBE UN 4 EN LA CASILLA C3
ESCRIBE UN 4 EN LA CASILLA F7



JUEGO N°4:

Colocar la letra correspondiente a su color
(Gnosias y atención)



JUEGO N°5:

Memoria

Escribir el nombre de 5 personajes famosos (actuales o no actuales)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Escribir el nombre de 5 países que en su nombre contengan la letra “o”

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Escribir el nombre de 5 estaciones de subte que conozca

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Escribir el nombre de 5 programas de televisión actuales o no actuales

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Escribir el nombre de 5 músicos famosos

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.



JUEGO N°6:

Lenguaje

Formar la mayor cantidad de palabras combinando las distintas sílabas.



JUEGO N°7:

Vocabulario

A partir de las siguientes letras, formar nuevas palabras con la cantidad de letras indicadas:

A R S M E T

4 PALABRAS DE 2 LETRAS:

3 PALABRAS DE 5 LETRAS:

2 PALABRAS DE 3 LETRAS:

2 PALABRAS DE 6 LETRAS:

3 PALABRAS DE 4 LETRAS:



Buenos Aires Ciudad



JUEGO N°8:

Pensamiento

Cada una de estas palabras tiene doble significado, deberá pensarlo y luego escribir una oración con cada uno de sus significados.

SOBRE

BANCO

VINO

SAL

NADA

TRAJE



JUEGO N°9:

Memoria semántica

Escribir el nombre de 5 países en los que su idioma sea el español.

-
-
-
-
-

Escribir el nombre de 5 ciudades del mundo que tengan mar.

-
-
-
-
-

Escribir el nombre de 5 monumentos o edificios famosos en el mundo.

-
-
-
-
-

Escribir el nombre de 5 estaciones de tren que conozca.

-
-
-
-
-

Escriba el nombre de 5 países de Europa y sus capitales.

-
-
-
-
-



JUEGO N°10:

Memoria

Completar los siguientes refranes:

NO HAY MAL

EL QUE NO CORRE

A PALABRAS NECIAS



JUEGO N°11:

Funciones ejecutivas

Ordenar la siguiente conversación para que sea lógica, colocando el número correspondiente a cada renglón

- ¡Muchas gracias! Adiós.
- Lo que usted diga señora. Allá vamos.
- Doble acá a la izquierda, y seguimos hasta el mercado por favor.
- Bien señora, buen día. ¿A dónde la llevo?
- Sí señor, tengo que ir a comprar sin falta porque hoy a la noche tengo invitados en mi casa.
- Hemos llegado señora, serían \$140, por favor.
- Hola buen dia, ¿cómo está?
- Dicen que hay mucho tránsito por esa zona, ¿querrá que la lleve igual?
- Señor, qué caro es el traslado! Pero igualmente le agradezco por haberme traído aunque había mucho tránsito. Aquí tiene señor, le entrego el dinero.
- ¡Que tenga buen día! Adiós.



JUEGO N°12:

Praxias

Dibuje las figuras geométricas que se indican en cada recuadro.

DIBUJE UN CUADRADO	DIBUJE UN TRIÁNGULO
DIBUJE UN CÍRCULO	DIBUJE UN RECTÁNGULO
DIBUJE UN ROMBO	DIBUJE UN HEXÁGONO



JUEGO N°13:

Atención

Ponga la letra que corresponda a la suma o a la resta
y al final escriba la frase resultante

A L S E J D I R O C U

10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

$6+7$

$7+4$

$15-2$

$8+6$

$10+3$

$21-4$

$10+9$

$8+8$

$13+6$

$22-6$

$6+12$

$18-5$

$3+9$

$6+6$

$15-5$

$3+8$

$24-4$

$9+6$

Escriba la frase que sale uniendo las diferentes letras:



Buenos Aires Ciudad

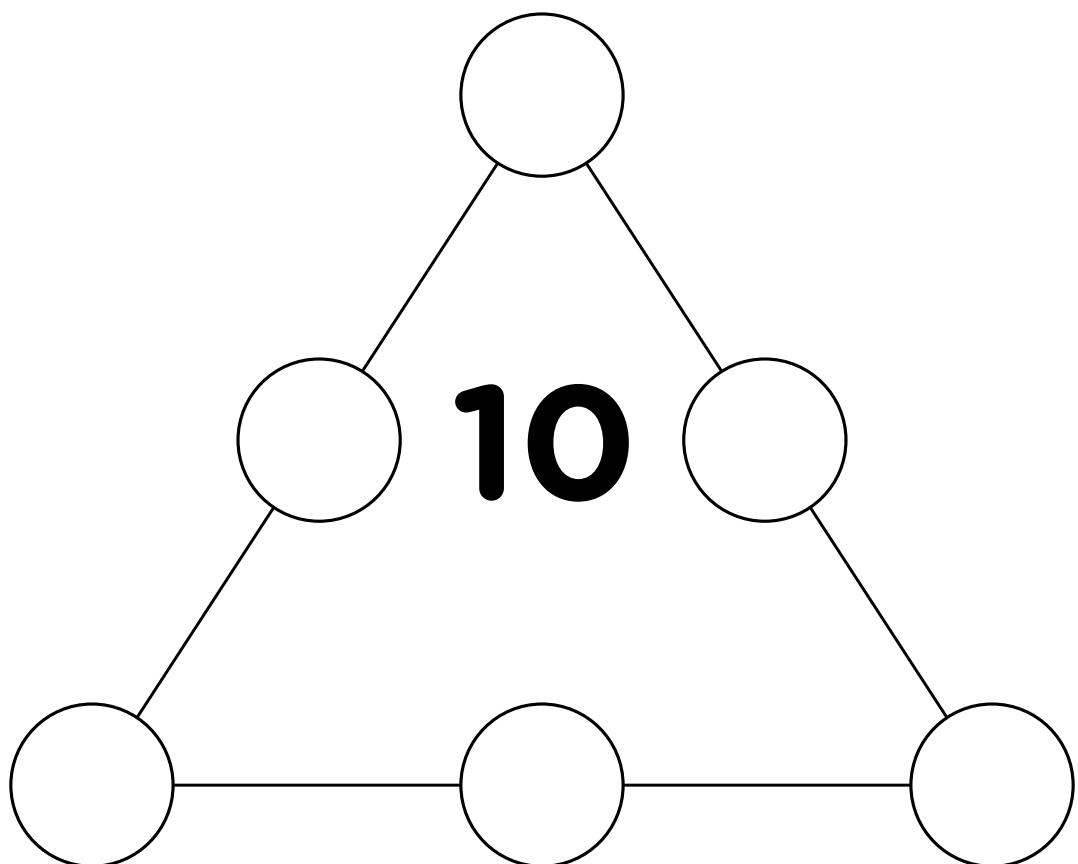


JUEGO N°14:

Cálculo

Colocá los números del 1 al 6, de modo tal que la suma de cada lado sea igual a 10

1 2 3 4 5 6



Respuestas

“Esta actividad tiene varias opciones de respuestas posibles”

JUEGO N°8:

“Esta actividad tiene varias opciones de respuestas posibles”

JUEGO N°7:

“Esta actividad tiene varias opciones de respuestas posibles”

JUEGO N°6:

“Esta actividad tiene varias opciones de respuestas posibles”

JUEGO N°5:

PIPA PIE
PERA PATO
JUEGO N°4:

						3					10
3				1							9
				9		1					8
				94			7				7
							5				6
											5
				86							4
							4				3
						1					2
					1	52					1
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J		

JUEGO N°3:

40 cuadrados

JUEGO N°2:

“Confía en lo que sientes más que en lo que piensas”

JUEGO N°1:



Respuestas

1.4.5

3.6.1

3.2.5

Mirándolos por cada lado

JUEGO N°14:

“El ejercicio es salud”

S S A L U D
C I C I O E
E L E J E R

JUEGO N°13:

“Esta actividad tiene varias opciones de respuestas posibles”

JUEGO N°12:

9. ¡Que tenga buen día! Adiós.

8. ¡Muchas gracias! Adiós.

entreigo el dínero.

7. Señor, ¡que caro es el traslado! Pero igualmente le agradezco por

hacerme tránsito anduve habla mucho tránsito. Aquí tiene señor, le

5. Sí, señor, tengo que ir a comprar sin falta porque hoy a la noche tengo

invitados en mi casa.

6. Hemos llegado señora, serían \$140, por favor.

7. Señor, ¡que caro es el tránsito! Pero igualmente le agradezco por

hacerme tránsito anduve habla mucho tránsito. Aquí tiene señor, le

8. ¡Muchas gracias! Adiós.

9. ¡Que tenga buen día! Adiós.

JUEGO N°11:

• Oídos sordos

• Vuela

• Que por bien no venga

JUEGO N°10:

“Esta actividad tiene varias opciones de respuestas posibles”

JUEGO N°9:

