

NIVEL MEDIO

FICHA 34

Nombre y Apellidos: _____

Fecha de Nacimiento: _____

Dirección: _____

DNI: _____

Fecha actual: _____

cerebro *ágil*

1º Lea atentamente el siguiente texto, mostrando especial interés en las palabras resaltadas.

HACER DEPORTE PARA TENER SALUD

Existe un gran número deportes de los cuales aprendemos muchas habilidades. Entre estas habilidades podemos encontrar la motricidad fina, la motricidad gruesa, la coordinación, la memoria o la atención. Además, el deporte está recomendado para mejorar nuestra salud física y mental. Por ejemplo, andar o hacer nuestro deporte favorito disminuye nuestro nivel de estrés, y con ello mejora nuestra calidad de vida.

Entre los deportes que más se practican a nivel mundial, se encuentran el fútbol, el baloncesto y el vóley. Por el contrario, el rugby es uno de los deportes que menos se practica, debido al tipo de contacto que se ejerce entre los participantes y las cualidades que exige.

Por otro lado, el fútbol o cualquier deporte se ha convertido en señal de salud y de bienestar, siendo una de las primeras recomendaciones que se hacen en las consultas médicas. Cada vez existen más programas con el objetivo de mejorar la salud donde se incluye el deporte. Pero, esto no quiere decir que se deba realizar un deporte extremo, en ocasiones, basta con salir de casa y andar unos kilómetros a ritmo suave para obtener resultados.

Haz una frase con dos de las palabras subrayadas en el texto

.....
.....

cerebro *ágil*

Escribe las palabras agudas (ej. Ra-tón) que aparecen en el texto

.....
.....
.....
.....

Escribe las palabras con dos vocales que aparecen en el texto

.....
.....
.....
.....

Continúa el texto:

Pero, esto no quiere decir que se deba realizar un deporte extremo, en ocasiones, basta con salir de casa y andar unos kilómetros a ritmo suave para obtener resultados

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

cerebro *ágil*

2º Escribe la palabra que corresponda según la definición:

- Se utiliza un balón, unas espinilleras y el objetivo es llegar a la portería.
.....

- Se trata del jefe del equipo.
.....

- Se juega con una raqueta y Rafa Nadal es su referente.
.....

- Sus jugadores son de altura.
.....

3º Escribe una frase con cada una de las palabras resaltadas que aparecen en el texto del ejercicio 1:

1. deportes:

2. atención:

3. salud:

4. calidad de vida:

5. futbol:

cerebro *ágil*

4° ¿Cuántas “R” hay? Redondéalas y cuenta cuántas hay en total:

ALRTCDQYUWIETWOPQCFDWVWVWLMNADGT
ZRWYUWTKLÑWCVWRZHTWFDSNYUWWHAX
OPCVWBRGTFWERZWWKJFGBVNMXZWRTUO
QSDFGTPXCRWMLSFHYJWCFRWUIOPTFWVC
HSFGRVTBSWRGYUDSAFTYLGTVNFDWAQ SX
RYREGNYOHNMYIUPÑJHGFDXDETRWQNASX
ZRTGHEDSYUHBNGDSWRYUIONLPMCETUIO
LGTEDFRTYNGDSA WRFBGNHMUIEFRAQXZR

TOTAL=

5° Escribe una frase con lo que harías si te pasasen algunas de estas cosas:

- Llegas tarde a un partido
.....
- Alguien no cumple las normas
.....
- No llevas los zapatos adecuados
.....

cerebro *ágil*

6º Escribe cosas que se utilicen para ir a pasar un día al campo:

.....

.....

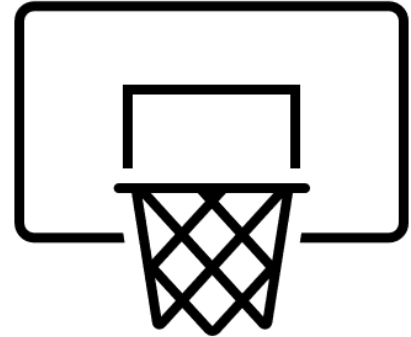
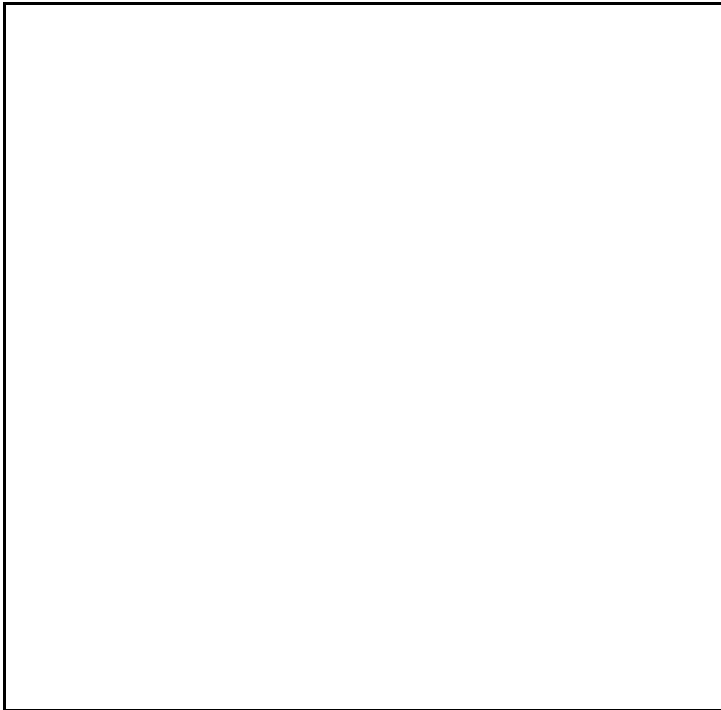
.....

7º Resuelve las siguientes operaciones:

- $64 + 11 =$
- $94 + 38 =$
- $345 \times 5 =$
- $104 \times 2 =$
- $565 - 182 =$
- $84 - 39 =$
- $316 / 4 =$
- $82 \times 8 =$
- $82 / 4 =$

cerebro *ágil*

8º Dibuja la figura:



¿Qué tipo de deporte es?

.....

¿Dónde podemos encontrar este tipo de objeto?

.....

¿Ha visto usted este tipo de deporte alguna vez? Si es así describe la situación

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

cerebro *ágil*

9º Escribe tres palabras que empiecen con la letra que se indica:

- A.....
- L.....
- N.....

10º Ordena los siguientes números de MENOR A MAYOR:

<i>1056</i>	<i>80</i>	<i>500</i>	<i>600</i>	<i>400</i>	<i>700</i>	<i>200</i>	<i>350</i>	<i>550</i>	<i>250</i>
<i>60</i>	<i>800</i>	<i>950</i>	<i>540</i>	<i>90</i>	<i>650</i>	<i>660</i>	<i>850</i>	<i>450</i>	<i>1</i>

11º Ordena los siguientes números de MAYOR A MENOR:

<i>248</i>	<i>60</i>	<i>275</i>	<i>375</i>	<i>425</i>	<i>225</i>	<i>100</i>	<i>85</i>	<i>900</i>	<i>500</i>
<i>625</i>	<i>550</i>	<i>575</i>	<i>300</i>	<i>350</i>	<i>400</i>	<i>225</i>	<i>2</i>	<i>140</i>	<i>35</i>

12° Organiza las palabras en orden alfabético (A-Z):

JUGADOR- CANASTA- FUTBOL- GOL- RAQUETA-
ENCESTAR

1°

2°

3°

4°

5°

6°

13° Ahora escriba las palabras en orden inverso:

- Deporte → E _____
- Gol → L _____
- Senderista → A _____
- Pelota → A _____
- Atletismo → O _____
- Raqueta → A _____

cerebro *ágil*

14° Rellena el siguiente cuadro escribiendo siete palabras que empiecen o contengan las siguientes letras:

Palabras que empiecen por M	Palabras que contengan N	Palabras que terminen por L	Palabras que empiecen por A

15° Con algunas de las palabras resaltadas en el texto del Ejercicio 1, rellena el siguiente cuadro con los sinónimos y antónimos:

PALABRA	SINÓNIMO	ANTÓNIMO
Acertar		
Dentro		
Ganar		

cerebro *ágil*

16º Escriba el nombre de 7 deportes diferentes y haz una frase con cada uno de ellos:

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....