

EJERCICIOS DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA



SEPAD

Servicio Extremeño de Promoción de la
Autonomía y Atención a la Dependencia

Forma al menos 20 palabras a partir de las letras de la palabra “C-O-R-O-N-A-V-I-R-U-S”, utilizando las letras que necesites.

Ejemplo: N-A-V-Í-O

N-A-V-Í-O				
ROCÍO				
CARNIVOROS				
CORROSIVA				

Empareja cada expresión con su significado:

- | | |
|--|---|
| 1. Ser un rabo de lagartija | a) Tener muchas fantasía |
| 2. El comer y el rascar, todo es empezar | b) Problema que nunca acaba de solucionarse |
| 3. Tener cuerda para rato | c) Estar muy enterado de algo |
| 4. Estar en misa y repicando | d) Cosas para las que no hace falta tener ganas |
| 5. Tener pajaritos en la cabeza | e) Estar en varias cosas a la vez |
| 6. Buscar las cosquillas | f) Provocar a alguien |
| 7. Aguantar carros y carretas | g) Aguantarlo todo |
- 

Ejemplo: “1” con “c”

Partiendo de la palabra “COLMENA”, escribe 20 palabras de siete letras encadenadas (cada palabra comienza por la última sílaba de la palabra anterior).

Ejemplo: COL-ME-**NA** → NA-VIE-**RA** → RA-CIS-**TA**

Escribe debajo de la palabra “VELA” otras palabras con significado cambiando una sola letra.

Ejemplos:

V-E-L-A

T-E-L-A

T-E-**M**-A

.. .. .

Escribe de seis en seis hasta llegar a 210:

Ejemplo: 6 - 12 - 18

Escribe 20 palabras que comiencen por “TER-”.

Ejemplo: Término

_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

Escribe 20 palabras que terminen por “-LA”
Ejemplo: gacela, ...

Completa con la sílaba que falta:

PIN _ _ RA

LA _ _ SA

BAL _ _ SA

RE _ _ SAR

SAL _ _ CAR

SER _ _ _ _ TE

AGUAR _ _ _ _ TE

ALMI _ _ _ TE

CHO _ _ _ TE

PA _ _ _ _ TE

Relaciona cada profesión con la herramienta que se emplea para cada una

Profesiones

- ▶ Médico
- ▶ Mecánico
- ▶ Albañil
- ▶ Pintor
- ▶ Profesor
- ▶ Zapatero
- ▶ Cocinero
- ▶ Taxista

Herramientas

- ▶ Cocina
- ▶ Pincel
- ▶ Bisturí
- ▶ Paleta
- ▶ Llave inglesa
- ▶ Lezna
- ▶ Libro
- ▶ Sartén

Escribe al menos tres palabras que comiencen por estos prefijos:

PRE- (ej.: prever)			
MULTI- (ej.: multicolor)			
EX- (ej.: exalumno)			
ANTE- (ej.: anteponer)			
HIPER- (ej.: hipertenso)			
ULTRA- (ej. Ultramarino)			
SUB- (ej.: submarino)			

Partiendo de la palabra “CONSOLAR” escribe 35 palabras con las letras de la misma:

Ejemplos: Solar, losa,...

Escribe al menos 30 objetos que sean de cristal, o que tengan una parte de cristal en su composición

Ejemplos: Vaso, cenicero,

Escribe frases con las tres palabras de cada fila:

- *PILA - JUGUETE - NIÑO*
- *PANTALONES - DIENTE - FLOR*
- *COCHE - LLUVIA - ACEITE*
- *CUADROS - CARTA - PARAGUAS*

Ejemplo: Lavé el juguete del niño en la pila

Clasifica los siguientes números en pares o impares:

**32- 47 - 22 - 9 - 6 - 87 - 93 - 62 - 55 - 58 - 78 - 4 - 90 - 19 - 33 -
84 - 27 - 3- 17- 23 -44 - 83- 18- 65 - 8- 13 - 45 - 91 - 15 - 70-**

- **PARES: 32, 22**
- **IMPARES: 47, 9**

Escribe 20 palabras que comiencen por “CE-”

Ejemplo: Celo, ...

Ordena alfabéticamente:

pie- tecla- camino- ola- red- día- arco- libro- universo-
instante- hoja- firma- galleta- niño- jarabe- vida- blanco-
maestro- señal- pelota

Ejemplo: arco, blanco,

Completa las siguientes series numéricas:

49		43			34	31		25	
83		73	68			53			38
28	36			60			84		100

A partir de las letras de la palabra “M-O-T-O-C-I-C-L-E-T-A”
forma 20 palabras con sentido utilizando las letras que
necesites.

Ejemplo: Cielo, coleta, ...

_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

Ordena las siguientes letras para formar un nombre de animal con cada grupo:

- ▶ RERPO _____
- ▶ TURGATO _____
- ▶ NIRACAO _____
- ▶ NILDEF _____
- ▶ LAGUIA _____
- ▶ PINERESTE _____
- ▶ NASODIUORI _____

- ▶ BRACA _____
- ▶ NOSECO _____
- ▶ VOJEA _____
- ▶ LLANIGA _____
- ▶ GERIT _____
- ▶ LLABENA _____
- ▶ BOLLACA _____

Redacta, en no menos de 15 líneas, alguna anécdota o un hecho simpático que hayas vivido durante todos estos días de confinamiento.

[illegible]

Ordena las letras y escribe el nombre de:

Una montaña:	VRESETE	_____
Un animal:	FELANETE	_____
Una cantante:	OLAL RESOLF	_____
Una fruta:	ZAMANAN	_____
Una ciudad	GOLU	_____

Ejemplo: Una montaña: EVEREST

Resuelve la operación:

$$4 \times 5 + 57 - 3 \times 2 =$$

En esta serie de números pares del 20 al 40 faltan algunos. Indica cuáles faltan.

	22	28	34	36
40		30	26	20

Escribe 20 nombres de oficios/profesiones:
Ejemplo: carpintero

_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____

Ordena alfabéticamente las siguientes palabras:

Ráfaga, judía, dominio, baile, virtud, alimento, gato, queso, país, nervio, idea, fortuna, otra, torneo, mercurio, cuento, salida, hierro, locura, escudo.

Completa las siguientes series numéricas:

3	5		9				17	19	
6		12			21	24		30	
2		10			22			34	38

Clasifica los siguientes números en pares o impares:

8- 47- 51- 9- 2- 28- 69- 62- 40- 18- 77- 63- 25- 4- 29- 16-
92- 27- 53- 82- 88- 1- 35- 38- 43- 72- 99- 21- 30- 34-

PARES: 8, ...

IMPARES: 47,...

Ahora, escribe de mayor a menor los números pares:

Y ordena de menor a mayor los números impares:

Escribe la palabra adecuada a cada definición:

1. Bola de materia elástica que le permite botar y que se usa en diversos juegos

2. Niño de pecho _____
3. Azúcar fundido y endurecido _____
4. Estrella luminosa centro de nuestro sistema planetario _____
5. Aparato electrodoméstico que produce frío para conservar los alimentos

Escribe 20 palabras que comiencen por “RI-”

Ejemplo: Rico

Mensaje oculto.

Ordena las letras y descubre el nombre de:

Un escritor:	L I G E M U	E D	R E N T A V C E S
Un animal:	R A G O U		
Un científico:	A S A C I	W O N N E T	
Un río:	B L A E		
Una ciudad:	E U N V A	O K Y R	
Un accidente geográfico:	F L O G O		

¿Cómo continúas la serie? Hazlo hasta 100

1, 2, 4, 8, 16,

Invitados Ilustres.

Hemos reunido a un pintor, un conquistador, un poeta, un científico y un piloto de fórmula 1. ¿Te atreves a descubrirlos?

- V E _ _ _ Q U E _
- C O _ O _
- _ O R C _
- R A _ O _ _ _ J _ L
- A _ _ _ _ O

Escribe 20 objetos de madera:

Mesa, silla,

Escribe una frase o historia corta con las tres palabras de cada fila:

- pila - juguete - niño
- pantalones - diente - flor
- coche - lluvia - aceite
- cuadros - carta - paraguas

Escribe al menos 40 palabras que terminen en “-to”.
Por ejemplo: pato, zapato ...

Partiendo de la palabra “RA-QUE-TA”, escribe 20 palabras de siete letras encadenadas (cada palabra comienza por la última sílaba de la palabra anterior).

Ejemplo: RA-QUE-**TA** → TA-LAN-**TE** → TE-CHA-**DO**

Escribe debajo de la palabra “MARCO” otra palabra con significado cambiando sólo una de las letras y dejando las otras en la misma posición.

Repite el proceso hasta completar 15 palabras.

Ejemplos:

M-A-R-C-O

B-A-R-C-O

B-A-**N**-C-O

-- -- -- -- --

Señala la palabra que sobra y di por qué sobra:

- AZUL - BLANCO - ROJO - **PATO** - AMARILLO
- CARMEN - ALBERTO - LIDIA - VANESA - MANUELA
- SILLA - JARRÓN - MESA - SOFA - ESTANTERÍA
- JUPITER - SATURNO - ARIES - PLUTÓN - VENUS
- QUESO - AGUA - JAMÓN - MORTADELA - LONGANIZA
- PISCIS - VIRGO - TIERRA - LIBRA - CÁNCER

PATO: NO ES UN COLOR

Escribe 20 palabras que empiecen por “C A” y terminen por “O”

Ejemplo: Caballo, catarro, ...

Tacha los números pares y rodea con un círculo los impares:

56	48	23	78	35	61	64	59
49	23	70	28	45	21	90	89
73	67	79	31	14	30	32	75

Resuelve la operación:

$$369 - 125 \times 2 =$$

Escribe, de entre los números de la derecha, los números correctos en los lugares adecuados para completar la serie:

1	___	5	___	7	___	11	(elegir entre: 8, 2, 3, 12, 4, 9)
....	___	11	___	13	___	15	(elegir entre: 9, 12, 13, 16, 10, 8)
22	___	26	___	30	___	32	(elegir entre: 28, 20, 23, 24, 29, 25)
0	___	20	___	30	___	40	(elegir entre: 10, 80, 50, 60, 15, 45)

Ordena las letras y busca el nombre de:

- o Un personaje histórico:
- o Un animal
- o Un escritor
- o Un accidente geográfico

NAUJA ED ROCA
SOO NDAPA
SEOJ MAGASARO
FLOGO

Escribe 20 nombres de animales del bosque

Ejemplo: ciervo

Combina las letras de la palabra “C A R T U L I N A”
formando palabras con significado (20 palabras).

Ejemplo: carta, altura,

Trata de ordenar cada conjunto de letras y formar tres palabras diferentes con significado:

A O M R	A M O R	R O M A	M O R A
A A R P			
P C A O			
G T O A			
T M E A			
D S I A			
C S O A			

Escribe 35 objetos que sean de metal o que tengan una parte de metal en su composición.

Ejemplo: Espada

Ordena las siguientes letras para formar una parte del cuerpo humano

RIZNA		DOSDE	
LLABIRBA		AONM	
LLECUO		CABO	
SEPI		JOSO	
ERASPIN		LIGOBOM	
DORIAL		ALGASN	

Escribe 20 palabras que tengan cinco letras y empiecen por “E”.

Ejemplo: Época

Señala la palabra que sobra y explica porqué :

MADRID - SEVILLA - PARIS - JAEN - BARCELONA

MANO - CORAZÓN - PIERNA - PIE - CABEZA

CANTAR - SALTAR - VIAJAR - SUDAR - REIR

CERVEZA - GASEOSA - VINO - CAVA - COÑAC

PINO - ROSA - MARGARITA - PETUNIA - CRISANTEMO

BONITO - DIVERTIDO - ALEGRE - TRISTE - AGRADABLE

Ej: PARÍS no es una ciudad española

Escribe una frase o historia con las palabras de cada fila

NUBE - PLAYA - TOALLA - TELÉFONO

BIGOTE - PELUCA - GABARDINA - CALLE

BOTÓN - ABRIGO - NIEVE - NOCHE

MANO - ZAPATO - VASO - ZUMO

Ordena mentalmente y descubre los nombres de:

Un animal:	SOO DORAP	_____
Un astrónomo:	OSALINC OENOPICRC	_____
Una ciudad europea:	RPGAA	_____
Un crustáceo:	NOSGALAT	_____
Un medio de transporte:	UBSOTAU	_____

VITAMINA MATEMÁTICA

Realiza la siguiente operación:

$$(2 \times 7) + (25 \times 30) + (15 : 5) + (7 \times 49) =$$

(Haz primero las operaciones de los paréntesis y luego suma todo)

Empareja las sílabas que sean exactamente iguales:

ar	Pe	No	Ki	El	Ke	ON
Li	SO	MA	RA	Si		
SI	TI	PE	TE	RO	RO	
			SU			

Escribe el contrario de cada palabra:

Proteger	_____
Encima	_____
Doblar	_____
Vestir	_____
Hacer	_____
Competente	_____
Informar	_____

Entretenido	_____
Igual	_____
Hombre	_____
Pacífico	_____
Congelar	_____
Culpable	_____
Experto	_____

Escribe frases con cada una de las siguientes series de palabras:

- tren - viaje - aburrimiento - casa - encerrado
- linterna - bosque - noche - setas - cesta
- terraza - palmas - resistiré - vecinos - cantan
- silencio - calles - personas - compran - guardias

Escribe 20 palabras que comiencen por “Mi” y acaben por “O”:

Ejemplo: MICO

Ordena mentalmente para escribir nombre de:

- o Un árbol
- o Un mar
- o Un filósofo
- o Un animal
- o Una flor

U E C A S

T I D R A N E M O E E R

T L O S E S A E R I T

G U A I N A

G A R A M T A R I

Hemos reunido a un pintor, un tenista, un poeta, un filósofo y una cantante, ¿Te atreves a descubrirlos?

__ I __ S __
G __ N __ R __
N __ D __ L __
S É __ __ __
R O __ A R __ __

De qué cifra se trata, si tenemos en números romanos:

DXXXIII

MDCCLXXIV

DCCCLVII

CDXXVIII

VITAMINA MATEMÁTICA

Calcula el resultado:

$$(45 - 15) - (10 \times 2) + 2 =$$

Los romanos adoptaron muchos de sus dioses de los griegos, pero les asignaron un nombre diferente. ¿Sabrías colocar los dioses griegos y a sus “sosias” o equivalentes romanos junto la atribución principal de ambos?

DIOSES GRIEGOS: *Hades, Poseidón, Dionisio, Zeus, Atenea, Hefesto, Cronos, Hermes, Ares, Afrodita*

DIOSES ROMANOS: *Neptuno, Vulcano, Venus, Saturno, Plutón, Mercurio, Marte, Minerva, Jupiter, Baco*

Nombre griego	Atribución	Nombre romano
Zeus	Dios del Universo.	Júpiter
	Dios de los Muertos y los Infiernos.	
	Diosa de la Sabiduría.	
	Dios del Tiempo.	
	Mensajero y dios del comercio.	
	Dios de la Guerra.	
	Dios del Fuego.	
	Diosa de la Belleza.	
	Dios del Mar.	
	Dios del Vino.	

Ordena las letras en rojo para encontrar las respuestas:

1. Pieza central, a modo de muro alargado que divide al circo, donde se contabilizan las vueltas durante la carrera. Y no pincha, ni huele a pescado: **S-A-P-I-E-N** Solución: **ESPINA**
2. Construcción romana donde disfrutaríamos de carreras de caballos, de carros o espectáculos hípicas. A los romanos les encantaba pasar el día allí, como a los hermanos Marx : **R-I-C-C-O**
3. Parte donde se sentaban los espectadores en los espectáculos (es decir, las gradas, si “cavean”): **V-A-E-C-A**
4. Personajes, algunos como nuestro Cayo Apuleyo Diocles, tan famosos como los Cristianos o Messis de hoy, que debían conducir los carros tirados por caballos en las carreras del circo: **G-U-I-A-R-A-S**
5. Carro con un tiro de cuatro caballos, con el que corría Ben Hur: **R-U-C-I-G-A-D-A**
6. Vehículo ligero tirado por dos caballos y que no soporta ninguna estructura del techo: **G-I-B-A**
7. En el teatro, espacio de forma semicircular entre la scaena y la cavea donde se situaba el coro y ahora suele acoger también a los músicos: **H-A-R-C-R-O-T-E-S**
8. Cada una de las pequeñas piezas de terracota, piedra o vidrio que componen un mosaico: **E-L-E-T-A-S**
9. En los edificios de espectáculos públicos, puerta por donde los espectadores acceden a las gradas o salen de ellas, sin necesidad de purga : **M-O-R-O-T-I-V-I-O**
10. Lugar público donde se desarrollaban espectáculos y juegos de lucha (de gladiadores o de animales), icono de la Semana Santa emeritense: **F-A-N-T-O-R-I-E-T-A**
11. Tipo de casa romana, donde residían las familias de un cierto nivel económico y cuyos dueños eran muy suyos: **S-U-D-O-M**
12. Esclavo que ha sido manumitido (es decir, liberado por su amo): **B-R-I-L-O- T**