


¡¡Hola!! Empezamos otra semana.
Coge lo que necesites porque empezamos.....

Escribe la fecha de hoy:



1. En este primer ejercicio, tienes que localizar los dibujitos sueltos de la parte de arriba, en el dibujo que está el cocinero. Cuidado, porque algunos dibujos no se ven completos. ¡¡Encuétralos todos!!



Dibujitos

Dibujo en el que está el cocinero

2. Completa los cuadritos siguiendo las indicaciones. Solo tienes que hacer lo que te va pidiendo. En las casillas de la derecha tienes que poner el resultado de cada fila.

- * $9 + 6 \rightarrow \square - 7 \rightarrow \square + 4 \rightarrow \square - 6 \rightarrow \square + 5 \rightarrow \square$
- * $11 - 4 \rightarrow \square + 5 \rightarrow \square - 4 \rightarrow \square + 7 \rightarrow \square - 6 \rightarrow \square$
- * $3 + 9 \rightarrow \square - 6 \rightarrow \square + 7 \rightarrow \square - 4 \rightarrow \square + 2 \rightarrow \square$
- * $7 + 7 \rightarrow \square - 5 \rightarrow \square + 8 \rightarrow \square - 9 \rightarrow \square + 3 \rightarrow \square$
- * $15 - 6 \rightarrow \square + 4 \rightarrow \square - 6 \rightarrow \square + 7 \rightarrow \square - 5 \rightarrow \square$
- * $8 + 3 \rightarrow \square - 5 \rightarrow \square + 9 \rightarrow \square - 8 \rightarrow \square + 4 \rightarrow \square$
- * $13 - 5 \rightarrow \square + 9 \rightarrow \square - 8 \rightarrow \square + 3 \rightarrow \square - 6 \rightarrow \square$

3. Piensa en los dos últimos días y escribe algo que te haya gustado de estos dos días. Algo que te haya sacado una sonrisa, o una buena carcajada, o simplemente algo que haya hecho sentir bien. Anótalo.

4. Describe el recorrido que tendrías que hacer para ir al baño desde donde te encuentras en este momento, como si tuvieras que guiar a un invitado. Utiliza palabras como 'derecha', 'izquierda', 'recto', etc. Escríbelo

5. Observa bien el siguiente dibujo y después contesta a las preguntas.



- ¿Cuántas magdalenas hay en total?
- ¿Cuántas crees que hay de un tamaño similar?
- Pinta del color que quieras la magdalena más grande y la magdalena más pequeña.

6. Escribe 8 objetos que tengan asa como por ejemplo una bolsa.

7. Adivina, adivinanza....

Cuanto más me mojo
más te seco.
¿Qué soy?

Muy bonito por delante
y muy feo por detrás
me transformo a cada instante
pues imito a los demás
¿Qué soy?

¡¡Toca movimiento!!

1. Empieza como cada día con la tabla de calentamiento.
2. Continuamos con ejercicios de cara y cabeza:
 - Cierra los ojos y apriétalos fuerte mientras cuantas hasta 5, después ábrelos. Haz 10 repeticiones.
 - Cierra y abre los ojos lo más rápido que puedas. Haz 25 repeticiones.
 - Saca la lengua e intenta tocarte la punta de la nariz. Hazlo 5 veces manteniendo durante unos segundos la lengua cerca de la nariz.
 - Infla y desinfla los mofletes. Haz 10 repeticiones.
 - Infla el papo derecho y pasa el aire al papo izquierdo por encima del labio superior. Después vuelve a pasa el aire al papo derecho por debajo del labio inferior. Haz 5 repeticiones.
 - Sube y baja las cejas como si estuvieras sorprendida/o. Haz 10 repeticiones.
 - Da besos al aire. Primero a la derecha, después hacia abajo, después hacia la izquierda y también hacia arriba. Haz 10 repeticiones de cada uno.
 - Inclina la cabeza hacia adelante y atrás como diciendo SI con la cabeza. Primero mira al techo y después al suelo. Hazlo despacio y haz 10 repeticiones.
 - Gira la cabeza a izquierda y derecha como si dijeras NO. Primero mira a la derecha y después a la izquierda. Hazlo despacio y haz 10 repeticiones.
 - Acerca la oreja primero al hombro derecho y después al hombro izquierdo. Hazlo 10 veces
 - Sube y baja los hombros. Encógete de hombros. Haz 10 repeticiones.

Ahora dos ejercicios para que te muevas un poquito más

- Camina en el mismo sitio. Sin moverte. Acompáñate del movimiento de las manos. Cuenta hasta 40
 - Ahora empieza a subir escaleras en el mismo sitio, sin moverte. Sube 15 escaleras. Recuerda que para subir escaleras solo tienes que subir las rodillas.
 - Vuelve a caminar en el mismo sitio. Sin moverte. Acompáñate del movimiento de las manos. Cuenta hasta 40
 - Otra vez a subir escaleras. Sube 15 escaleras.
- Puedes hacer estos ejercicios tantas veces como quieras.

¡¡Qué tengas un buen día!!