

¡¡Buenos días!! ¡¡Empezamos!!

Escribe la fecha de hoy:



1. Fíjate bien:

- Haz un círculo alrededor de las estrellas de cinco puntas ¿Cuántas hay?
- Haz un cuadrado alrededor de las estrellas de cuatro puntas. ¿Cuántas hay?
- Tacha con una cruz las estrellas de seis puntas. ¿Cuántas hay?
- ¿Hay alguna estrella de siete puntas?



2. Cuenta cuantas fotos y cuadros hay en tu casa y anótalo aquí.
¡¡No te olvides ninguna!!

3. Escribe el año en el que estamos

- Súmale los minutos que tiene una hora
- Réstale el número de estaciones que tiene un año
- Súmale el número que corresponde con el día de Noche Vieja
- Réstale el numero de meses que tiene un año
- Súmale el número que corresponde con la mayoría de edad
- Réstale el número de dedos que tienes.
- Súmale el resultado de sumar $564 + 324$
- Réstale el número de patas que tiene un gato

- Anota aquí el resultado:

4. ¿Te acuerdas del refrán que te aprendiste hace unos días?

- Dilo en voz alta.

Ahora te voy a escribir otro refrán para que lo digas varias veces hasta que lo termines memorizando. Recuerda que para memorizarlo, es bueno que lo rapitas a lo largo del día, incluso aunque no estés haciendo estos ejercicios.

Cuando cuentes cuentos,
cuenta cuantos cuentos cuentas,
porque si no los cuentas,
nunca sabrás,
cuantos cuentos cuentas.

5. Completa la historia. Escoge la palabra que más se adecue al texto y escríbela.

Joven	Perro	Lechugas	Aficiones
Gaditano	Barcelona	Hombre	Verduras
Manuela	Cuarenta	Zanahorias	Cuatro

Juan es un _____ de ochenta y _____ años, está casado con _____ desde el año mil novecientos _____ y dos. Juan nació en Cádiz, es _____, pero tuvo que irse a _____ a trabajar muy _____, y es ahí donde ha formado su familia. Entre sus _____ destacan: pasear con su _____ y su pequeño _____ Pincho, y cuidar de su _____ en la que cada año cultiva varios tipos de _____ y frutas: tomates, _____, manzanas, _____ y cerezas, entre otras muchas más.

6. Calcula:

$$\begin{array}{r} 25639 \\ \times 45 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 45618 \\ \times 326 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 928434 \\ \times 587 \\ \hline \end{array}$$

¡¡A menear el cuerpo!!

- Empieza con la **tabla de calentamiento**.
- Hoy vas a necesitar dos cajas de leche, o dos paquetes de arroz, de lentejas....de lo que tengas por casa. Dos paquetes de 1kg cada uno. Vas a trabajar la musculatura de los brazos.

Ponte de pie con las piernas abiertas a lo ancho de las caderas.

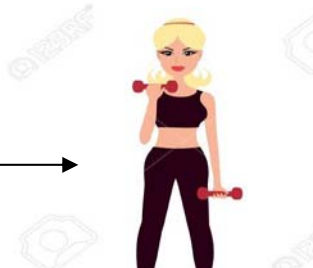
1. Repite este ejercicio 10 veces →



2. Baja los brazos y déjalos pegados a tus piernas por los laterales. Sube los brazos hasta la altura de los hombros. Haz 10 repeticiones. →



3. Con los brazos pegados al cuerpo, levanta las manos hasta la altura de los hombros manteniendo los codos pegados al cuerpo. Haz 10 repeticiones. →



4. Empiezas con los brazos pegados al cuerpo agarrando los paquetes con las manos hacia abajo. Levanta los brazos rectos hasta la altura del pecho. Repite 10 veces.

5. Empieza con los brazos rectos y las manos pegadas a las caderas. Mueve los brazos hacia atrás, recuerda que no hace falta que los lles muy atrás. No quieres hacerte daño en la espalda. Haz 10 repeticiones.

Cuando hayas terminado esta ronda de ejercicios puedes volver a repetirla empezando por el principio. ¡¡Animo!!

Antes de terminar, coge la pelota y lánzala al aire 15 veces. Da una palmada antes de cogerla!!. Después bótala durante un rato, primero moviéndote y después sin moverte del sitio.

¡¡Qué tengas un buen día!!