Activa tu mente · Cuaderno 1

8 actividades para personas adultas. Sin infantilización, sin cronómetro y sin calificaciones. Se pueden realizar con apoyo. Descansar cuando se necesite.

1. Palabras con significado

Escribe cinco palabras relacionadas con el mercado tradicional. Después elige dos y cuenta un recuerdo asociado a ellas.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

2. Atención y búsqueda

Rodea las palabras que se repiten: mesa · puerta · ventana · reloj · mesa · jardín · reloj · silla · llave · jardín

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

3. Cálculo cotidiano

En la frutería compras 2 kg de manzanas a 2 € el kilo y una barra de pan de 1,20 €. ¿Cuánto pagas? Si entregas 10 €, ¿cuánto recibes?

4. Ordena una actividad

Escribe en orden los pasos para preparar una infusión: servir, calentar agua, elegir taza, introducir bolsita, esperar. Puede haber más de una secuencia válida.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

5. Categorías

Escribe cuatro herramientas de jardinería y cuatro utensilios de cocina. ¿Qué tienen en común los objetos de cada grupo?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

6. Refranes y conversación

Completa: “Más vale tarde que ...”; “A quien madruga ...”. ¿Conoces algún refrán de tu familia?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

7. Orientación temporal

Escribe la fecha de hoy, la estación del año y una actividad que hayas realizado esta semana. Puedes consultar un calendario.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

8. Planifica un paseo

Piensa en un lugar cercano que te guste. Escribe qué necesitas llevar, cómo llegarías y con quién te gustaría compartirlo.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Orientaciones y soluciones

1. Palabras con significado

Actividad abierta: se valoran respuestas personales, no una lista única.

2. Atención y búsqueda

mesa, reloj y jardín.

3. Cálculo cotidiano

Total: 5,20 €. Cambio: 4,80 €.

4. Ordena una actividad

Ejemplo: elegir taza, calentar agua, introducir bolsita, servir agua y esperar.

5. Categorías

Respuestas variables. Se valora la agrupación por función.

6. Refranes y conversación

nunca; Dios le ayuda. Admitir variantes culturales.

7. Orientación temporal

Respuesta personal. Usar ayudas está permitido.

8. Planifica un paseo

Respuesta personal; adaptar a movilidad y preferencias.

Estas actividades son de ocio y estimulación; no son pruebas diagnósticas ni sirven para evaluar capacidades cognitivas.