

# Memoria en forma II

¡Es posible!



**UNIVERSIDAD  
POPULAR**  
AYUNTAMIENTO DE CÁCERES

\* Seguimos hablando de la memoria, como una función mental, por la cual, adquirimos conocimientos, los almacenamos y podemos recordarlos posteriormente en el momento adecuado. Gracias a esta capacidad, podemos...

- \* - Recordar acontecimientos de nuestra vida pasada: fechas importantes, países visitados...
- \* - Recordar conocimientos generales aprendidos a lo largo de la vida: capital de Francia...
- \* - Recordar cosas que nos han pasado recientemente: donde hemos dejado las gafas, el nombre de la persona que me presentaron hace unos días...

\*

- \* - Recordar procedimientos aprendidas: ir en bicicleta, conducir, utilizar la lavadora...
- \* - Recordar cosas pendientes de realizar: una cita con el médico, tomar la medicación, hacer recados...
- \* - Aprender cosas nuevas: conocimientos, utilizar el ordenador, nombres de personas nuevas...

# Sugerencias para favorecer la memoria:

- \* Debemos conocer bien las posibilidades de nuestra memoria y utilizar ayudas externas para reforzarlas.

- \* - Dejas las cosas de uso cotidiano siempre en el mismo sitio.
- \* - El simple hecho de escribir las cosas, ayuda a recordarlas mejor.
- \* - Consultar el reloj frecuentemente durante el día.

- \* - Cuando salga de casa, llevar siempre consigo el teléfono móvil si lo tiene y registrar en él los teléfonos más frecuentes: familiares, amigos, teléfonos de urgencia, etc...
- \* - Ordenar las cosas de manera clasificada, le ayudará a encontrarlas más rápido.
- \* - En el momento que piense que hay que comprar un producto, anótelo inmediatamente en la lista de la compra (ejemplo: cuando el producto se termina, o cuando vemos el anuncio en la televisión).



Busca las 7 diferencias  
que hay entre las dos  
imágenes.  
Que no te distraigan los  
colores.

BIDASOA  
DUERO  
EBRO  
JÚCAR  
LLOBREGAT

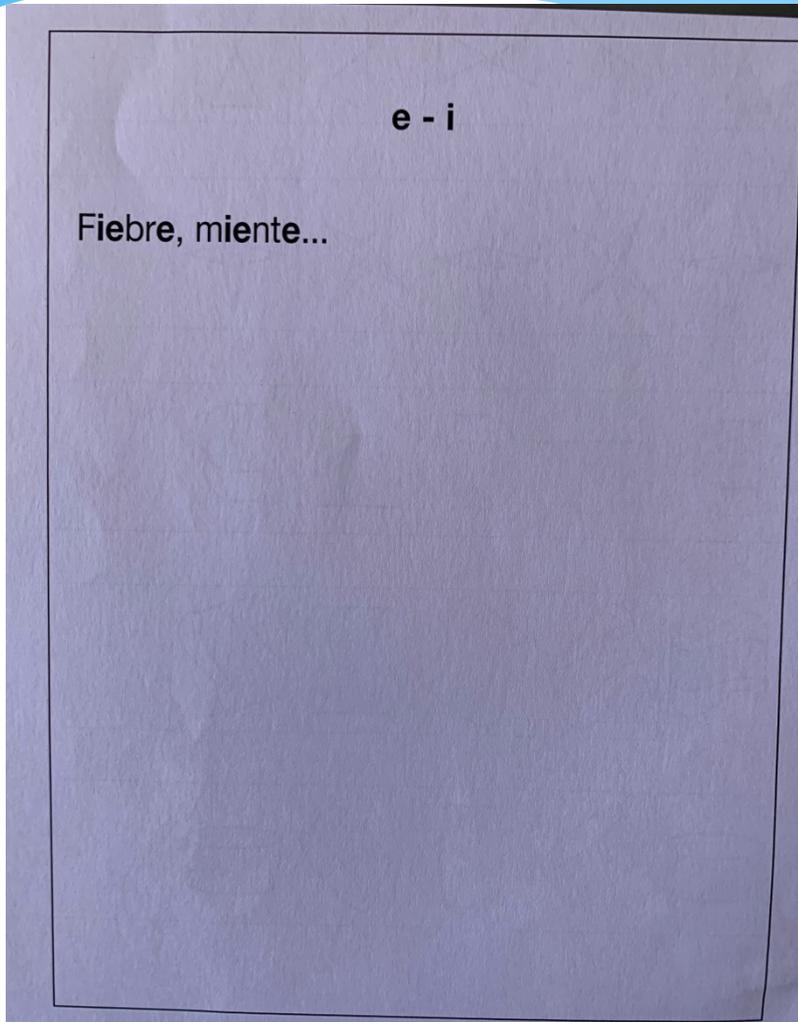
MIÑO  
NARCEA  
NAVIA  
NERVIÓN  
SEGURA

SELLA  
TAJO  
TAMBRE  
TURIA  
ULLA

WVTBDNWOEWTBKUAWO  
HTOYZOOJSEGURATLV  
VAMMTFDAODMPOVAYD  
FONTITNTFWYUTQGKG  
DVTRFATEWXHRWKEFR  
HDVTHMCAKMOINARMY  
XFURWAOJWNYZATBXY  
UFTCSSXNILAXZVOMY  
VOZFASQMIUTGRDLOW  
EHNDSELLACMURKLFX  
RRIAPCAWNERVIONUV  
BBMMVIWACVMDJQFKA  
MVIIRINARCEAUUGQL  
AMDUKXAOGPYGMECCL  
TSTMWOXRJUDJZFRAU  
RERJPHLBDDKSZMOOR  
VOUCPVTEZTFMBIXNT

Puedes disfrutar de lo lindo, las letras están un poco inclinadas para que resulte más complicado. Busca 15 ríos de la Península Ibérica.

Escribir, como  
mínimo, 35  
palabras que  
contengan sólo  
las vocales e - i.  
Puede utilizar las  
consonantes  
que quiera.



Piense y escriba **45 OBJETOS O ELEMENTOS QUE HAY EN UNA PISCINA**  
(no cuentan los objetos que lleven los usuarios.)

- |      |      |      |
|------|------|------|
| 1.-  | 2.-  | 3.-  |
| 4.-  | 5.-  | 6.-  |
| 7.-  | 8.-  | 9.-  |
| 10.- | 11.- | 12.- |
| 13.- | 14.- | 15.- |
| 16.- | 17.- | 18.- |
| 19.- | 20.- | 21.- |
| 22.- | 23.- | 24.- |
| 25.- | 26.- | 27.- |
| 28.- | 29.- | 30.- |
| 31.- | 32.- | 33.- |
| 34.- | 35.- | 36.- |
| 37.- | 38.- | 39.- |
| 40.- | 41.- | 42.- |
| 43.- | 44.- | 45.- |

Escribir 45  
objetos que haya  
en una piscina.

328	494	399	496	360	493	390	398
466	412	384	405	416	411	421	342
345	420	393	317	439	348	451	356
361	452	397	495	396	404	415	394
406	321	410	387	490	438	368	403
354	400	460	413	369	407	491	389
419	349	417	450	492	422	359	345
391	402	360	486	487	384	465	392
414	347	486	385	406	397	321	450
395	437	467	365	453	418	401	423

Los números que se repiten son:

Encuentra  
cuales son los 7  
números que  
están repetidos.

Fle _ _ _ zo	Res _ _ _ te	Lar _ _ _ ro
Com _ _ _ do	Tem _ _ _ ra	Cro _ _ _ ta
Des _ _ _ ta	Man _ _ _ go	Gas _ _ _ do
Bus _ _ _ da	Per _ _ _ jo	Far _ _ _ te
Con _ _ _ no	Hun _ _ _ me	Bas _ _ _ te
Mez _ _ _ da	Tur _ _ _ sa	Sen _ _ _ me
Pro _ _ _ ma	Pam _ _ _ na	Pin _ _ _ do
Sor _ _ _ sa	Gar _ _ _ zo	Mos _ _ _ to
Juz _ _ _ do	Dis _ _ _ te	Pru _ _ _ te
Bar _ _ _ llo	Sar _ _ _ mo	Des _ _ _ be

Escribe las 3  
sílabas que faltan  
en cada palabra,  
para que estas  
tengan un  
significado.

A - C - E ...

A - D - H ...

A - E - I ...

Completar la  
secuencia según  
el orden  
alfabético.



\* Estos ejercicios están basados en cuadernos editorial CCS.