



Mini libro

para trabajar las

Funciones Ejecutivas

Términos y condiciones de uso

Este producto puede ser utilizado por la persona que lo descargue solo para uso personal o en su clase.

Ninguna parte de este trabajo puede ser reproducida, distribuida o transmitida sin el permiso por escrito de los autores de cada actividad, esto incluye la publicación de este material en internet de cualquier forma (excepto en páginas de trabajo con el alumnado).

¡Esperamos que este material te resulte muy útil!

Personas que han participado

Este mini libro ha sido maquetado por @profecristina pero las actividades han sido creadas por muchas personas con ganas de compartir sus ideas y recursos. En la esquina inferior izquierda de cada actividad podrás ver quién la ha elaborado, y si compartes tus resultados en las redes, deberás mencionarla y hacer referencia a su idea original.

Las personas que han participado en la creación de este librito NO SOMOS EXPERTAS en funciones ejecutivas, sino profesionales de la educación, que hemos intentado desarrollar una serie de actividades que contribuyan al trabajo de estos procesos cognitivos.

¿Qué son?

Funciones Ejecutivas

El término funciones ejecutivas hace referencia a un conjunto de procesos cognitivos necesarios para realizar tareas complejas dirigidas a un objetivo (Arán, 2011) y que facilitan la adaptación del individuo a situaciones nuevas y complejas (Rosselli, Jurado y Matute, 2008).

Algunas de las funciones ejecutivas son (Rosselli et al., 2008; Arán, 2011; Restrepto, Calvachi, Cano y Ruiz, 2018):

- **Planificación:** capacidad para identificar y organizar una tarea con el fin de lograr una meta específica.
- **Flexibilidad cognitiva:** habilidad para modificar rápidamente las respuestas o estrategias empleadas ante una situación.
- **Fluidez verbal:** habilidad de acceso al léxico y producción de palabras.
- **Control atencional:** atención selectiva y mantenida, así como la capacidad para inhibir comportamientos automáticos e irrelevantes.
- **Memoria de trabajo:** mecanismo de almacenamiento que mantiene la información a la que el individuo ha atendido, por un breve tiempo, para que pueda procesarse (Atkinson y Shiffrin, 1968; citado en Ellis, 2005).

REFERENCIAS

Ellis, J. (2005). *Aprendizaje humano*. Madrid: Pearson Educación.

Filippetti, V. A. (2011). Funciones ejecutivas en niños escolarizados: efectos de la edad y del estrato socioeconómico. *Avances en psicología latinoamericana*, 29(1), 98-113

Restrepto, G., Calvachi, L., Cano, I.C. y Ruiz, A.L. (2018). Las funciones ejecutivas y la lectura: revisión sistemática de la literatura. *Informes Psicológicos*, 9(2), 81-94.

Rosselli, M., Jurado, M.B., y Matute, E. (2008). Las funciones ejecutivas a través de la vida. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencia*, 8(1), 23-46.

Índice

de actividades

Somos detectives	1 y 2
¡Acción!	3
¿Flota o se hunde?	4
Memoria y organización de ideas	5 y 6
Detectives de...	7
¿Quién es el mentiroso?	8
Máximo control	9 y 10
¡Atención!	11
Zorro de papiroflexia	12 y 13
Una carta para ti	14 y 15
Memory	16
Horario	17 y 18
Cada mochuelo a su olivo	19 y 20
Los asteroides	21
Construcción de palabras	22 y 23

Índice

de actividades

Simón dice 24 y 25

Sé el más rápido 26

Es o no es 27 y 28

Sudoku: Super Mario Bros 29

Palabras despistadas 30

Ayuda a los animales 31

Atrapa los números 32

Ejercicios de secuenciación 33

Ojitos abiertos que miran atentos 34

Memory de siluetas 35

Nos vamos de compras 36 y 37

Lateralizado 38

Tres en raya 39

Colorea como Ángela 40

¿Memorizar y operar? 41 y 42

Índice

de actividades

Activa rutina	43 y 44
Preparamos el equipaje	45 y 46
¡A por la meta!	47 y 48
Oso desordenoso	49
Dobble de frutas	50 y 51
¿Dónde están los monstruos?	52 y 53
¡Vamos a contar una historia!	54 y 55
Colores, números y formas	56 y 57
Tarjetas de memoria	58 y 59
¡A bailar!	60 y 61
Planeando mi tarde	62
Sigue las instrucciones	63
Tarea semanal	64 y 65
Imagina, imagina	66



Somos detectives



De 5 a 9 años



15 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Asociación de ideas, inhibición y toma de decisiones.

- Imprimir el archivo adjunto (pincha en la nube)
- Rotulador o bolígrafo.



Si quieres reutilizar el material:

- Funda de plástico transparente o dry erase pocket.
- Rotuladores pizarra blanca y borrador.



Para realizar esta actividad, debéis convertirlos en detectives para encontrar y contar el número de elementos que se os piden, pero cuidado, hay alguno que intentará engañaros.

1

Imprime el archivo adjunto y prepara el material.

2

Si quieres volver a utilizar el material, mete la hoja impresa en una funda de plástico transparente o en un dry erase pocket para poder pintar encima sin ensuciar la ficha.

3

Fíjate en qué elementos son iguales a los que nos indica la ficha en la parte inferior.



Somos detectives



- 4 Rodéalos y posteriormente, cuéntalos para poner en la casilla de abajo el número total.
- 5 Cuando hayas terminado la primera ficha, pasa a la siguiente y, así sucesivamente.
- 6 Si consigues encontrar todos, habrás demostrado ser un gran detective. ¡Enhorabuena!





¡Acción!



Todas las edades



2 - 3 minutos

Funciones
ejecutivas



Iniciación de tarea.



No se necesita ningún material para esta actividad.

Preparamos a nuestra mente y cuerpo para realizar cualquier actividad, consiste en relajarnos y prepararnos para ello. Simplemente centramos nuestra energía en las manos y damos pequeños golpecitos a la mesa contando cada golpe con cada dedo, mientras respiramos pausadamente, contamos hasta diez y ya estamos listos para comenzar.

1

Concéntrate en ti y tu respiración.

2

Pon las manos sobre una superficie plana.

3

Empieza a dar toques con los dedos empezando por los meñiques de cada mano, mientras respiras profundamente.

4

Cuenta diez respiraciones, lo que suponen dos golpes con cada dedo de ambas manos. Puede ayudar que un adulto cuente hasta diez en voz alta.



¿Flota o se hunde?



Desde 2 años



15 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Toma de decisiones, planificación y flexibilidad cognitiva.

- Cuenco
- Agua
- Objetos diversos (llaves, hojas, tapones, monedas...)



Experimentamos qué elementos caseros flotan y cuáles se hunden. Podemos usar todos los elementos que queramos.

1

Llenar el cuenco con agua y buscar objetos

2

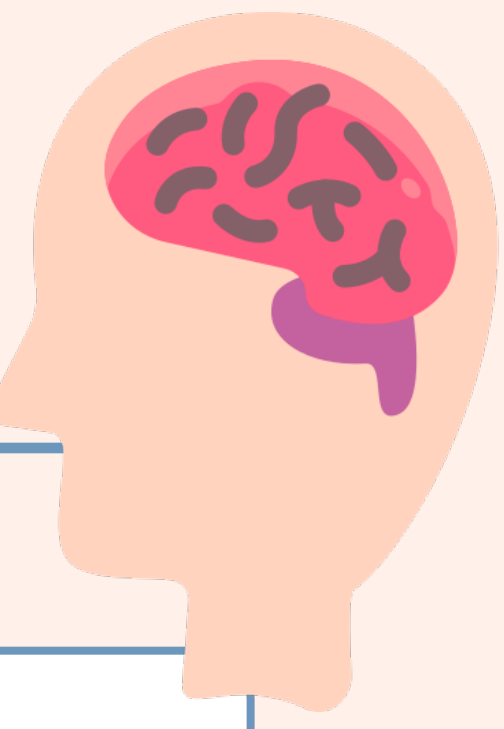
Introducir los objetos en el agua.

3

Analizar si flotan o no.



Actividades para la memoria y organización de ideas.



Todas las edades



2 minutos cada actividad.

Funciones
ejecutivas



Memoria y organización de ideas.

Depende de la actividad pero nada en concreto (lee bien las instrucciones de cada una de las actividades).



Estas breves actividades predisponen a la mejora de la capacidad de memoria y la organización de las ideas potenciando de esta manera facilitar los diferentes tipos de memorización.

1

Actividad muy sencilla, abrimos un armario o incluso la nevera, el niño debe memorizar 3 productos al menos y cada vez ir aumentando el número de objetos. Además podemos posteriormente ordenarlas alfabéticamente.

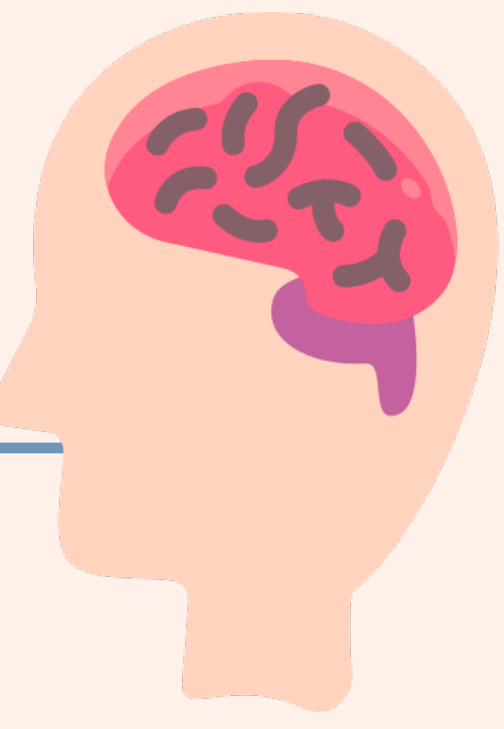
2

Este ejercicio consiste en visualizar diferentes imágenes a una velocidad media constante, pasado un minuto el niño/a debe escribir la mayor cantidad de dibujos o imágenes, (si el niño/a no sabe escribir podemos hacer esta actividad diciendo las imágenes que recuerda).

3

De la misma manera que el ejercicio anterior, pero con palabras escritas en dos columnas, un mínimo de 10 palabras. Con un minuto de tiempo para memorizarlas.

Actividades para la memoria y organización de ideas.



4

Se muestran una serie de objetos diferentes, con estos objetos jugaremos a ordenarlos (por tamaños, por colores, por formas, por orden alfabético... (Cualquier premisa que se nos ocurra).

5

Con un límite de tiempo pedirle al niño/a que encuentre intrusos en una serie de palabras o dibujos, esta actividad es muy buena también para niños con TDAH, mejora la concentración y atención.

6

Utilizando crucigramas o sopas de letras, limitación de tiempos potenciando además de la capacidad de memoria, la atención y concentración.

7

Dibujos de unir por números, es una actividad muy favorecedora para las funciones ejecutivas y hay gran variedad de posibilidades y de diferentes niveles en Internet.

8

Mostrar un objeto durante unos 30 segundos, esconderlo y después preguntarle algo concreto (de qué color es, qué número aparece, tiene letras,...) en función de la edad del niño/a se pueden complicar más o menos las preguntas.

9

El niño/a con los ojos cerrados, cuando los abre, le mostramos una cantidad determinada de objetos, (cerramos los ojos de nuevo) y podemos hacer varias cosas: 1. Desordenarlos y el niño/a debe ordenarlos en la posición inicial. 2. Quitamos algún objeto y preguntamos cuál falta. 3. Añadimos algún objeto y preguntamos cuál sobra... (hay alguna posibilidad más, es válida cualquier variedad)



Detectives de...



De 3 a 12 años



Desde 5 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo e inhibición de respuesta.

No se necesita ningún material para esta actividad.

Opcional: se puede usar una lupa elaborada por el propio niño/a.



Como buen detective habrá que buscar siguiendo las consignas.

1

Dar la consigna para la búsqueda. Ej: objetos con forma redonda, objetos de color rojo...



2

Buscar elementos que cumplan la consigna y agruparlo o hacerles fotos o apuntarlos en un papel...

3

Nivel medio-difícil: dependiendo de la edad o nivel de desarrollo del niñ@ se puede aumentar la dificultad de la actividad ampliando el número de consignas de la búsqueda. Ej: elementos comestibles de color verde, objetos rectangulares de color blanco, objetos suaves y rojos...

4

Para mayor dificultad se puede poner tiempo límite a la tarea y contabilizar el número de elementos encontrados.

¿Quién es el mentiroso?

De 6 a 8 años



20 - 30 minutos

Funciones
ejecutivas



Persistencia dirigida a la meta.

- Bolígrafo o rotulador.
- PDF de instrucciones (pinchar en la nube para descargar).



Juego para trabajar la concentración, atención y discriminación de objetos, números y letras.

1

Leer las instrucciones del documento en PDF que se adjunta.

2

Imprimir o descargar el documento.

3

Leer los enunciados de las tarjetas.





Máximo control



6 años o más



10 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición de conducta, autorregulación, atención y memoria de trabajo.

- Móvil, tablet u ordenador donde puedas ver la presentación.
- Descarga la presentación de diapositivas pinchando en la nube.
- Presencia de un adulto o alguien mayor.



Para realizar esta actividad deberás controlar al máximo tus impulsos. Lee atentamente las instrucciones, a medida que aparezcan imágenes, deberás realizar lo que se te indica. Puedes practicar unas cuantas veces antes del ejercicio. El padre/madre/hermano/hermana... pasará las diapositivas de la presentación. Todos pueden participar.

1

Abrir la presentación.

2

Leer las instrucciones.

3

Practicar un poco.



Máximo control



4

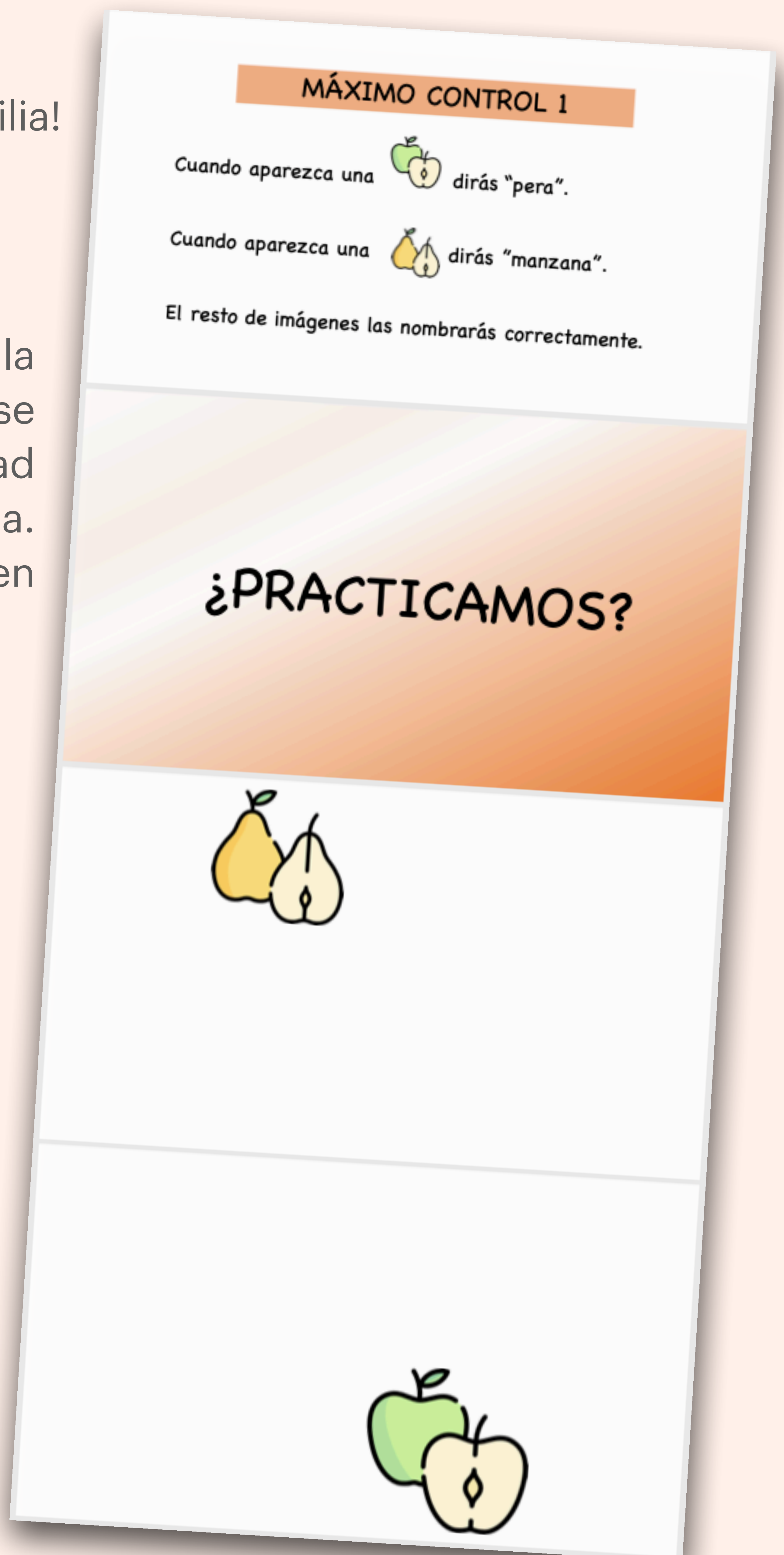
Seguir las instrucciones a medida que aparecen las imágenes.

5

¡Puede participar toda la familia!

6

Después de haber realizado la actividad una o dos veces, se puede aumentar la dificultad agregando tiempo a la misma. Por ejemplo: el que termine en menos tiempo, gana.





¡Atención!



De 6 a 12 años



5 - 30 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición de respuesta y memoria de trabajo.

No se necesita ningún material para esta actividad.



En esta actividad deberás estar muy atento a las palabras o gestos claves y realizarlos cuando corresponda.

1

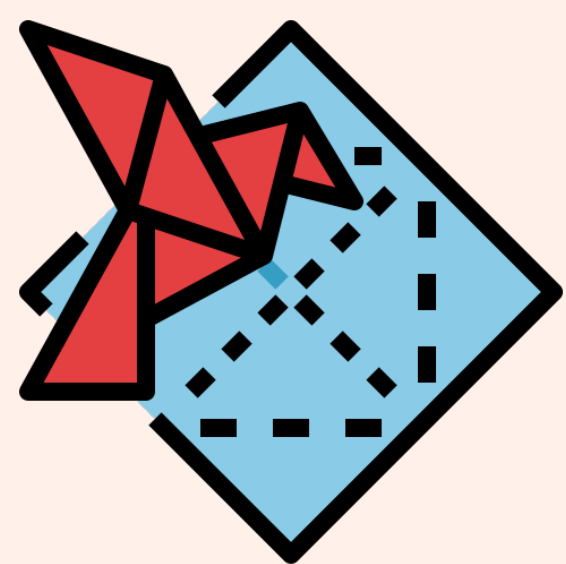
Establecer las palabras o gestos "claves" ante los que hay que reaccionar (hacer o decir algo) y qué hay que hacer. Ejemplo: cuando diga perro hay que ladrar, cuando levante la mano se da un salto, etc.

2

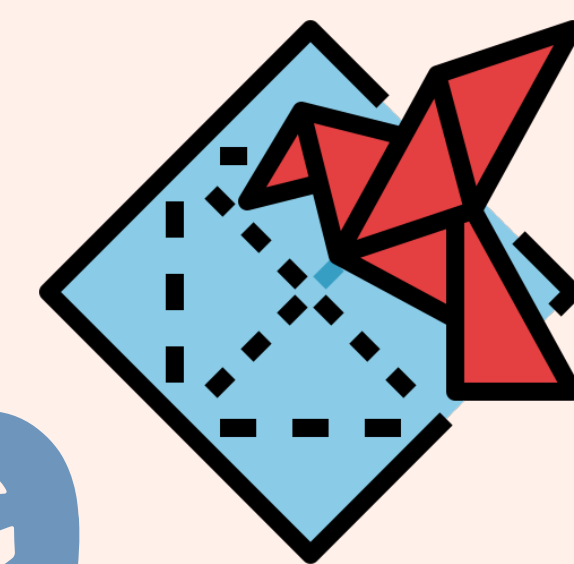
Opción 1: contar o leer una historia introduciendo los gestos o palabras claves acordados al inicio del juego. En el momento en que se digan las palabras o se hagan los gestos debe/deben hacer o decir la acción o palabra/sonido acordados.

3

Opción 2: ir diciendo las palabras "claves" o haciendo los gestos "claves" hasta que no se acierte. Si se juega con varios jugadores puede irse eliminando a los jugadores según vayan fallando.



Zorro de papiroflexia



De 9 a 12 años



20 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo y flexibilidad.

- Un folio.
- Un rotulador.



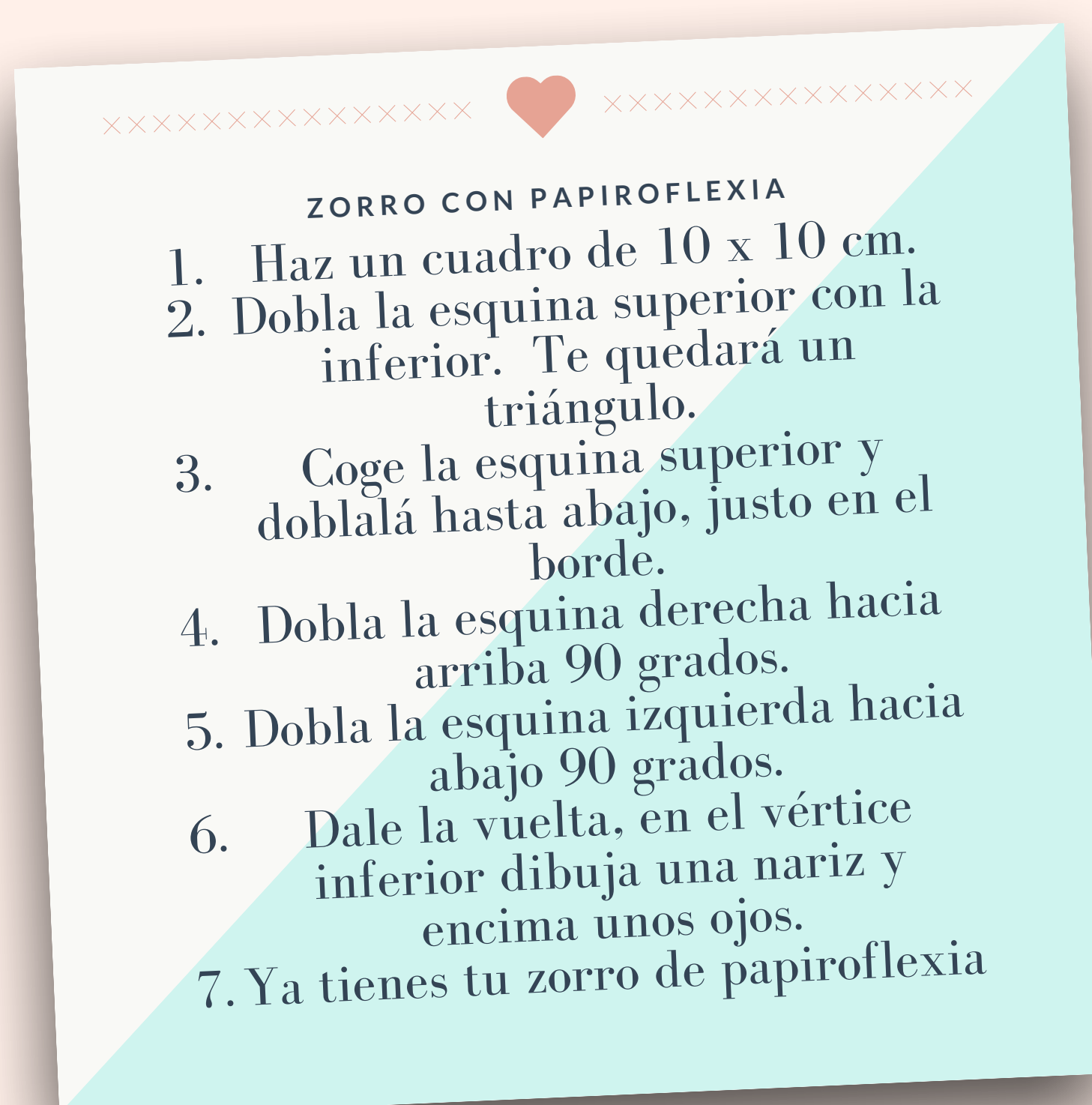
Con la papiroflexia podemos crear lo que queramos. Pero vamos a comenzar creando un zorro. La dificultad está en que solo te daré las instrucciones para hacerlo.

1

Lee atentamente las instrucciones antes de empezar.

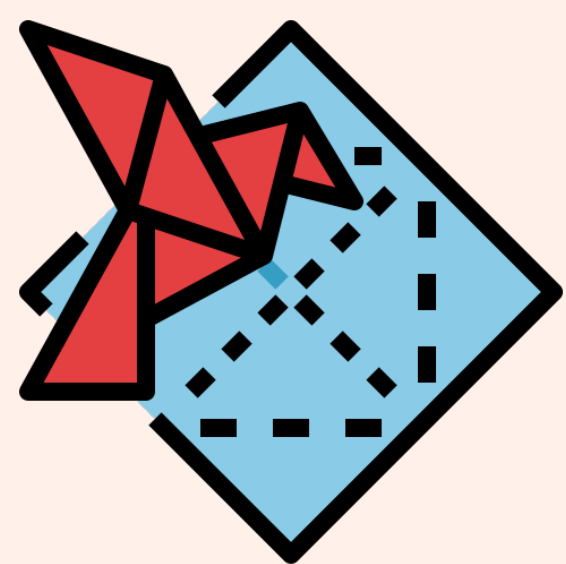
2

Coge un folio y realiza las instrucciones que tienes a continuación (pincha sobre la imagen para ver más grande).

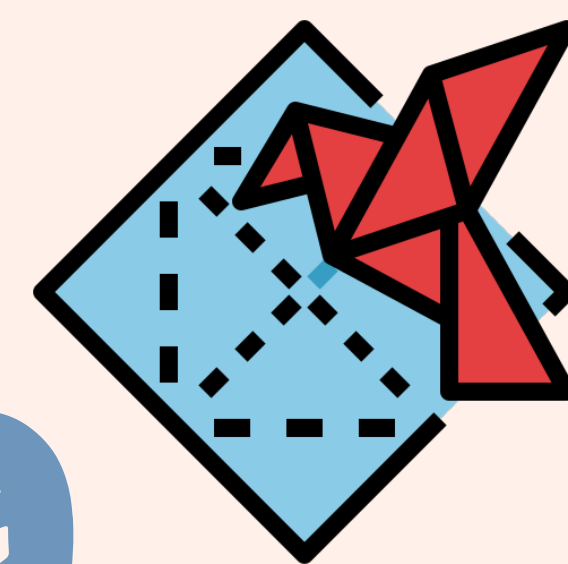


3

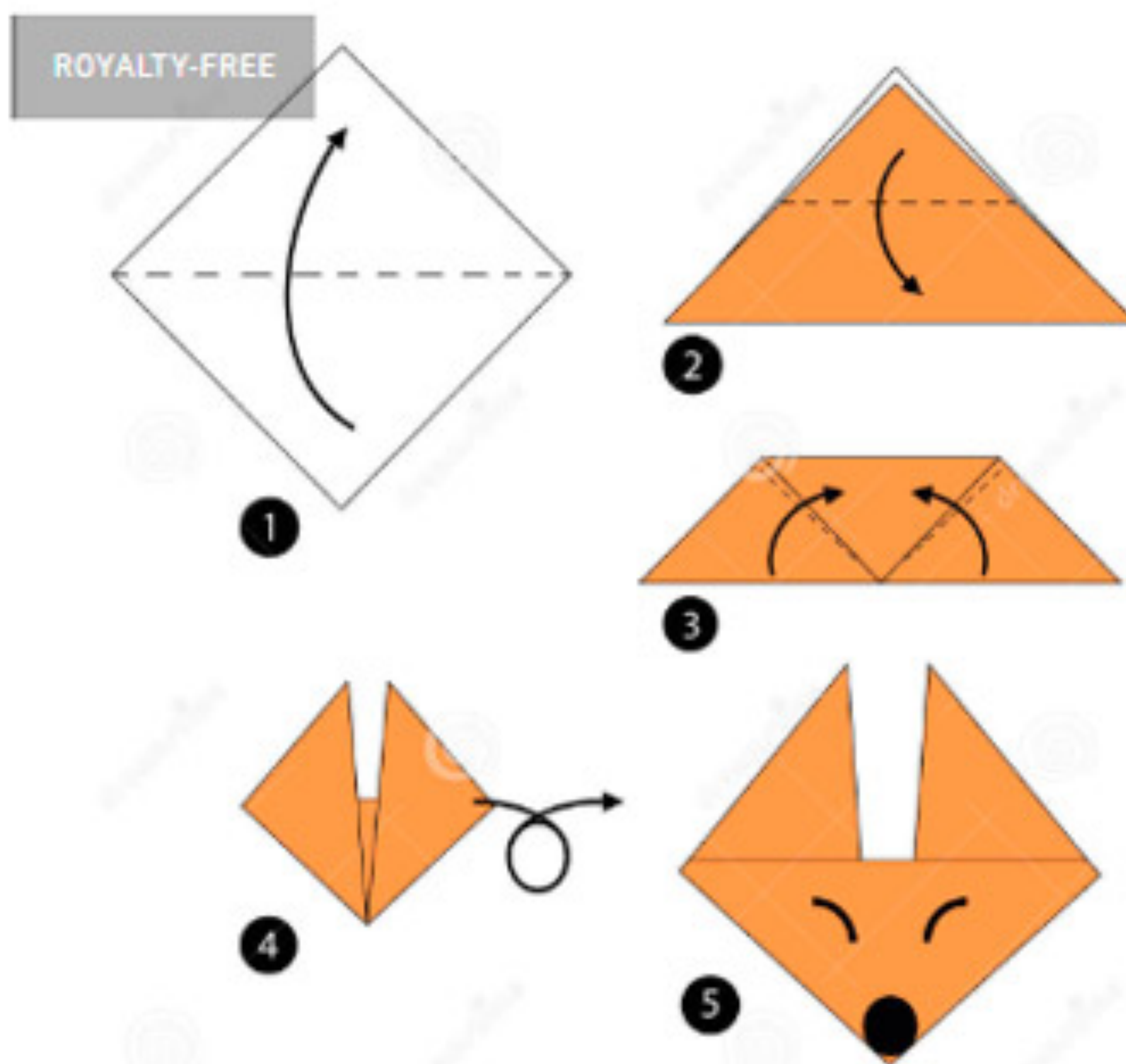
Cuando hayas acabado, pasa a la siguiente hoja y comprueba si lo has realizado bien.



Zorro de papiroflexia



**AHORA COMPRUEBA
QUE HAS HECHO
BIEN LOS PASOS**



4

Ahora te toca crear. Piensa o busca una figura de papiroflexia. Después escribe los pasos que debes de seguir. Y por último, dáselo a un compañero para que lo realice sólo con las instrucciones.



Una carta para ti



De 8 a 12 años



1 hora

Funciones
ejecutivas



Planificación y organización.

- Hojas.
- Un sobre.
- Un bolígrafo.



Esta actividad consiste en escribir una carta para tu amigo o amiga al que echas mucho de menos. Para llegar a saber la dirección de tu amigo/a, hacer la carta y dejarla en un buzón, tendrás que seguir unos pasos. ¿Estás preparado?

1

Para enviar una carta a tu mejor amigo/a, necesitas saber dónde vive. Tendremos que llamar a su familia para preguntarle la dirección. Para eso, tendremos que preguntar a nuestra familia cuál es su teléfono.

2

La familia de mi amigo/a me tendrá que dictar la dirección mientras yo la iré apuntando en un papel.

3

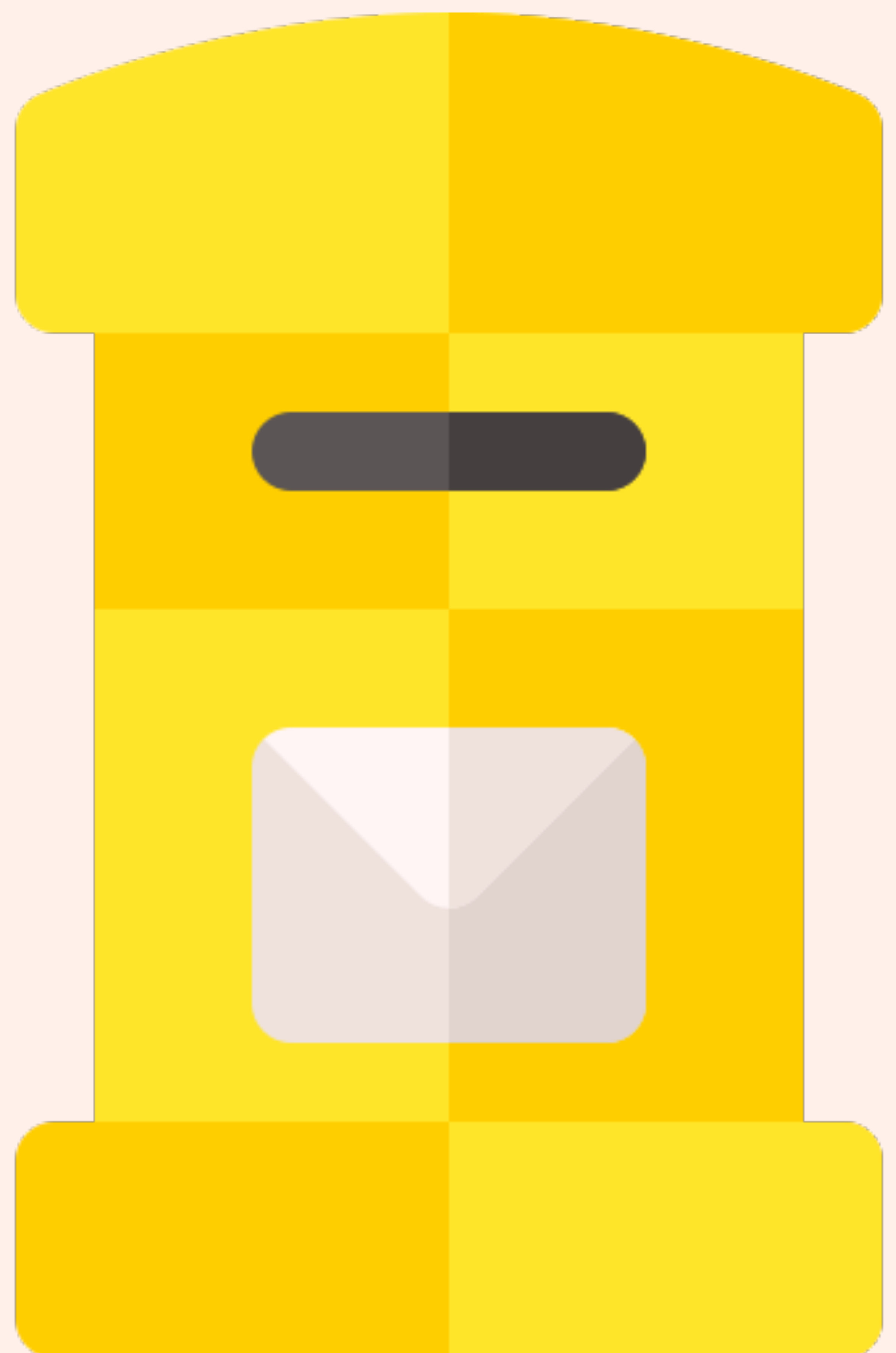
Seguidamente, pensaré qué quiero decirle a mi amigo/a y después, escribiré la carta.



Una carta para ti



- 4 Después, la enviaré. ¿Cómo? Me informaré preguntándole a mi familia cómo puedo hacerlo.
- 5 Una vez lo haya hecho, crearé un plano para llegar al buzón más cercano.
- 6 Cuando llegue, tiraré la carta y esperaré a que mi amigo/a la reciba.





Memory



Todas las edades - ver nivel.   10 minutos aproximadamente.

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo.

- Tapones.
- Pegatinas.

Pon las pegatinas sobre los tapones (tiene que haber dos de cada) y después... ¡forma parejas!



1

Se ponen los tapones boca abajo.

2

Por turnos, cada jugador levanta dos tapones que quiera.

3

Si son iguales, se los queda y sigue jugando.

4

Si los tapones no son iguales, vuelve a poner los tapones boca abajo y pasa el turno al siguiente jugador.



Horario



Desde 9 años.



1 - 2 horas

Funciones
ejecutivas



Planificación.

- Papel.
- Bolígrafos.



Planificar tu día, mes o año. Dependiendo de si tus objetivos son a corto o largo plazo.

1

Escribe las actividades fijas en tu horario.

2

Añade los descansos, comidas y horas de sueño.

3

Pon las horas de estudio.



Horario



4 Ese tiempo de estudio se puede dividir en diferentes áreas o materias.

5 Si tu objetivo es a largo plazo, haz un plan anual, fijando las fechas importantes y cuánto tiempo le puedes dedicar a cada cosa.



Cada mochuelo a su olivo

Desde 6 años.



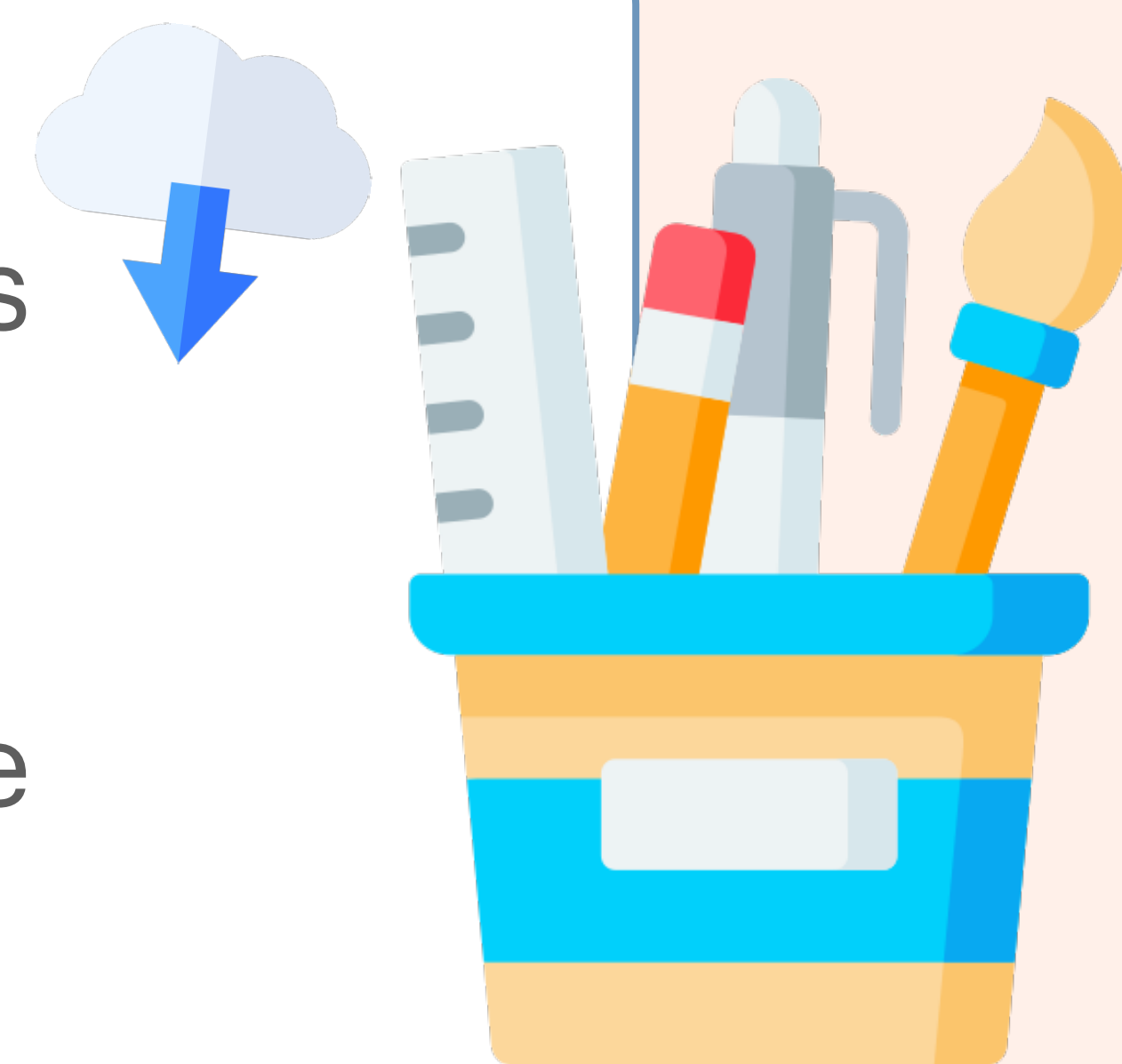
10 minutos

Funciones
ejecutivas



Atención sostenida, memoria de trabajo, planificación y flexibilidad cognitiva.

- Plantillas de hierba/agua (hay 10 en el documento).
- Plantilla piezas del puzle (6 piezas con plantas acuáticas y terrestres).
- Tijeras.
- (Si uno/a quiere) Plastificadora para que el juego dure más tiempo.



El viento se ha llevado a las plantas de su sitio.
En cada plantilla deberás colocar cada planta en su lugar: las terrestres sobre la hierba, y las acuáticas en el mar.

- 1** Imprimir las plantillas y recortar las 6 piezas de los puzzles con las plantas acuáticas y terrestres.
- 2** En las piezas de los puzzles (con las plantas) hay unos cuadrados en blanco que deberán recortarse un poco para poder ver el fondo.
- 3** Elegimos una plantilla (van en orden de dificultad).

Cada mochuelo a su olivo

- 4 En la plantilla elegida debemos ser capaces de colocar las 6 piezas poniendo cada planta en su lugar.
- 5 Podemos girar las piezas y moverlas todo lo que queramos hasta que encajen en la plantilla (plantas acuáticas en el agua y terrestres en la hierba).
- 6 Cuando nos aseguremos de que cada "mochuelo" está en su olivo, podemos pasar a otra plantilla.





Los asteroides



De 4 a 8 años



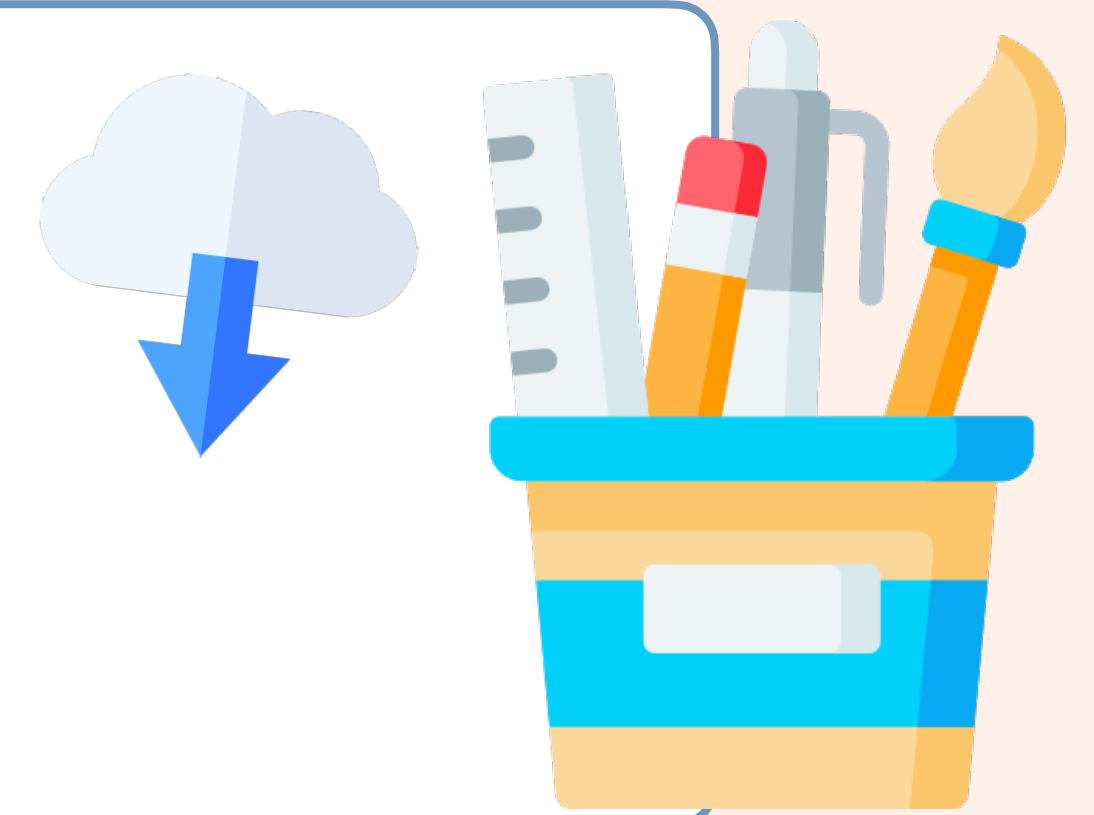
15 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo, inhibición y atención sostenida.

- Tijeras.
- Lápices de colores.
- Hoja de asteroides (pinchar en la nube).



Esta actividad se puede hacer de dos formas:

1. Recortando los asteroides y manipularlos.
2. Uniendo los asteroides con lápices de colores para cada indicación.

La actividad consiste en ordenar de menor a mayor los números y luego a la inversa. Se pueden dar más opciones de juego dependiendo de la edad en la que nos encontremos.

Por ejemplo:

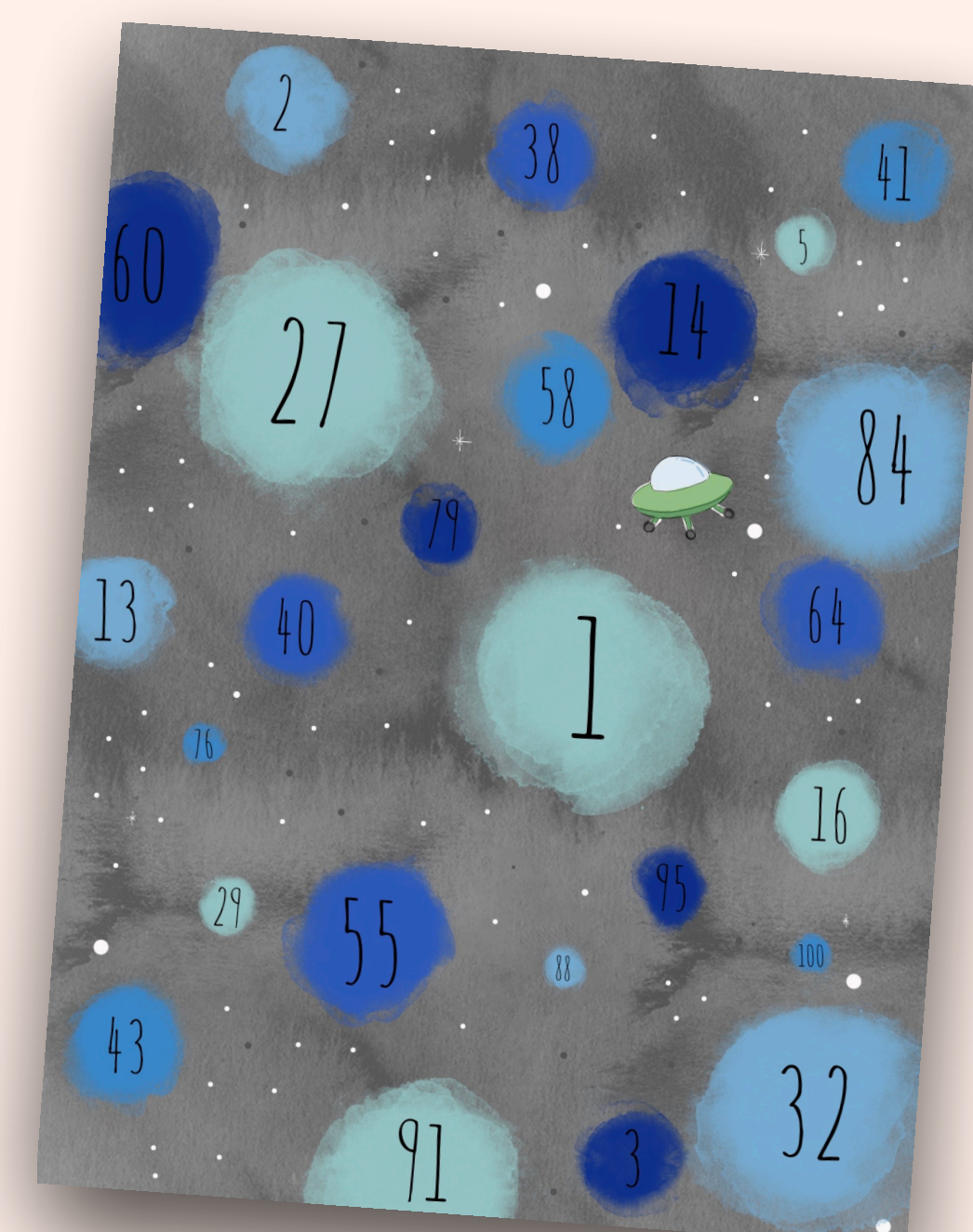
- Solo pares
- Solo impares
- Detres en tres
- Múltiplos de dos...

1

Leemos bien en qué consiste la actividad e imprimimos la hoja con los asteroides.

2

Los recortamos y empezamos a jugar.



Construcción de palabras

Desde 4 años.



30 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo, fluidez verbal.

- Rotuladores.
- Cartulina de color u hojas.
- Regla.
- Lápiz.
- Tijera.



Esta actividad permite que el niño reconozca las letras minúsculas y mayúsculas por medio de las letras del abecedario completando así con las vocales para formar palabras.

1

Agarra la cartulina, lápiz y regla para realizar 28 rectángulos de 6 cm de largo y 5 cm de ancho.

2

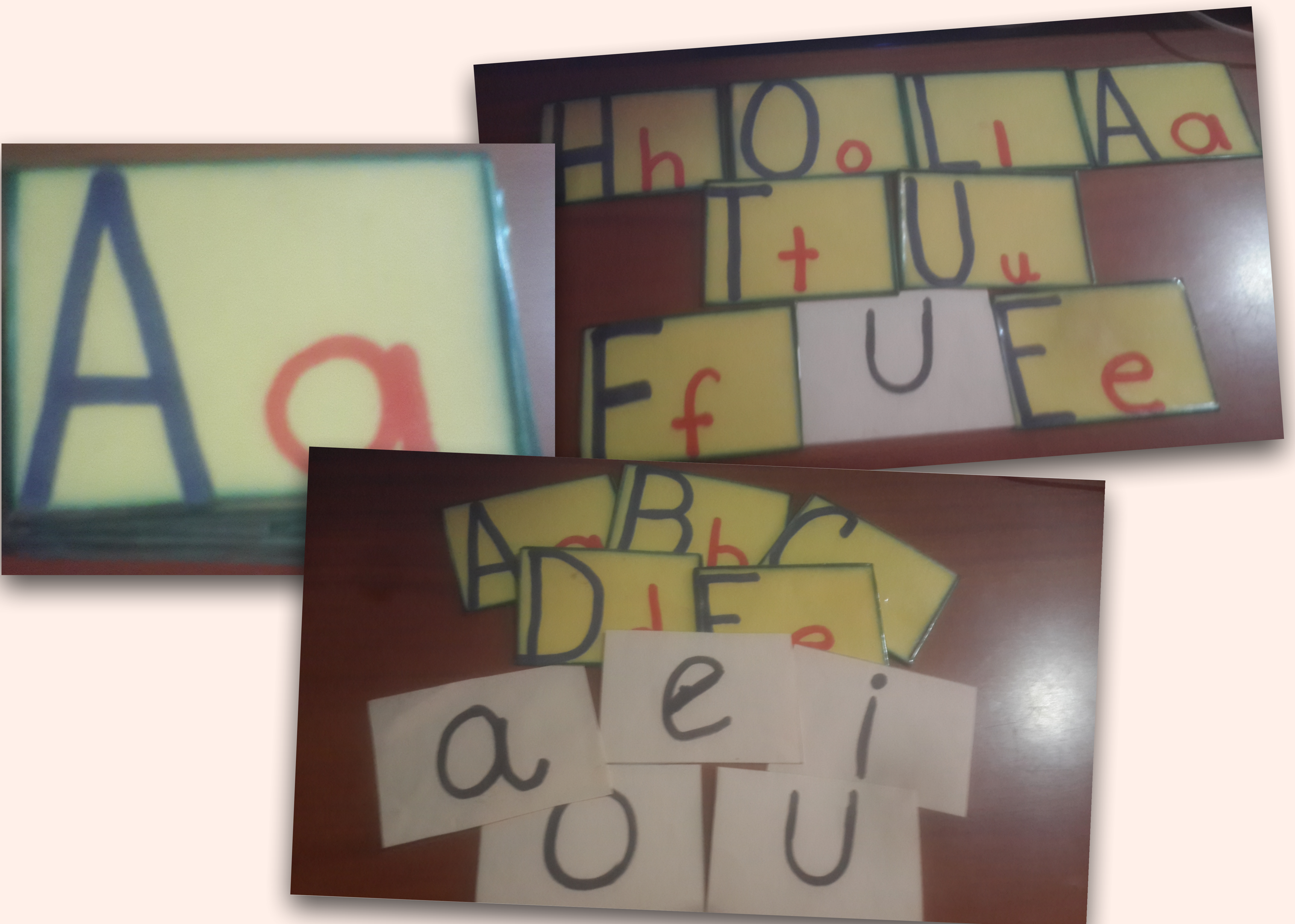
Luego recorta los rectángulos. Serán nuestras fichas para trabajar.

3

Se tomarán 23 fichas para escribir en ellas las letras del abecedario en mayúscula y minúscula. Y 5 serán para escribir las vocales.

Construcción de palabras

- 4 Luego las contamos a ver si están 28 fichas y si no nos faltó alguna letra.
- 5 Se le entregarán al niño las fichas realizadas y se le pedirá que forme palabras.
- 6 Si queremos que duren un poquito más las podemos plastificar.





Simón dice



Desde 2 años



Ilimitado

Funciones
ejecutivas



Iniciación a la tarea, inhibición de respuesta y persistencia dirigida a la meta.

No se necesita ningún material para esta actividad.



Juego divertido en el que ponemos nuestras habilidades auditivas y espaciales en práctica.

1

Antes de empezar a jugar se elegirá a uno de los participantes para que sea Simón. El peque elegido se colocará de pie frente a sus compañeros y su misión será dar órdenes claras y sencillas a los demás jugadores. Las órdenes podrán ser de dos formas: comenzar con Simón dice... o simplemente dar la orden

2

Los participantes tendrán que obedecer las órdenes que comiencen con "Simón dice..." e ignorar las que no comiencen con "Simón dice..."

3

Si alguno de los jugadores obedece de manera incorrecta las órdenes de Simón este quedará eliminado. Ganará el último participante en juego.



Simón dice



4

Las órdenes podrán ser fáciles o difíciles en función de la edad de los participantes. Algunos ejemplos de órdenes pueden ser estos:

Algunas instrucciones

- Simón dice que de tres saltos.
- Simón dice que me toque la nariz.
- Simón dice toque algo amarillo y rojo.
- Simón dice que le toque la oreja a mi compañero.
- Simón dice que abrace a mi compañero de la derecha.



Sé el más rápido



Desde 6 años



Cronometrar

Funciones
ejecutivas



Inhibición de respuesta.

- Lámina (descargar pinchando en la nube).
- Cronómetro.



La actividad consiste en ir diciendo cada uno de los objetos, palabras, letras o números según las indicaciones mostradas en las láminas

1

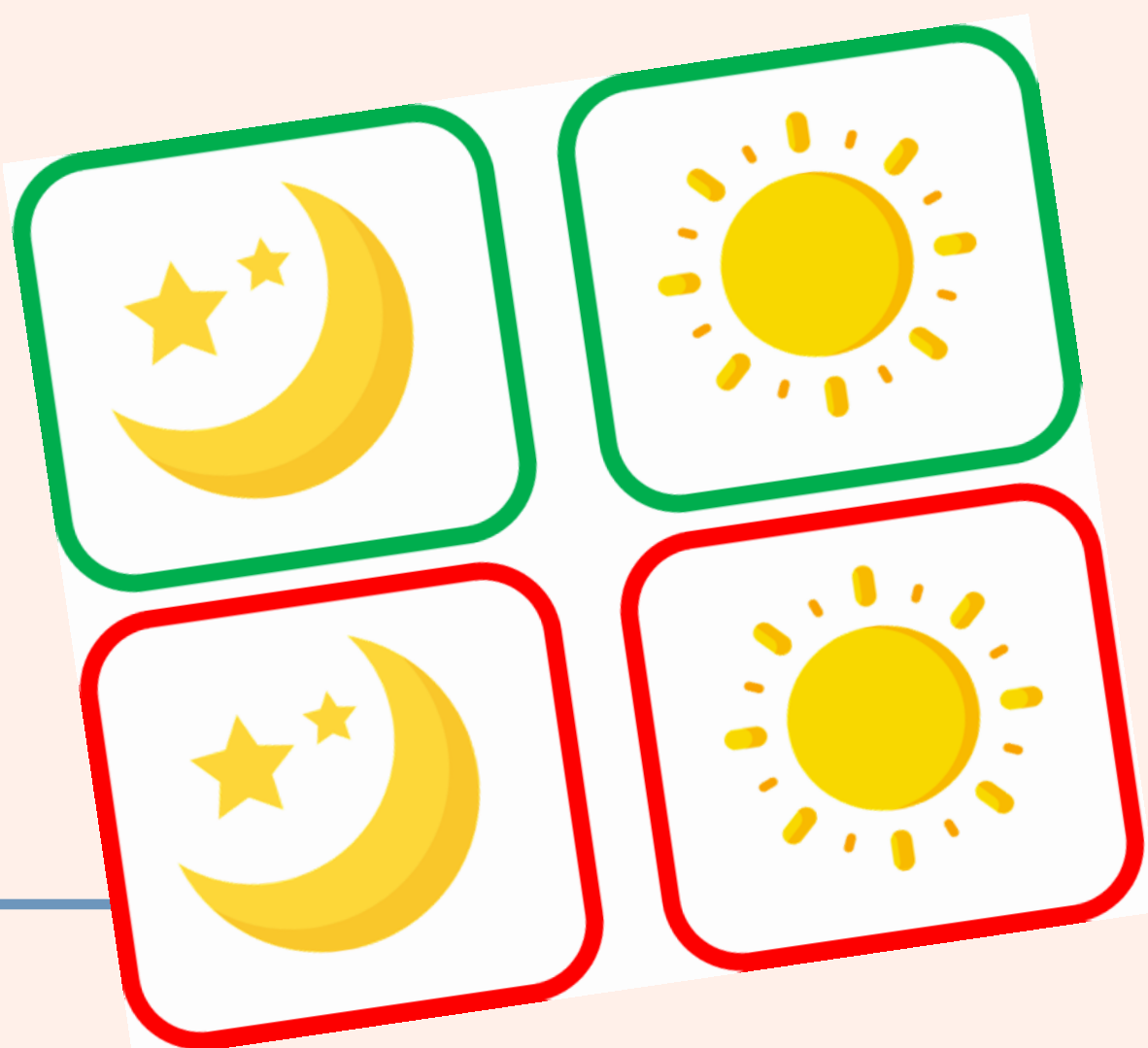
Leer los dibujos según las indicaciones de la leyenda.

2

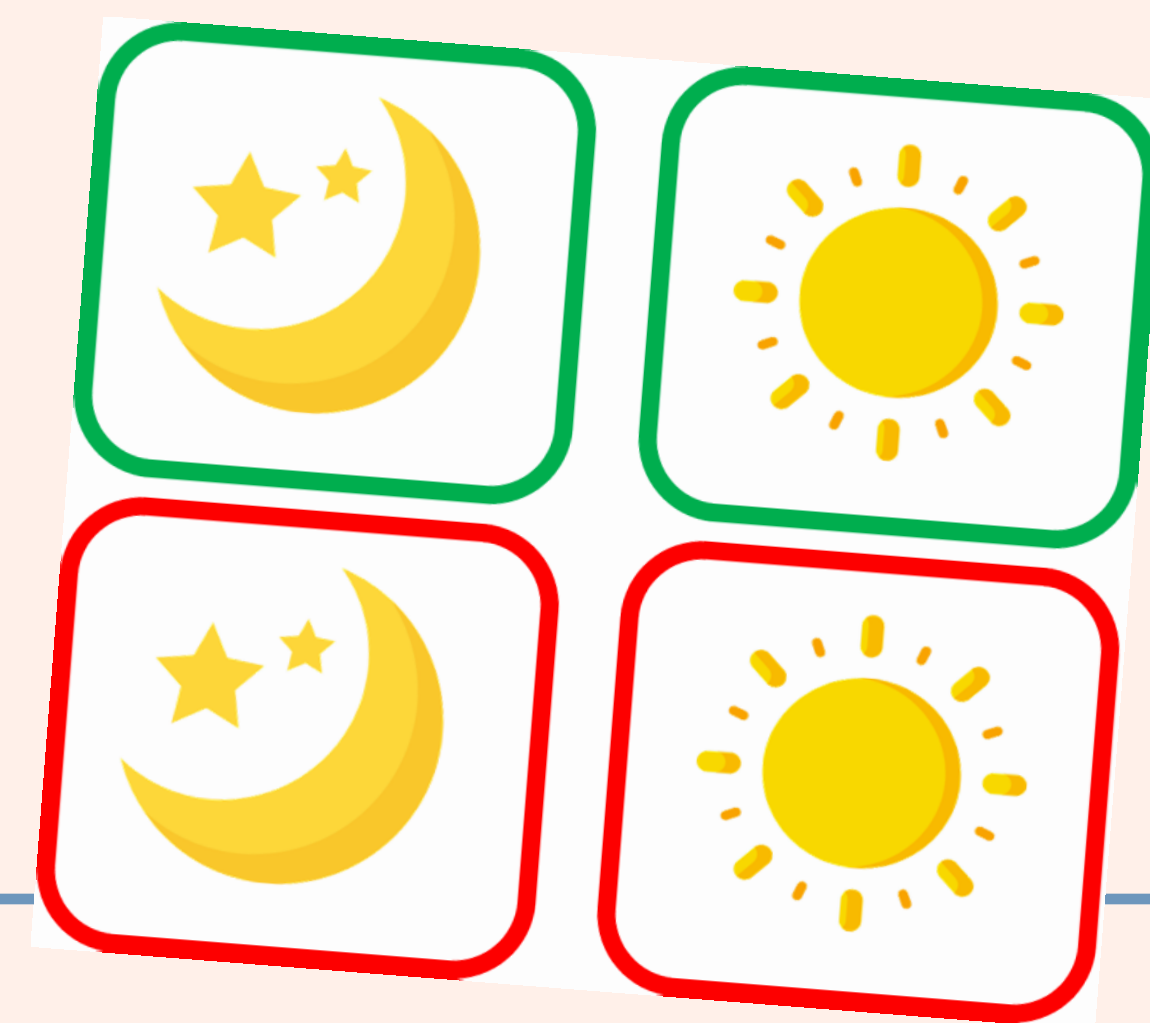
Cronometrar para saber qué jugador tarda menos tiempo.

3

Solo tenemos dos intentos y gana el jugador que lo haga en menos tiempo.



¿Es o no es?



De 8 a 14 años



15 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Velocidad de procesamiento, control inhibitorio, flexibilidad cognitiva, atención y concentración.

- Mazo de cartas (pincha sobre la nube para descargar).
- Cronómetro (opcional).
- Hoja con sistema de puntos, si se juega en pareja (opcional).



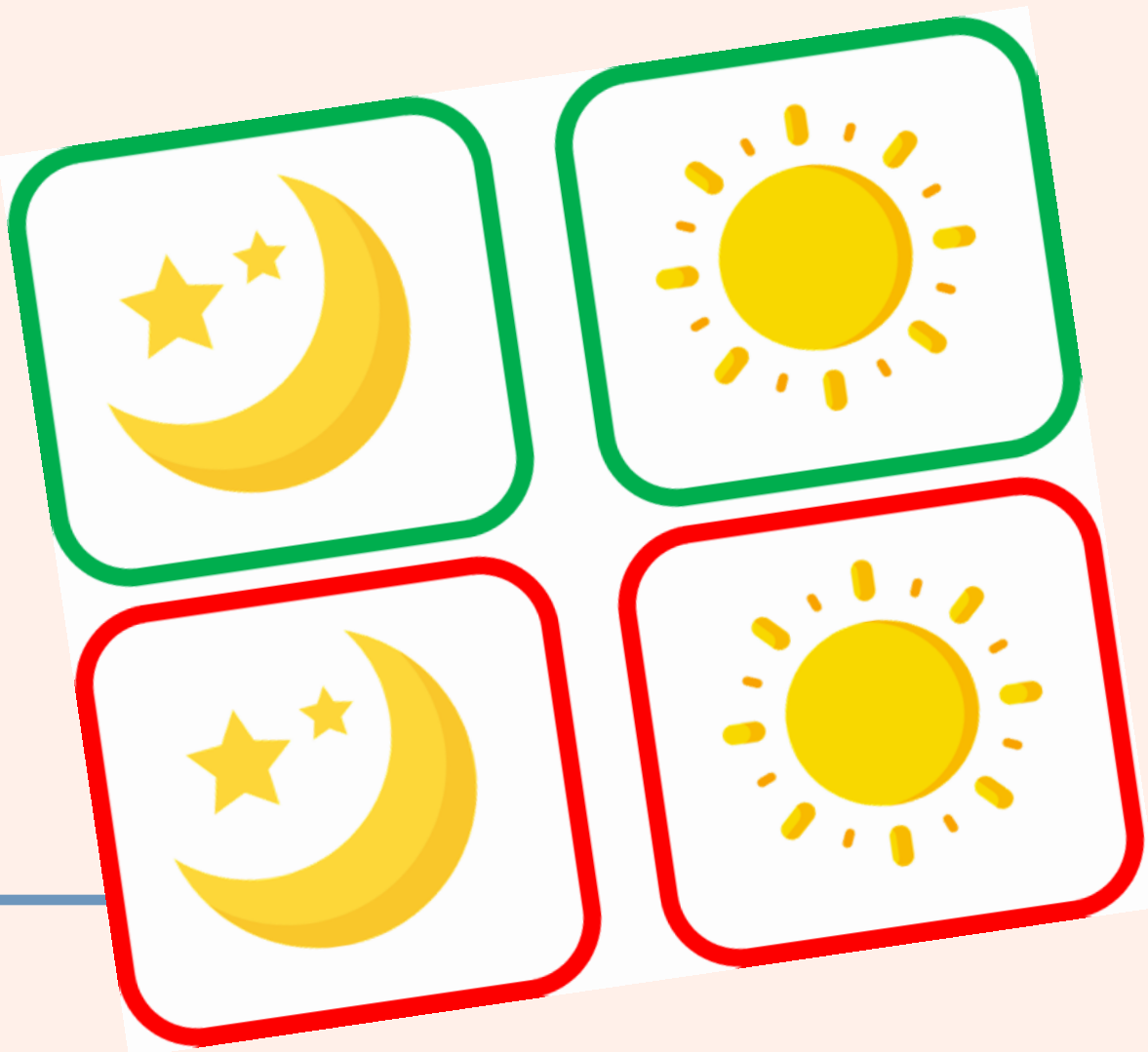
Juego de cartas, individual o en parejas, que consiste en que el niño/a visualiza una serie de cartas y debe responder rápidamente de acuerdo a lo que ve (forma natural de respuesta) o responder lo contrario a lo que ve (manera contraria a la forma natural de hacerlo), alternando y combinando diferentes patrones de respuesta, intentando no equivocarse.

Esta alternancia dependerá de color de cada carta:

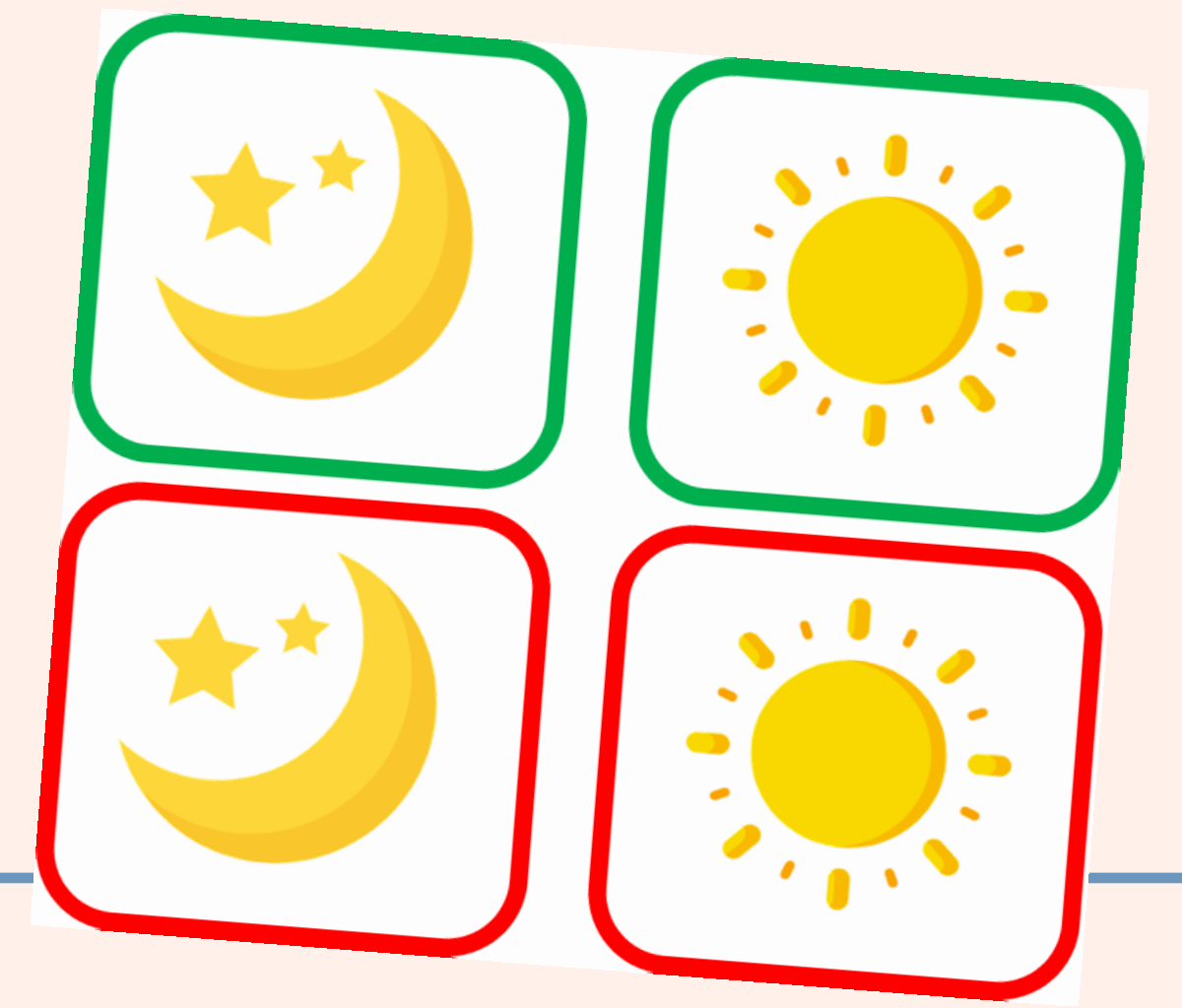
- Borde verde: Respuesta natural. El/la niño/a tiene que verbalizar lo que ve.
- Borde rojo: Respuesta contraria a la natural. El/la niño/a tiene que verbalizar lo contrario a lo que ve.

Las diferentes imágenes que se muestran y que serán las que tengan que alternar con la respuesta correcta/contraria son:

- Sol/luna: Si el borde de la carta es rojo, cuando aparezca “sol”, el/la niño/a tendrá que responder “luna”, y si aparece “luna”, tendrá que responder “sol”. Sin embargo, si el borde de la carta es verde tendrá que responder lo que ve, es decir, si ve “sol” tendrán que responder “sol”. Esta alternancia será exactamente igual para las siguientes imágenes
- Mano/pie. Oreja/nariz. Blanco/negro. Arriba/abajo. Grande/pequeño. Izquierda/derecha.



¿Es o no es?



Actividad opcional*: Una variación que se puede incluir en la actividad es jugar a un “memory”. Aprovechando que tendremos dos cartas iguales con la misma imagen (una con borde verde y otra con borde rojo), y emparejarlas, estimulando su memoria.

1

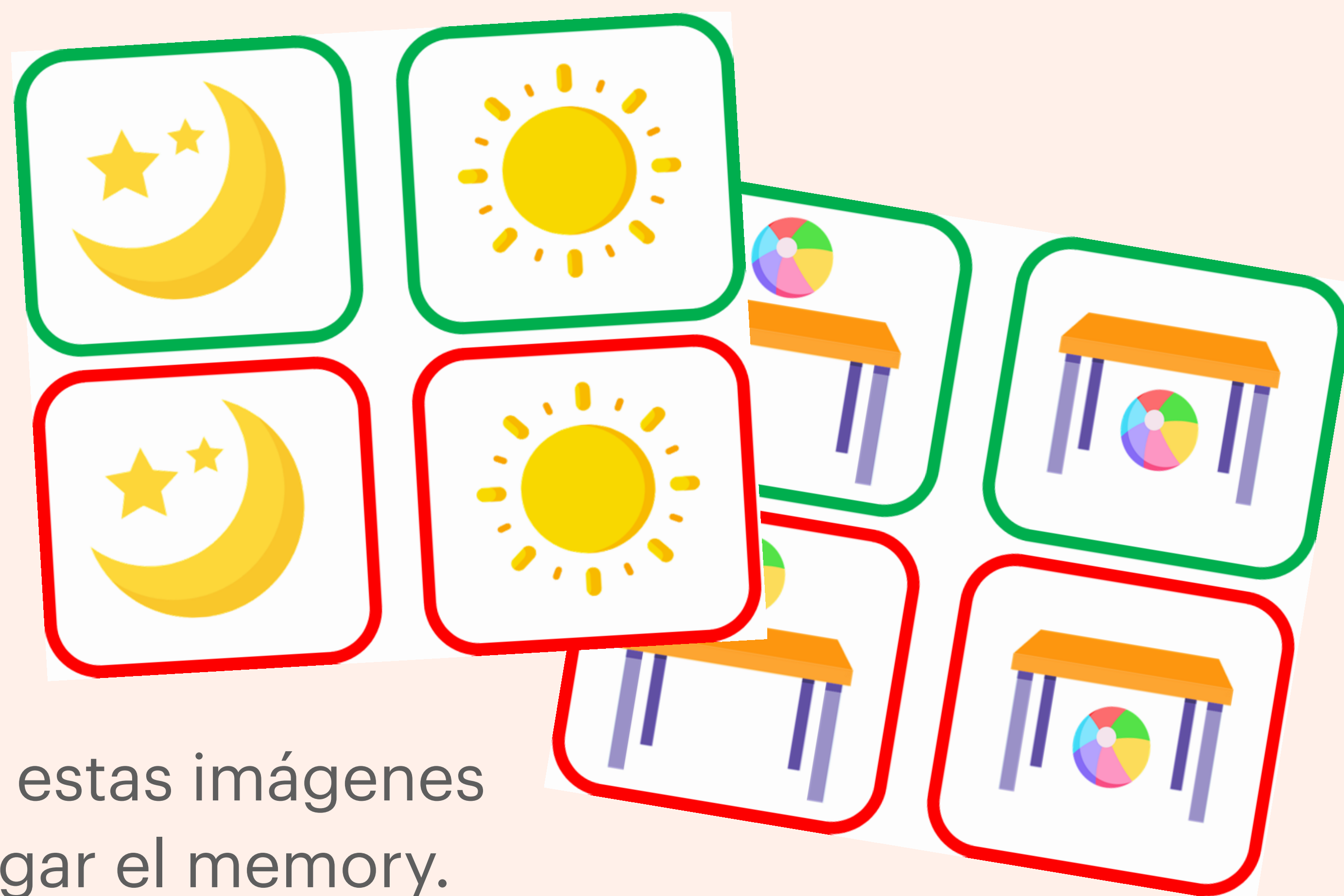
Se coloca el mazo de cartas en el centro de la mesa

2

Se va mostrando cada carta una por una. El/la niño/a tendrá que responder según las instrucciones del juego

3

Si se equivoca, la carta vuelve al mazo. Si responde correctamente la carta se la queda el/la niño/a. De manera que el juego termina cuando no haya cartas en el centro. Y si se juega en pareja, ganará quien más cartas haya conseguido.



Pincha sobre estas imágenes para descargar el memory.

Material elaborado por: María Chaparro Carrasco. Fuente imágenes: Flaticon, freepick

Sudoku: Super Mario Bros

De 7 a 10 años



20 minutos

Funciones
ejecutivas



Atención y concentración, memoria de trabajo, planificación, flexibilidad cognitiva y monitorización.

- Cuadrícula 4x4 vacía (material adjunto - pinchar en la nube)
- 4 piezas iguales con las imágenes de (material adjunto):
- Se recomienda plastificar para mayor durabilidad. Se le puede poner velcro a la cuadrícula y a cada pieza para que no se muevan las piezas.



El juego consiste en completar una cuadrícula de 4x4 dividida en 4 cuadrantes con cuatro celdas cada uno. A partir de unas imágenes que se colocan de antemano, el/la niño/a debe completar o rellenar cada una de las celdas en blanco, de tal forma que no se repita ninguna imagen en la misma fila, columna o cuadrante.

1

Preparación: Colocar cuatro imágenes diferentes en la cuadrícula vacía.

2

Dar la cuadrícula al niño o a la niña, junto con las demás imágenes.

3

Tendrá que completar la cuadrícula siguiendo las instrucciones.

4

Podemos ayudarle, ofreciéndole posibles estrategias para completar el sudoku.



Palabras despistadas



De 6 a 12 años



10 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Conciencia fonológica y planificación.

- Actividad (descargar pinchando en la nube).
- Lápiz.
- Revistas.
- Tijeras.
- Pegamento.



En esta actividad el alumno tendrá que ordenar las palabras de forma correcta y viendo que la frase tenga sentido.

1

Reflexionar y ver todas las palabras que hay para planificar cómo ordenarlas.

2

Ordenar las palabras para formar una oración.

3

Sección “Pégala”: Recortar palabras de diferentes tamaños, formas, colores...; como el niño quiera, y pegarlas para formar una oración coherente.



Ayuda a los animales



De 6 a 10 años



10 - 15 minutos

Funciones
ejecutivas



Concentración, memoria y planificación.

- Actividad (descargar pinchando en la nube).
- Lápiz.



En esta actividad el alumno tendrá que clasificar los animales según si vuelan o no.

1

Mirar a los animales y pensar.

2

Decidir si esos animales vuelan, o no, y clasificarlos.





Atrapa a los números



De 6 a 12 años



10 - 15 minutos

Funciones
ejecutivas



Planificación y secuenciación.

- Actividad (descargar pinchando en la nube).
- Lápiz.



En esta actividad el alumno tendrá que planificarse para unir los números de mayor a menor, pero estos números tienen una forma geométrica que hará que le resulte más difícil. Trabajaremos los números, planificación y secuenciación.

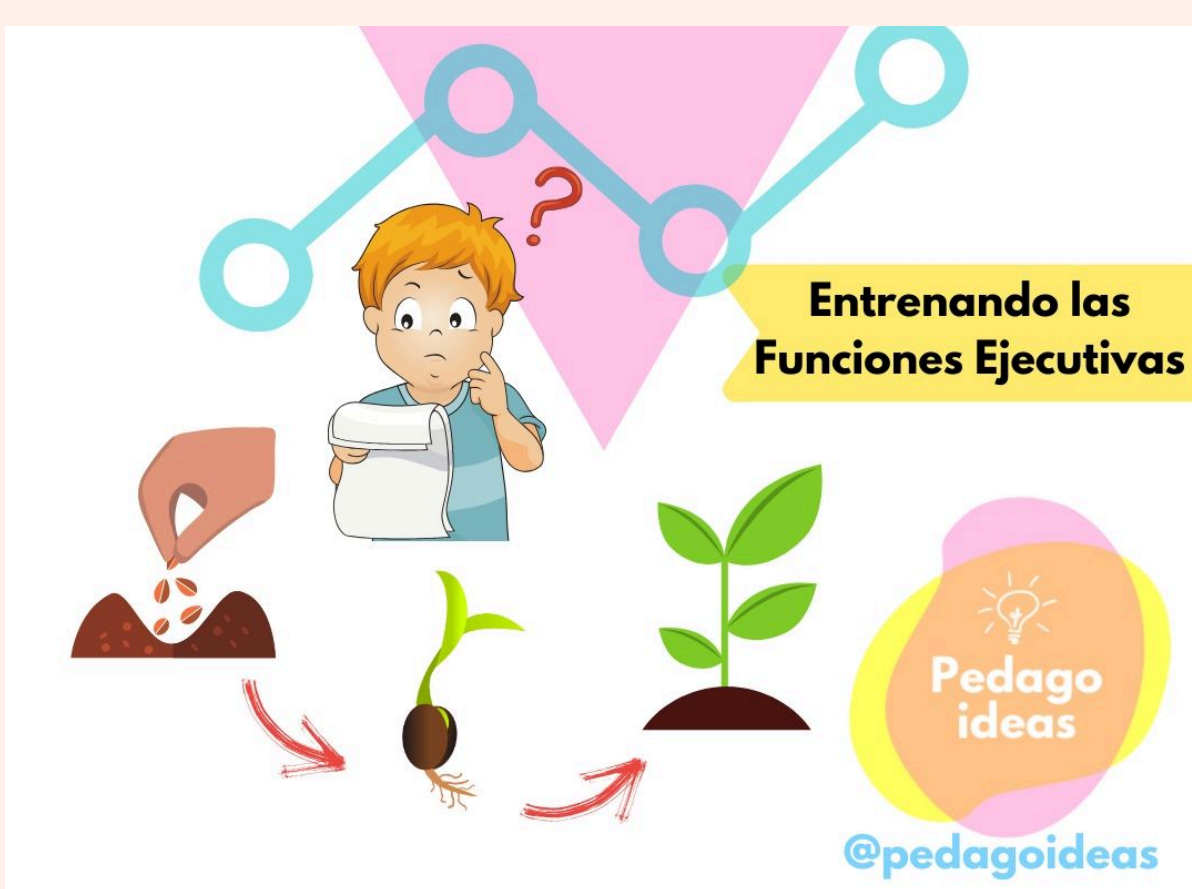
1

Descarga la actividad.

2

Une los números de mayor a menor con tu lápiz.





Ejercicios de secuenciación

Desde 5 años



15 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Secuenciación y planificación.

- Se necesita imprimir el material (descargar pinchando en la nube).
- Tijeras.
- Plastificadora (útil si quieres que el material sea más duradero).



La actividad consiste en ordenar las imágenes pequeñas recortables (secuencias) para que tenga como resultado final la imagen principal. Para aumentar el nivel de dificultad se pueden mezclar algunas imágenes recortables de otros ejercicios.

1

Recortamos todas las imágenes pequeñas (secuencias) amontonándolas y dejando las grandes en otro montón.

2

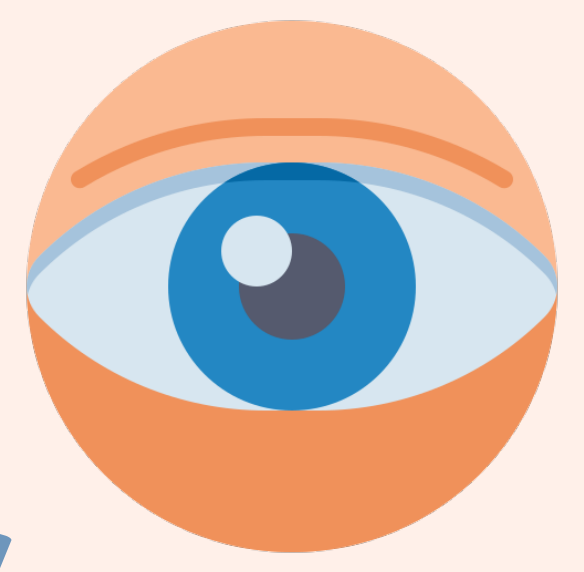
Cogemos una imagen grande con sus secuencias. Desordenamos las secuencias para que el niño/a las ordene. Debemos dejar la imagen principal arriba para que vea el resultado de la secuencia.

3

Podemos mezclar secuencias de otros ejercicios para que tenga una mayor dificultad.



Ojitos abiertos que miran atentos



Desde 3 años



10 - 15 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo.

- Descargar e imprimir los tableros (pinchar en la nube).
- Folios.
- Tijeras.
- Plastificadora (opcional).
- Velcro.



Este recurso está formado por 8 tableros principales con diferentes imágenes primaverales en dos grados de dificultad. 8 tableros con círculos en blanco y las fichas correspondientes a los dibujos de los cartones principales.

1

Observar durante un tiempo determinado el tablero principal.

2

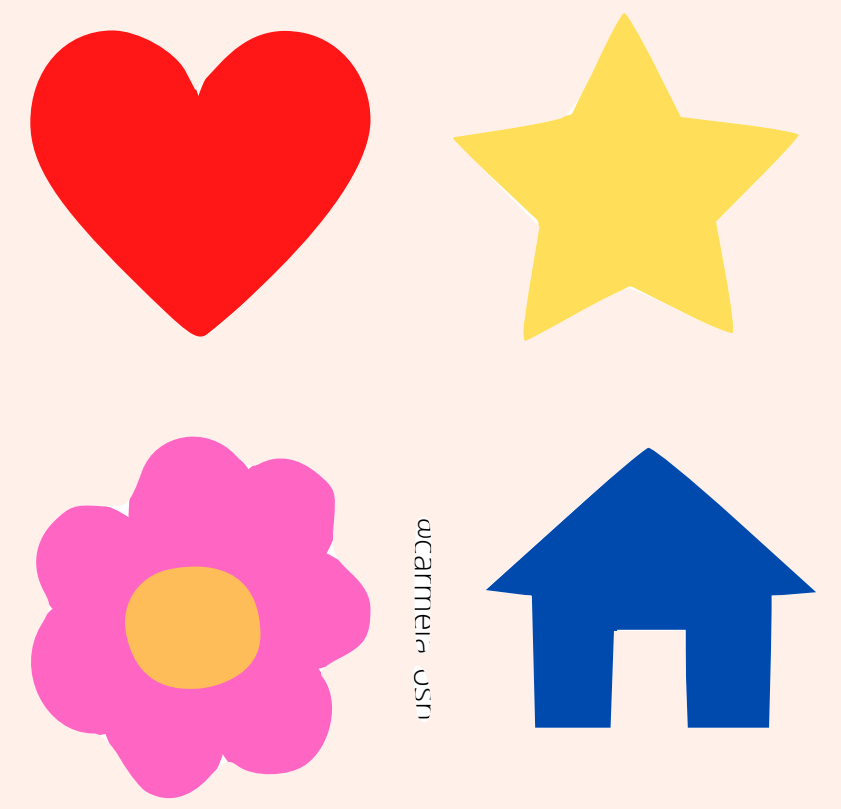
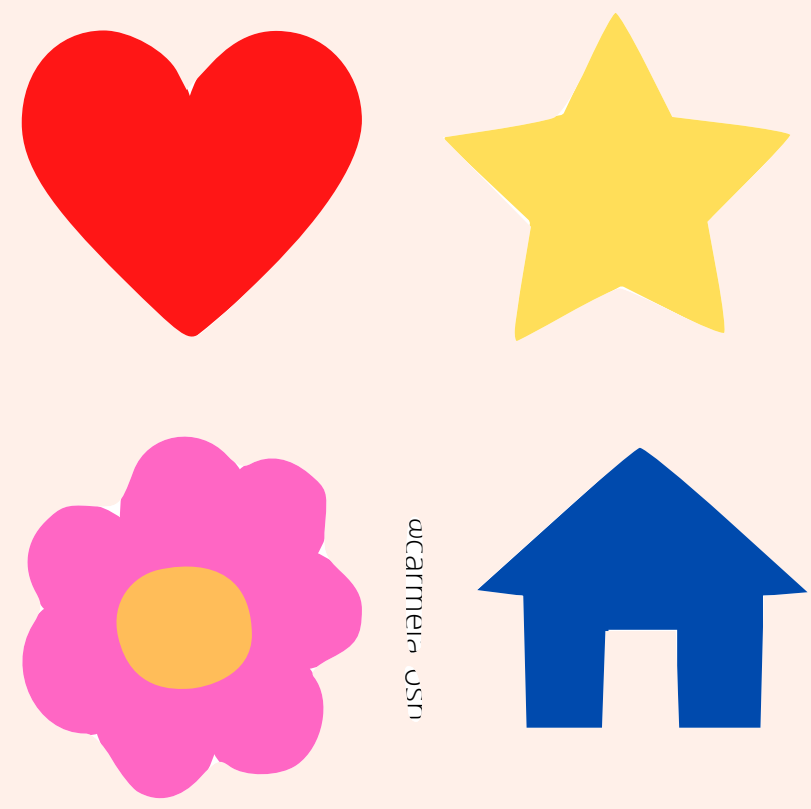
Pasado este tiempo dar la vuelta al tablero principal.

3

Entregar al alumnado el tablero secundario y las imágenes circulares.

4

Colocar en la misma posición las imágenes circulares que recuerden en el tablero secundario.



Memory de siluetas

De 3 a 5 años



5 minutos

Funciones
ejecutivas



Planificación, organización y memoria de trabajo.

- Láminas con las siluetas en negro de los dibujos y dibujos en color recortados de las mismas siluetas en negro (pincha en la nube para descargar).



Esta actividad desarrolla la atención del niño, su capacidad de observación y realización de una tarea.

1

Observar las piezas en color.

2

Observar las siluetas en negro.

3

Colocar cada pieza en su silueta.



Nos vamos de compras



De 5 a 8 años



20 - 30 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición de respuesta, planificación y organización.

Imágenes de establecimientos y objetos o alimentos, así como etiquetas con los nombres de los establecimientos (descargar pinchando en la nube).



Esta actividad desarrolla la atención, la observación, la relación, así como el conocimiento del entorno, la expresión oral y la lectoescritura.

1

Observar el mapa de la primera lámina.

2

Nombrar los establecimientos que observamos.

3

Nombrar los objetos o alimentos.

4

Relacionar cada objeto o alimento con el establecimiento correspondiente.



Nos vamos de compras



5

Leer todas las palabras.

6

Relacionar las palabras con las imágenes de los establecimientos.

7

Decir otros productos que podemos encontrar en cada establecimiento.

8

Contar en cuál han estado y qué compraron.

9

Relacionar cada establecimiento con una profesión.

10

Les proponemos productos y ellos nos dicen dónde debemos comprarlos.

11

Elaborar una lista de la compra.

12

Comprobar si los artículos de la lista los podemos adquirir en estos establecimientos. Si no es así, decir en cuáles.



Lateralidad



Desde 4 años



10 minutos

Funciones
ejecutivas



Orientación espacial, atención y concentración.

- Hojas blancas.
- Rotuladores.
- Plantilla (descarga pinchando en la nube).



Es una actividad que ayudará a reforzar la lateralidad de los peques.

- Encierra en un círculo las abejas que van hacia la derecha.
- Encierra en un círculo los canguros que saltan hacia la izquierda

1

Imprimir la plantilla.

2

Entregar rotuladores, colores... y entregar la hoja de la actividad al niño/a.

3

Seguir las instrucciones que marca la actividad.



Tres en raya



Todas las edades



5 - 10 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición de respuesta, planificación, memoria de trabajo, flexibilidad cognitiva y persistencia dirigida a la meta.

- Material impreso (lo encontrarás pinchando en la nube).
- Tapones de botella (10).
- Cartón (para pegar el tablero del 3 en raya).
- * Estos dos últimos materiales son para hacerlo más resistente y que dure muchos años.



El tradicional 3 en raya te puede ayudar a desarrollar las funciones ejecutivas de pequeños y mayores. Dos jugadores se enfrentarán para ver quién es el primero en poner 3 fichas del mismo motivo formando una raya. Ganará el primero que lo consiga.

1

En primer lugar, reúne los materiales, para ello imprime el material. También necesitarás 10 tapones y un trozo de cartón.

2

Recorta el tablero del 3 en raya y pégalo en el cartón. Después recorta los diferentes círculos (serán las fichas) y pega cada una de ellas en un tapón. De esta forma el material será rígido y duradero.

3

Una vez montado, ya tienes el juego listo para utilizar. Busca un oponente y... ¡a disfrutar!



Colorea como Ángela

De 6 a 8 años



10 - 15 minutos

Funciones
ejecutivas



Flexibilidad cognitiva y control atencional.

- Texto y dibujo impresos (descargar pinchando en la nube).
- Colores.



A través de la lectura vamos a dar color a la imagen que se nos presenta, para ello tenemos que prestar atención al color que indica Ángela al ponerse las gafas mágicas.

1

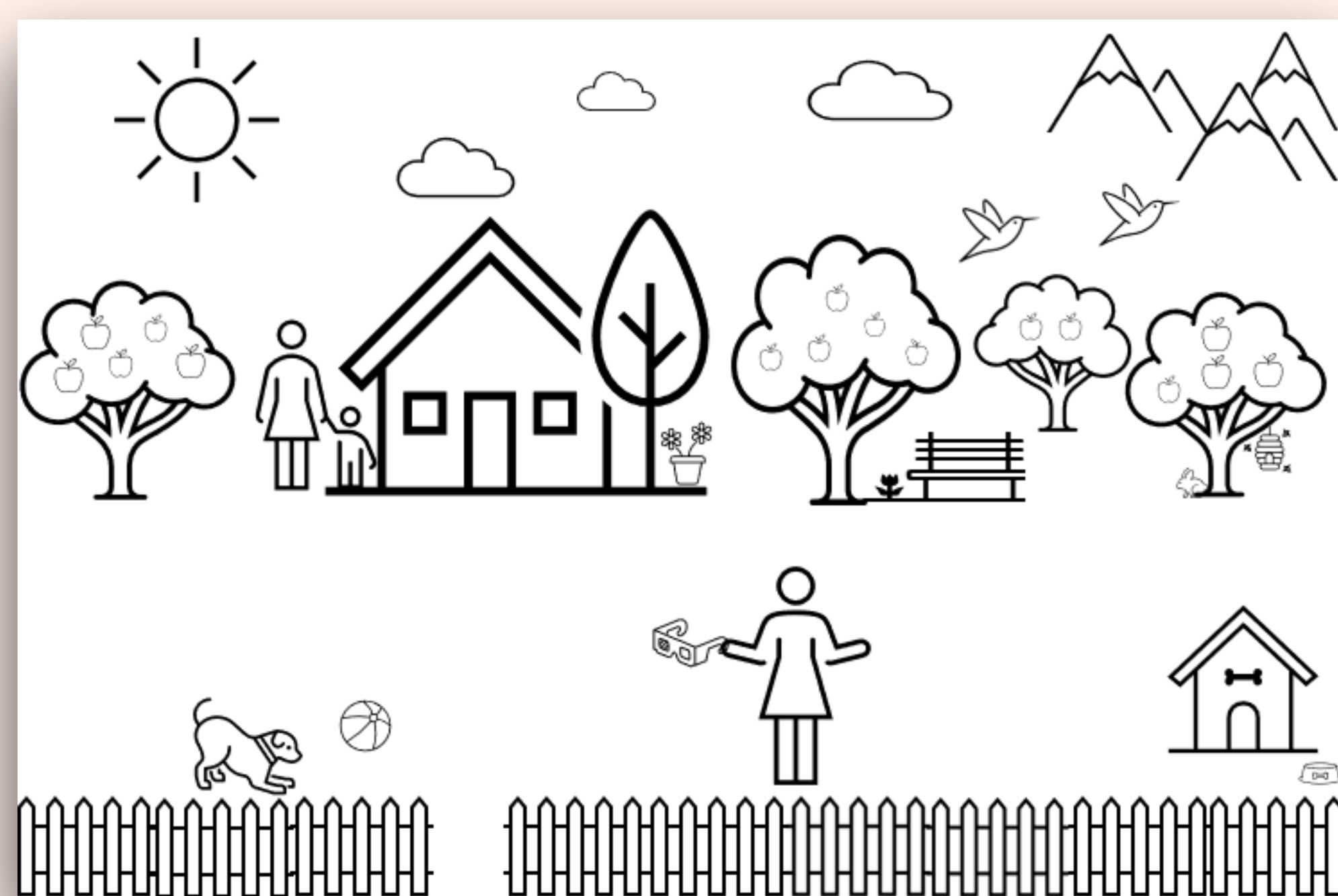
Leer el texto.

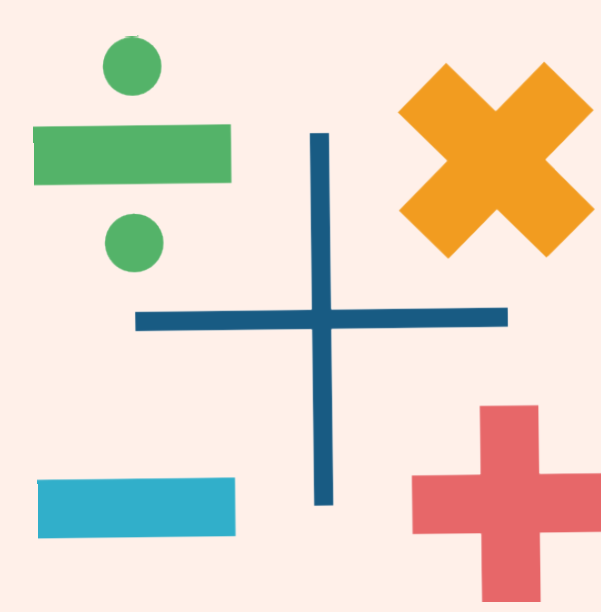
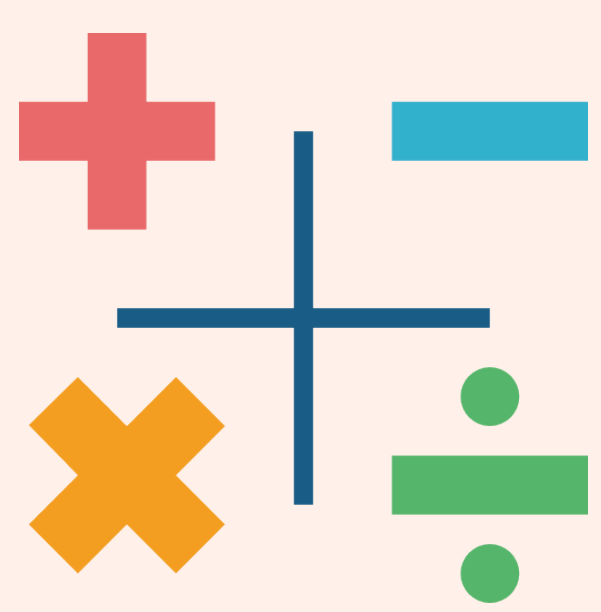
2

Volver a leer el texto.

3

Colorear el dibujo según indica el texto.





¿Memorizar y operar?

De 8 a 9 años



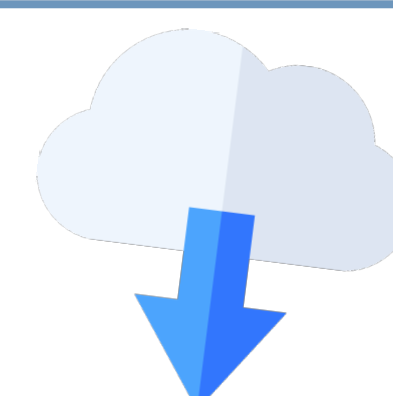
20 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo.

- Cartas (descarga pinchando en la nube).
- Rotuladores y borrador de pizarra blanca.
- Material para hacer cálculos (pizarra pequeña, folios, libreta...).
- En caso de que sea necesario: observar el grado de dificultad que presenta cada pareja para realizar la actividad.
- Soluciones para comprobar las operaciones.



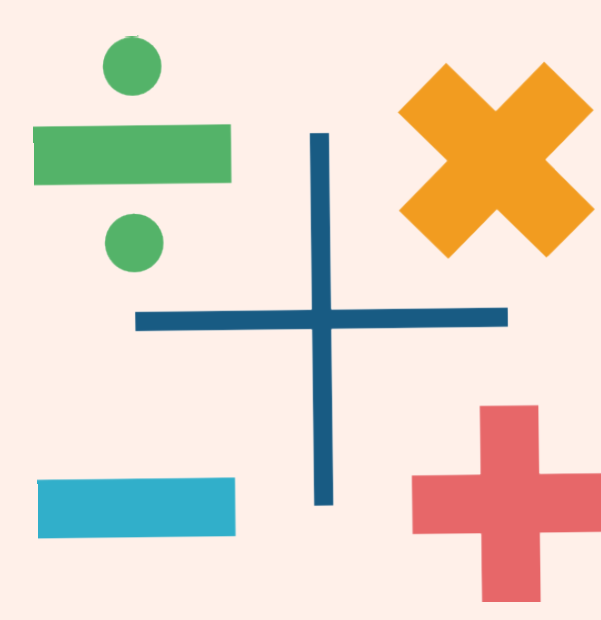
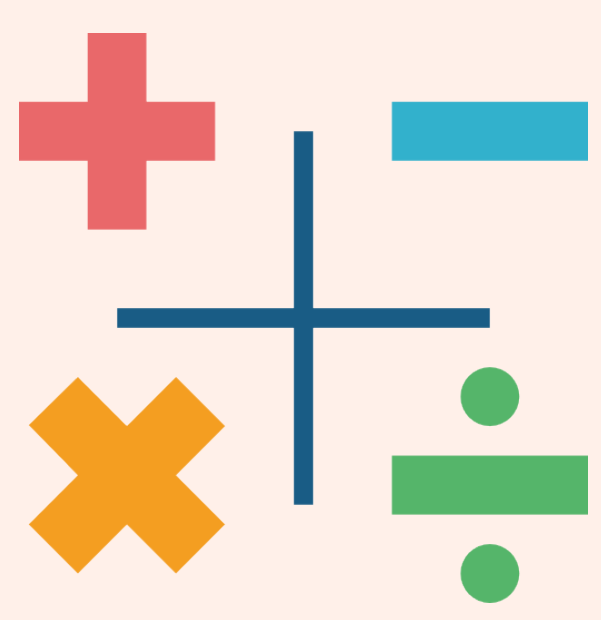
La actividad consiste en un juego de cartas. Estoy segura de que conoces el típico memorama, ese juego de mesa que trata de encontrar cartas parejas entre una multitud con diversas figuras en cada una de ellas y que están en par, es decir cada dibujo está repetido en dos cartas. Pues bien, la dinámica del juego es la misma pero con un ligero matiz... ¡Memorama matemático y en parejas en acción! El juego se realizará en parejas y en las cartas no solo habrá figuras, sino también operaciones matemáticas que deben resolver para encontrar a su pareja. ¿Preparados?

1

Previamente, el docente debe preparar todo el material: recortar y montar las cartas (parte delantera y trasera) y las soluciones, rotuladores y borradores de pizarra y el posible material para hacer los cálculos.

2

Agrupar a los niños en parejas.



¿Memorizar y operar?

3

¡Empieza el juego! Cada pareja mezcla y coloca todas las cartas en una superficie y boca abajo.

4

Deben levantar una carta, fijarse bien en ella y levantar otra distinta. Seguir este procedimiento hasta encontrar su pareja, que será cuando retiren y guarden ambas cartas. Por lo que... ¡Hay que trabajar la memoria! ¡Y no solo eso! Pues existen dos tipos de cartas: 1. Carta con dibujo y una operación matemática (suma o resta). 2. Carta con el mismo dibujo y un recuadro para completar el resultado de dicha operación con el rotulador de pizarra. Deben realizar un trabajo cooperativo y consensuar el resultado que podrán anotar tanto si recuerdan la operación de la carta que contenía ese dibujo, como en el caso de levantar en esa vez cartas parejas.

5

Jugar hasta encontrar y tener todas las parejas.

6

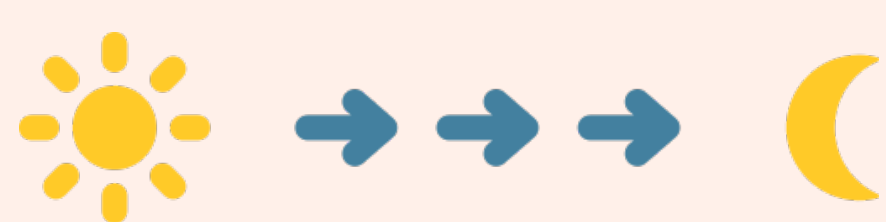
Comprobar con las soluciones las parejas en cuanto a dibujo y respuesta adecuada de la operación. Sumarán 2 puntos en cada acierto.

7

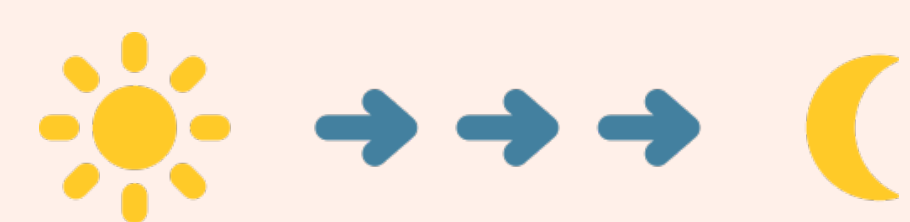
Recuento de puntos totales.

8

Clasificación de todas las parejas de clase con sus respectivas puntuaciones.



Activa rutina



De 2 a 8 años



A lo largo del día

Funciones
ejecutivas



Planificación, organización y persistencia dirigida a la meta.

- Tarjetas personalizadas (descarga pinchando en la nube).
- Hilo.
- Pinzas para tender la ropa.
- Lápiz, goma de borrar y colores.

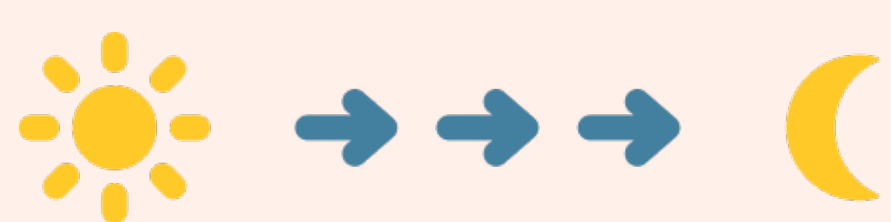


Por la mañana, previamente a realizar cualquier acción, se comenta y se planifica con el niño/niña la rutina establecida para el día. A medida que el sujeto realiza una acción (desayunar, jugar, lavarse los dientes...) tiene que usar ese tiempo para completar la tarjeta acorde a la situación y colocarla con una pinza de tender la ropa sobre un hilo que anticipadamente hayamos colocado.

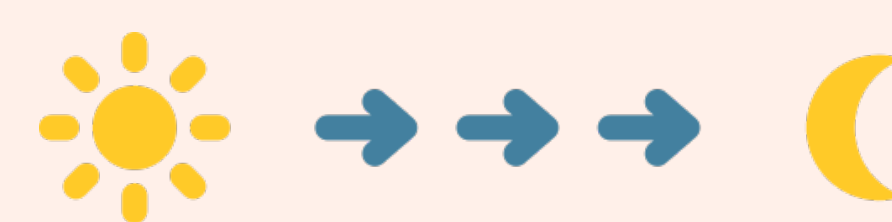
En el caso de que se plantee como objetivo la función ejecutiva: persistencia dirigida a la meta, al final del día, si se han conseguido realizar todas las acciones planteadas, se puede acordar mutuamente entre el adulto y el niño o niña una actividad para hacer antes de dormir: leer, ver un vídeo...

1

A primera hora de la mañana el adulto y el niño o niña planifican la rutina del día.



Activa rutina



2

Cada vez que el sujeto realice una acción (desayunar, jugar, lavarse los dientes...) tiene que dibujarla en la tarjeta correspondiente. Nosotras le hemos añadido un ejemplo en cada una de ellas. Por ejemplo si acaba de desayunar, el objetivo es que dibuje usando su creatividad e imaginación los alimentos y la bebida que ha tomado.

3

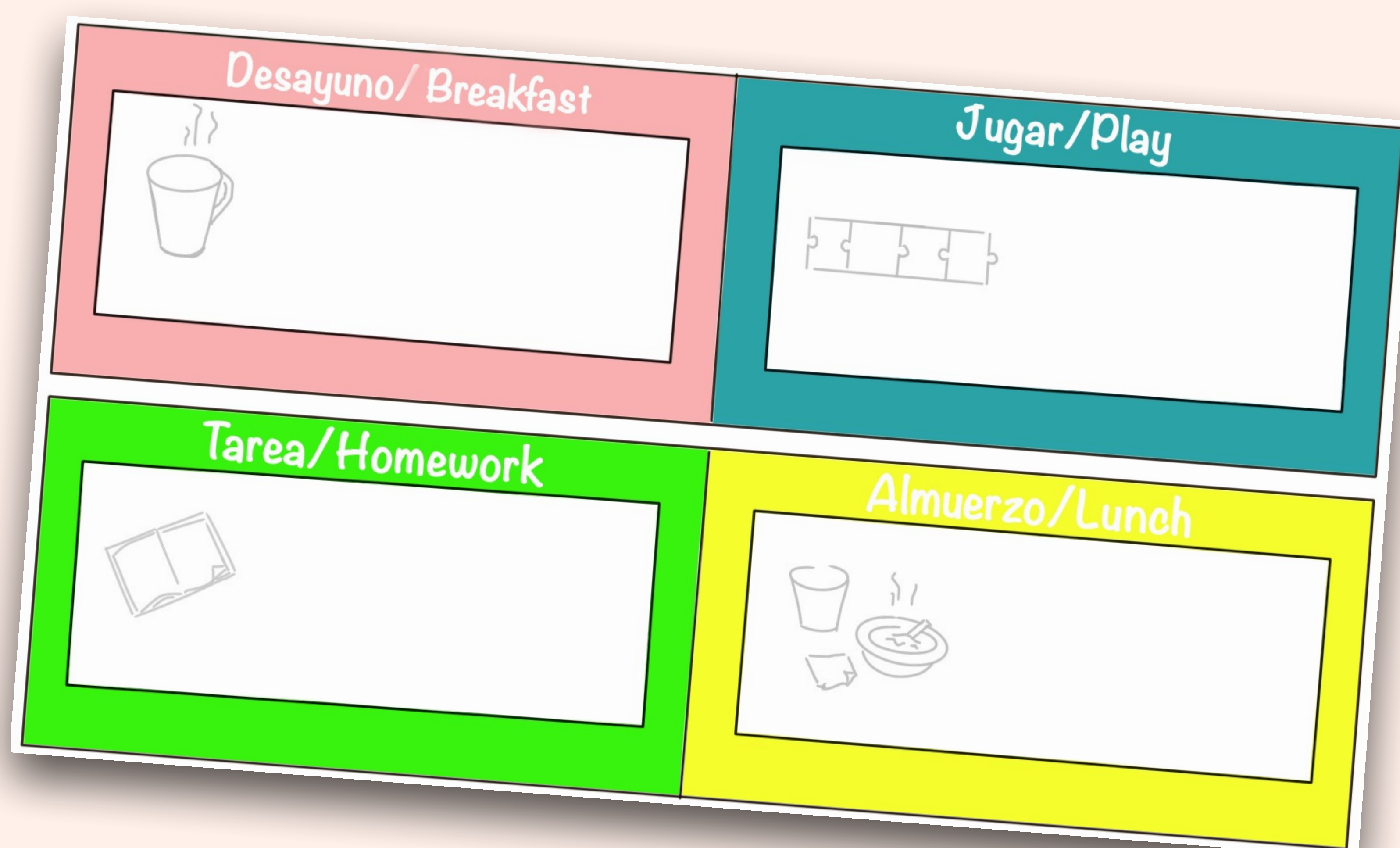
Colocar la tarjeta terminada con una pinza de tender la ropa sobre el hilo que se ha colocado previamente a comenzar la actividad.

4

Al final del día, si se han realizado todas las acciones, acordar entre adulto y niño una actividad que a ambos les guste para hacer antes de dormir: leer, ver un vídeo...

5

En el caso de que se tengan más rutinas se pueden añadir más tarjetas personalizadas.





Preparamos el equipaje



De 4 a 7 años



10 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición de respuesta, planificación y organización.

- Una maleta.
- Diferentes prendas, en su defecto, se puede utilizar una lámina como la que comparto (descarga pinchando en la nube).



Consiste en planificar la tarea de hacer una maleta eligiendo las prendas acordes a cada destino.

1

Nombrar los diferentes destinos.

2

Elegir un destino.

3

Nombrar las distintas prendas.



Preparamos el equipaje



4

Seleccionar las prendas que podría llevar a ese destino.

5

Elegir otros destinos diferentes y realizar de nuevo la actividad.





¡A por la meta!



De 3 a 6 años



1 minuto

Funciones
ejecutivas



Planificación y persistencia dirigida a la meta.

- Plantilla plastificada con velcros.
- Materiales, acciones, tiempo y meta recortados y planificados con velcro.
- Relojes de arena de 5, 10, 15 o 20 minutos.

Descargar los materiales pinchando en la nube.



Entrenar al alumnado a planificar y organizar la tarea para la consecución de un objetivo.

1

El alumnado, una vez escuchada la explicación de la tarea, coge la plantilla.

2

Pone los materiales que necesita para ejecutar la ficha.

3

Añade las acciones en orden que tiene que realizar en la tarea.



iA por la meta!



- 4

Pone el tiempo que dispone para realizarla y pone en marcha el reloj de arena de ese tiempo.
- 5

Realiza la tarea.
- 6

Una vez terminado, rellena la parte META, en la lupa pondrá si ha ejecutado bien o mal la tarea y en el corazón pondrá cómo se ha sentido mientras la ejecutaba y con la organización de la misma.

iA por la meta!	
Necesito	
Tarea	
Tiempo	
Meta	



Oso desordenoso



Desde 4 años



10 - 15 minutos

Funciones
ejecutivas



Velocidad de procesamiento, observación, atención y auto-regulación.

- Impresora. (Descargar archivo pinchando en la nube).
- Plastificadora o forro de libros.
- Para el muñeco os doy ideas, pero lo que se os ocurra.



¿Os podéis creer el desorden que tengo en la habitación?
El oso desordenoso lo ha puesto todo patas arriba, ¡qué desastre!
Aunque bueno.... ¿podríais ayudarme a recogerlo todo?
¡Genial! Ven ven que te cuento cómo.

1

El juego consta de 48 cartas y una figura. Colocamos las cartas boca abajo y el oso desordenoso.

2

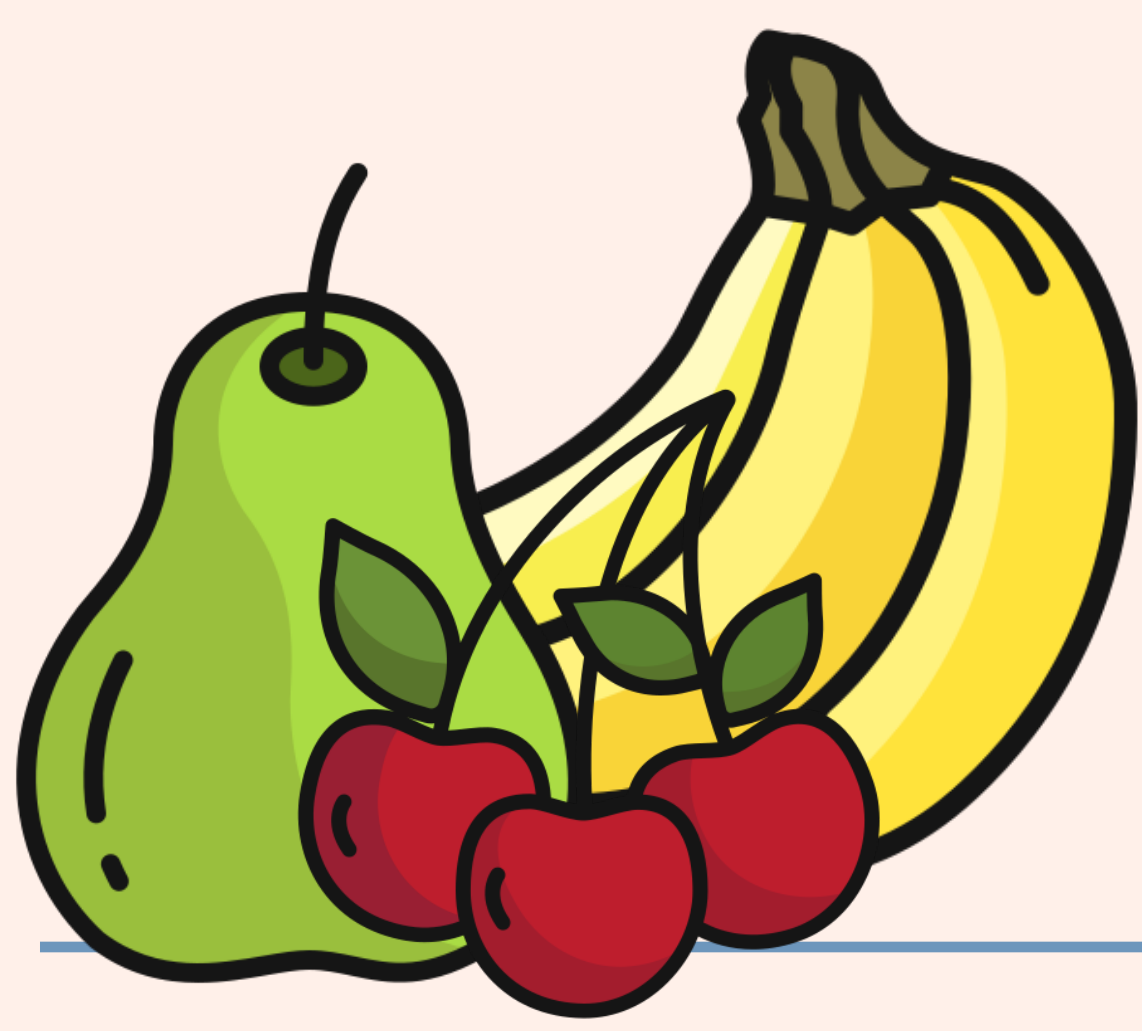
Empezamos a dar vueltas a las cartas de una en una. Tenemos que estar muy atentos y observar para ver si hay algunos idénticos.

3

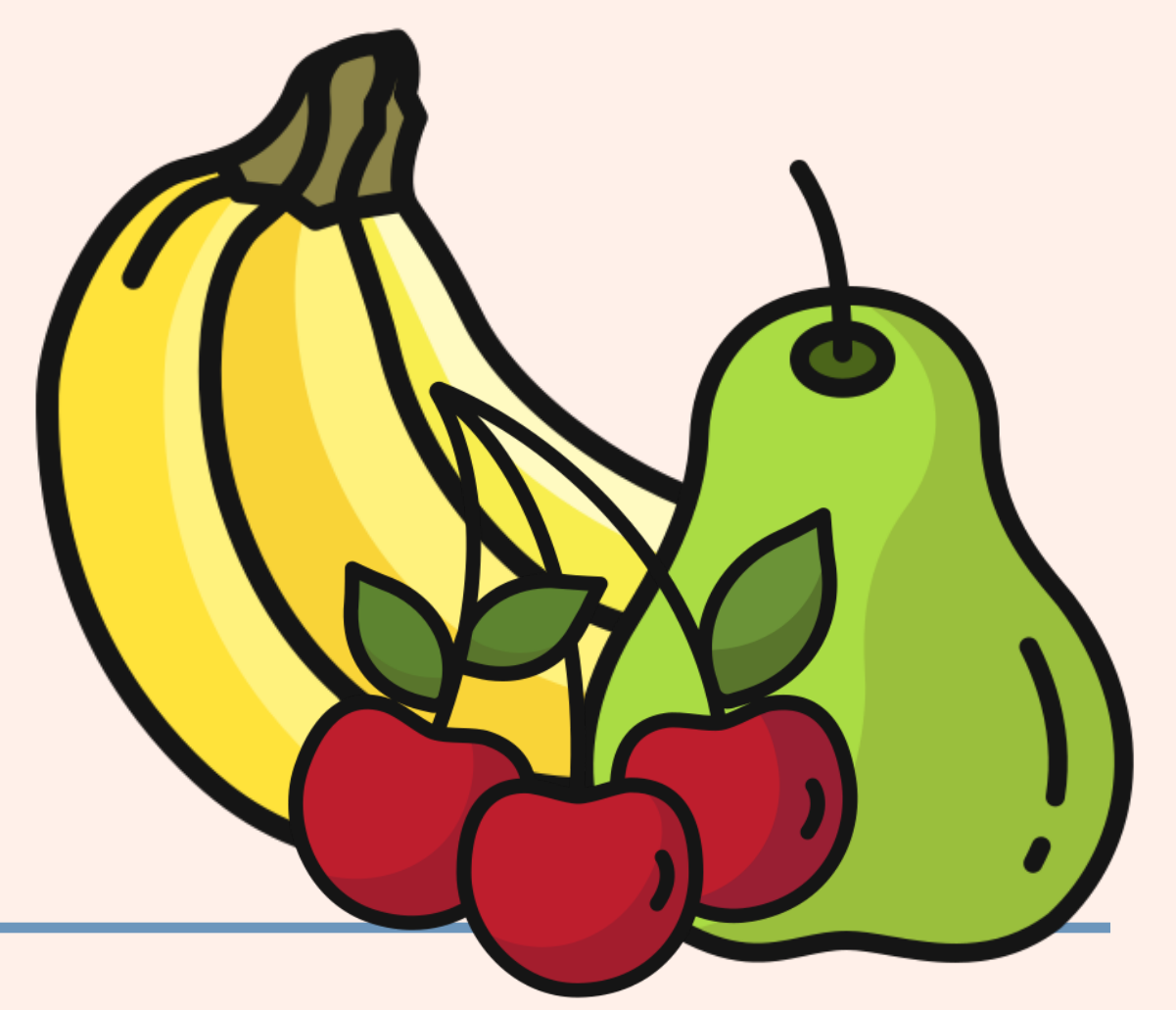
Si en ninguna de las cartas levantadas coinciden objetos, seguimos levantando. Si el mismo objeto aparece en dos cartas: hay que ser rápido en coger al oso desordenoso y nombrar el objeto repetido correctamente. Si te has confundido hay que devolver la carta a la mesa.

4

El juego finaliza con todas las cartas boca arriba y gana el que tenga el montón más grande.



Dobble frutas



Desde 3 años



10 minutos

Funciones
ejecutivas



Atención, velocidad de procesamiento y toma de decisiones.

- Impresora (descargar archivo pinchando en la nube).
- Tijeras.
- Plastificadora .

Podemos imprimir el material una o dos veces en función del número de participantes. Si van a ser más de dos, yo recomiendo dos veces.



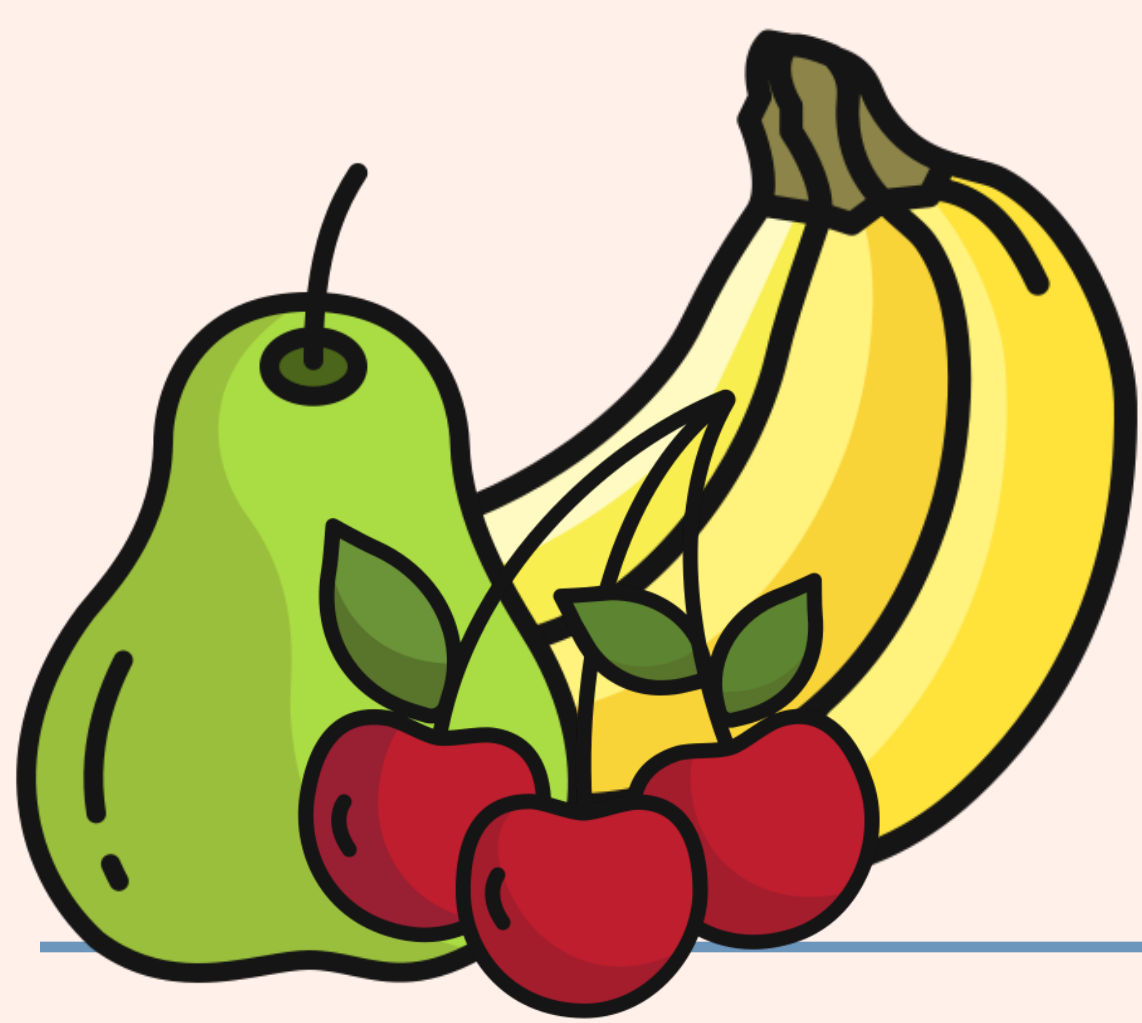
¿Quién no ha jugado alguna vez al dobble? Pues bien, yo os presento este dobble pero con frutas. El desarrollo del juego es como el dobble original a excepción de una imagen, "el frutero". En la que tendremos que darle un poco más al coco.
¿Te apetece jugar?

1

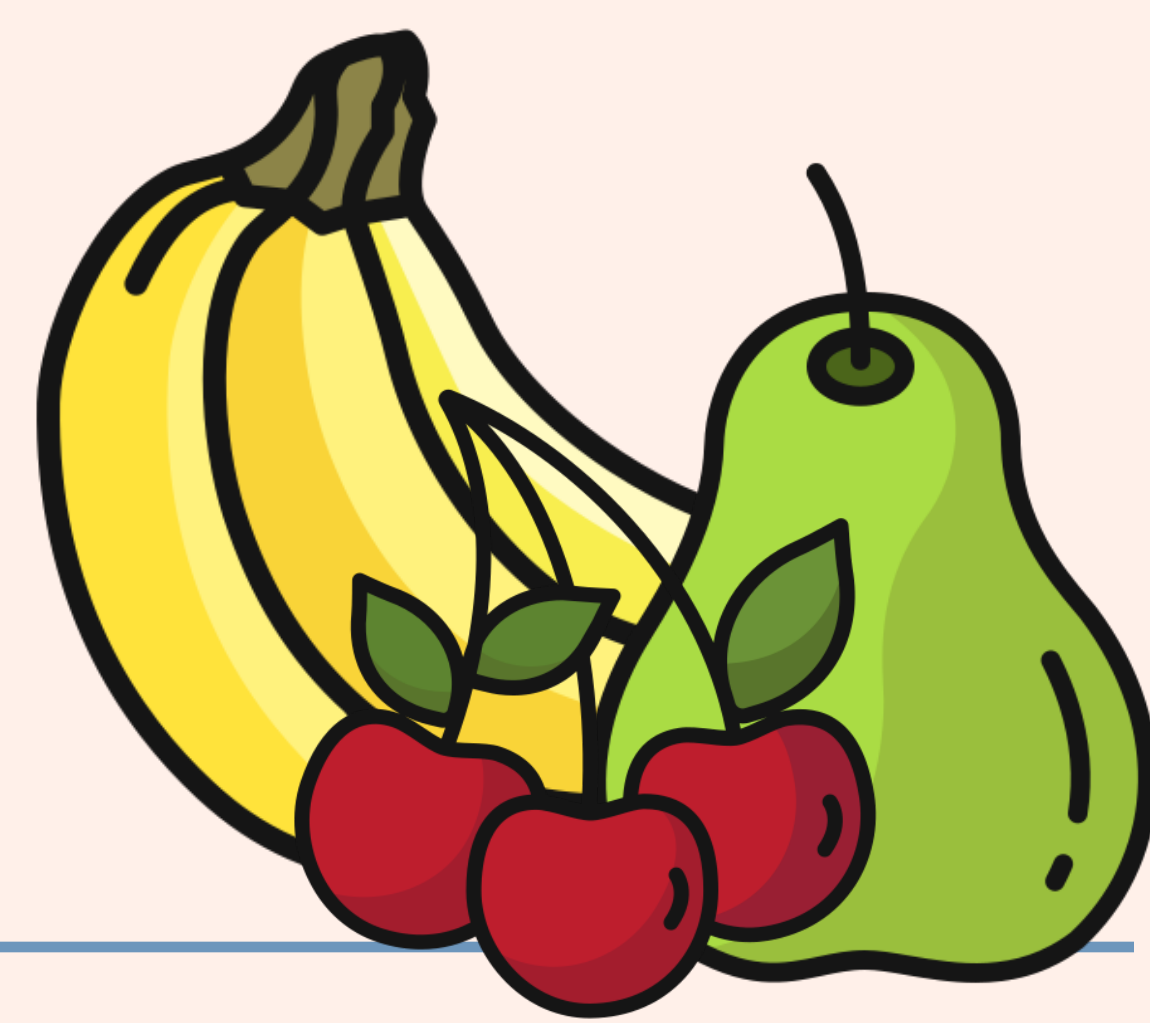
Repartiremos el montón de tarjetas, de forma igualitaria por cada niño/a. A excepción de una carta que permanecerá en el medio.

2

Habrá que estar súper atento y con vista de halcón para localizar antes que el compañero/a la fruta igual a la tuya.



Dobble frutas



3

En el momento en que encuentres una igual, dices su nombre y la colocas encima de la carta que estaba en el medio, y así con el resto de cartas.

4

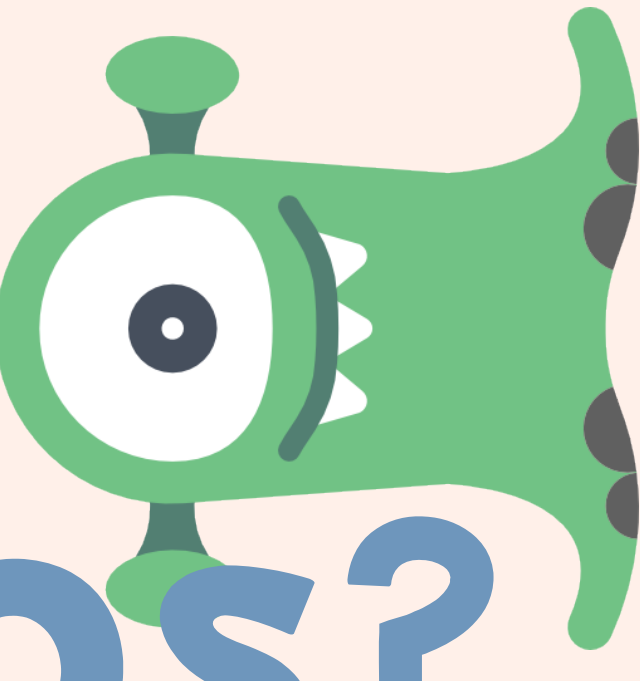
Excepción: cuando aparece el frutero el peque que lo nombre tendrá que hacer una frase.

5

Ganará la partida el primero que se quede sin cartas.



¿Dónde están los monstruos?



Desde 3 años



10 minutos

Funciones
ejecutivas



Atención, velocidad de procesamiento y toma de decisiones.

- Material para imprimir (descargar pinchando en la nube).
- Plastificadora para la versión impresa.
- En la versión online descargar el Power Point (también en la nube).



¡Pero bueno! Éstos monstruitos no paran de desaparecer. ¿Podrás ayudarme a encontrarlos?

1

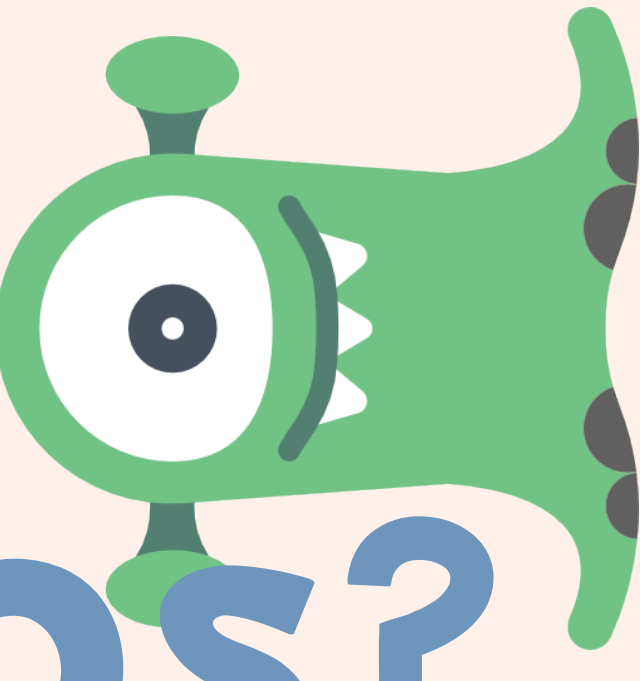
Una vez tenemos las cartillas, vamos descubriendo a los monstruitos.

2

Primero vamos con las cuadrículas de 6. Les dejamos un poco de tiempo (o dejamos el apoyo) para ver todos los monstruos. Cogemos la cartilla grande rosita e imitamos al modelo.

3

Taparemos con la ficha de la interrogación un monstruito y el niño/a tendrá que adivinar el que ha desaparecido.



¿Dónde están los monstruos?

4 Cuando estén dominadas todas las cartillas del 6 pasaremos a la del 12.

5 Recomendación: hacer cuatro por sesión o juego.



¡Vamos a contar una historia!



De 2 a 3 años



8 - 10 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo, organización, planificación, inhibición de respuesta y persistencia dirigida a la meta.

- Secuencias de imágenes.

En mi caso, el material fue realizado por mí misma, por lo que, en primer lugar pensé en las historias que quería contar para después buscar las imágenes necesarias. Una vez buscadas, las imprimí y las plastifiqué.



La actividad va a constar de varias secuencias de imágenes, las cuales tendrán relación entre ellas. La tarea consistirá en ordenar dichas secuencias para que tengan sentido y, posteriormente, el alumno cuente una historia siguiendo las secuencias.

1

Explicarle al niño/a qué es lo que vamos a hacer con frases sencillas y cortas para que entiendan la actividad.

2

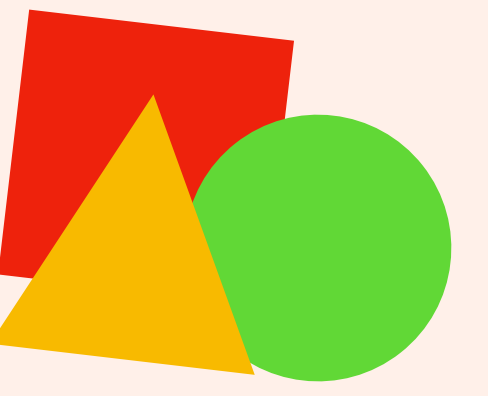
Una vez explicada, comenzaremos a sacar las viñetas. Se puede realizar de dos formas; sacando todas las viñetas de todas las historias a la vez y que el niño, además de ordenar las secuencias de imágenes para contar la historia, tenga que seleccionar las imágenes que van con cada historia, o bien sacar poco a poco las secuencias de imágenes de cada historia.



¡Vamos a contar una historia!

- 3** Tras tener las secuencias de imágenes ordenadas, el niño contará una historia con las imágenes que está viendo.





Colores, números y formas

De 2 a 3 años



6 - 8 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición de respuesta y planificación.

- Cartón
- Goma eva
- Rotulador permanente
- Folios
- Rotuladores de colores
- Celo (para plastificar las piezas)
- Tijeras (para recortar)



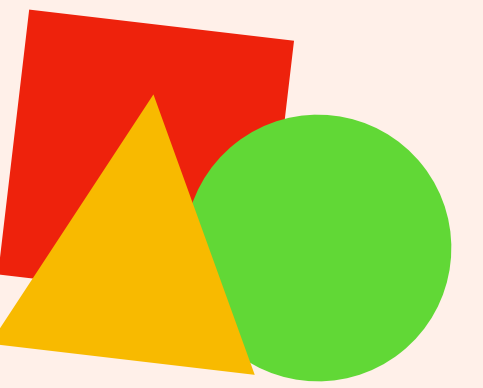
En este tipo de actividad la atención juega un papel muy importante ya que el niño tendrá que fijarse en la tarjeta escogida, en la cual habrá tres componentes a observar, un número, un color y una figura geométrica. El niño deberá observar la ficha y buscar entre todas las piezas la correspondiente a dicha ficha, debiendo escoger la forma geométrica adecuada, la cantidad y el color correspondiente.

1

Explicar qué es lo que vamos a hacer a través de frases sencillas y cortas para que lo entiendan. Haciendo hincapié en la importancia de fijarse bien en todos los elementos de la ficha.

2

Una vez explicada la actividad, colocaremos las fichas de manera que el niño no vea lo que hay en ellas hasta que elija una de esas fichas. El niño irá escogiendo una a una las fichas.



Colores, números y formas

3

Tras tener la ficha escogida, se colocará en la mesa y se irán diciendo los elementos que hay en ella (número, color y forma geométrica).

4

Después el niño deberá buscar la forma geométrica adecuada, y la cantidad y el color correspondiente a la ficha.

5

Una vez escogidas las piezas, se colocarán debajo de la ficha.





Tarjetas de memoria



De 5 a 12 años



Depende de las repeticiones.

Funciones
ejecutivas



Memoria y atención.

- Imprimir 4-5 copias de las tarjetas y según la edad, jugar con los dibujos o con las palabras. (Descargar pinchando en la nube).
- Preferiblemente, plastificar estas tarjetas para mejorar su durabilidad.



Debemos imitar, en orden, cada una de las tarjetas que hayan salido anteriormente y por último la nuestra. Cada ronda que consigamos, la dificultad aumenta y debemos hacer un ejercicio de memoria cada vez más exhaustivo hasta que perdamos el orden o no recordemos alguna de las imitaciones.

1

Preparar el material: imprimir, al menos, 3 copias de cada tarjeta, recortarlas de manera individual y plastificarlas.

2

Según el rango de edad, elegir jugar con los dibujos, las palabras o ambas opciones.

3

Empezar por orden. Cogemos una tarjeta e imitamos aquello que nos haya salido. Cuando lo hayamos hecho, nos quedamos la tarjeta boca abajo.



Tarjetas de memoria

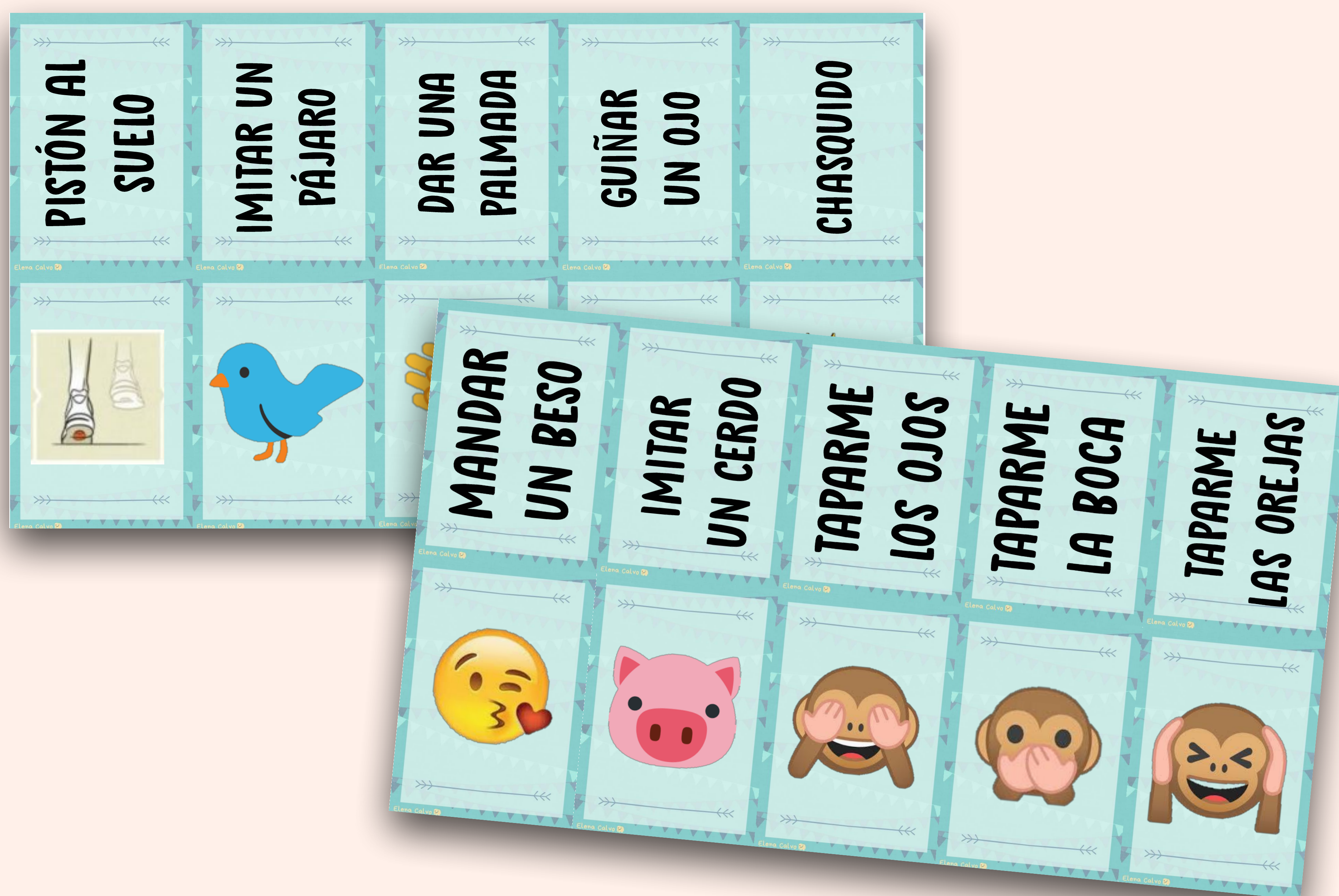


4

Es el turno del siguiente jugador, que deberá imitar, en orden, todas las tarjetas que se hayan hecho y terminar con la suya.

5

Se continuará la ronda hasta que uno falle y será cuando acabe el juego.





¡A bailar!



De 3 a 5 años



15 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Memoria de trabajo y planificación.

- Tablero y fichas (descargar pinchando en la nube).
- Bluetack o velcros.
- Dos dados.



Se trata de utilizar un tablero de 6x6 para que, mediante la tirada de dos dados, consigamos 4 pasos que, juntos formen una pequeña coreografía. El recurso incluye el tablero y las fichas para colocar con los pasos obtenidos en los cuadraditos.

Los pasos pueden ser interpretados por los niños de diferentes maneras, además, tienen un dibujo que sirve para "estilo libre" con el que podrán inventarse su propio paso.

Al dividir la coreografía en 4 pasos, será más fácil memorizarlo y planificar el resultado final.

1

Antes de jugar, tendremos que imprimir el tablero y las fichas de juego

2

Tiraremos el primer dado y buscaremos el número arriba.



¡A bailar!



3

Tiraremos el segundo dado y buscaremos el número en los de abajo. Uniremos los dos números y buscaremos la ficha correspondiente del paso de baile.

4

Colocaremos la ficha en el paso 1 y repetiremos esto hasta completar los 4 pasos.

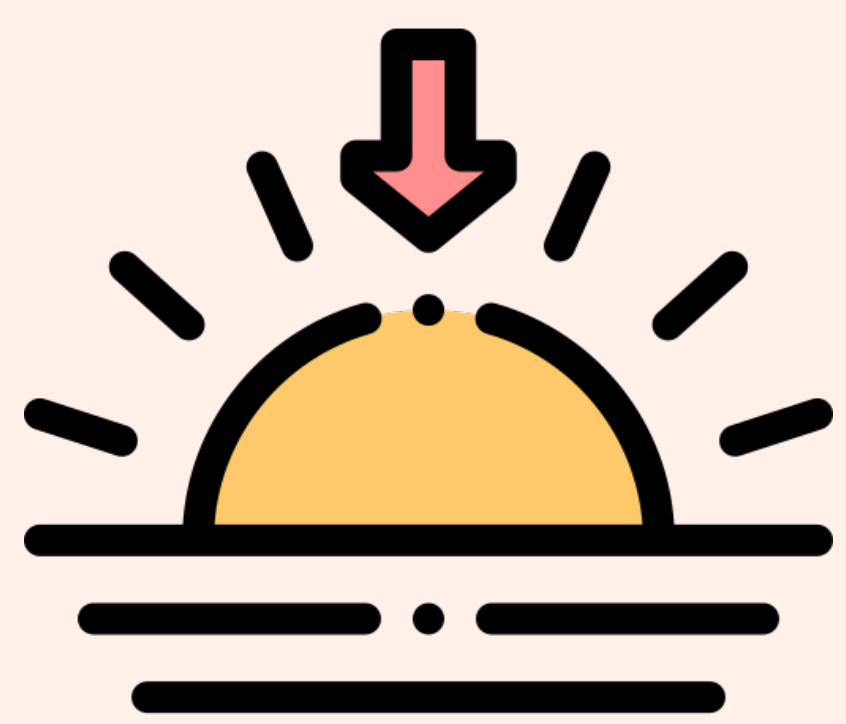
5

Los niños reproducirán la coreografía con los pasos que les inspiren las imágenes.

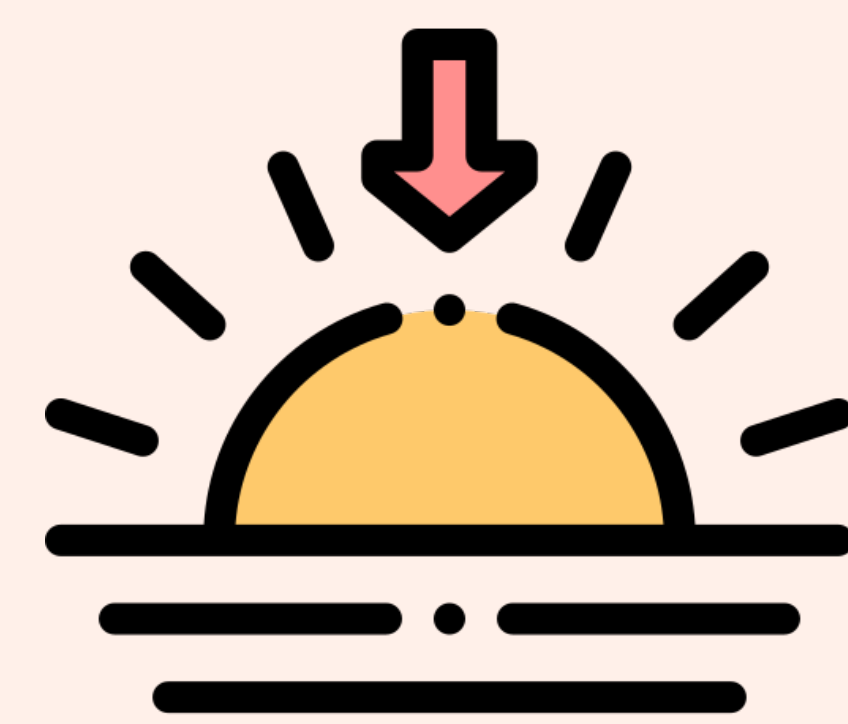
6

Si obtienen la ficha "estilo libre" podrán inventar su propio paso.





Planeando mi tarde



Desde 6 años



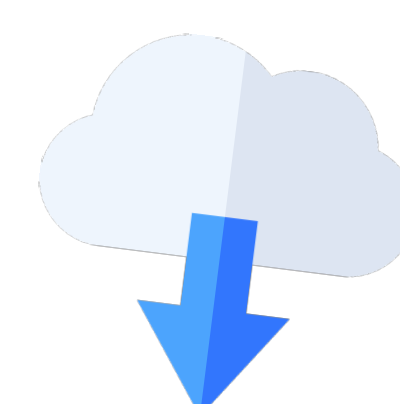
20 minutos aprox.

Funciones
ejecutivas



Planificación y organización.

- Lápiz.
- Goma.
- Hoja.
- Descargar actividad pinchando en la nube.



Esta actividad le va a permitir saber distribuir su tiempo de manera eficaz. Por un lado, dedicando parte de ese tiempo para su formación y aprendizaje y por otro, para sus tareas diarias y tiempo de ocio. La planificación es la base para poder sacar el máximo provecho a su rendimiento escolar y social.

1

Leer la actividad detenidamente.

2

Pensar cómo planificarías tu tarde según las situaciones.

3

Escribir en sucio ideas (lluvia de ideas).

4

Escribir la idea organizada y clara.

Sigue las instrucciones

De 6 a 12 años



6 - 10 minutos

Funciones
ejecutivas



Metacognición, atención y orientación espacial.

- Lápiz y goma.
- Colores.
- Gometes de colores.
- Tijeras.
- Pegamento.
- Descargar actividad pinchando en la nube.



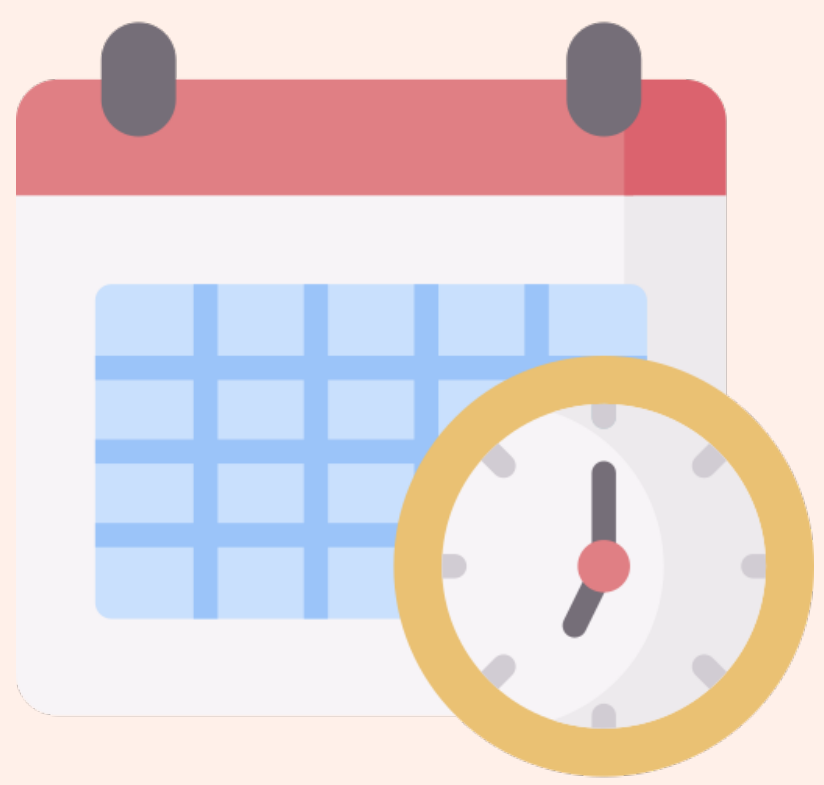
Esta actividad consiste en la lectura de instrucciones escritas y su correcta comprensión. Es una actividad completa, ya que se trabaja desde la comprensión lectora de frases sencillas hasta la atención y la orientación espacial, incluyendo aspectos de contenido curricular, un buen recurso para el alumnado con TDAH en el que se trabajan múltiples funciones. Además, cuenta con diferentes niveles de dificultad, atendiendo así a las características individuales del alumnado y su ritmo de aprendizaje.

1

Lee y comprende las instrucciones escritas.

2

Realiza lo que indica en cada paso de la actividad, a veces tendrás que recortar y pegar, otras colocar gometes y en otras ocasiones dibujar.



Tarea semanal



De 7 a 15 años



15 - 20 minutos

Funciones
ejecutivas



Planificación y toma de decisiones.

- Descargar el archivo adjunto (pincha en la nube).
- Si se imprime el archivo: papel y bolígrafos.
- Si no se imprime: tablet o dispositivo electrónico.



Organiza y planifica tu tarea semanal de cada asignatura con este horario. Puedes utilizarlo en tu tablet o imprimirlo y colgarlo en tu corcho.

Con esta tabla podrás hacer un seguimiento de tus propias tareas y saber las que ya has realizado, revisado y entregado.

1

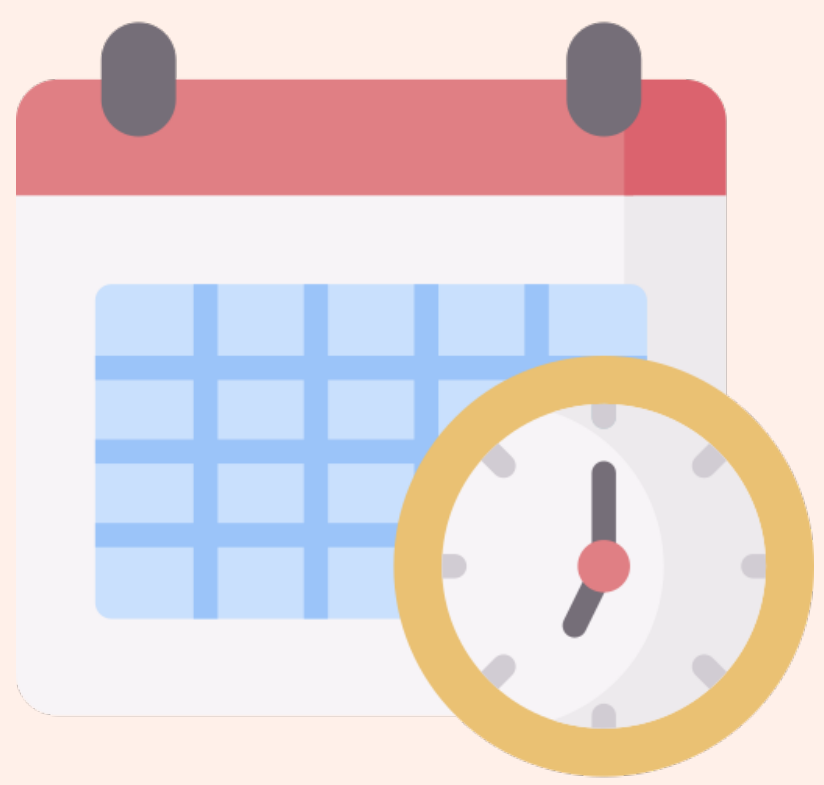
Descargar el archivo adjunto y decide si lo imprimirás o si lo editarás en un dispositivo electrónico.

2

Escribe tu horario de la semana. Puede ser tu horario del colegio, o simplemente tu horario para organizarte en casa.

3

Cada día, revisa las tareas que tus profesores te han asignado y escríbelas en la tabla de “lista de tareas”.



Tarea semanal



- Después de hacer cada tarea, marca el lapicero (puedes tacharlo o rodearlo).
- Revisa tu tarea para asegurarte de que la has hecho correctamente y de que la presentación es ordenada. Una vez que lo hayas revisado, marca la lupe (rodea o tacha).
- Finalmente, cuando hayas entregado la tarea a tu profe podrás marcar el avioncito de papel.

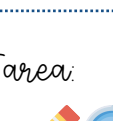
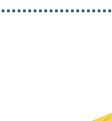
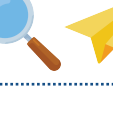
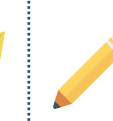
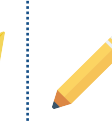
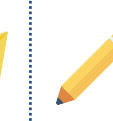
¡Así podrás hacer un seguimiento de tus tareas muy fácilmente, ya no se te olvidará hacer, revisar o entregar nada!

**Mi horario para la semana del** **al** **de**

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
9:00 - 10:00							
10:00 - 11:00							
11:00 - 12:00							
12:00 - 13:00							
15:00 - 16:00							
16:00 - 17:00							
17:00 - 18:00							

Lista de tareas semana del **al** **de**



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Lengua	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   		
Matemáticas	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   		
Inglés	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   		
Natural	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   		
Sociales	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   		
Otras asignaturas	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   	Tarea   		

Algunas tareas que no debo olvidar esta semana:



Imagina, imagina



De 10 a 16 años



30 minutos

Funciones
ejecutivas



Inhibición y flexibilidad cognitiva.

- Imprimir el archivo adjunto (pincha en la nube).
- Bolígrafo.
- Papel.



¿Serás capaz de imaginar nuevos usos para todos estos objetos?

1

Descarga e imprime el archivo de esta actividad.

2

Junto a cada una de las imágenes debes escribir un “nuevo uso” para el objeto que encuentras. ¡Seguro que puedes ser muy creativo y pensar ideas muy chulas! Por ejemplo, un paraguas se utiliza para protegernos de la lluvia... pero ¡también podría ser un palo de hockey!

3

Cuidado... también hay trampas en esta actividad. En las imágenes que tengan un punto azul debajo tienes que escribir el uso habitual del objeto que aparece.

iEsperamos
que te haya gustado!

Si tienes cualquier duda o sugerencia sobre las actividades, puedes ponerte en contacto con nosotros a través de instagram.

¡Nos encantará que nos menciones si utilizas nuestras actividades y las publicas en tus redes sociales!

Autores de iconos

Todos los iconos descargados de flaticon.com:

Darius Dan
Freepik
Vectors Market
Vitaly Gorbachev
Flat Icons
ultimatearm
Smashicons
Dimitry Miroljubov
photo3idea_studio
mynamepong
Thoselcons
DinosoftLabs
smalllikeart
monkik
Icongeek26
Good Ware

Autores de imágenes

Imagen de portada descargada de pixabay.com

Rawpixel.com