

Sesión 10: LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA 1978

El pasado 6 de diciembre se celebró la conmemoración del 42º aniversario de la Constitución. Esta semana ambientaremos nuestra sesión de memoria con esta temática. Esperamos que os guste y que podáis aprender un poco más del tema.

ACTIVIDAD 1: UN POCO DE HISTORIA

A lo largo del siguiente texto os recordaremos varios aspectos básicos de la Constitución. Debéis leerlo y a continuación realizar un conteo de las vocales (a, e, i, o, u) que contiene, con ello trabajareis vuestra atención y concentración. Adelante con ello:

España es una nación muy antigua, históricamente formada por muchos pueblos y que en 1978 decidió regularse por medio de normas civilizadas y democráticas. La Constitución Española de 1978 es la ley esencial por la cual nos regimos en España y gracias a la cual vivimos en pacífica democracia. España es un Estado democrático porque, ante todo busca la libertad, la justicia y la igualdad para todos los que lo formamos y cualquiera tiene derecho a exponer y defender sus ideas en público sin ser perseguido. La bandera de España la inventó el Rey Carlos III para distinguir nuestros barcos de los demás. Sus colores son el rojo y el amarillo. La Capital de España es Madrid desde que el Rey Felipe II trasladó allí la Corte por ser el centro geográfico de la Nación Española. Un estado moderno ha de tener sus funciones bien divididas para que no haya líos y esa división de poder se hace de las siguientes maneras: Ejecutivo, Legislativo y Judicial.

A	E	I	O	U

ACTIVIDAD 2: ¿CUÁNTO SABES DE...?

Si habéis leído con atención el texto anterior, debéis saber contestar las siguientes preguntas. Intenta no leerlo de nuevo y estarás trabajando tu memoria a largo plazo, empieza a funcionar pasados unos 20 minutos. ¡A por ello!

1. ¿Dónde está la capital de España?
2. ¿Cómo se llama el rey de España?
3. ¿En qué año se aprobó la Constitución Española?
4. ¿Cuáles son los colores de la bandera de España?
5. ¿Quién es el sucesor de Rey?
6. ¿Cómo se llama la mujer del Rey?
7. ¿Quién es el Presidente del Gobierno?

ACTIVIDAD 3: UNA FECHA PARA RECORDAR

Durante estos días se ha repetido en los diversos medios de comunicación la fecha en que la ciudadanía española participó en el referéndum donde fue ratificada la Constitución española de 1978. Buscad en el calendario en qué día de la semana ha caído el 6 de diciembre este año. ¿Y el 27 de diciembre, en qué cae? A continuación debéis buscar en esta sopa de números y letras dicho año tan importante para la ciudadanía española. ¿Cuántas veces lo habéis encontrado?

V	T	F	R	F	S	Y	K	E	N	H	F	D	M	S
R	E	I	N	8	T	J	P	B	B	1	9	7	8	K
Y	R	G	C	7	A	P	B	Z	S	J	T	O	J	R
I	A	X	A	9	R	T	L	R	X	C	X	D	L	C
H	X	B	R	1	Z	T	X	Q	B	W	R	E	1	J
X	E	Q	J	N	G	L	O	G	O	G	I	U	9	V
Z	O	V	L	J	D	Z	V	X	I	X	K	H	7	K
U	N	H	M	A	N	C	C	R	B	I	W	E	8	8
R	O	W	E	B	D	1	9	7	8	7	9	1	N	7
X	B	M	L	V	F	X	1	9	7	8	L	V	V	9
E	F	I	T	A	X	D	9	U	Z	R	X	8	L	1
P	M	B	H	V	N	T	7	I	V	K	W	7	C	E
G	N	A	O	E	M	U	8	S	G	F	Q	9	C	Y
T	Q	S	B	S	G	A	H	K	H	U	O	1	Z	H
C	D	H	Z	P	H	Y	A	O	O	1	9	7	8	V

ACTIVIDAD 3: JUEGO DE BANDERAS

Como ya sabéis en 1978 se creó la Constitución Española, ésta es un documento como tenemos que comportarnos como ciudadanía tanto en España como con el resto de las naciones. Esta vez os hemos preparado el siguiente juego:

Observa durante tres minutos las banderas de las 17 comunidades autónomas de España. Tápalas e intenta dibujar seis de ellas poniendo su nombre abajo.



Os lo ponemos un poquito más difícil... del recuadro que os facilitamos más abajo sólo una de las banderas pertenece a una comunidad autónoma española, puedes decir cuál es?



ACTIVIDAD 4: LOS TRES VALORES BÁSICOS DE LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA DE 1978

La Constitución nació para unir a todas las personas española, no para dividirnos. En ellas aparecen los derechos y deberes que debemos cumplir o hacer cumplir. Todos ellos persiguen tres objetivos fundamentales: Igualdad, libertad y justicia. Con esta actividad pretendemos que trabajéis el cálculo mental, hemos asignado a cada letra un número, debéis sumar los valores de cada letra y anotar el resultado final en el total. ¡Ánimo!

I	G	U	A	L	D	A	D
3	7	5	1	6	8	1	8

TOTAL:

L	I	B	E	R	T	A	D
2	1	6	4	3	5	7	8

TOTAL:

J	U	S	T	I	C	I	A
1	5	9	7	4	3	4	2

TOTAL:

ACTIVIDAD 4: EL CASTELLANO.

El castellano es la lengua de nuestro país, y debemos conocerla. Al realizar esta actividad trabajaréis el lenguaje, tenéis que demostrarnos vuestro dominio de la lengua. Para ello hemos seleccionado un trabalenguas famoso, debéis aprendéroslo e intentar repetirlo, sin mirar lo más deprisa posible.

*Cuando cuentas cuentos,
cuenta cuántos cuentos cuentas;
porque si no cuentas cuántos
cuentos cuentas,
nunca sabrás cuántos
cuentos sabes contar.*

Esperamos que os haya gustado la sesión de esta semana y hayáis aprendido nuevas cosas con ella. Nos despedimos hasta la próxima con una nota humor...



iiiiFELIZ SEMANA!!!!

WEBGRAFÍA:

<https://www.google.com/search?q=banderas%20comunidades%20autonomas&tbm=isch&hl=es&sa=X&ved=0CCYQrNwCKABqFwoTCLjVn-uguu0CFQAAAAAdAAAAABAE&biw=1903&bih=937#imgrc=iw3z-qBgD8zWWM&imgdii=SjMY0-K4Tbz85M>

<https://www.orientacionandujar.es/2013/11/25/la-constitucion-para-ninos-de-infantil-y-primer-ciclo-primaria-presentacion-y-actividades/>

https://www.google.com/search?q=actividades+constituci%C3%B3n+espa%C3%B1ola+para+nin%C3%B1os&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=CzwdA0_ANeZtcM%252C6wEsCDYV8BgABM%252C_&vet=1&usg=AI4_-kTu-hxP7tGE_aF95ZNkYCu-7PT8Ow&sa=X&ved=2ahUKEwixmpCFnLrtAhVQyoUKHdy9DbYQ9QF6BAgFEAE&biw=1920&bih=937#imgrc=CzwdA0_ANeZtcM

<https://www.pinterest.es/evamacho/lenguaje-adivanzas-acertijos-trabalenguas/>

https://www.google.com/search?q=FRASES+CONSTITUCION+ESPA%C3%91OLA&sxsrf=ALeKk03KPH--mplx6lGModIEtebj2Nko-A:1607291345309&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjkzL_tqrrtAhUNohQKHe9ECAgQ_AUoAXoECBIQAw&biw=1920&bih=937#imgrc=niuinnNWjjhg2M

SESIÓN 9: PROGRAMAS DE TELEVISIÓN

Una recomendación coherente con las que desde hace años vienen haciendo los expertos en funcionamiento del cerebro, según los cuales envejecer bien y mantener las capacidades cognitivas hasta edades muy avanzadas depende en un 75% de los hábitos, estilo de vida y las relaciones sociales que lleve cada persona, y sólo en un 25% de su genética.

Gary Small deja claro al referirse a su programa de prevención que “un estilo de vida que fomente la salud del cerebro no sólo refuerza las neuronas y pospone la decadencia mental, también mejora la capacidad de la memoria y la eficacia cerebral”.

La sesión de memoria de esta semana estará ambientada en la realización de ejercicios de estimulación cognitiva que aparecen en distintos programas televisivos. El abuso ante la pantalla de televisión puede ser perjudicial para la memoria por considerarse un ocio pasivo, que puede dar pie al sedentarismo. Sin embargo disfrutar de ella de manera equilibrada (combinada con paseos, lecturas, realización de pasatiempos) puede proporcionar ventajas para nuestro cerebro.

ACTIVIDAD 1: UN, DOS, TRES....

Seguramente os acordéis de este programa televisivo: Un, dos, tres... responde otra vez fue un concurso de TVE creado por Chicho Ibáñez Serrador, se emitió en televisión española durante la década de los 70. ¿Recordáis el nombre de la mujer que lo presentaba?

A continuación tenéis un minuto para contestar a las siguientes preguntas:

- Seguramente conocéis bien la geografía española. El reto que os proponemos hoy es, decirnos el nombre de veinte pueblos, provincias, ciudades españolas que empiecen por la letra A. Un , dos , tres responde esta vez:

ALBACETE, ALCORCÓN, ALMERIA, ALAMEDA DE LA SAGRA, ALMERÍA, ANDALUCÍA, ARÉVALO,ÁLAVA, ALCAZAR DE SAN JUAN, AJOFRIZ, ALCAUDETA, ARNOIA,AGUADULCE, ADRA, ALCASLA DE HENARÉS, ALBUFEIRA DE VALENCIA,ALICANTE, ALLORA, ANTEQUERA, ÁVILA , AVILÉS, ARENYS DE MAR,ALPUJARRAS, ALTAMIRA, ANTILLAS, ALHAMA, ALTEA, ARANJUEZ

- Cambiaremos de tema, en la geografía española es muy típica la organización de fiestas y verbenas, durante el siguiente minuto debéis mencionar el máximo número de atracciones que se pueden ver en una de estas fiestas. Un, dos, tres. Responda otra vez....

PUESTO DE PESACAR PATOS, TIRO CON ESCOPETA, NORIA, CABALLITOS, TIOVIVO, MONTAÑA RUSA, NORIA, PUESTO ALGODÓN DE AZÚCAR, COLCHONESTAS ELÁSATICAS, EL TORO, LA LANZADERA, EL BARCO, COHES DE CHOQUE...

- Por último, vamos a intentar recordar durante un minuto el nombre de distintas tareas domésticas que se realizan en las tareas de limpieza del hogar.

LIMPIAR CRISATALES, FREGAR PALTOS, FREGAR SUELO , COCINAR, GUIJAR, HACER CAMAS, PONER LACVADORAS, LIMPIAR POLVO, TENDER ROPA, HACER COLADA, PLANCHAR, ORDENAR ESTANTERIAS, LIMPIAR COCINA, ORDENAR CAJONES, COMPRAR, HACER LISTA DE COMPRA...

ACTIVIDAD 2: FUROR

Hacemos un recordatorio de las características de este programa de televisión. En el concurso se enfrentaban un equipo de famosos varones contra uno de famosas. Uno y otro equipo deben competir mediante pruebas musicales, de habilidad y respondiendo a preguntas de cultura general. El equipo que perdía la prueba que tocaba en ese momento debía cantar un popurrí del modo más delirante posible (subiéndose a la mesa, sacando a bailar a alguien del público o a un oponente, etc.)

A continuación haremos un simulacro de una de sus pruebas, podéis jugar solos o acompañados. Os facilitaremos una palabra y debéis tararear y escribir aquellas canciones que se os vengan a la cabeza que contengan la palabra que os proponemos, en el menor tiempo posible. Tenéis un minuto.

1. AMOR:

AMOR.(intocable)
Palabra amor (luz casal)
Shakira (amor)

2. AZUL:

LA casa azul
La gorra azul
Azul celeste una lágrima

3. DÍA:

Hoy puede ser un gran día (Serrat)
Un día de estos (Marwan)
Día de los enamorados.

4. MUJER:

Ella (Bebe)
Ska de la Tierra
María (Ricky Martin)
Lola de Café Quijano
Salome (chayanne)
Neck(Laura no está)
MClan (carolina)
Hombres G (Marta tiene un marcapasos)
El Ultmo de la fila – SARA
Miguel Bosé (Linda)

ACTIVIDAD 3: EL PRECIO JUSTO

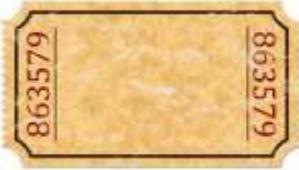
El precio justo fue un programa concurso de televisión emitido en España durante la década de los 90 y en él se repartieron los mayores premios jamás otorgados en España en un concurso de televisión.

Se acercan las navidades, seguro que estáis pensando hacer regalos a las personas que más queréis, con esta actividad podréis haceros una idea de cuáles pueden ser vuestros gastos. A

continuación os facilitaremos las imágenes de diferentes objetos, debéis intentar acercaos a su precio exacto. ¡Mucho ánimo!



56,99 euros



7,00 EUROS.



0,37 EUROS



83.97 EUROS

¿Os ha resultado fácil? ¿Os acordarías del nombre del presentador más famoso del programa?

ACTIVIDAD 4: ¡AHORA CAIGO!

¡Ahora caigo! Es un programa de televisión emitido por Antena 3. ¿Recordáis quien lo presenta?

Este programa tiene varias pruebas, nosotros hemos adaptado una de ellas. Os facilitamos la definición de una palabra y alguna de las letras que contiene la palabra buscada, debéis adivinar de cual se trata.

1. Es una especie de mamífero artiodáctilo de la familia Giraffidae propio de África. Es la más alta de todas las especies de animales terrestres existentes.

J	I	R	A	F	A
---	---	---	---	---	---

2. Recipiente flexible de cuero en forma de pera y con un conducto de salida con tapón que sirve para llevar vino; puede verter el líquido en forma de chorro muy fino directamente en la boca.

B	O	T	A
---	---	---	---

3. Es la corteza del alcornoque (*Quercus suber*), un tejido vegetal que en botánica se denomina felema y que recubre el tronco del árbol.

C	O	R	C	H	O
---	---	---	---	---	---

4. Sustancia compuesta por una suspensión de microorganismos atenuados o muertos que se introduce en el organismo para prevenir y tratar determinadas enfermedades infecciosas; estimula la formación de anticuerpos con lo que se consigue una inmunización contra estas enfermedades.
- 5.

V	A	C	U	N	A
---	---	---	---	---	---

Damos por finalizada la sesión de hoy. Esperamos que os hayáis divertido y aprendido con ella.

¡Hasta la semana que viene!



Webgrafía:

<https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20190301/46753105804/cuidar-cerebro-tiempo-television-series-memoria.html>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Furor>

