

01

Ejercicios de atención

ecognitiva

ejercicios de estimulación cognitiva

www.ecognitiva.com

material
gratuito



Este cuaderno pretende ser una ayuda para aquellas personas que necesiten realizar ejercicios de estimulación cognitiva.

Si necesita un programa personalizado de ejercicios, por favor, consulte con su médico.

La duración de las sesiones de ejercicios no deben superar los 30 minutos para no perder la atención.

Si puede, realice los ejercicios todos los días a la misma hora.

Escoja un lugar bien iluminado y silencioso donde se sienta cómodo.

Gracias por descargar nuestro material

www.ecognitiva.com

Mi nombre:

Fecha: Hora:

Ponga un 1 debajo de  , ponga un 2 debajo de  :



Ponga un 1 debajo de  , ponga un 2 debajo de  :



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Rodee con un círculo las letras tres lugares antes de las "A":

D W R A F V I Y H N E U A L
I M N V W Y S J D A J U H A
O E M U Y W A M M Y A J P
T W H T A N S P M P U E A
S I M A E N Y T A B Y P W H

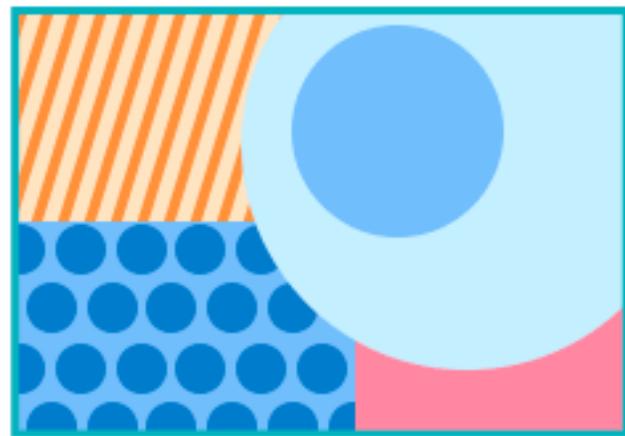
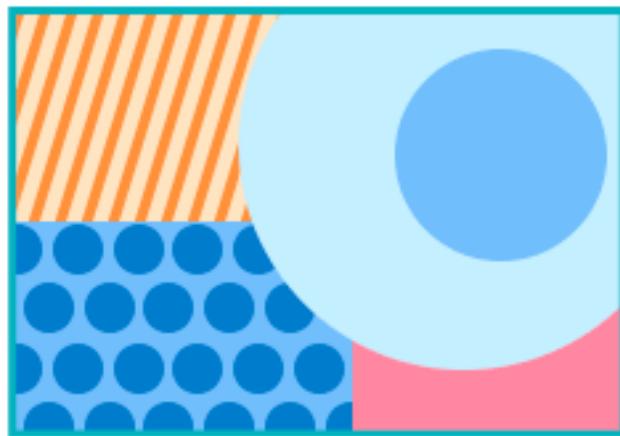
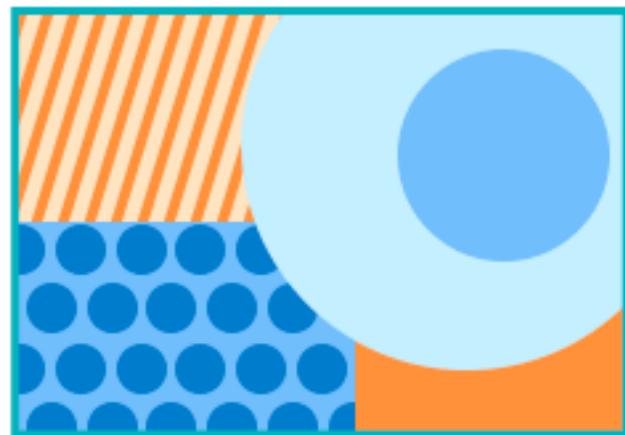
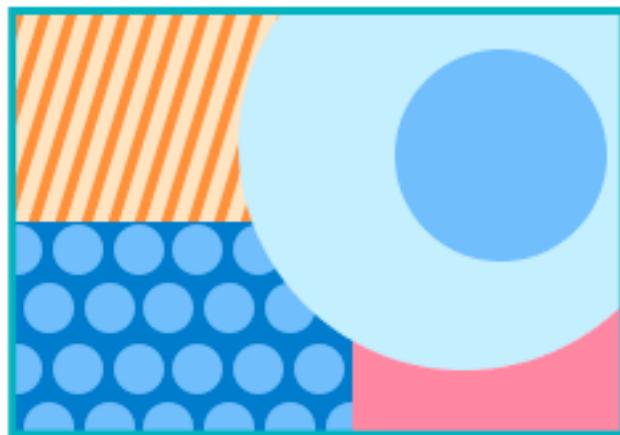
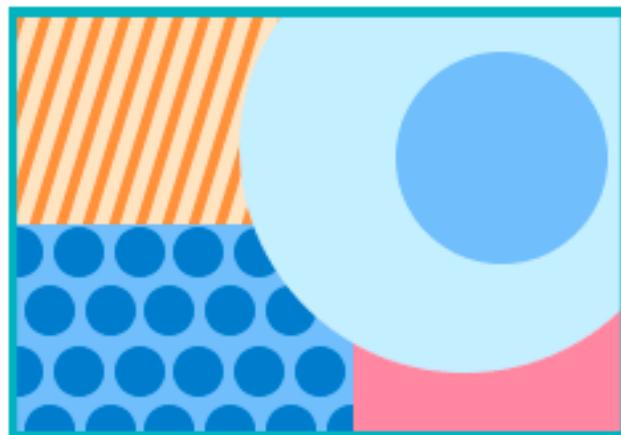
Rodee las letras dos lugares antes de las "W":

P J U H W N B E K E W I T
P O M B Y S W M U Y B W R
M N M W M N B M W I M W
P Ñ E N U T E N B Y W K P W
V C X R G W Y B V W Y J M

Mi nombre:

Fecha: Hora:

De las imágenes de abajo, ¿Cuál es igual que esta?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

e cognitiva

Observe la imagen y apunte lo que ve en ella:



— (doblar por aquí)

Responda a las siguientes preguntas, a poder ser, sin mirar la imagen original:

¿Había frutas y verduras? _____

¿Cuántas frutas y verduras diferentes había? _____

Enumere los colores que aparecen en la imagen _____

¿Cuántas manzanas hay? _____

Hay 10 zanahorias, ¿Verdadero o falso? _____

Mi nombre:

Fecha: Hora:

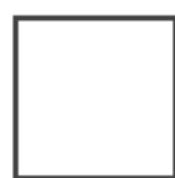
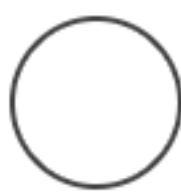
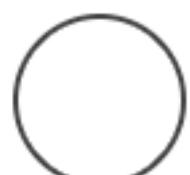
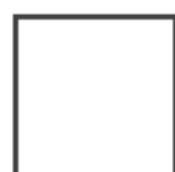
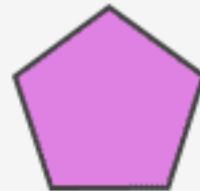
Ponga un 1 debajo de A, un 3 debajo de B, y un 2 debajo de C. Sume cada una de las filas, y después sume el resultado total.

A	B	D	A	C	A	B		
1	+	+	+	+	+	+	=	
B	C	C	A	D	A	B		
+	+	+	+	+	+	+	+	
A	D	B	A	A	C	A		
+	+	+	+	+	+	+	+	
C	C	B	A	D	B	B		
+	+	+	+	+	+	+	+	
<p>A = 1 B = 3 C = 2</p>								

Mi nombre:

Fecha: Hora:

Coloree las formas tal como se muestra en el recuadro:



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Tache el número que es igual a...

23214

25145 - 23254 - 22174 - 32214 - 22135

32521 - 32221 - 41232 - 23245 - 32212

21214 - 12412 - 23214 - 12322 - 34122

21321 - 32141 - 12321 - 12241 - 32134

647998

984745 - 968745 - 874994 - 479984

474899 - 974598 - 874899 - 987485

965849 - 647998 - 789789 - 974899

987489 - 947899 - 784894 - 947895

657456

654547 - 456745 - 456657 - 457456

655657 - 676754 - 654557 - 654756

655677 - 745476 - 574665 - 657456

755476 - 667664 - 656547 - 745664

Mi nombre:

Fecha: Hora:

¿Cuál es el trozo que le falta a la imagen?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Ponga un 1 debajo de  , ponga un 2 debajo de  :



Ponga un 1 debajo de  , ponga un 2 debajo de  :



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Rodee con un círculo las letras "V":

M N V N M W N V N W M N
V W M N W V N W N W V N
M W N W V W N N W M W
M W N V V W M W N W V
V W M W N W W M W N M

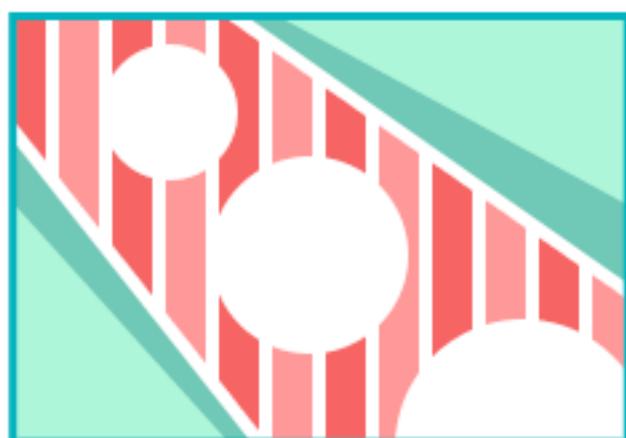
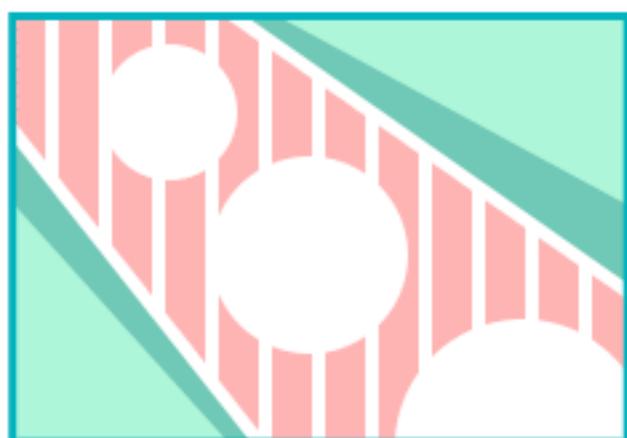
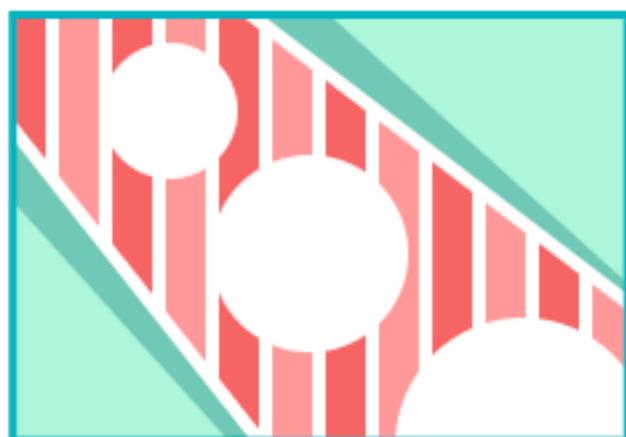
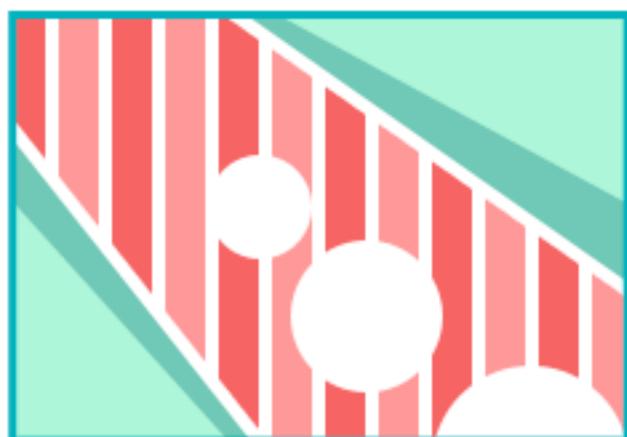
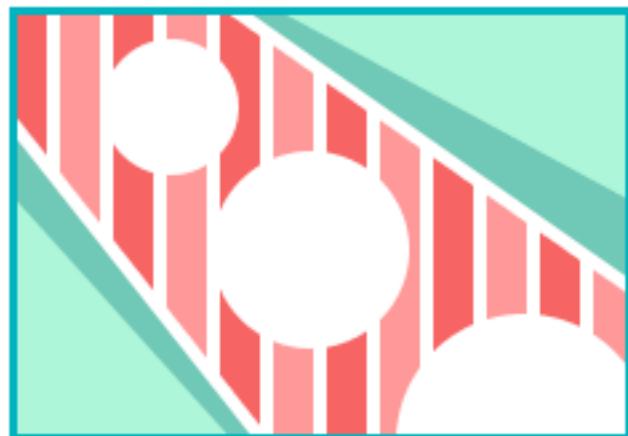
Rodee con un círculo las letras "Q":

C O G C O G C O C G O G O
C O C U C C O U O Q O Q G
C O Q C O Q C O U C Q U O
C O Q U C U C O Q U C Q O
C O Q O C O U Q O C C Q

Mi nombre:

Fecha: Hora:

De las imágenes de abajo, ¿Cuál es igual que esta?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

ecognitiva

Observe la imagen y apunte lo que ve en ella:



(doblar por aquí)

Responda a las siguientes preguntas, a poder ser, sin mirar la imagen original:

¿Cuántos barcos hay al fondo? _____

La barca del primer plano ¿Está a la derecha o a la izquierda del
embarcadero? _____

Describa los colores que se ven en el cielo _____

¿Cuántos pájaros hay en el cielo? _____

¿Cuántos tablones de ancho tiene el embarcadero? _____

Mi nombre:

Fecha: Hora:

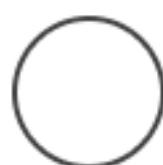
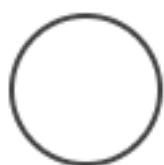
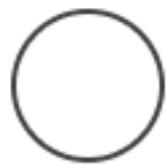
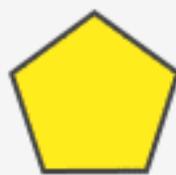
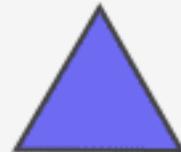
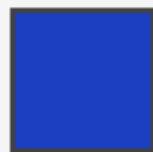
Ponga un 1 debajo de S, un 3 debajo de E, y un 4 debajo de N.
Sume cada una de las filas, y después sume el resultado total.

S	G	N	R	C	E	B			
1	+ + + + + +						=		
E	S	N	R	E	D	S			
+ + + + + +							=		
E	F	B	S	E	N	N			
+ + + + + +							=		
S	N	B	S	E	B	E			
+ + + + + +							=		
S = 1			E = 3			N = 4			

Mi nombre:

Fecha: Hora:

Coloree las formas tal como se muestra en el recuadro:



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Tache el número que es igual a...

366521

568745 - 232452 - 324569 - 324563

325669 - 357489 - 351475 - 369695

963321 - 324745 - 374896 - 314241

396587 - 366521 - 324114 - 325681

874899

454745 - 968745 - 874994 - 987984

354899 - 974598 - 874899 - 698485

655849 - 684298 - 789789 - 354799

352489 - 235399 - 784894 - 336895

332323

332123 - 332213 - 332141 - 332321

332133 - 324123 - 333233 - 223232

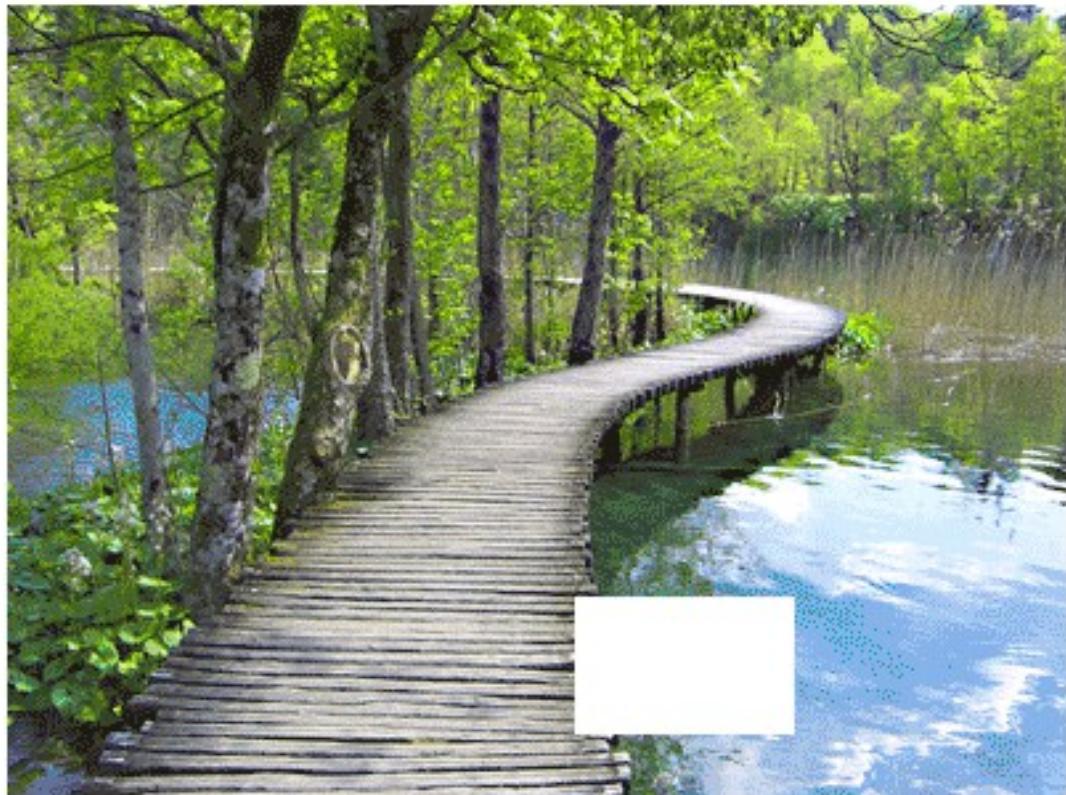
332132 - 222331 - 213323 - 223323

332323 - 322332 - 223123 - 233223

Mi nombre:

Fecha: Hora:

¿Cuál es el trozo que le falta a la imagen?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Ponga un 1 debajo de  , ponga un 2 debajo de  :



Ponga un 1 debajo de  , ponga un 2 debajo de  :



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Rodee con un círculo las letras dos lugares después de las "E":

I E O L J E U N B M E B Y V P
P L I E O L N Y A X C G E D F
L M C U R E L E U N W E N B
P Q C M F U J E B U G B O U
E O L F U R N A E N F E T W

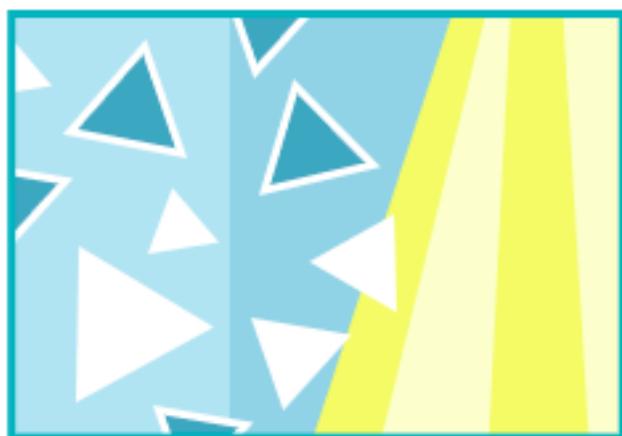
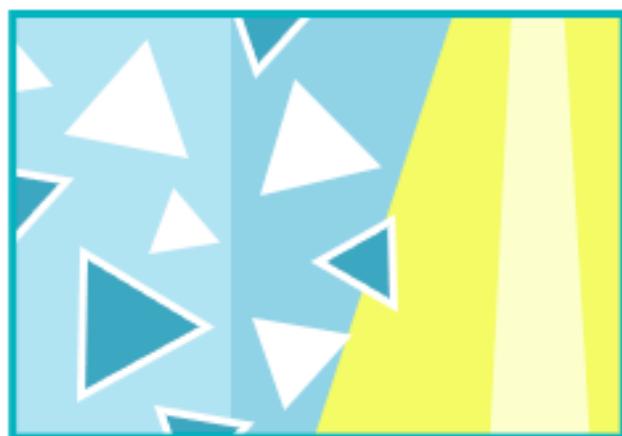
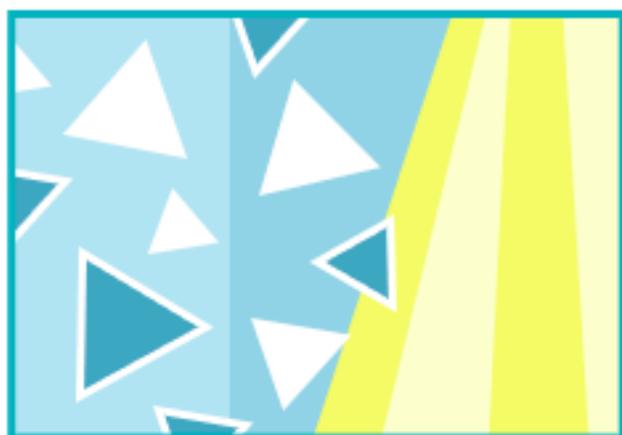
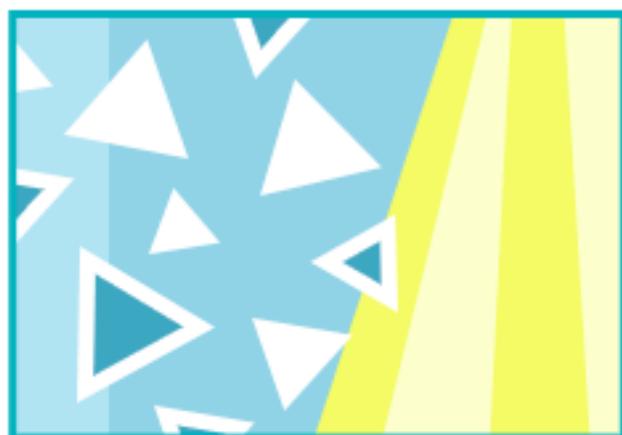
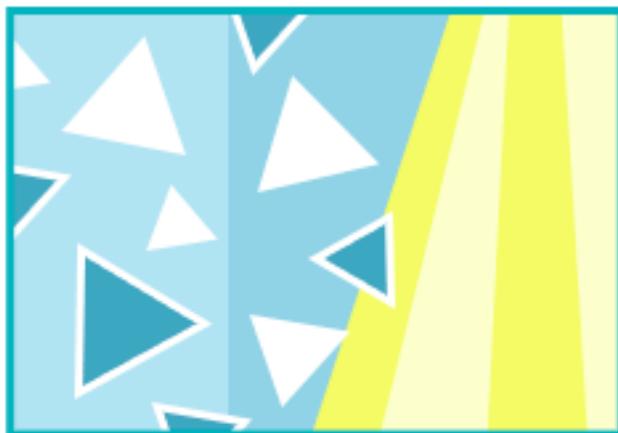
Rodee las letras un lugar antes de las "T":

P L E T R N I P L T F V S A E
P Ñ L M N U T B M T B U B T
P M T I N E N F U S L W J O
P L H G B C T N I T M B T U
O L T M N Y E R R T B W T E

Mi nombre:

Fecha: Hora:

De las imágenes de abajo, ¿Cuál es igual que esta?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

e cognitiva

Observe la imagen y apunte lo que ve en ella:



(doblar por aquí)

Responda a las siguientes preguntas, a poder ser, sin mirar la imagen original:

¿Qué están comiendo? _____

¿Hay alguna ventana en la habitación? _____

¿Hay alguien que lleve gafas? _____

¿De qué color son los tirantes del niño? _____

Alguien lleva una camisa de cuadros. ¿Verdadero o falso? _____

¿De qué color es la pared del fondo? _____

¿Cuántos platos blancos hay sobre la mesa? _____

Mi nombre:

Fecha: Hora:

Ponga un 1 debajo de W, un 2 debajo de U, y un 3 debajo de V.
Sume cada una de las filas, y después sume el resultado total.

W	N	N	M	U	W	V			
+	+	+	+	+	+	+	=		
V	W	W	U	V	M	W			
+	+	+	+	+	+	+	=		
U	V	W	M	M	W	N			
+	+	+	+	+	+	+	=		
M	W	W	M	U	V	M			
+	+	+	+	+	+	+	=		
W = 1			U = 2			V = 3			

Mi nombre:

Fecha: Hora:

Coloree las formas tal como se muestra en el recuadro:



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Tache el número que es igual a...

366521

568745 - 232452 - 324569 - 324563

325669 - 357489 - 351475 - 369695

963321 - 324745 - 374896 - 314241

396587 - 366521 - 324114 - 325681

874899

454745 - 968745 - 874994 - 987984

354899 - 974598 - 874899 - 698485

655849 - 684298 - 789789 - 354799

352489 - 235399 - 784894 - 336895

332323

332123 - 332213 - 332141 - 332321

332133 - 324123 - 333233 - 223232

332132 - 222331 - 213323 - 223323

332323 - 322332 - 223123 - 233223

Mi nombre:

Fecha: Hora:

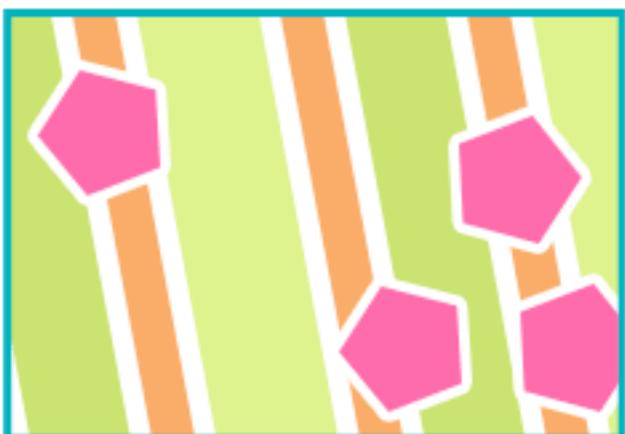
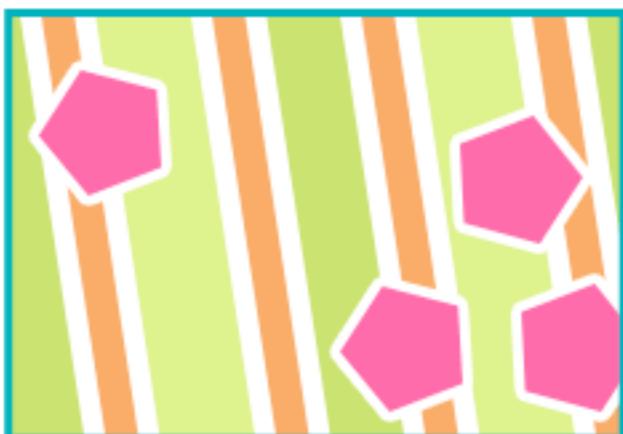
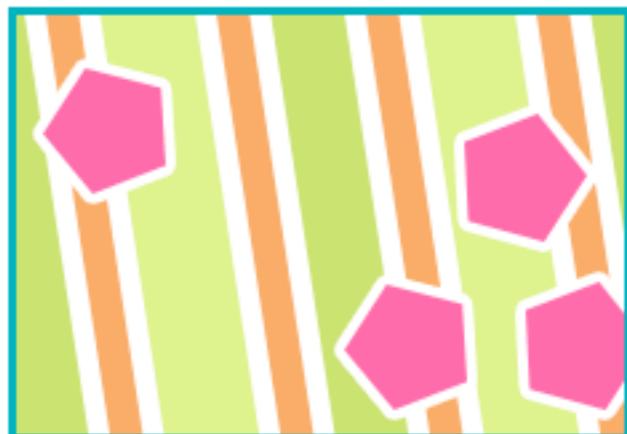
¿Cuál es el trozo que le falta a la imagen?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

De las imágenes de abajo, ¿Cuál es igual que esta?



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Observe la imagen y después responda a las preguntas:



(doblar por aquí)

Responda a las siguientes preguntas, a poder ser, sin mirar la imagen de arriba:

¿Cuántas mujeres hay? _____

¿Cuántas personas llevan camisa? _____

¿Cuántos hombres hay? _____

¿Cuántas personas tienen el cabello castaño? _____

¿Cuántas personas llevan gafas? _____

¿Cuántas personas llevan algo de color rojo? _____

¿Cuántas personas están sonriendo? _____

Mi nombre:

Fecha: Hora:

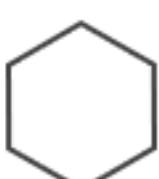
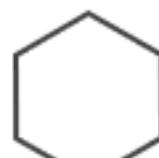
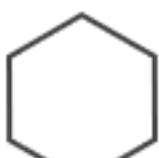
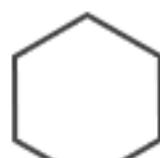
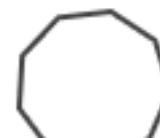
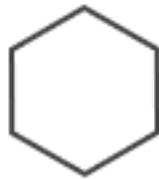
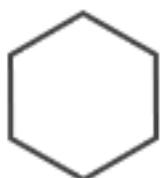
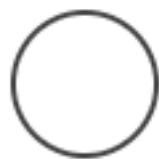
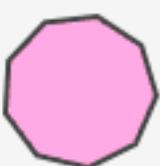
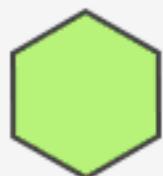
Ponga un 2 debajo de C, un 4 debajo de R, y un 5 debajo de F.
Sume cada una de las filas, y después sume el resultado total.

F	H	C	R	R	H	F					
	+	+	+	+	+	+	=				
D	R	H	F	C	F	C		+			
	+	+	+	+	+	+	=		+		
F	C	H	C	F	R	H		+			
	+	+	+	+	+	+	=		+		
R	C	F	R	C	D	H		+			
	+	+	+	+	+	+	=		+		
C = 2			R = 4			F = 5					

Mi nombre:

Fecha: Hora:

Coloree las formas tal como se muestra en el recuadro:



Mi nombre:

Fecha: Hora:

Tache el número que es igual a...

112120

102101 - 120101 - 120120 - 202010

201120 - 120011 - 100121 - 121201

201010 - 101220 - 112120 - 201011

100120 - 110121 - 112020 - 201102

3808303

8030803 - 8830303 - 3038380 - 3080383

8330830 - 3883003 - 8383800 - 3838038

3808303 - 3800830 - 3803883 - 3838003

3030880 - 3088308 - 3308030 - 8083803

7151571

7117151 - 7151571 - 5517177 - 7715117

7557515 - 5757515 - 7715715 - 7157157

1517515 - 7757115 - 5177151 - 5111515

5177171 - 5115715 - 7715117 - 7715171

Mi nombre:
Fecha: Hora:

¿Cuál es el trozo que le falta a la imagen?





ecognitiva

ejercicios de estimulación cognitiva

www.ecognitiva.com