

ALIMENTA TU VOCABULARIO

Teoría: Inteligencias Múltiples

Estimula: La Inteligencia Verbal.

- ◆ Escucha música suave que te relaje
- ◆ Párate con los pies separados, firmemente apoyados en el suelo, tomando como referencia el ancho de los hombros.
- ◆ Inicia la actividad, realizando algunos ejercicios de Gimnasia Cerebral.
- ◆ RESPIRACIÓN ABDOMINAL: La mano sobre el bajo abdomen sube al inhalar, baja al exhalar. Inhala mientras cuentas hasta cuatro. Mantén la respiración mientras cuentas hasta cuatro. Exhala mientras cuentas hasta cuatro. Descansa mientras cuentas hasta cuatro. Repite esta respiración varias veces.
- ◆ MARCHA CRUZADA: Alterna el movimiento de un brazo con el de la pierna contraria. El brazo y la pierna contraria se mueven.
- ◆ OCHO PEREZOSO: Dibuja con los dedos, con las manos, con la cabeza, con los pies, con todo tu cuerpo un ocho acostado, al son de la música. Empieza en la línea central y muévete en sentido contrario a las agujas del reloj.
- ◆ DOBLE GARABATO: Dibuja al son de la música con las dos manos al mismo tiempo, hacia adentro, hacia fuera, arriba, abajo, cualquier forma, inclusive garabatos.
- ◆ EL OCHO ALFABÉTICO: Inicia con los dedos, con las manos, con los pies, etc., las letras del alfabeto en sentido contrario a las agujas del reloj, termina todas las letras que seleccionaste con el movimiento de un ocho perezoso.

- ◆ EL ELEFANTE: Con las rodillas flexionadas y la cabeza apoyada sobre uno de los hombros, realiza “Ochos Perezosos” con el brazo y la mano estirados al infinito. Alterna ambos hombros.
- ◆ GIROS DEL CUELLO: Mueve la cabeza despacio de derecha a izquierda sin sobrepasar las clavículas. Gira la cabeza con los hombros hacia arriba y repítelo con los hombros hacia abajo. También puedes hacer pequeños círculos, ochos perezosos, pequeños giros de un lado a otro.
- ◆ Levanta simultáneamente los dedos índices de la mano derecha y meñique de la izquierda. Alterna el movimiento.
- ◆ Al terminar de realizar tus ejercicios de Gimnasia Cerebral, siéntate cómodamente.
- ◆ Respira suave y profundamente, consciente de que estás alimentando tu cerebro con el oxígeno que inhalas al respirar.
- ◆ Organiza las letras y encuentra la palabra.
- ◆ Ubica en el *Espigrama* cada palabra hallada de acuerdo con su significado.
- ◆ Asocia las palabras y su significado para formar oraciones que fluyan sin dificultad.
- ◆ Con las oraciones que formaste, ejercita tu creatividad, escribiendo un cuento fantástico.
- ◆ Completa el ejercicio activando tu hemisferio derecho, realizando un dibujo asociado al cuento. Colócale mucho color.

Soy:

Inteligente Respetuoso Creativo Responsable Valioso

*INSTRUCCIONES: ORGANIZA LAS LETRAS Y ENCUENTRA LAS PALABRAS OCULTAS.
RESUELVE EL ESPIGRAMA SEGÚN CADA DEFINICIÓN Y DESCUBRE LA PALABRA OCULTA.*

Valioso

Responsable

Lógico

Capaz

Importante

Creativo

Inteligente

Inteligente

Creativo

Lógico

Importante

Capaz

Valioso

Responsable

Lógico

Capaz

Importante

Creativo

Inteligente

EGLREV

CIRESOPOPI

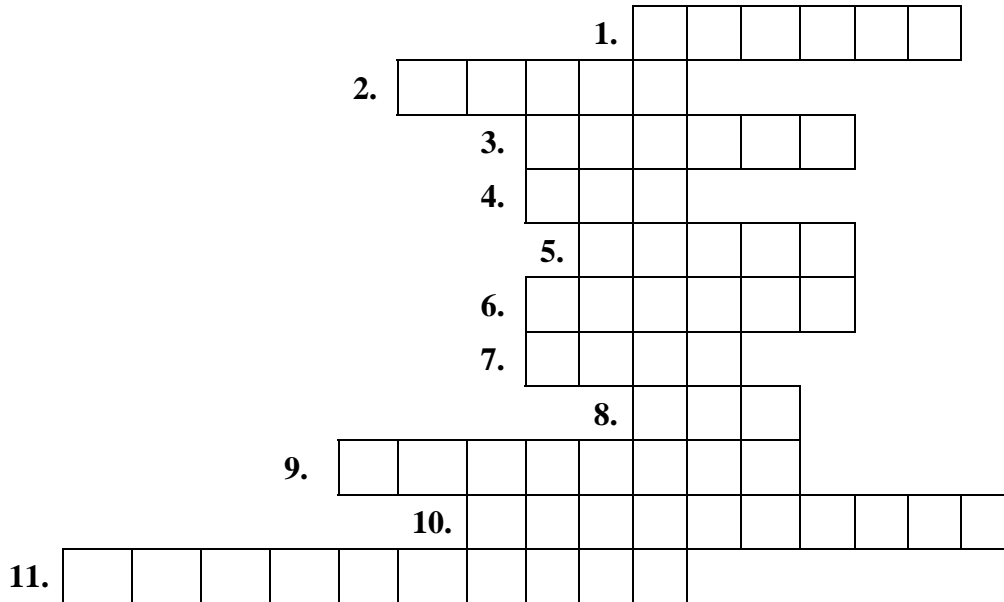
MACORI

ÜREGAO

IAJ

OLIN

CIREPORAPI



1. TERRENO EN QUE SE CULTIVAN FLORES Y ÁRBOLES FRUTALES. SACERDOTE JUDÍO.

2. PERRO GRANDE, DELGADO Y VELOZ.

3. GRUPO DE OBJETOS SEMEJANTES.

4. PERÍODO, TEMPORADA.

5. CUARTO MES DEL AÑO SEGÚN EL CALENDARIO GREGORIANO.

6. PRESAGIO, SEÑAL PROFÉTICA.

7. RÍO DEL ESTE DE ÁFRICA.

8. FRUTO PICANTE.

9. AVE AFRICANA DE GRAN TAMAÑO.

10. INSTRUMENTO ÓPTICO QUE PERMITE VER POR ENCIMA DE LOS OBSTÁCULOS.

11. PARTE EXTERNA DE UNA FRUTA.

Soy:

Inteligente

Respetuoso

Creativo

Responsable

Valioso

INSTRUCCIONES: ASOCIA LAS PALABRAS Y SU SIGNIFICADO PARA FORMAR ORACIONES FÁCILES, QUE FLUYAN SIN DIFICULTAD. CON LAS ORACIONES QUE FORMASTE, EJERCITA TU CREATIVIDAD, ESCRIBIENDO UN CUENTO FANTÁSTICO.

Valioso

Valioso

Responsable

Responsable

Lógico

Lógico

Capaz

Capaz

Importante

Importante

Creativo

Creativo

Inteligente

Inteligente

Inteligente

Creativo

Lógico

Importante

Capaz

Inteligente

Creativo

Importante

Capaz

Lógico

Responsable

Valioso

Inteligente

Creativo

Lógico

Importante

Capaz

Inteligente

Respetuoso

Soy:

Creativo

Responsable

Valioso

INSTRUCCIONES: COMPLETA EL EJERCICIO ASOCIANDO A TU RELATO, UN DIBUJO. RECUERDA QUE ES CONVENIENTE SIEMPRE COLOREAR, DE ESTA MANERA EJERCITAS AMBOS HEMISFERIOS CEREBRALES.

Inteligente

Creativo

Importante

Capaz

Lógico

Responsable

Valioso