



# Resistencia

1

Lee la definición de **resistencia** (página 64 de VALORES DE ORO) e indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas **(V)** o falsas **(F)**.

- La resistencia es una especie de fuerza.
- La resistencia es una cualidad solo de nuestra mente.
- La resistencia te ayuda a soportar las dificultades.
- Existe la resistencia física.
- Resistir es no dejarse vencer por las dificultades.

2

Analiza la imagen de la página 65 de (página 58 de VALORES DE ORO) y responde a las preguntas.

● ¿Frente a qué resiste la hormiga?

---

● ¿Crees que le supone un esfuerzo? ¿Por qué?

---

3

Vuelve a leer el texto y completa con información del texto. Luego añade tú un ejemplo más.

Muestras de resistencia física	Muestras de resistencia mental

**4** Escribe cinco actividades o acciones en las que necesitas **resistencia**.

---

---

---

---

---

**5** Ahora anota cómo puedes mejorar tú tu **resistencia**.

Resistencia física	Resistencia mental

● Anota dos actividades que requieran mucha resistencia física.

---

---

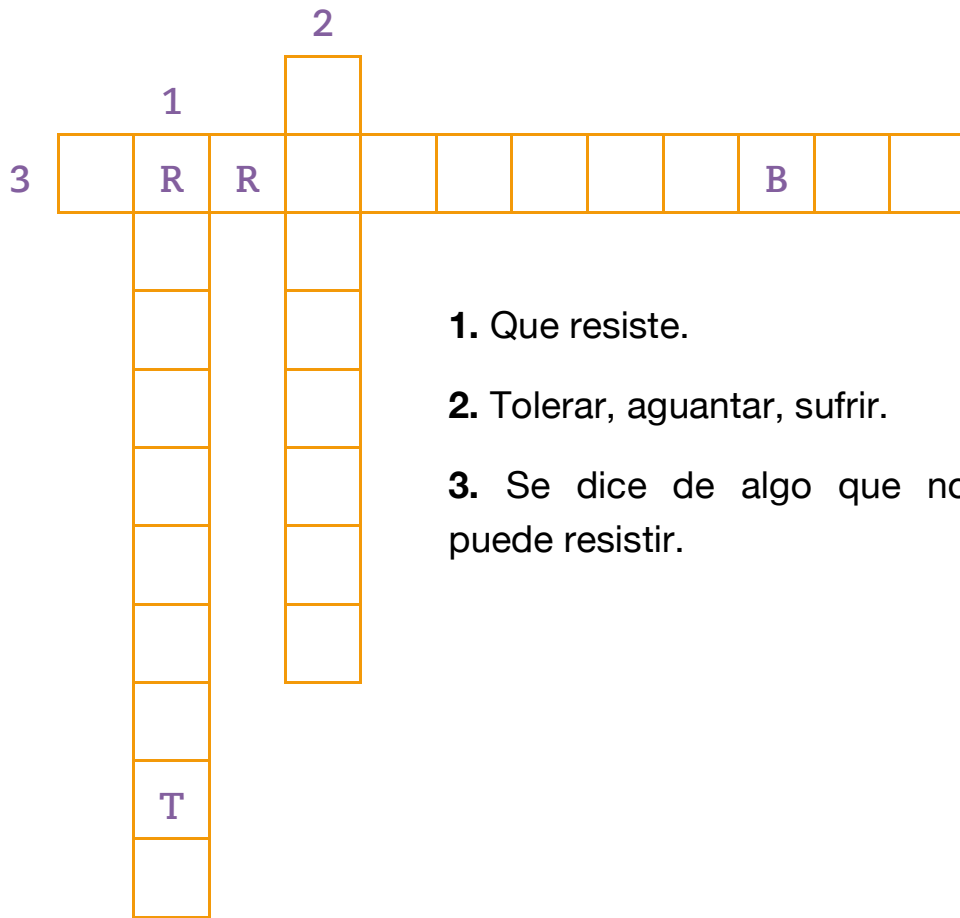
● Anota dos actividades que requieran mucha resistencia mental.

---

---

# 6

Completa el crucigrama con palabras de la familia de **resistencia**.



1. Que resiste.

2. Tolerar, aguantar, sufrir.

3. Se dice de algo que no se puede resistir.

# 7

¿Qué tipo de **resistencia** crees que necesitan? Subraya según el código.

• Resistencia física

• Resistencia mental

bombero

doctor

psicólogo

maestro

músico

piloto

periodista

albañil

camarero

pescador

● De todos, ¿quién crees que necesita más resistencia física? ¿Y mental? ¿Por qué?

---



---



---