

MANUALE PER L'INSEGNAMENTO DELLA LINGUA ITALIANA 1

MODA



MUSICA



SPORT





Liceo Magistrale Statale
"Giuseppe Rechichi" Polistena



LICEO LINGUISTICO – LICEO MUSICALE – LICEO DELLE SCIENZE UMANE
LICEO DELLE SCIENZE UMANE CON OPZIONE ECONOMICO – SOCIALE
Sede Centrale: Via G.Lombardi, 4 – Sedi Staccate: Via G. Di Vittorio – Via P. Nenni
89024 Polistena (RC) – Tel. 0966 – 949940/932603/949510 – Fax 0966/935140
Sede Musicale: Via Gramsci – Cinquefrondi (RC) – Tel.Fax 0966/935331
C.F. 82001880804 - www.liceorechichi.it - e-mail: rcpm05000c@istruzione.it

STAGE A RIMINI (PON C5)

PROGETTO "ESSERE EDUCATORI ED OPERATORI DEL FUTURO"

ANNO SCOLASTICO 2011/2012

A CURA DI:

ALUNNI STAGISTI:

BRIZZOLINI FRANCESCA

NASSO LUCIA

BRUZZESE M. CHIARA

RACO FLAVIA

CANNATA' STEFANIA

RASO ANGELICA

CARLO CARLINO

RASO ROBERTO

DELEO M. CARMELA

NANIA SALVATORE

DELUCA CRISTIANA

MURATORI ELISABETH

DIENI MARTINA

MANGERUGA SELENE

LAMANNA ANNABELLA

DOCENTI TUTOR SCOLASTICI:

PROF.SSA SABATINO GIOVANNA

PROF.SSA LAVERSA CATERINA

TUTOR DEL PROGETTO:

CALABRESE BARBARA



Benvenuto!

L' Italia ti accoglie a
braccia aperte e ti aiuta
ad apprendere e
conoscerci

"Abbiamo imparato a volare come gli uccelli abbiamo
imparato a nuotare come pesci ma non abbiamo imparato
l'arte di vivere come fratelli." (Martin Luter King)

**"L'uomo nasce libero ma
Ovunque è in catene"
Le catene dell'ignoranza,
dell'intolleranza,
della paura,
della sopraffazione...
Spezza queste catene
Unisciti ai tuoi fratelli,
non ci sarà più diversità che divide
ma una diversità che
forma un mondo migliore.**

La moda ci unisce



"Viviamo in un mondo fatto solo di apparenze, dove o segui le mode o vieni chiamato diverso, dove non esistono più persone ma solo copie ..."

PREMESSA

La moda è la tendenza dell'uomo ad appartenere a un gruppo sociale, che condiziona e permette di catalogare ogni individuo. Essa accomuna tutte le culture. Dalla consapevolezza di ciò nasce il progetto "la Moda ci unisce". Un progetto dedicato ai giovani adolescenti che seguono la moda ed in essa si identificano acquisendo nuove caratteristiche atte a formare e migliorare la loro personalità. Le diverse culture hanno sì, stili abbastanza differenti, ma il processo di modernizzazione, che parte dagli anni 60, ha portato ad una moda di "massa" (alienazione della moda). Nonostante ciò, l'attaccamento alla cultura è una caratteristica fondamentale soprattutto per coloro che arrivano dall' Oriente. La maggior parte di loro, pur spostandosi in altri Paesi, tende comunque a utilizzare lo stile della propria nazione, pur se in rare occasioni che possono essere anche semplici feste tradizionali; altri, invece, tendono a utilizzare gli abiti tipici solamente al ritorno nel proprio paese come forma di rispetto verso la propria famiglia.













OBIETTIVI E FINALITA'

Il progetto "La Moda ci unisce", ha come obiettivo principale quello di far acquisire ad ogni individuo una maggiore padronanza della lingua italiana, e, di conseguenza, un linguaggio adeguato alle determinate circostanze. Inoltre esso prevede la promozione nell'individuo della capacità di saper distinguere i capi d'abbigliamento e di comprendere le differenze tra i diversi stili.

Il manuale è rivolto a persone che giunte nel nostro Paese hanno la necessità di apprendere la lingua italiana.

Il manuale è fornito di schede operative atte a far acquisire all'individuo maggiori competenze e da dialoghi tratti da alcune interviste che vedono come protagonisti dei ragazzi stranieri.

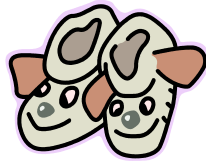
1.COLLEGA LA PAROLA ALL'IMMAGINE

CAPPELLO			PANTALONE
MAGLIETTA			GONNA
VESTITO			MAGLIONE
GIACCA			CRAVATTA
CAMICIA			SCIARPA
PANTALONCINI			GUANTI

2.COMPLETA SOTTO DETTATURA



C_ST_M_



_A_T_F_L_



S__VA_I



C_LZ_NI



_N_RA_IT_



O_C_IA_I



C_NT_R_



O_B_E_L_

3.COLLEGA LE DOMANDE CON LE RISPOSTE

A DI COSA HA BISOGNO?

1 SÌ, E' MOLTO BELLA.

B QUANTO VORREBBE SPENDERE?

2 10 EURO

C DI CHE COLORE ?

3 UNA 44

D CHE TAGLIA PORTA ?

4 DI UNA MAGLIETTA

E LE PIACE ?

5 ROSSA

4. RIORDINA LE PAROLE E COMONI LA FRASE

1 comprato/ ho / maglietta / una/ ieri

2 indossato/ bella/ Giulia/ ha / sciarpa / una

3 dove / comprato / cappello / hai / ? / quel

4 indosso / per / l'infradito / mare / il / sempre

5 Barbara / bel / compleanno / un / blu / il / indossato / per / vestito/ ha

5.COMPLETA LE FRASI CON IL PRESENTE DEL VERBO COMPRARE E INDOSSARE

1 Oggi per il mio compleanno _____ un vestitino.

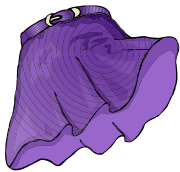
2 Mi _____ delle ciabatte ?

3 Loro _____ il cibo, mentre noi _____ le bevande.

4 Lei _____ la mia stessa maglia.

5 La borsa che hai comprato è dello stesso colore della maglia che _____
Andrea.

6. ASSOCIA L'IMMAGINE ALLE MONETE



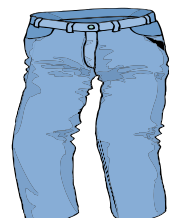
DIECI EURO



CINQUE EURO



100 EURO



DIECI EURO



VENTI EURO



7. INDIVIDUA E CERCHIA LE PAROLE

GONNA	B D G G U A N T I N M G S O P N N M
GUANTI	P Q N O C L D V K P S C A R P E D E H
SCARPE	P Q N G T N C A L Z E J H I T G J E A E
MAGLIE	V H G Z H T P N C L Z K T D V L Q L S P
CALZE	D B O D O G H P A N T A L O N C I N I B
PANTALONCINI	O P A N T O F O L E F J D J R S T D R S A
PANTOFOLE	D S R A D G I A C C A F Y G G J M K D E
GIACCA	D G T Y U E W Q P R T G F L K J M N O

8. ASSOCIA I NOMI ALL'IMMAGINE

Cravatta – gilet – giacca – scarpe – pantaloni



9. USA GLI AGGETTIVI APPROPRIATI

(ROSSO, GRANDE, BELLE, BRUTTA, SPORCHI, PICCOLE)

1. Il maglione è troppo _____ per me.
2. La maglietta è di colore _____, il mio preferito.
3. Quella camicia è troppo _____ per i miei gusti.
4. I pantaloni sono _____ poiché sono caduta nel fango.
5. Le pantofole sono troppo _____ per il mio numero.
6. Queste scarpe mi piacciono molto, sono troppo _____!

SPAZIO INTERCULTURALE

INTERVISTA 1

SALVATORE: “Come ti chiami?”

SAYMA: “Mi chiamo Sayma”

SALVATORE: “Da dove provieni?”

SAYMA: “Dal Bangladesh”

SALVATORE: “Qual è il vestito tradizionale del tuo Paese?”

SAYMA: “Il vestito tradizionale del mio Paese per le donne è il sari mentre per l’uomo è il panjabi e il pajama”

SALVATORE: “In quale occasione usate questi vestiti?”

SAYMA: “Il sari e il panijama si usano solitamente durante il matrimonio, però a volte a qualcuno piace anche usare il kingà. Mia madre usa il Sari però le ragazze possono scegliere anche il kingà”

SALVATORE: “Puoi descriverci questi abiti?”

SAYMA: “Il sari è lungo e non vi è un colore predominante”

SALVATORE: “Tu preferisci vestirti seguendo la moda del Bangladesh o del paese che ti ha ospitato, dunque l’Italia?”

SAYMA: "Qui in Italia mi piace vestire in modo occidentale però quando sono in Bangladesh mi piace usare il Sari.



INTERVISTA 2

SALVATORE: “Come ti chiami?”

HAN: “Han in italiano serena”

SALVATORE: “Qual è il tuo paese di origine?”

HAN: “La Cina”

SALVATORE: “Qual è il vestito tradizionale cinese?”

HAN: “IL vestito tradizione cinese è il qipào. E’ molto famoso nel nostro paese.

SALVATORE: “In quale occasione viene usato questo vestito”?

HAN: “Nelle feste tradizionali, per esempio nella festa di primavera o anche per mantenere viva la propria cultura”.

SALVATORE: “Puoi descrivere questo vestito “?

HAN: “Il qipào ha le maniche corte, il collo alto, e la lunghezza varia infatti può essere sia lungo che corto, è decorato con fiori e i colori sono vari, dipende dal gusto personale”.

SALVATORE: “Come preferisci vestirti? Segui la moda del tuo paese, o segui la moda italiana?”

HAN: “Io non uso il vestito tradizionale perché quando vivevo in Cina, la moda si era già evoluta e quindi era già simile a quella occidentale.

SALVATORE: “Ci sono delle occasioni qui in Italia dove usate i vestiti tradizionali?”

HAN: “Sì alcuni li usano durante le feste come Natale, Capodanno, Carnevale o nella festa Primavera .”

SALVATORE :“Quando è la festa della primavera?”

HAN :“L’ultimo giorno dell’anno secondo il nostro calendario, il giorno cambia sempre e dipende dall’anno. Come dice un proverbio “il drago alza la testa un po’ presto”, infatti la festa della primavera quest’anno è arrivata alla fine di gennaio”.



INTERVISTA 3

SALVATORE: “Ciao come ti chiami?”

BAS: “Mi chiamo Bassirou Faye”

SALVATORE: “Qual è il tuo Paese d’origine?”

BAS: “Sono di origine senegalese”

SALVATORE: “Qual è il vestito tradizionale del tuo Paese?”

BAS: “Il vestito tradizionale del mio Paese si chiama Bubù”

SALVATORE: “Lo puoi descrivere?”

BAS: “E’ un vestito abbastanza lungo, ti copre quasi del tutto, questo è dovuto al fatto che noi viviamo in un luogo dove c’è molto vento e per difenderci dal sole poiché i vestiti lunghi e larghi non fanno passare i raggi solari”

SALVATORE: “In quale occasione usi questo abito?”

BAS: “Essendo di religione musulmana, questo abito viene usato solitamente durante le feste musulmane come matrimoni o battesimi. Oggi come oggi tendiamo anche noi a copiare gli europei e gli americani nel modo di vestire e quindi i nostri vestiti non hanno più l’importanza di 40\50 anni fa, anche se si cerca di non farli sparire del tutto.

SALVATORE: “Tu come preferisci vestirti? Segui la moda del tuo Paese o quella occidentale?”

BAS: “Io non seguo nessuna moda in particolare ma mi vesto come mi sento più comodo e a mio agio, e qui in Italia vesto in modo italiano. Io ho viaggiato molto, sono senegalese ma a 16 anni mi sono trasferito in Francia per poi arrivare qui in Italia, quindi non ho una cultura in particolare d’appartenenza ma prendo da ognuna qualcosa”

SALVATORE: “Qui in Italia ci sono delle occasioni dove usi il Bubù?”

BAS: “Si anche perché ho molti vestiti tradizionali poiché i miei genitori e parenti ci tengono che noi che siamo qui manteniamo viva la tradizione e dunque ce ne mandano tanti e noi li indossiamo orgogliosi e fieri durante le feste musulmane o durante feste di amici perché non c’è niente di più naturale che vestire africano”





Realizzato da:

NASSO LUCIA

NANIA SALVATORE

BRIZZOLINI FRANCESCA

RACO FLAVIA

LAMANNA ANNABELLA

“ Là dove si arresta il potere delle parole,
comincia la Musica...”

Richard Wagner





L'arte comprende ogni attività umana che può essere svolta, singolarmente o collettivamente, al fine di sviluppare la creatività esistente negli individui. Essa trasmette emozioni e messaggi universali privi di qualsiasi pregiudizio da parte dell'artista. L'artista ha sempre mostrato libertà di poter esprimere, con le sue opere, qualsiasi concetto. Come il linguaggio, anche l'arte nasce per comunicare e per entrare in contatto con il nostro simile. Il linguaggio costituisce, nella nostra società, la base per costruire un dialogo o un confronto tra le diverse etnie. La forma d'arte che meglio favorisce l'integrazione è la musica.

La musica, tra tutte le arti, è quella che meglio esprime le emozioni di un individuo sia positive che negative. La musicalità e il senso sonoro sono alla base dell'educazione musicale, più che insegnare a far musica bisogna potenziare e guidare gli individui a scoprire la loro spontaneità. Tale metodo può essere applicato sia ai bambini che agli adulti.

METODO PER L'EDUCAZIONE MUSICALE

Esistono vari livelli per percepire la musica:

- **RITMO = FISICO**
- **MELODIA = AFFETTIVO**

IL RITMO

Il senso ritmico non è, purtroppo, per tutti una cosa naturale. Ci sono allievi che hanno difficoltà a riconoscere il primo tempo musicale e altri che hanno difficoltà a rendere costante un



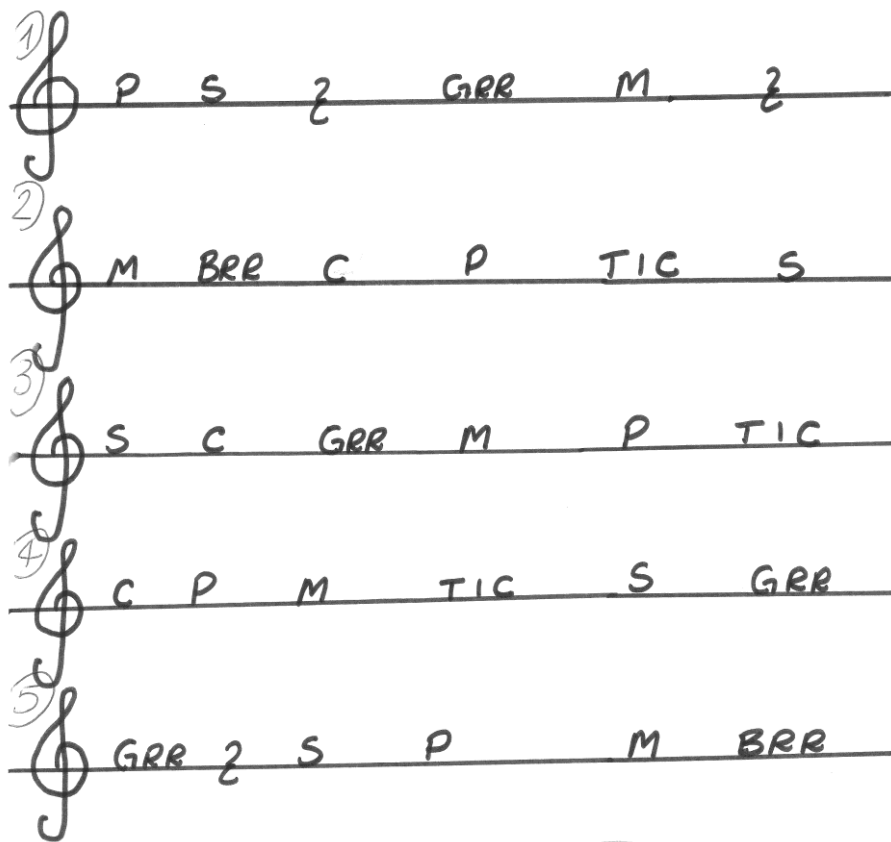
tempo d'esecuzione. Alcune persone sono abituate ad *udire* la musica in maniera distratta senza concentrarsi su di essa. Altre persone invece amano *ascoltare* la musica attentamente al punto di conoscere un brano alla perfezione. Altre ancora hanno capacità di *sentire* la musica, ovvero di viverla sulla propria pelle, riuscendo a ricavarne un

coinvolgimento emotivo più profondo. Partendo da questo presupposto iniziale possiamo affermare tranquillamente che c'è dunque una sostanziale differenza tra: **Udire**, **Ascoltare** e **Sentire** la musica.

Obiettivi del nostro lavoro

- Capire che cos'è il ritmo e in quali fenomeni è presente
- Acquisire il concetto di pulsazione ritmica
- Conoscere gli strumenti che permettono di misurare le pulsazioni ritmiche.

1. ESEGUI IL RITMO CON LE PARTI DEL CORPO SOTTO INDICATE



P=BATTITO DEL PIEDE

TIC

M=BATTITO DI MANO

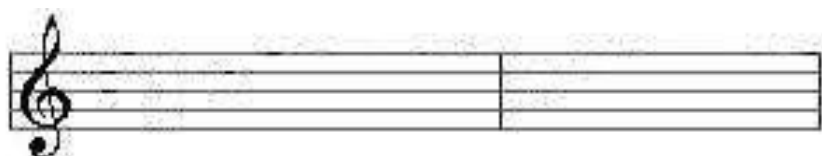
S=BATTITO SULLO STOMACO

C=BATTITO SULLA COSCIA

GRR / BRR = VERSO

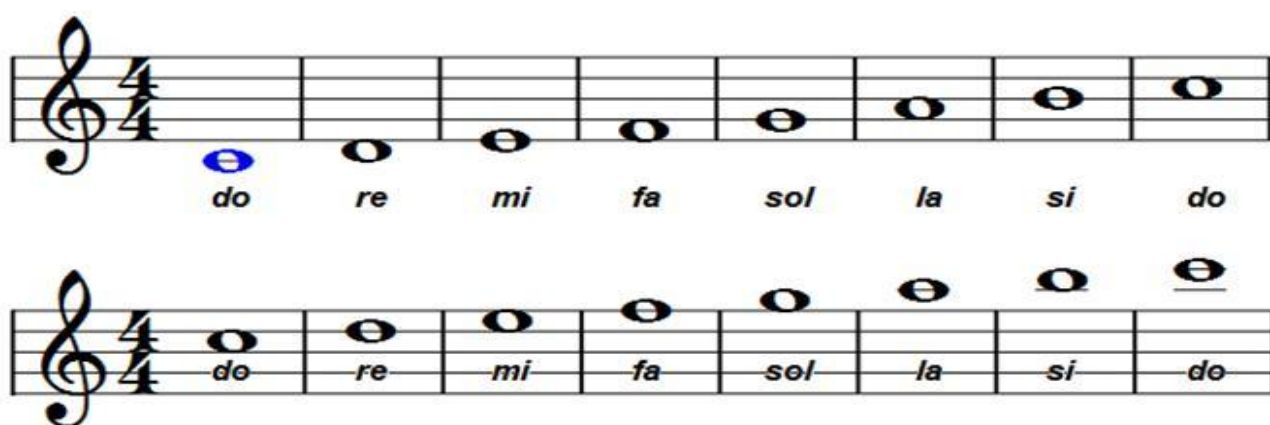
LA MELODIA

La melodia è una successione di suoni differenti. Essa insieme al ritmo e all'armonia è una delle componenti principali della teoria musicale. Tali suoni vengono scritti sul PENTAGRAMMA, derivante dall'occidente, composto da 5 righe e 4 spazi.

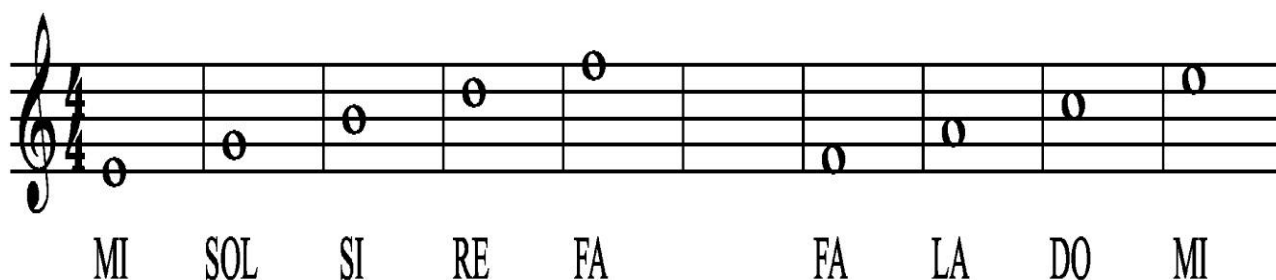


Alla base della melodia abbiamo le note musicali, esse sono in tutto 7:

DO - RE - MI - FA - SOL - LA - SI



Le note si suddividono in note sui righe e note sugli spazi:



2. SCRIVI IL NOME DELLE SEGUENTI NOTE

The image shows ten staves of musical notation, each containing a sequence of notes. The notes are written in a simple, handwritten style. Below each note, its name is written in capital letters. The names are: SOL, RE, SOL, DO, DO, MI, FA, FA, RE, LA, MI, SI, FA, DO, and SOL. The notes are arranged in a way that suggests a scale or a specific melodic line.

SOL
RE
SOL
DO
DO
MI
FA
FA
RE
LA
MI
SI
FA
DO
SOL

La musica per divenire arte si avvale di determinati strumenti uguali in tutte le culture del mondo. Essi si suddividono in:

- Strumenti a fiato
- Strumenti a percussione
- Strumenti a corde percosse
- Strumenti a corde pizzicate
- Archi

STRUMENTI A FIATO



OBOE



FAGOTTO



CLARINETTO



FLAUTO TRAVERSO



SAX



CORNO



TROMBA



TROMBONE

STRUMENTI A PERCUSSIONE



BONGOS



GRAN CASSA



RULLANTE



PIATTI



TIMPANI

STRUMENTI A CORDE PERCOSSE



PIANOFORTE

STRUMENTI A CORDE PIZZICATE



ARPA



CHITARRA



BASSO ELETTRICO



VIOLINO



VIOLONCELLO



CONTRABBASSO

3.COLLOCA I SEGUENTI STRUMENTI AL LORO NOME

TROMBA



RULLANTE



PIANOFORTE



CHITARRA



**4.RICONOSCI A QUALE FAMIGLIA APPARTENGONO I
SEGUENTI STRUMENTI MUSICALI.**



P _ _ _ _ _ I



C _ _ _ _ E P _ _ _ _ _ E



C _ _ _ _ E P _ _ _ _ _ E



A _ _ _ I



F _ _ _ I

5.COMPLETA CON LE LETTERE MANCANTI I NOMI DEI SEGUENTI STRUMENTI.



O _ _ E



C _ _ _ _ _ O



A _ _ A



C _ _ _ _ _ O



T _ _ _ _ I

L' articolo determinativo

Un *articolo*, in grammatica, è una parola che precede i sostantivi e concorda in genere e numero. L'articolo si suddivide in determinativo e indeterminativo. Si fa uso dell'articolo *determinativo* per indicare, attraverso il nome che accompagna, qualcosa di preciso; è adoperato per specificare nomi comuni, concreti o astratti, aggettivi, pronomi.

Al maschile troviamo gli articoli
il, lo (al singolare) e gli (al plurale),
mentre per il genere femminile abbiamo
la (al singolare) e le (al plurale).

6.INSERISCI CORRETTAMENTE GLI ARTICOLI DETERMINATIVI

IL- LO- LA- L'

___ Clarinetto

___ Pianoforte

___ Arpa

___ Oboe

___ Chitarra

___ Grancassa

___ Contrabbasso

___ Violoncello

___ Fagotto

___ Xilofono

**7.INSERISCI CORRETTAMENTE I SEGUENTI ARTICOLI
DETERMINATIVI PLURALI:**

I- GLI - LE.

SINGOLARE

PLURALE

il pianoforte

___ pianoforti

l'arpa

___ __ arpe

la chitarra

___ __ chitarre

lo xilofono

___ __ __ xilofoni

il contrabbasso

___ contrabbassi

il violoncello

___ violoncelli

il fagotto

___ fagotti

l'oboe

___ __ __ oboi

L'articolo indeterminativo

L'articolo indeterminativo viene usato per indicare ,non con precisione, ma in maniera generica la parola usata all'interno del discorso. Per il genere maschile abbiamo gli articoli:

- **un** si usa davanti ai nomi maschili inizianti per vocale (un armadio);
- **uno** è utilizzato davanti ai nomi maschili che cominciano per:

gn- pn- ps- z- y- z- i (seguita da vocale), s (seguita da consonante)

mentre per il femminile

- **una** si usa davanti a tutti i nomi di genere femminile (es: *una casa*) e, in caso si trovi davanti a un nome iniziante per vocale, si apostrofa, es: *un'amaca*.

**8.INSERISCI IN MODO CORRETTO I SEGUENTI
ARTICOLI INDETERMINATIVI: UN- UNA- UNO- UN'**

___ ___ Clarinetto

___ ___ ___ Grancassa

___ ___ Oboe

___ ___ Violino

___ ___ Corno

___ ___ Basso

___ ___ ___ Chitarra

___ ___ Arpa

___ ___ ___ Xilofono

___ ___ ___ Tromba

9.COMPLETA LE FRASI CON LE SEGUENTI PAROLE

ARCHI	FIATO	TASTI BIANCHI E NERI	CORDE PIZZICATE	PERCUSSIONE
-------	-------	----------------------------	--------------------	-------------

- 1) Il clarinetto e il fagotto sono strumenti a _ _ _ _ _ .
- 2) Il bongos ed i timpani sono _ _ _ _ _ .
- 3) Il pianoforte è composto da _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ e _ _ _ _ _ .
- 4) L'arpa e la chitarra sono strumenti a _ _ _ _ _
_ _ _ _ _ .
- 5) Il violino ed il contrabbasso sono degli _ _ _ _ _ .

GLI AGGETTIVI POSSESSIVI

Gli aggettivi possessivi indicano a chi appartiene o da chi è posseduto ciò che è espresso dal nome cui si riferiscono.

Esempi

La **mia** casa è grande

Suo padre è operaio.

Persona		singolare		plurale	
		Maschile	femminile	maschile	femminile
1° sing.	io	mio	mia	miei	mie
2° sing.	tu	tuo	tua	tuoi	tue
3° sing.	egli	suo	sua	suoi	sue
1° plur.	noi	nostro	nostra	nostri	nostre
2° plur.	voi	vostro	vostra	vostri	vostre
3° plur.	essi	loro	loro	loro	loro

10.COMPLETA LE FRASI CON L'AGGETTIVO POSSESSIVO APPROPRIATO

- 1) La chitarra è di sorella.
- 2) Il pianoforte è di Cugina.
- 3) padre ha il flauto.
- 4) La batteria non è !
- 5) Il sassofono è della amica Cristiana.

Comprensione del testo.

Leggi il testo e rispondi alle domande

Hassan è un bambino di 7 anni che vive in un piccolo paese del Sud Africa con i genitori e la sorellina di 2 anni Jamilah. Nel suo paese la musica non è molto praticata, a eccezione delle feste popolari. Il padre di Hassan è un architetto molto bravo, e per questo motivo, viene assunto in un'azienda italiana. L'intera famiglia è costretta a trasferirsi a Firenze, ma Hassan non è molto entusiasta poichè dovrà abbandonare la sua casa e gli amici con i quali è cresciuto. Arrivati in Italia i genitori, per fargli apprendere la lingua italiana, lo iscrivono ad un'associazione di intercultura. Hassan ha la fortuna di partecipare ad un corso di musica nel quale comincia ad apprezzare quest'arte a lui prima sconosciuta. Un giorno la maestra per spiegare le note ai bambini li porta a vedere un pianoforte. Hassan è subito attratto da questo strumento e i genitori decidono di fargli frequentare una scuola per pianoforte. Col tempo il giovane diviene sempre più bravo fino a divenire uno dei più grandi musicisti del mondo.

1-Come si chiama il protagonista della storia ?

2-Quanti anni ha?

3-Da quante persone è composta la sua famiglia?

4-Per quale motivo si trasferisce in Italia?

5-Hassan è contento di tale trasferimento? Perché?

6-Dove lo iscrivono genitori per fargli apprendere la lingua italiana?

7-Che strumento studia Hassan?

8-Come si conclude la storia?

INTERVISTA A SAIMA, UNA RAGAZZA BENGALESE CHE FA PARTE DEL SERVIZIO CIVILE REGIONALE.

Martina: Che genere di musica ascolti?

Sayma: Io ascolto musica classica.

M: E i ragazzi che conosci che musica ascoltano?

S: I miei amici ascoltano musica classica ma preferiscono quella moderna.

M: Suoni qualche strumento?

S: No.

M: Che strumento vorresti suonare?

S: La chitarra.

M: Da quando sei in Italia ascolti musica italiana?

S: Ascolto la musica italiana anche se non capisco le parole, ma mi piace la musicalità.

M: Riscontri delle grandi differenze tra la musica del tuo Paese e quella occidentale?

S: Nel nostro Paese la musica è più che altro tradizionale non ha tanti stili come la musica Europea. E' un po' diversa.

M: Quale musica preferisci?

S: Entrambe.



Realizzato da:

Carlino Carlo

Dieni Martina

Bruzzese M. Chiara

Deluca Cristiana

Raso Roberto

PROGETTO:
SPORT E
ALIMENTAZIONE

IMPARIAMO
ATTRAVERSO
IL MOVIMENTO



L'allenamento è pura melodia...nella nostra società la pratica dell'attività sportiva è oggetto di interesse anche per gli studiosi di scienze della formazione. La

pratica di uno sport non solo tende a formare degli atleti, ma degli *individui più completi e maturi*, quindi la pratica è necessaria soprattutto a formare lo

schema corporeo, ossia quell'insieme di percezioni spaziali, motorie e fisiche che permettono di mettersi in relazione con l'ambiente esterno. Lo sport abitua a dominare emozioni positive e negative come: gioia (la vincita di una gara); delusione (per i risultati mancanti); insegna a superare gli ostacoli; aumentare l'autostima e a maturare un'idea positiva del proprio corpo.

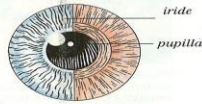
In questo progetto si propone l'interazione tra i giovani adolescenti di diversa provenienza e cultura, che utilizzeranno lo

sport come mezzo di comunicazione universale aiutandoli ad amare questa disciplina, che aiuterà a rispettare e rispettarsi. Durante il progetto si svolgeranno diversi esercizi di alfabetizzazione con riferimento al corpo umano, con allenamento fisico per aiutare i ragazzi a fare conoscenza del proprio corpo. L'alimentazione è strettamente legata allo sport, quindi durante il progetto si scopriranno piatti tipici del paese di origine dei ragazzi analizzando i valori nutrizionali di tali alimenti e i principi della nutrizione. Quest'attività è importante soprattutto per educare i giovani ad uno stile di vita sano. Verranno utilizzati a riguardo esercizi di alfabetizzazione aventi il tema della nutrizione. Il progetto "IMPARIAMO ATTRAVERSO IL MOVIMENTO" sarà un modo pratico e divertente per apprendere le funzioni del corpo umano, nonché nuovi vocaboli e aiuterà i ragazzi ad entrare in relazione rimanendo insieme divertendosi.

I muscoli 1

ESISTONO TRE PRINCIPALI TIPI DI MUSCOLI: i muscoli scheletrici (detti anche volontari poiché possono venire controllati consciamente); i muscoli lisci (detti anche involontari perché al di fuori del controllo della volontà) e i tessuti muscolari specializzati che formano il cuore. L'uomo possiede più di 600 muscoli scheletrici, che differiscono nella forma e nelle dimensioni a seconda della funzione svolta. I muscoli scheletrici sono connessi direttamente o indirettamente (attraverso i tendini) alle ossa e agiscono in coppia (uno dei due muscoli della coppia si contrae, mentre l'altro si distende) per produrre i movimenti più svariati, come camminare, infilare un ago o assumere una certa espressione facciale. I muscoli lisci si trovano in corrispondenza delle pareti degli organi interni del corpo e svolgono funzioni come far procedere il cibo dallo stomaco all'intestino, contrarre la parete uterina nel corso del parto o pompare il sangue attraverso i vasi sanguigni.

ALTRI MUSCOLI DEL CORPO UMANO



IRIDE
Le fibre muscolari si contraggono e si distendono alterando le dimensioni della pupilla.

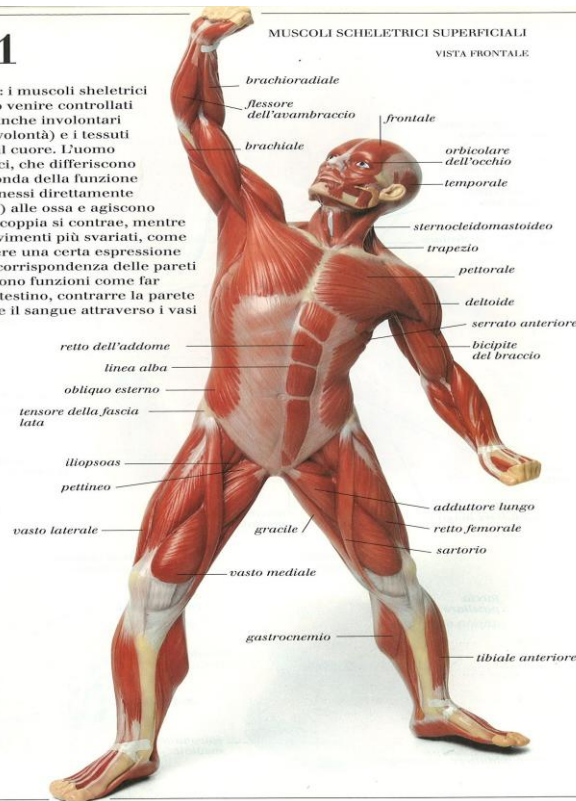


LINGUA
Gli strati muscolari incrociati permettono una grande mobilità.

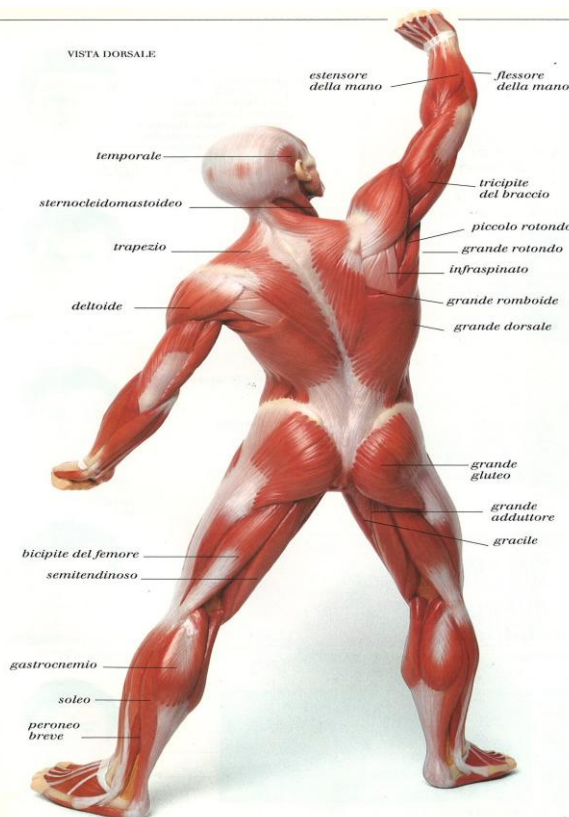


ILEO
Gli strati muscolari opposti trasportano il cibo semidigerito.

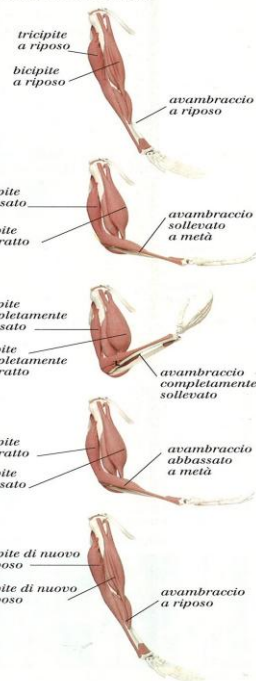
MUSCOLI SCHELETRICI SUPERFICIALI VISTA FRONTALE

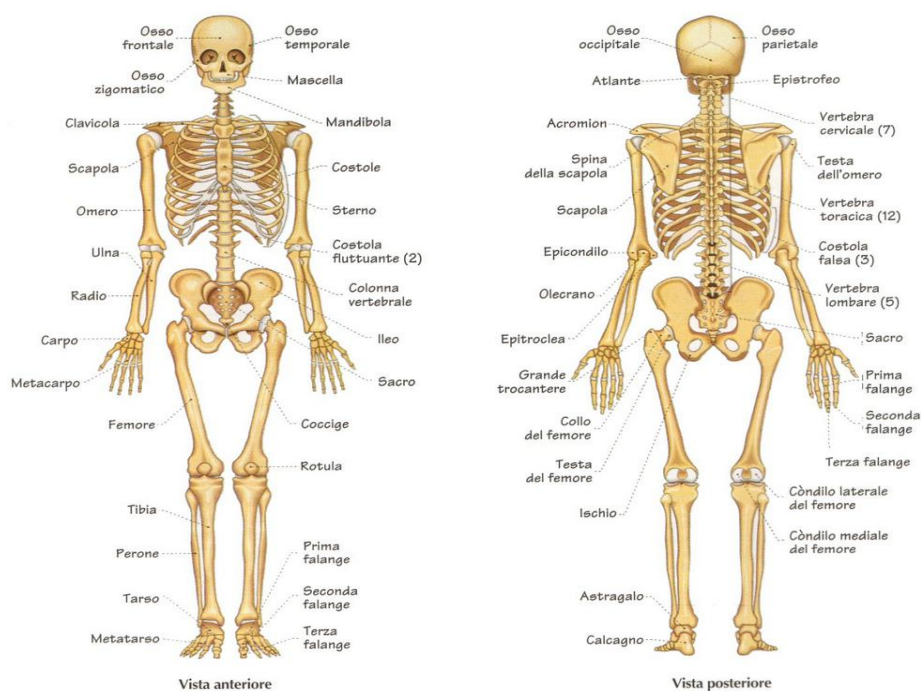


VISTA DORSALE



MOVIMENTI DELL'AVAMBRACCIO
I movimenti controllati degli arti si basano sul coordinamento del rilassamento e della contrazione di muscoli opposti. Per sollevare l'avambraccio, il bicipite (muscolo a due strie) si contrae e si raccorcia mentre il tricipite (muscolo a tre strie) si rilassa; quando l'avambraccio si abbassa avviene l'inverso.





L'alimentazione sana ed equilibrata è molto importante. Il momento della tavola unisce tutti: la famiglia; gli amici; poiché esso dà la possibilità di stare insieme in un momento piacevole. Ma è importante avere cura della salute e sapere ciò che si mangia. Oggi ciò che si mette sulla tavola non è sempre salutare, poiché molto del cibo che sembra gustoso, in realtà è "spazzatura", l'aumento di persone che spesso mangiano fuori casa non aiuta a essere selettivi. Le conseguenze sono: diabete, ipertensione, obesità e l'elenco continuerebbe. Questo progetto si propone di educare alla salute, oltre che col movimento, con un'alimentazione corretta, che permetta agli individui di vivere bene mangiando equilibratamente. Il programma conterrà nozioni

base sui macronutrienti, la loro funzione e le giuste quantità da assumere giornalmente. Si effettueranno esercizi simili a quelli proposti nella sezione dedicata al corpo umano. Lo scopo finale di questa progettazione è l'acquisizione di nuovi vocaboli della lingua italiana con lessico vario ed articolato, nonché di educare ad una sana alimentazione.

Per uno stile di vita corretto è importante mantenere una sana alimentazione e per questo occorre seguire la piramide alimentare in cui gli alimenti sono disposti base alla quantità giornaliera da assumere.



Alla base della piramide troviamo FRUTTA e VERDURA, che vanno consumati ogni giorno e il più possibile, ad ogni pasto.

Al secondo scalino vi sono i CARBOIDRATI, che vanno consumati giornalmente e nelle giuste porzioni. Questi alimenti forniscono energia al corpo, pertanto non devono mai mancare nella dieta.

Al terzo scalino vi sono le **PROTEINE**, che vanno assunte giornalmente e la quantità varia in base all'attività fisica e la costituzione, esse sono importanti per il mantenimento dei muscoli.

Al quarto scalino vi sono i **GRASSI**, è bene non esagerare con questi alimenti, tuttavia non devono mancare nella dieta in quanto sono la maggiore **RISERVA ENERGETICA** dell'organismo.

1.COMPLETA



M _ _ O



NA _ _



OR _ _ CH _ O



_ C _ H _ O



B _ A _ _ I _



L _ _ BR _



P _ ED _



G _ M _ A



F _ CC _ A

2.COMPLETA LE FRASI AGGIUNGENDO LE PAROLE MANCANTI

VISO , ORECCHIE , MANI, COLLO , PIEDI, OCCHI , BRACCIO , NASO , LABBRA ,
CAVIGLIA

- 1.Andrea ha il libro tra le
2. Francesco ha il rotto e non riesce a scrivere.
3. I tuoi azzurri sono molto belli.
- 4.Che grande!!!
5. Ledi Maria sono rosse e sottili.
6. Quel bambino ha i.....piccoli e porta 36 di scarpe.
- 7.Mia cugina ha un piccolo e grazioso.
- 8.Per sentire meglio dovresti pulire le
- 9.Le giraffe hanno il lungo.
10. Giocando a calcio Matteo si è slogato la

3. ASSOCIA A CIASCUN SPORT LE PARTI DEL CORPO CON IL QUALE ESSO VIENE PRATICATO

Calcio



GAMBE

Nuoto



MANI

Scii



PIEDI

Karate



BRACCIA

4. COMPLETA IL SEGUENTE TESTO CON I VERBI ESSERE E AVERE CONIUGANDOLI AL TEMPO PRESENTE

Maria.....(essere) una ragazza di 26 anni. Lei (avere) i capelli biondi e gli occhi verdi.

.....(essere) molto alta e con delle belle spalle ampie perché(essere) un'abile nuotatrice. Maria.....(avere) tanti riconoscimenti e nella sua camera.....(avere) tante medaglie.

Il merito(essere) anche dei genitori che la stimolano e le(essere) sempre accanto.

5.COMPLETA LE SEGUENTI FRASI CON I VERBI DELLE TRE CONIUGAZIONI (mangiare, bere, dormire) AL TEMPO PRESENTE.

- 1) Francesca in inverno(bere) sempre una cioccolata calda.
- 2) Ho notato che tu non.....(mangiare) sempre sano.
- 3) Ogni giorno dopo pranzo io.....(dormire) sempre un'ora.
- 4) Ma quanto(mangiare)!
- 5) Ultimamente io.....(dormire) poco la notte.
- 6) Per mantenerti in forma.....(bere) molta acqua e fai sport!
- 7) Figlio mio, fai proprio una bella vita:(mangiare) e(dormire)!
- 8) Per i miei gusti(bere) troppa birra, ti si gonfierà lo stomaco.

**6.SCRIVI 10 FRASI CON L'AGGETTIVO POSSESSIVO CON
LE SEGUENTI PARTI DEL CORPO : gamba, braccio, mano,
ginocchio, caviglia, spalla, occhio, polso, dito, naso.**

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

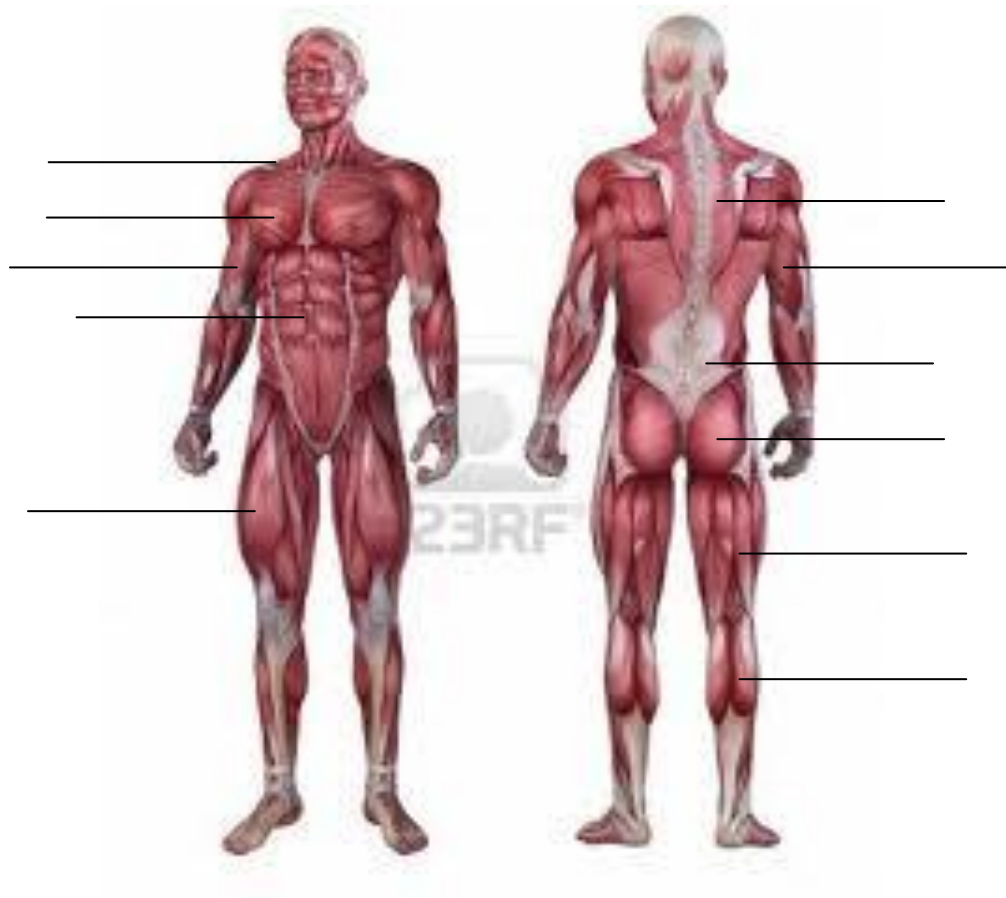
7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

7.COMPLETA L'ESERCIZIO INSERENDO I NOMI DEI MUSCOLI AL POSTO GIUSTO:-dorsale -quadricipite -spalla -bicipite -addome -tricipite -lombale -gluteo femorale - polpaccio -petto.



8. INDICA A QUALE CONIUGAZIONE APPARTENGONO I SEGUENTI VERBI (-are, -ere, -ire).

mangiare

correre.....

bere.....

saltare.....

digerire.....

ballare.....

friggere.....

sudare.....

assaggiare.....

camminare.....

cucinare.....

nuotare.....

condire.....

gareggiare.....

bollire.....

allenare.....

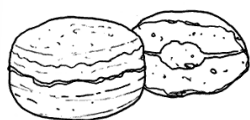
9. COMPLETA LE SEGUENTI FRASI CON I SEGUENTI NOMI: carne , pesce, riso, pasta, burro, olio, patate, latte, pane, uova.

1. La mamma a pranzo ha cucinato il
2. Ieri in montagna abbiamo grigliato la
3. Questa sera mangeremo il che abbiamo pescato
4. Le sono fresche.
5. Spalmo il sulle fette biscottate.
6. L'insalata va condita con un filo d'
7. A pranzo preferisco mangiare un piatto di col pomodoro.
8. Vorrei una fetta di col prosciutto.
9. A colazione preferisco il con i biscotti.
10. Le fritte sono gustose ma non fanno bene.

10. COMPLETA CON UNO DEI SEGUENTI AGGETTIVI QUALIFICATIVI: gustoso, aspri, fresca, cruda, dolce, appetitosa, nutriente, croccante, rosse, friabili.

1. La carne è
2. Le mele sono
3. Il formaggio è
4. La pizza con le olive è
5. La cioccolata è
6. Il pane tostato è
7. Il pesce è.....
8. L'acqua naturale è.....
9. I biscotti sono.....
10. I limoni sono.....

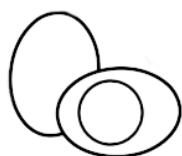
**11. INSERISCI IL NOME APPROPRIATO SOTTO
CIASCUNA IMMAGINE , POI DISTINGUI I CIBI
SALUTARI DA QUELLI NON SALUTARI E COMPLETA LA
TABELLA: gelato, formaggio, pesce, cioccolata, patatine,
bomboloni, verdure, uova, yougurt, frutta, pasta, latte.**



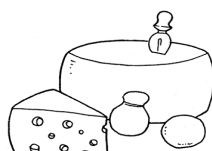








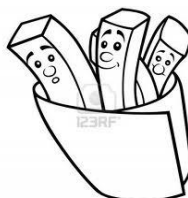














CIBI SI	CIBI NO

12. SCEGLI L'AGGETTIVO POSSESSIVO CORRETTO E SCRIVILO POI SUI PUNTINI COME NELL' ESEMPIO

1. Domani io e il ...mio... amico mangeremo alla mensa scolastica.

nostri - tuoi - ~~mio~~

2. Con la mamma siamo andati a fare la spesa.

nostra - sue - mie

3. Le..... pietanze sono gustose.

suoi - loro - nostri

4. I insegnanti affermano che la frutta è ricca di vitamine.

tua - suo - miei

5. I legumi del orto sono biologici.

miei - suoi - nostro

6. Il nutrizionista ci ha consigliato la dieta mediterranea.

suoi - nostro - tua

7. Le bibite sono fresche .

nostra - tue - mia

8. Il gelato preferito è alla fragola.

mio - tue - nostre

9. Non mangiare i biscotti.

vostre - suoi - tue

10. La pizza è morbida.

nostra - nostre - mie

13. DOPO AVER LETTO IL SEGUENTE TESTO RISPONDI ALLE DOMANDE

IN PALESTRA

Roberto, dopo aver indossato una canottiera bianca, un pantaloncino e comode scarpe da tennis, si reca nella palestra del paese per svolgere l'allenamento. Appena arrivato incontra il suo allenatore Massimo che gli spiega quali esercizi dovrà svolgere oggi. Così Roberto inizia a riscaldare i muscoli con una corsa leggera e subito dopo inizia l'allenamento con gli attrezzi.

1. Dove si reca Roberto?

2. Cosa indossa?

3. Cosa deve fare?

4. Chi incontra in palestra?

5. Qual è l'allenamento che deve svolgere?

14 - DOPO AVER LETTO IL SEGUENTE TESTO RISPONDI ALLE DOMANDE

LA SPESA... CHE ALLEGRIA!

Valeria è felice di andare a fare la spesa al supermercato con la mamma. Appena arrivati prendono il carrello e iniziano a girare tra gli scaffali per trovare i biscotti al cioccolato che piacciono tanto al papà. Per la colazione prendono il latte, lo zucchero e la marmellata. La mamma ricorda che bisogna comprare anche la pasta, il prosciutto e la ricotta.

1. Dove va Valeria e con chi ?

2. Com'è Valeria ?

3. Cosa comprano per il papà?

4. Cosa comprano per la colazione?

5. Cosa ricorda la mamma di comprare?



Realizzato da:

Raso Angelica

Deleo M.Carmela

Mangeruga Selene

Muratori Elisabeth

Cannatà Stefania