

**ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA
COLEGIO DE ITALIANO**

ÁREA IV HUMANIDADES Y ARTES

Grado 6o Clave 1606 Plan 1996

ITALIANO II ÁREA IV

Guía cuaderno de trabajo académico

PROGRAMA ACTUALIZADO

APROBADO POR EL H. CONSEJO TÉCNICO EL 13 DE ABRIL DEL 2018

Coordinación y revisión:

María Elena Cabral Falcón
Diego Israel Castellanos Álvarez

Autores:

Eomir Roel Antonio Solís
Francisco Javier Armas Cortez
María Elena Cabral Falcón
Diego Israel Castellanos Álvarez
Martha Patricia Martínez Lemus
Perla Sacnite Romero Cuacuas

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA

DIRECCIÓN GENERAL: BIOL. MARÍA DOLORES VALLE MARTÍNEZ

SECRETARÍA ACADÉMICA: M. EN C. MARÍA JOSEFINA SEGURA GORTARES

DEPARTAMENTO DE PRODUCCIÓN EDITORIAL: LIC. MARÍA ELENA JURADO ALONSO

Imagen de portada: Diego Israel Castellanos Álvarez

Diseño de Portada: DGS Edgar Rafael Franco Rodríguez

Diseño de Propuesta: Diego Israel Castellanos Álvarez

Diseño Gráfico: Diego Israel Castellanos Álvarez

Cuidado de Edición:

Eomir Roel Antonio Solís

María Elena Cabral Falcón

Diego Israel Castellanos Álvarez

Sitio Web complementario: Diego Israel Castellanos Álvarez

Materiales Audiovisuales (Audios y videos);

Eomir Roel Antonio Solís

Francisco Javier Armas Cortez

Diego Israel Castellanos Álvarez

Martha Patricia Martínez Lemus

Perla Sacnite Romero Cuacuas

Ilustración, fotografía y edición de imagen; Diego Israel Castellanos Álvarez

Ilustración comic: Perla Sacnite Romero Cuacuas

Queda prohibida la reproducción parcial o total del contenido de la presente obra sin la previa autorización expresa y por escrito de su titular en términos de la Ley Federal de Derecho de Autor, y en su caso de tratados internacionales aplicables. La persona que infrinja esta disposición se hará acreedora a las sanciones legales correspondientes.

Primera edición: abril, 2020

Derechos reservados por:

© Universidad Nacional Autónoma de México

Escuela Nacional Preparatoria

Dirección General

Adolfo Prieto 722. Col. del Valle

C.P. 03100 Ciudad de México

Impreso en México

PRESENTACIÓN

La Escuela Nacional Preparatoria, institución educativa con más de 150 años de experiencia formando jóvenes en el nivel medio superior, busca la constante actualización y mejora de sus materiales de apoyo a la docencia, así como la publicación de nuevos ejemplares, siempre teniendo en mente a nuestros alumnos y su aprovechamiento.

Después de varios años de trabajo, reflexión y discusión, se lograron dar dos grandes pasos: la actualización e implementación de los programas de estudios de bachillerato y la publicación de la nueva colección de Guías de Estudio. Sin embargo, los trabajos, resultado del espíritu crítico de los profesores, siguen dando fruto con publicaciones constantes de diversa índole, siempre en torno a nuestro quehacer docente y a nuestros programas actualizados.

Ciertamente, nuestra Escuela Nacional Preparatoria es una institución que no se detiene, que avanza con paso firme y constante hacia su excelencia académica, así como preocupada y ocupada por la formación integral, crítica y con valores de nuestros estudiantes, lo que siempre ha caracterizado a nuestra Universidad Nacional.

Aún nos falta más por hacer, por mejorarnos cada día, para que tanto nuestros jóvenes estudiantes como nuestros profesores seamos capaces de responder a esta sociedad en constante cambio y a la Universidad Nacional Autónoma de México, la Universidad de la Nación.

“POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU”
BIÓL. MARÍA DOLORES VALLE MARTÍNEZ
DIRECTORA GENERAL
ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA

SUGERENCIAS PARA EL USO DE ESTA GUÍA-CUADERNO

PARA EL PROFESOR

- a) Complementar las actividades propuestas en este documento con materiales, ejercicios y herramientas propias o previamente seleccionadas que considere pertinentes para el desarrollo de su curso.
- b) Modificar, adaptar, ampliar o suprimir las diferentes actividades según lo considere pertinente y de acuerdo con la dinámica de cada grupo.
- c) Identificar a aquellos alumnos que ya cuenten con la clave RIU y aquellos que no, para que la tramiten. Asimismo identificar a aquellos alumnos que cuentan con Internet a través de datos móviles en caso de que la RIU presente algún inconveniente a nivel general y así poder continuar con el desarrollo de la actividad.
- d) Implementar dinámicas de dispositivos compartidos: ocasionalmente hay alumnos que ya no cuentan con batería, que no cuentan con datos móviles, conexión a internet, no llevan auriculares (o llevan auriculares, pero su teléfono presenta alguna falla) u otros factores que pueden generarse durante el desarrollo de la lección; por lo que ante estos casos se sugiere que trabajen en pareja y compartan dispositivos. Lo anterior permite resolver este inconveniente y permitir el flujo de la clase.

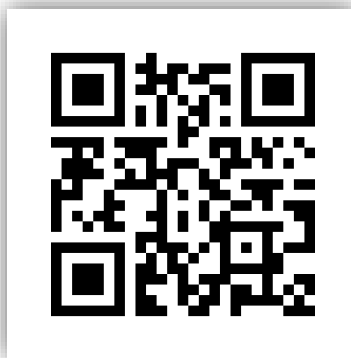
PARA EL ALUMNO EN CLASE

- a) Llevar auriculares a la clase para escuchar los materiales en formato de audio y video.
- b) Prevenir la descarga de la batería de los dispositivos antes de la clase.
- c) Tramitar la cuenta de RIU (la Red Inalámbrica Universitaria) ya que muchas actividades de este documento se llevan a cabo a través de tu smartphone (tableta o computadora) dentro del salón de clases y se requiere de conexión a Internet en dichos casos, además es gratis y te será útil durante tu trayectoria escolar dentro de la UNAM.
- d) Tomar apuntes de las lecciones grabadas en video que se incluyen en esta guía, así como consultar diccionarios impresos y electrónicos.
- e) Buscar información extra que complemente tus conocimientos adquiridos en clase y considerar los contenidos desarrollados en el curso de Italiano I.
- f) Resolver dudas y ampliar tus conocimientos con la ayuda de tu profesor(a).
- g) Acudir a la Mediateca y consultar a un asesor, así como los materiales disponibles.
- h) Resolver las actividades de autoevaluación que se encuentran al final de cada subunidad, ya que pueden proporcionar información útil respecto a los procesos, estrategias y actitudes que se asumen durante el proceso de aprendizaje.

PARA EL ALUMNO QUE PRESENTA EL EXAMEN EXTRAORDINARIO

- a) Consultar el programa actualizado de la asignatura de Italiano II (disponible en la página de la DGENP www.dgenp.unam.mx) para conocer las unidades, objetivos y contenidos de la materia.
- b) Recurrir a las asesorías permanentes para corregir ejercicios de escritura y oralidad
- c) Buscar información extra que complemente tus conocimientos adquiridos en clase y considerar los contenidos desarrollados en el curso de Italiano I.
- d) Hacer uso de la Mediateca: utilizar los recursos y consultar a los asesores que se encuentran en la mediateca, así como diccionarios impresos y electrónicos..
- e) Identificar aquellos ejercicios diseñados para su desarrollo en grupo (ante este tipo de ejercicios, se sugiere acudir con un asesor y crear grupos de estudio).
- f) Resolver las actividades de autoevaluación que se encuentran al final de cada subunidad, ya que pueden proporcionar información útil respecto a las procesos, estrategias y actitudes que se asumen durante el proceso de aprendizaje.
- g) Tramitar la cuenta de RIU (la Red Inalámbrica Universitaria) ya que muchas actividades de este documento se llevan a cabo a través de tu smartphone (tableta o computadora) y se requiere de conexión a Internet en dichos casos, además es gratis y te será útil durante tu trayectoria escolar dentro de la UNAM.

SITIO WEB COMPLEMENTARIO DE LA NUEVA GUÍA-CUADERNO DE ITALIANO II



<https://bit.ly/2Yh4PI7>

INDICE

Pág.

UNITÀ 1 “A scuola nessuno ci si arrende”

1.1 Studiare, ne vale la pena?

A.1 Studiare, ne vale la pena?.....	14
A.2 Sono lolè	14
B.2 Studiare in Italia... Come si fa?	16
B.3 I livelli scolastici italiani.....	18
B.5 Andiamo all’Università	20
B.6 Studiare: come e perché?	21
B.7 Il presente indicativo	21
B.8 I verbi riflessivi	24
C.1 Valutazione	28
C.2 “Sono Agatino”	28
C.3 Autoevaluación	30

1.2 Studi abbandonati

A.1 Non ce la faccio più!	31
A.2 Francesco il medico	31
B.1 Il Passato Prossimo	32
B.3.1 Attività d’ascolto	34
B.5 Il Participio Passato Irregolare	37
B.6.2 Attività sul passato prossimo	38
B.8 Andrea e Natalia	39
B.9 I Pronomi Relativi	40
B.11 Una storia! (L’Imperfetto)	42
B.13 Passato Prossimo e Imperfetto	44
C.1 Valutazione	45
C.3 Autoevaluación	46

1.3 Un progetto pro educazione

A.1 Cosa farai da grande?	47
---------------------------------	----

A.3 Il Liceo dell'UNAM	47
B.3 Il Futuro Semplice	49
B.6 Il Futuro Semplice (audio)	51
B.7 Andare all'università, che stress!	51
B.9 Le Professioni	53
B.11 E dopo l'università?	54
C.1 Valutazione	55
C.2 Autoevaluación	56

Unità 2 "Mi piacerebbe vivere in un mondo dove..."

2.1 Vivo in un posto dove c'è e non c'è...

A.1 Sei una macchina che sta distruggendo il pianeta?	58
B.1 Perché l'essere umano è una macchina d'inquinamento?	61
B.2 Quali sono le conseguenze della spazzatura nel mondo?	62
B.3 Come gestivano i rifiuti i miei nonni?	63
C.1 Valutazione	72
C.2 Autoevaluación	73

2.2 Mi piacerebbe vivere in un posto dove...

A.1 Italia! Dove ti piacerebbe vivere?	74
A.1.1 Patrimoni dell'Umanità secondo l'UNESCO (1950)	74
A.3 Cosa conosci o ti piacerebbe conoscere di queste città?	75
B.1 Dove ti piacerebbe vivere in Italia?	76
B.2 Il Condizionale Semplice	77
B.3 Vocabolario: Un viaggio!	79
B.4 Il Condizionale semplice irregolare	82
B.5 Il posto dove vivo	83
B.6 Lo Stato	85
B.7 Mi piacerebbe vivere in un posto dove...	86
B.8 Avere dei guai	88
B.9 Il "si" passivante	89
B.10 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove... (1)	90

B.10.1 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove... (2).....	91
B.11 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove... (3).....	92
B.12 Progetto ONG	94
C.1 Valutazione	95
C.2 Autoevaluación	96

UNITÀ 3 “Cosa fare per essere sani?”

3.1 Essere sani è importante?

A.1 Chi può definire la salute?	98
A.2 Tre definizioni ufficiali di salute secondo l’OMS (1948)	98
A.3 Indagine sanitaria anonima	99
A.4 La nostra salute... Qual è la tua diagnosi?	99
B.1 La mamma mi fa impazzire!	100
B.2 Videolezione “Il congiuntivo presente”	101
B.3 Il congiuntivo presente (essere - avere e verbi regolari)	101
B.4 Il Sistema Sanitario in Italia	102
B.5 Il Fumetto	102
B.6 I nostri disagi... quali credi che siano le cause?	104
B.8 Il congiuntivo presente (verbi irregolari)	106
B.10 Quando non ci si sente bene! (la forma impersonale)	107
B.12 Centriamoci sulle nostre abitudini	108
B.13 Le buone abitudini	109
B.14 I fattori che danneggiano la salute	110
B.15 La ruta dei disagi	111
C. 1 Valutazione	112
C. 2 Autoevaluación	113

3.2 Come e cosa mangiavano i nostri antenati? Mangiavano meglio di noi?

A.1 Mi faresti un favore?	114
A.3 Indagine anonima sulle abitudini alimentari	116
A.4 Le nostre abitudini alimentari	116
B.1 Lettura	117

B.1.1 I Passati	119
B.2 La comparazione tra due nomi e pronomi	120
B.3 I tesori dell’America e l’Europa	121
B.4 La comparazione tra due aggettivi, verbi o qualità	122
B.4.2 Cosa mangiavano i nostri antenati?	123
B.5 Cibo più sano che buono?	124
B.6 Il superlativo assoluto	125
C.1 Valutazione	130
C.2 Autoevaluación	131
3.3 Sano come un pesce	
A.1 Aiuto!	132
A.2 Stress, problemi e disagi... cause o conseguenze?	132
B.1 Lettura	133
B.1.1 Le cattive abitudini	134
B.2 La forma dell’imperativo (forma positiva e negativa dei verbi regolari -are -ere e -ire).....	135
B.2.2 10 consigli d’oro per vivere meglio	137
B.3 La forma dell’imperativo (forma positiva e negativa dei verbi irregolari).....	138
B.3.3 Prodotti alimentari da includere, ridurre e togliere:	140
B.4 Gli Aggettivi Indefiniti	141
B.4.1 I Pronomi e gli Aggettivi Indefiniti	142
B.5 Le parti del corpo	147
B.6 I Pronomi Diretti, Indiretti e Combinati	148
B.6.1 Una vita sedentaria? Lasciamola!	151
C.1 Valutazione	152
C.2 Attività Finale	153
C.3 Autoevaluación	154
D. Cultura e civiltà “La Dolce Vita”	155
Examen Tipo	157
Clave de respuestas del Examen Tipo	165
Referencias Bibliográficas	166

PRESENTACIÓN DE LOS AUTORES

Bienvenido(a) a esta Guía-cuaderno de trabajo de la asignatura Italiano II. El documento que tienes frente a ti ha sido elaborado con el propósito de atender dos objetivos: por un lado busca ser un libro de texto que sirva como material de apoyo a profesores y alumnos durante el desarrollo del ciclo escolar; por otro lado es una guía para aquellos alumnos que deben acreditar el examen extraordinario de la asignatura. Para ambos casos, esta guía-cuaderno de trabajo está basada en los contenidos del programa actualizado de Italiano II e incluye video-lecciones que podrás repasar las veces que necesites de modo que el aprendizaje siga tu ritmo de trabajo, asimismo cuenta con textos, historietas, ejercicios prácticos impresos y en línea 100% basados en los temas y contenidos de cada unidad que conforman el programa, además de tablas y resúmenes gramaticales; ilustraciones inéditas, un sitio web complementario que será constantemente enriquecido, podcast y videos exclusivos hechos por hablantes nativos que han colaborado en la creación de los contenidos: un examen basado en el modelo del examen extraordinario (examen tipo) y muchos más elementos que enriquecerán tu experiencia de aprendizaje.

La guía-cuaderno de trabajo no está basada en un modelo único de enseñanza, sino que contiene una variedad de estilos que te permitirán adquirir y poner en práctica múltiples estrategias, siguiendo tu propio estilo de aprendizaje. Te invitamos a explorar, conocer y aprovechar cada uno de los elementos que contiene esta guía-cuaderno para que obtengas el mayor provecho.

Ya sea que la utilices en el aula, bajo la guía de tu profesor(a), o la uses de forma individual, te sugerimos poner en práctica tus propias estrategias de aprendizaje.

¡Construye tus conocimientos y aprópiate de este material diseñado especialmente para ti, alumno de Italiano II de la Escuela Nacional Preparatoria!

Atentamente.
Los autores

Unità 1



A SCUOLA NESSUNO CI SI ARRENDE!

1.1 STUDIARE, NE VALE LA PENA?

1.2 STUDI ABBANDONATI

1.3 UN PROGETTO PRO EDUCAZIONE

Objetivo específico de la unidad:

El alumno:

Reflexionará sobre la importancia de la educación formal, los contextos educativos y los ambientes de aprendizaje; identificará y examinará algunas problemáticas que se presentan dentro de los mismos como es el abandono escolar, sus causas (acoso, escasos hábitos de estudios, ambiente escolar inadecuado, entre otros) y consecuencias; analizará casos de estudiantes italianos y mexicanos que experimentan alguna problemática que interfiere negativamente en su formación académica. Lo anterior se llevará a cabo mediante textos auténticos narrativos, descriptivos y argumentativos en lengua italiana, recuperados a través de medios impresos, las tecnologías de la información y medios masivos de comunicación. Al final elaborará un proyecto en torno a los temas abordados en la unidad que contribuya a la prevención de la deserción escolar y favorezca la elección de una carrera



Unità 1



A.1 Studiare, ne vale la pena?

Leggi le domande e rispondi oralmente in gruppo.

1. Sei mancato a scuola qualche volta? Per quali motivi?
2. Pensi che sia meglio non venirci?
3. Conosci qualcuno che ha deciso di studiare il liceo per proprio interesse?
4. Secondo voi, è importante studiare? Perché?
5. Dobbiamo smettere di studiare?
6. E voi, volete continuare a studiare?



STUDIARE...
NE VALE
LA PENA?



A.2 Sono lolè

Leggi il testo e rispondi se lolè crede che valga la pena studiare.

Mi presento sono lolè, una ragazza italiana che come te studia il liceo e vuole un futuro meno incerto di quello che oggi appare dinnanzi a me, **cioè**, questa sorta di presente che non ha futuro: **infatti**, tutti i miei compagni di scuola sentono che non vale la pena studiare una laurea per poi andare a fare lavori che ti allontanano da quello per cui ti sei preparato. Oppure che bisogna studiare tanto oltre la laurea, per arrivare al lavoro ideale ad un'età che non ti consente di goderti la giovinezza con il plus di fare esperienza lavorativa.

Come vedi per alcuni giovani gli obiettivi futuri sembrano abbastanza incerti e fuschi, ma d'altro canto, **cioè** pensando in senso positivo, si può cogliere la situazione che si presenta nel mio paese, come in altri suppongo, di entrare nel mondo del lavoro con un grado di maturità maggiore ed anche, e non meno importante, avere l'opportunità di convivere di più con la propria famiglia, **cioè**, con i propri genitori che a volte non ci pensiamo quanto benefico sia per noi e per loro.

Insomma, quello che voglio dire è che non importa cosa si decide, si deve gioire di ciò che si ha; **infatti**, si deve imparare a decidere ed a costruire il meglio per noi e per chi viene dopo di noi.

Ciao tutti da lolè



A.2.1 Scrivi due frasi brevi al presente per raccontare che cosa pensa lolè. Segui il modello.

Es. lolè non pensa di abbandonare la scuola.

- lolè (credere di) _____
- lolè (volere) _____
- lolè (vede) _____



A.2.2 Ora guarda sul testo le parole in neretto Secondo te, cosa sono? a che servono?

- a) per differenziare due idee che si contrappongono.
- b) per spiegare un'idea appena esposta.
- c) per negare quello che è stato detto.
- d) per rifiutare ciò che è scritto.



Uniscono idee che spiegano, che chiariscono o che aggiungono informazione su quello che si dice.

Osserva la frase che segue:

*· Vado a scuola perché voglio imparare, **cioè** mi piace sapere cose nuove.*

Mi piace sapere cose nuove

abbonda l'informazione della prima frase.

Cosa vuole spiegare o chiarire lolè quando dice...?

***cioè**, questa sorta di presente che non ha futuro.*

*lolè vuole spiegare cosa significa **futuro incerto**.*

Rispondi: lolè chiarisce che tutti i suoi compagni...

***infatti**, tutti i miei compagni di scuola sentono che non ne vale la pena studiare una laurea.*

- a) non vogliono studiare una laurea.
- b) non sono del tutto maturi.
- c) non hanno voglia di lavorare.
- d) non convivono con la famiglia.



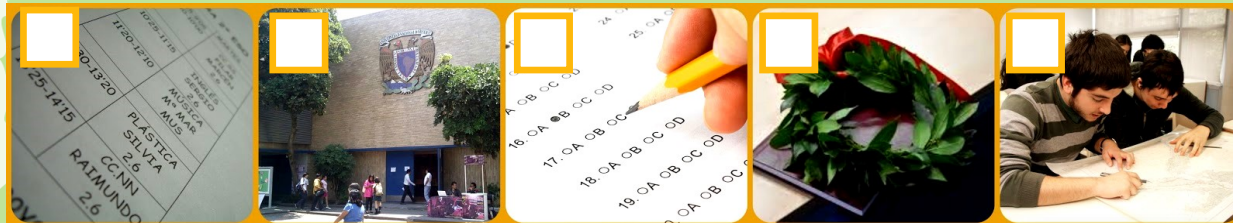
Unità 1

1.1 Studiare, ne vale la pena?



B.1 Leggi le seguenti parole e concetti, poi collegale alle immagini corrispondenti. Attenzione: ci sono due parole in più!

1. finire una laurea
2. esame
3. andare alla mensa
4. liceo
5. tesserino universitario
6. orario
7. studiare con gli amici



B.2 Studiare in Italia... Come si fa?

Ascolta e leggi il seguente testo, poi rispondi alle domande.



Ehilà! Mi chiamo Giancarlo e sono uno studente universitario, e voi cosa fate nella vita? Ultimo anno di liceo, eh? Dovete sentirvi molto emozionati ed orgogliosi. Sicuramente avete fatto un lungo viaggio per poter arrivare fino a questo punto: tante materie, compiti da fare e lezioni da frequentare, complimenti! Lasciatemi parlare un po' della scuola del mio paese: l'Italia.

Allora, si comincia ai tre anni alla scuola materna ma non si deve andare per forza, cioè non è obbligatoria. Poi, si va alla scuola dell'obbligo e si inizia ai sei anni con la scuola elementare che ha una durata di cinque anni. Alla scuola elementare si impara a leggere e scrivere, oltre a conoscenze di cultura generale e lingua inglese. Dopo si va alla scuola media, ovvero la scuola secondaria di primo grado, dove si continua a studiare una lingua straniera e si frequentano diverse materie. Se si vuole continuare a studiare, quindi ci si iscrive alla scuola superiore, ovvero scuola secondaria di secondo grado: il liceo, che può essere classico, scientifico, linguistico, artistico, eccetera; beh, è una cosa molto simile a quello che voi, studenti dell'UNAM, chiamate *áreas* I, II, III e IV. Poi però, esistono anche l'Istituto Tecnico e l'Istituto Professionale con obiettivi diversi. Dopo cinque anni, si finiscono gli studi superiori e si dà l'esame di maturità, che rappresenta un vero incubo per quasi tutti i giovani studenti. Questo esame viene proposto dallo Stato italiano e prevede i contenuti che si apprendono dai 14 ai 19 anni. Alla fine, quelli che decidono di andare all'università devono essere in possesso del diploma di scuola superiore, infatti, si sostengono altri esami d'ammissione per iscriversi alla facoltà della loro preferenza. In Italia, una laurea può durare tre anni: laurea triennale, oppure cinque anni: laurea magistrale. E tu, sai già cosa vuoi studiare all'università?



1. Quanto dura la scuola dell'obbligo?

- a) sei anni
- b) cinque anni
- c) otto anni
- d) non si dice

2. Cosa si studia alla scuola elementare?

- a) scrivere, leggere e l'inglese
- b) due lingue straniere
- c) materie sportive
- d) non si dice

3. Quali sono alcuni tipi di licei?

- a) l'Istituto Tecnico e l'Istituto Professionale
- b) scuole superiori
- c) scuola media e scuola secondaria di secondo grado
- d) classico, scientifico, linguistico ed artistico



Università degli studi di Milano, Lombardia



4. Quando si deve dare l'esame di maturità?

- a) prima della scuola dell'obbligo
- b) alla fine della scuola superiore
- c) nel secondo anno dell'università
- d) all'inizio dell'università

5. Qual è la differenza tra la laurea triennale e quella magistrale?

- a) la durata
- b) il costo
- c) le facoltà
- d) i palazzi





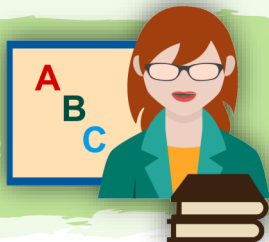
Unità 1

1.1 Studiare, ne vale la pena?



B.3 I livelli scolastici italiani

Ascolta l'audio e guarda la seguente tabella del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca in Italia. In gruppo, paragona il sistema scolastico messicano e italiano.



Hai visto quante situazioni devono passare gli italiani per poter studiare?



Nei testi precedenti si trovano espressioni tipo: *“si presenta nel mio paese...”*, *“si impara...”*, ecc.



Si impersonale: il verbo è usato in senso indeterminato, *senza indicare un soggetto*. Questa è la forma impersonale del verbo e si ottiene quando si anticipa alla terza persona singolare di una qualunque voce verbale la particella “si”.

1. si dice = qualcuno dice, tutti dicono.

2. si credeva = qualcuno credeva, tutti credevano.

3. si andrà = qualcuno andrà, tutti andranno.



Dagli esempi precedenti notiamo che la particella “si” corrisponde a: uno, qualcuno, tutti.



B.4 Ordina le frasi.

1. scrive/scuola/si/A/molto.

2. amici/a/si/Con/calcio/gioca./gli

3. Quando/meglio./studia/in/si impara/gruppo/si/

4. mangiare qualcosa./si può/In un'ora bocca

5. lezione/si/musica/canta./Nella/di



B.4.1 Scrivi una frase con il “si” impersonale per ogni verbo: giocare, imparare, studiare, chiacchierare, disegnare.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____





Unità 1

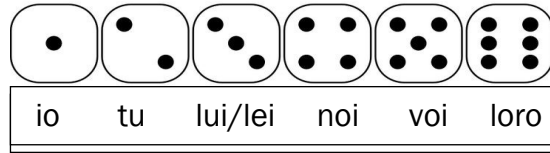
1.1 Studiare, ne vale la pena?



B.5 Andiamo all'Università!

Giocate in gruppi di 4-5 persone:

1. Ognuno di voi deve mettere una monetina nella casella di partenza.
2. Lanciate il dado per poter avanzare.
3. Ogni faccia del dado corrisponde ad un pronome personale: 1. io 2. tu 3. lui/lei 4. noi 5. voi 6. loro.
4. Andate avanti in base al numero che vi tocca e coniugate al presente indicativo la frase della casella con il pronome corretto. Vediamo chi vince!





B.6 Studiare: come e perché?

Attività extra: vai ai formulari e rispondi all'indagine anonima:



B.7 Il presente indicativo

Ripassate la grammatica. In coppia, completate le tabelle.

	-ARE guardare	-ERE scrivere	-IRE (1) dormire	-IRE (2) finire
Io	guardo		dormo	finisco
Tu	guardi	scrivi		finisci
Lui/Lei		scrive	dorme	
Noi		scriviamo		
Voi	guardate		dormite	
Loro	guardano	scrivono		finiscono



Unità 1

1.1 Studiare, ne vale la pena?



B.7.1 Identifica i verbi dentro i seguenti concetti e coniugali al presente indicativo.

	Studiare l'italiano	Capire le lezioni	Prendere appunti	Aprire il libro
Io				
Tu				
Lui/Lei				
Noi				
Voi				
Loro				



B.7.2 Completa la tabella dei verbi irregolari al presente indicativo.

ESSERE	AVERE	ANDARE	VENIRE	USCIRE	RIMANERE
sono	ho		vengo		
sei		vai	vieni	esci	
è		va		esce	
siamo	abbiamo				rimaniamo
siete	avete				rimanete
sono		vanno	vengono		



FARE	STARE	DIRE	DARE	BERE	SPEGNERE
faccio	sto	dico	do		spengo
	stai				
		dice		beve	spegne
		diciamo			
fate					
	stanno	dicono	danno	bevono	
SALIRE	PIACERE	VOLERE	POTERE	DOVERE	TOGLIERE
		voglio		devo	tolgo
sali		vuoi	puoi		togli
	piace	vuole	può		
saliamo				dobbiamo	
salite			potete		
salgono					



Prendi le tue note





Unità 1

1.1 Studiare, ne vale la pena?



B.8 I verbi riflessivi

I verbi riflessivi possono essere regolari oppure irregolari. Leggi la tabella e fa attenzione ai pronomi.

	Pronome riflessivo	Verbo Chiamarsi
Io	mi	chiamo
Tu	ti	chiami
Lui/Lei	si	chiamava
Noi	ci	chiamiamo
Voi	vi	chiamate
Loro	si	chiamano

Altri verbi riflessivi molto usati sono: svegliarsi, alzarsi, vestirsi, truccarsi, pettinarsi, lavarsi, prepararsi, dimenticarsi di, allenarsi, sposarsi, abbracciarsi, baciarsi, innamorarsi, rilassarsi, addormentarsi, pentirsi, lamentarsi, arrabbiarsi, ecc.





B.9 Leggi il seguente fumetto . E tu sai già cosa vuoi studiare?



Fumetto disponibile in sul sito web:





Unità 1

1.1 Studiare, ne vale la pena?



B.10 Leggi le frasi e coniuga i verbi oralmente al presente indicativo.

- a) Essere dentro l'aula.
- b) Avere lo zaino nuovo.
- c) Andare a scuola presto la mattina.
- d) Venire senza penna e matita all'esame.
- e) Uscire dall'aula dopo la lezione.
- f) Rimanere in biblioteca per studiare.
- g) Fare i compiti immediatamente.
- h) Dare la lezione oralmente.
- i) Alzarsi per farsi la doccia.
- l) Giocare per strada invece di andare a scuola.



B.11 Test: Scuola irregolare

Attività extra: completa la seguente attività in línea.





B.12 Completa le frasi al presente indicativo con i verbi dati. Attenzione ai verbi irregolari.

1. (volere-io) studiare alla facoltà di ingegneria.
2. Andrea ed io (mangiare) alla mensa dalle 13:00 alle 14:00 ore.
3. Luigi (finire) i suoi compiti e dopo (uscire) con gli amici.
4. Noi (ascoltare) con attenzione.
5. Prima di venire a scuola, Anna (fare) colazione a casa: (prepararsi) dei cereali e (bere) una spremuta d'arancia.
6. Matteo e Luisa (pensare) di studiare alla facoltà di filosofia e lettere.
7. Carlo, (prendere) il metrò per arrivare a scuola?
8. Professore, (potere) ripetere la domanda?
9. Sofia (capire) molto bene l'italiano ma quando (scrivere) fa ancora qualche sbaglio.
10. Ragazzi, (venire) alla festa dopo la lezione?
11. Amici, oggi non (io-venire) a scuola, (sentirsi) male, quindi (io-rimanere) a casa.
12. Pietro e tu (dovere) fare il lavoro di biologia in coppie.
13. Maria (svegliarsi) alle 9:00, (fare) la doccia, (vestirsi) e prima di venire a scuola, (comprare) un caffè latte.
14. Come (tu-riuscire) a studiare guardando la TV? Non (Tu-distrarsi)?
15. Paola e io (arrabbiarsi) ogni volta che Daniele e Davide (chiacchierare) in aula, non (smettere) di parlare mai.
16. Domani, la mia classe ed io (fare) una gita a Roma, (io-volare) conoscere il Castel Sant'Angelo!

Ponte degli Angeli davanti al Castel San'Angelo, Roma





Unità 1

1.1 Studiare, ne vale la pena?



C.1 Valutazione

In gruppi, parlate delle vostre giornate a scuola. Scegliete qualche giorno della settimana e rispondete alle domande per motivare il vostro dialogo.

1. A che ora ti svegli?
2. Qual è la prima cosa che fai quando ti alzi?
3. Cosa fai la mattina prima di venire a scuola?
4. Come vieni a scuola? A piedi? In macchina? In metrò?
5. Qual è la prima lezione che prendi? Ti piace?
6. Quali sono le tue materie preferite?
7. Cosa fai nel tempo libero a scuola?
8. Quali sono le materie più difficili e quali sono le più facili?
9. Dove pranzi e con chi?
10. Cosa fai il pomeriggio?
11. A che ora studi e fai i compiti?
12. Cosa fai la sera?
13. Come finisce la tua giornata?



C.2 “Sono Agatino”

Ascolta l'audio e abbinare le colonne.



1. Ad Agatino piace
 2. Il professore di matematica
 3. Gli amici di Agatino
 4. I genitori di Agatino
- A) () non lo capiscono.
 - B) () giocare a calcio.
 - C) () non ha pazienza.
 - D) () sono all'esame di riparazione.



C.2.1 Riascolta l'audio e scrivi una lettera per un amico/a: racconta l'esperienza di Agatino con le tue parole (50-60 parole).

Caro amico, / Cara amica,

Ti racconto la storia di Agatino, un ragazzo siciliano...



Unità 1

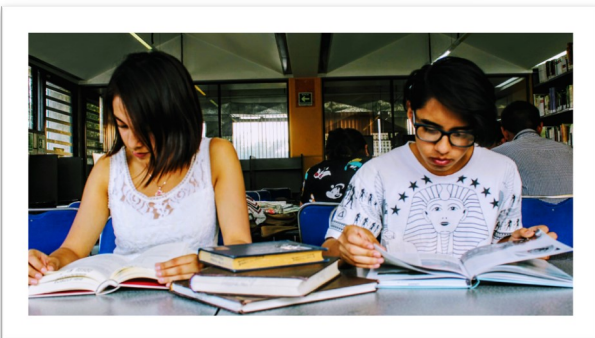
1.1 Studiare, ne vale la pena?



C.3 Autoevaluación

Marca con una \checkmark dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



A.1 Non ce la faccio più!

Questa frase si usa spesso quando ci si trova in una situazione difficile, e vuol dire: “non ne posso più!” Per esempio a scuola con tanti compiti, progetti, esami, voti, lezioni, ecc.

E tu... hai mai pensato di abbandonare la scuola?

Non ce la faccio più!



A.2 Francesco il medico

Si dice che finire il liceo è proprio una sfida. Ascolta la storia di Francesco e poi rispondi alle domande.



Ciao! Sono Francesco. Faccio il medico e voglio raccontare a tutti voi un po' della mia storia. Sono nato in Veneto, proprio a Padova. Posso dire che ho avuto una bella infanzia e tranquilla anche se ho sempre avuto dei problemi a scuola, magari anche a voi è successo, no?

Ai 20 anni ho deciso di smettere di studiare perché pensavo che la scuola non fosse fatta proprio per me. Allora, ho cominciato a lavorare: per alcuni anni ho fatto il cameriere, sono stato anche barista, beh... ho provato a fare tante cose però a dire il vero, non ero felice.

Alla fine, mi sono accorto che avevo sbagliato e che veramente valeva la pena studiare per avere un futuro migliore, perciò ho ripreso gli studi. Dopo aver sudato sette camice, ho superato gli esami d'ammissione e mi sono iscritto alla facoltà di medicina. Mi sono laureato poco tempo fa e da un paio di mesi lavoro in un ospedale della mia città. Mi sento molto felice di aver fatto un'ottima scelta, sono riuscito a finire l'università e sono diventato un bravissimo medico. Lo so che a volte la scuola ci sembra difficile ma, mi raccomando ragazzi, non smettete di studiare!



Unità 1

1.2 Studi abbandonati

1. Dove è nato e cosa fa nella vita Francesco?.....
2. Quando ha deciso di smettere di studiare?
3. Cosa ha fatto dopo aver abbandonato gli studi?
4. Perché ha voluto studiare all'università?
5. Alla fine cosa consiglia?



B.1 Il Passato Prossimo

Nel testo precedente ci sono alcuni verbi tipo: “sono nato”, “ho deciso”, si tratta di un tempo verbale: il **Passato Prossimo**, ve lo ricordate? Ripassate la grammatica!

Il **Passato Prossimo** è un tempo verbale del modo indicativo che serve per parlare di azioni concluse in un passato vicino. È un tempo composto, questo vuol dire che si usano due componenti per costruirlo:

AUSILIARE (essere o avere) al presente indicativo + **PARTICIPIO PASSATO** Il participio passato **regolare** è semplice da formare:

- * I verbi in –ARE hanno il participio passato in – ATO
mangiare > mangiATO lavorare > lavorATO
- * I verbi in –ERE hanno il participio passato in – UTO
temere > temUTO vendere > vendUTO
- * I verbi in –IRE hanno il participio passato in – ITO
partire > partITO servire > servITO

Esempi:

1. Oggi **sono partito** per l'Italia (spagnolo: Hoy he partido hacia Italia).
2. Ieri io **ho mangiato** una pizza (spagnolo: He comido una pizza).

Quando usare l'aussiliare **essere** o l'aussiliare **avere**?

Basicamente, di fronte ai verbi

Transitivi viene usato l'aussiliare **VERE**

Intransitivi viene usato l'aussiliare **ESSERE**



Frase al presente indicativo:

Mario **guarda** la TV / **Chi** guarda? Mario / **Cosa** guarda? la TV

Frase al passato prossimo:

Mario **ha guardato** la TV.

Siccome c'è un oggetto diretto (quindi si tratta di un verbo transitivo), usiamo l'ausiliare AVERE.

Frase al presente indicativo:

Mario **va** a scuola / **Chi** va? Mario / **Cosa** va? Mario

In questo caso, non abbiamo proprio un oggetto diretto ma un'azione che ricade sullo stesso soggetto (verbo intransitivo) e perciò usiamo l'ausiliare **ESSERE**. Per ultimo, ricordatevi che sempre che usiamo l'ausiliare **ESSERE** dobbiamo fare una concordanza di genere e numero tra il participio passato e il soggetto.

Esempio:

- Andrea è **uscito** in fretta dall'università. (Soggetto singolare maschile)
- Andrea e Mario **sono andati** a Roma. (Soggetto plurale maschile)
- Luisa è **uscita** in fretta dall'università. (Soggetto singolare femminile)
- Luisa e Maria **sono andate** a Roma. (Soggetto plurale femminile)



Prendi le tue note



Unità 1

1.2 Studi abbandonati



B.2 Completa le frasi secondo il modello.

Ieri, Luisa (**andare**) alla lezione di psicologia.
 Ieri, Luisa è **andata** alla lezione di psicologia.

1. Piero, (*finire*) _____ i compiti d'italiano?
2. Una settimana fa, Valeria (*comprare*) _____ una nuova macchina.
3. Un anno fa, Matteo e Pietro (*partire*) _____ in Italia per fare uno scambio universitario.
4. E voi ragazzi, (*pensare*) _____ cosa volete studiare all'università?
5. La lezione di letteratura (*iniziare*) _____ mezzora fa.
6. L'estate scorsa, (*noi-visitare*) _____ il Museo Universitario d'Arte Contemporanea.
7. Ieri sera, Martina (*tornare*) _____ dal suo viaggio in Sudamerica.
8. Luigi e i suoi amici (*andare*) _____ a Siena, una città davvero bella.
9. L'altro ieri, (*io-guardare*) _____ un bellissimo film della Seconda Guerra Mondiale.
10. Eugenia, (*studiare*) _____ abbastanza per l'esame di oggi?



B.3.1 Attività di ascolto

Ascolta (massimo 3 volte) le frasi e scriville.





B.3.2 Leggi le frasi e trasformale al passato prossimo nel tuo quaderno secondo il modello. Se è necessario aggiustale.

Maria va dal dottore / Maria è andata dal dottore.

1. Sofia *porta* la sua amica Anna alla festa.
2. Questo mese *cambio* casa.
3. Marianna ed io *torriamo* fra un attimo.
4. *Copiamo* gli appunti della lavagna.
5. *Ascoltate* con molta attenzione.
6. Sara *arriva* in ritardo in aula.
7. *Studi* molto per superare gli esami.
8. Il corso *finisce* il 15 marzo.



B.4 Scegli l'opzione corretta.

1. Una settimana fa _____ l'esame di lingua spagnola.
a) abbiamo dato
b) abbiamo comprati
c) siamo studiato
d) siamo dati
2. Ragazze, _____ al corso di francese?
a) avete entrato
b) siete entrati
c) siete entrate
d) avete entrate





Unità 1

1.2 Studi abbandonati

3. Tre anni fa, Giuseppe _____ il liceo. Adesso studia all'università.

- a) ha andato
- b) ha finito
- c) è andato
- d) è iniziato



4. I bambini _____ di casa alle 9:00 ore.

- a) hanno andato
- b) sono partito
- c) sono usciti
- d) hanno viaggiato



5. Riccardo, _____ il compito?

- a) sei comprato
- b) hai guardati
- c) sei scritto
- d) hai consegnato

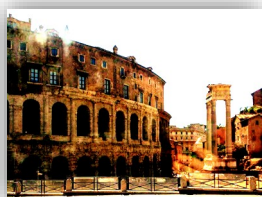




B.5 Il Participio Passato Irregolare

Completa gli spazi vuoti nelle seguenti tabelle.

Verbo	Ausiliare	Participio Passato	Verbo	Ausiliare	Participio Passato
essere	essere	stato	accorgersi	essere	accorto
stare	essere	stato	piangere	_____	pianto
dire	avere	detto	spegnere	avere	spento
fare	_____	fatto	vincere	_____	vinto
leggere	avere	_____	aggiungere	avere	_____
scrivere	avere	scritto	dipingere	_____	dipinto
rompere	_____	rotto	scegliere	_____	scelto
tradurre	_____	tradotto	togliere	avere	tolto
aprire	_____	aperto	risolvere	avere	risolto
offrire	avere	offerto	prendere	_____	preso
soffrire	avere	sofferto	accendere	_____	acceso
morire	essere	_____	spendere	_____	_____
			scendere	_____	sceso
correre	av. / ess.	corso	decidere	avere	deciso
mettere	avere	messo	uccidere	avere	_____
succedere	essere	_____	ridere	_____	riso
venire	_____	venuto	chiudere	_____	_____
conoscere	_____	conosciuto	rimanere	essere	rimasto
bere	avere	bevuto	chiedere	_____	_____
vivere	_____	vissuto	rispondere	_____	_____
nascere	essere	nato	proporre	_____	proposto
			vedere	_____	visto
			perdere	avere	perso



Il Colosseo, Roma



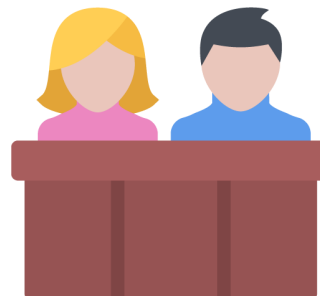
Unità 1

1.2 Studi abbandonati



B.6.1 In coppie, rispondete oralmente alle domande.

1. Quando sei nato/a?
2. Qual è l'ultimo libro che hai letto e che ti è piaciuto?
3. Cosa hai bevuto stamattina?
4. In quale indirizzo (I,II,III o IV) hai deciso di studiare?
5. Quale laurea hai scelto di studiare?
6. Qual è l'ultimo posto che hai visitato?
7. Qual è stata la prima cosa che hai mangiato oggi?
8. Per quale ragione sei rimasto/a in veglia una notte intera?



B.6.2 Attività sul passato prossimo

Leggi il codice QR per rivolgerti ai formulari e completa il test di passato prossimo partecipi passati irregolari.

Se hai bisogno di praticare di più il Passato Prossimo, vai avanti con i seguenti esercizi.

In bocca al lupo!





B.7 Leggi il testo e scrivi l'ausiliare giusto.

Ciao! Mi chiamo Roberto, ho 19 anni e sono uno studente di Sociologia all'Università Nazionale Autonoma del Messico. Cinque anni fa _____ finito di studiare il liceo. Ricordo che il mio primo anno di liceo _____ stato molto divertente: _____ conosciuto molti amici, _____ andato a molte feste e mi _____ innamorato per la prima volta, dai, che tempi! L'anno seguente, la mia famiglia ed io _____ cambiato casa. Io _____ dovuto studiare in un altro liceo. All'inizio, non volevo più studiare perché mi sentivo triste ma piano piano mi _____ abituato a questa nuova scuola: _____ fatto nuove amicizie, _____ frequentato materie diverse ed interessanti; alla fine, _____ studiato l'area III: Scienze Sociali e perciò _____ deciso di studiare Sociologia. Mi _____ iscritto nella Facoltà di Scienze Politiche e sociali ed ora sono molto contento di non aver smesso di studiare.



B.8 Andrea e Natalia

Leggi le due storie e poi riscrivile al passato prossimo nel tuo quaderno.

Andrea: La mattina mi alzo alle 7:00, faccio la doccia e dopo mi vesto. Prima di andare a scuola faccio colazione insieme alla mia famiglia. Mio padre va a lavorare e mia madre porta la mia sorellina all'elementare. Vengo a scuola, prendo le mie lezioni dalle 9:00 alle 13:00. Dopo scuola, torno a casa. Il pomeriggio, finisco i miei compiti e più tardi gioco videogiochi. Prima di andare a letto, la mia famiglia ed io guardiamo un po' la televisione e ceniamo insieme. Alle 22:30 vado a letto.

Andrea: Ieri mattina mi sono alzato alle 7:00 ...

Natalia: Di solito mi sveglio alle 8:00, mi pettino, mi trucco e vado in ufficio. Compro il biglietto e prendo l'autobus. Arrivo al lavoro alle 9:00 e lì mangio un cornetto e bevo un caffè. Parlo un po' con i colleghi e dopo il pranzo vado in palestra. La sera esco con gli amici, andiamo a bere qualcosa oppure a cenare. Più tardi, rientro a casa e dormo.

Natalia: Mi sono svegliata alle 8:00, ...



Unità 1

1.2 Studi abbandonati



B.9 I Pronomi Relativi.

Completa le frasi con le espressioni date.

nella quale - a cui - che vive - con il quale - che leggi - di cui

1. Il libro _____ è un capolavoro.
2. Lei è la ragazza _____ ti ho parlato tanto.
3. Il professore _____ dobbiamo consegnare i compiti è in aula.
4. Mia sorella Arianna, _____ a Bologna, arriva dopodomani.
5. Matteo è l'amico _____ posso essere talmente sincero.
6. La facoltà _____ voglio studiare, è molto importante.



B.9.1 Leggi il seguente testo ed osserva le parole in neretto.

Un giovane studente, tornando a casa da una passeggiata serale, si è sentito improvvisamente dare uno spintone da un individuo **il quale** continuò la sua strada senza chiedere scusa. Fatti pochi passi, si è reso conto di non aver più l'orologio **che** gli aveva regalato sua madre. Senza esitare, è tornato indietro, si è precipitato sul presunto ladro, lo malmenò, e gli riprese la refurtiva. Tornato a casa, ha narrato l'avventura alla madre, **la quale** gli ha risposto mostrandogli l'orologio che aveva dimenticato. Lo studente era piombato addosso ad un pacifico viandante e lo aveva derubato.



B.9.2 Attività in gruppo

A che servono le parole in neretto? Sono pronomi relativi e servono a sostituire un nome e allo stesso tempo mettono in relazione due proposizioni congiungendole in un unico periodo:

Glossario: serale: che ha luogo di sera; spintone: forte urto capace di provocare spostamento; orologio: strumento atto a misurare intervalli di tempo; esitare: titubare, mostrarsi incerto; malmenare: picchiare duramente, maltrattare; refurtiva: quanto è stato sottratto a qualcuno con un furto; addosso: contro, sopra.

Osservate: Non si ripete "il libro", si sostituisce con "che"

- a. Il libro era sul tavolo. Ho preso il libro.
- b. Ho preso il libro **che** era sul tavolo.

*Nell'esercizio precedente, cosa sostituiscono le parole in **neretto**?



B.9.3 Un ripasso alla grammatica

Il pronome relativo per eccellenza è il pronome **che**: è invariabile ed ha un'unica forma tanto per il singolare che per il plurale, tanto per il femminile come per il maschile.

Il pronome che può essere sostituito dai pronomi: **il quale, la quale, i quali, le quali**: queste forme possono essere precedute dalle preposizioni; esempio: del quale, al quale, con il quale, eccetera.

- Il professore, al quale sono affezionata, è malato.
- La ragazza, della quale ti ho raccontato i successi, è mia figlia.

Il pronome **cui**, indeclinabile, è usato da solo con il significato di: al quale, alla quale, ai quali, alle quali.

- Il premio, cui (= al quale) aspiravi, non ti è stato assegnato.
- L'uomo, di cui (= del quale) conosci la storia, è qui.
- La ragazza, con cui (= con la quale) sei uscita ieri, è anche amica mia.



B.9.4 In coppia, unite le frasi con un pronome relativo, poi pensate un titolo per il testo precedente.

- Ho letto un articolo - L'articolo parlava di cinema.
- Non ho studiato la lezione - Il professore ci aveva spiegato la lezione il giorno prima.
- Ho letto con piacere quel libro - Giulio mi aveva parlato di quel libro.



B.10 Collega le seguenti frasi. .

- | | |
|--|--|
| 1. Nonostante la sua difficoltà per imparare le matematiche... | () ha potuto superare l'esame. |
| 2. A lezione di italiano impariamo la lingua... | () perché vogliamo studiare Ingegneria Industriale. |
| 3. Ho studiato veramente tanto... | () ma non sono riuscito a superare la prova. |
| 4. Anna ed io abbiamo scelto l'area I... | () siete davvero bravissimi giocatori. |
| 5. Voi due giocate molto bene a calcio... | () allora devi smettere di frequentare Flavio. |
| 6. Marianna, se non sei innamorata... | () inoltre la cultura italiana. |



Unità 1

1.2 Studi abbandonati



B.10.1 Trova sul dizionario il significato delle seguenti parole per scrivere delle frasi nel tuo quaderno:

Inoltre, allora, perché, ma, così, davvero, molto, veramente.

Es. Ho abbandonato gli studi perché ho avuto un grave incidente.



B.11 Una storia! (L'Imperfetto)

Ascolta la seguente storia e rispondi oralmente alle domande.



1. In quale stagione dell'anno si svolge la storia?
2. Cosa volevano fare i personaggi?
3. Perché non riuscivano a farlo?
4. Cosa bevevano i personaggi?
5. Alla fine, cosa hanno deciso di fare?



B.11.1 Ascolta nuovamente la storia e completa gli spazi vuoti con i verbi tra parentesi.

Mi ricordo che (essere) _____ una bella giornata estiva. Andrea ed io non (avere) _____ tanti soldi, nonostante (volere) _____ fare un gita al mare. Quel giorno (fare) _____ molto caldo ed i miei genitori non (essere) _____ in casa. Mentre Andrea mi (proporre) _____ di usare la macchina di mio padre ed andare in spiaggia, (pensare) _____ di no perché non mi (parere) _____ un'ottima idea. Siamo rimasti in silenzio. (bere) _____ un sorso della mia fredda birra e (immaginarsi) _____ davanti al bel mare della Sicilia. Il mio amico (perseverare) _____ con la sua proposta... Alla fine, mi ha convinto. Siamo andati in spiaggia anche se i miei genitori si sarebbero arrabbiati un sacco. Beh, un'esperienza che (valere) _____ la pena di fare!



In gruppi, commentate se avete vissuto qualche avventura da ricordare.



B.12 Completa le tabelle dell'Imperfetto regolare.

Imperfetto		
Parl-are	Prend-ere	Cap-ire
parl-avo parl-avi parl-ava parl-avamo	prend-evo prend-evi prend-eva prend-evamo	cap-ivo cap-ivi cap-iva cap-ivamo



Per fare un ripasso dell'imperfetto vai al sito web.

Essere	Fare	Dire	Bere	Porre
ero	_____	dicevo	_____	ponevo
eri	facevi	_____	bevevi	_____
era	_____	diceva	_____	poneva
eravamo	_____	dicevamo	bevevamo	_____
eravate	facevate	_____	_____	ponevate
_____	facevano	dicevano	_____	ponevano



B12.1 Completa le frasi con i verbi dati.

- Quando (studiare) _____ all'Università per Stranieri di Perugia, (amare) _____ fare delle gite con i miei amici.
- Da piccolo, (noi-guardare) _____ i fumetti in televisione prima di andare a scuola.
- Al telefono, (rispondere) _____ sempre la sua mamma.
- Ieri sera, mentre (io-finire) _____ i miei compiti, mio padre (preparare) _____ il pranzo.
- Mi ricordo che un anno fa, voi (volere) _____ smettere di studiare. Meno male che non lo avete fatto.
- Al liceo, i miei amici ed io (uscire) _____ spesso a tanti bei posti.



Unità 1

1.2 Studi abbandonati



B.12.2 Attività sull'imperfetto

Leggi il seguente codice QR e completa il test sull'imperfetto.



B.13 Passato Prossimo e Imperfetto

Secondo voi, quando si usa il Passato Prossimo e quando l'Imperfetto? Riflettete e commentate in gruppo.

Il Passato Prossimo e l'Imperfetto, si usano insieme quando si esprime una situazione in corso "interrotta" da un'altra azione:

Mentre il professore spiegava la lezione, è entrata Regina.

La situazione in corso si esprime nell'Imperfetto, ma l'azione che interrompe la situazione si esprime in Passato Prossimo. Identificate le situazioni e le azioni nelle seguenti frasi:

1. Mentre Lucia correva nel parco, ha incontrato Lidia.
2. Abbiamo comprato una macchina, quando eravamo a Roma.
3. Ho studiato l'inglese quando avevo 10 anni.



B.13.1 Passato prossimo o imperfetto? Metti i verbi al tempo giusto.



1. Mentre Francesca (studiare), (telefonare) il suo fidanzato.
2. Siccome lui (dovere) dare un esame, (fare) le ore piccole.
3. Quando (io-avere) 7 anni, (cadere) dalla bicicletta.
4. Mario (essere) molto grasso, dunque (cominciare) a fare sport.
5. Mentre (noi-aspettare) la metropolitana, (vedere) Monica.
6. Quando Roberto (avere) 17 anni, (decidere) di farsi un tatuaggio.



C.1 Valutazione

Leggi i seguenti argomenti, scegliene uno e scrivi un breve testo nel tuo quaderno (50-60 parole).

1. Una persona molto importante che hai conosciuto nel liceo.
2. Un periodo scolastico difficile della tua vita.
3. Una situazione divertente o strana che hai passato a scuola.



C.2 In gruppo, leggete le seguenti frasi. Siete d'accordo con esse? Parlatene e scambiate le vostre opinioni.



1. Se non si vuole studiare, si deve smettere di farlo.
2. Nessuno è costretto ad andare a scuola.

3. Il sistema scolastico italiano è peggiore/migliore del messicano.



4. Non tutte le persone devono andare all'università.

5. Gli insegnanti non devono lasciare compiti.

6. L'educazione è il problema più grave del Messico.



Unità 1

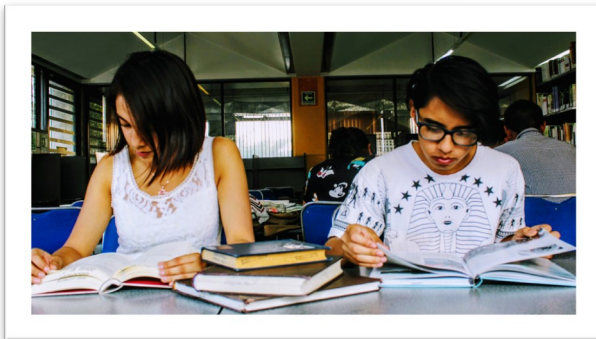
1.2 Studi abbandonati



C.3 Autoevaluación

Marca con una \checkmark dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



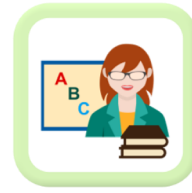
Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



A.1 Cosa farai da grande?

Completa gli spazi vuoti con le seguenti parole

1. Cuoco 2. Cassiere 3. Chimico 4. Musicista 5. Regista
6. Insegnante 7. Chirurgo 8. Pitttrice 9. Parrucchiere 10. Meccanica



A.2 Scrivi delle frasi per spiegare cosa fa ogni mestiere/professione dell'attività precedente. Leggi le tue frasi alla classe.

Blank writing area with horizontal lines for notes.



A.3 Il liceo dell'UNAM

Commenta con l'intera classe.

Questo liceo offre istruzione e formazione professionale per studiare concomitantemente alle materie liceali.

•Che ne pensi di questa opportunità educativa?





Unità 1

1.3 Un progetto pro educazione



B.1 Leggi il seguente brano e trova i mestieri, poi elencali nel riquadro. Secondo te, in quale periodo della storia si svolge il racconto?

L'uomo e il cane non c'erano e Sebastiano ne approfittò per perlustrare con lo sguardo la capanna in cui si trovava: il pavimento era di terra battuta e alle pareti erano appese reti e nasse* da pescatore.

In un angolo però c'era un tavolo con sopra bottigliette, storte**, barattoli chiusi, simili a quelli di uno speziale***. Chi era l'uomo con il cane che l'aveva salvato?

Sebastiano cercò di alzarsi, ma un lampo attraversò la ferita e lui scoprì di essere ancora troppo debole.

Proprio in quel momento rientrarono nella capanna l'uomo e il cane dei suoi sogni.

- E così hai deciso che, almeno per il momento, non abbandonerai questa valle di lacrime, - disse l'uomo. - Come ti chiami, ragazzo?

- Sebastiano, - rispose il piccolo apprendista pittore con una voce che stentò**** a riconoscere come sua. Dormiva da quasi due giorni e la sua gola si era disabituata alla consuetudine dei suoni.

- Abbiamo incontrato i banditi...

-Certo, lo so, - disse l'uomo, - e tu sei stato ferito gravemente. Se sei salvo devi ringraziare le cure di Maria dei Fossi, la strega. Con le sue erbe e la sue preghiere ti ha riportato alla vita. Più tardi la vedrai.

- E voi chi siete, signore?

- Io, ragazzo, mi chiamo Settimino e per vivere faccio il pescatore. Però sono anche un alchimista. Studio gli elementi e ne capisco i segreti. Dimmi piuttosto di te: da dove vieni? Con chi viaggiavi? Dove stavate andando?

Sebastiano raccontò allora dello studio dei pittori, del viaggio a Venezia, dei banditi. Chiese da quanti giorni si trovasse lì nella capanna, fra la vita e la morte. Quando apprese che erano trascorsi ormai quasi due giorni dal suo ferimento, ne fu assai meravigliato. Chiese pure se l'alchimista avesse visto qualcuno della sua carovana che fosse venuto a cercarlo. L'uomo gli rispose che nessuno si era fatto vivo.

-Devo alzarmi, - disse allora Sebastiano, - devo raggiungere i pittori. Voglio andare a Venezia...

L'alchimista-pescatore lo trattenne e cercò di calmarlo: non sarebbe andato lontano in quelle condizioni. Prima doveva ristabilirsi completamente.

-Stasera tornerà la vecchia Maria, - disse l'alchimista. - Lei dirà se potrai partire o no.



Mestieri presenti nella lettura:

Glossario:

***Nassa:** sorta di cesta di vimini per la pesca, con l'apertura fatta in modo che il pesce, una volta entrato, non possa più uscirne.

****Storta:** recipiente utilizzato per distillare.

*****Speziale:** venditore di spezie/ antico o popolare farmacista.

******Stentare:** fare fatica, incontrare difficoltà nel fare qualcosa.



B.2 Qual è la differenza tra un mestiere e una professione? Commentate in gruppi e poi con l'intera classe.



B.3 Il Futuro Semplice
Completa la tabella.

Guard-are	Scriv-ere	Apr-ire
Guard-erò		Apr-irò
	Scriv-erai	Apr-irai
Guard-erà		Apr-irà
	Scriv-eremo	Apr-iremo
Guard-erete	Scriv-erete	
Guard-eranno	Scriv-eranno	

Futuro Semplice

Attenzione! I verbi che finiscono in "ciare" e "giare" perdono la "i" al futuro semplice: Inoltre, i verbi che finiscono in "care" e "gare" prendono una "h". Ad esempio:

Comin-ciare	Pa-gare
Comincerò	Pagherò



Unità 1



B.4 Completa le frasi al futuro semplice con i verbi fra parentesi.

1. Fra una settimana (io-cominciare) _____ a lavorare in una nuova azienda.
2. Se tutto va bene, loro mi (telefonare) _____ per il colloquio di lavoro.
3. Secondo il telegiornale, stasera (nevicare) _____ al nord del Paese.
4. (io-finire) _____ tutti i compiti questa settimana, lo giuro!
5. Ragazzi, scusate ma noi (arrivare) _____ in ritardo all'appuntamento.
6. (Tu-mettere) _____ in ordine la cucina o devo farlo io?



B.5 Completa la tabella dei seguenti verbi con il futuro semplice.

Futuro Semplice

Essere sarò sarai sarà saremo sarete saranno	Avere avrò avrà avrà avremo avrete avranno	Dare darò darai	Fare farò	Stare starò	Andare andrò
Potere potrò	Dovere dovrò	Volere vorrò	Sapere saprò	Venire verrò	Bere berrò



B.6 Il futuro semplice

Di solito, si usa il futuro quando si parla di progetti, promesse e ipotesi. Ascolta le frasi e poi scrivi nelle parentesi l'uso che corrisponde: *Promessa (Pa)*, *Ipotesi (Ip)*, *Progetto (Po)*.



1. Uffa! Mi manca l'aria ogni volta che salgo le scale... da domani smetterò di fumare! ()
2. Secondo me, Roberto non avrà più di vent'anni. ()
3. Giulia non è ancora arrivata, che ora è? – Boh, saranno le tre. ()
4. Un giorno andremo anche noi in Italia per fare una vacanza studio. ()
5. Ma che sbornia! Non berrò così tanto la prossima volta! ()
6. Fra tre mesi studierò nella Facoltà di Scienze Politiche e Sociali. ()



B.7 Andare all'università, che stress!

Leggi il testo, trova i verbi al futuro e sottolinea.

Andare all'università, che stress!

Ciao, mi chiamo Sara, sono una studentessa di liceo e da un po' che mi sento nervosa. Il motivo? Voi sicuramente lo sapete: perché fra poco tempo dovremo andare all'università: che stress! Ma che laurea scegliere? Come sarà? E... se sbaglio? Ma dai, mi sento veramente persa. I miei compagni, invece, hanno già deciso: Michele sarà avvocato, leggerà le leggi e lavorerà nel governo o in ufficio.



Alice diventerà attrice, a lei sempre è piaciuto il teatro. Rodolfo e Natalia studieranno la medicina, loro sono davvero bravi con le materie biologiche, saranno bravissimi medici in un ospedale importante. Luisa vorrà fare la chimica, **anzi**, la biochimica per una ditta famosa. Carlo è più creativo: un



Unità 1

1.3 Un progetto pro educazione

artista innato, dunque sceglierà una laurea in arti visive o **forse** musica. Ma io?! Cosa farò io?! Mi piace la letteratura, magari andrò nella Facoltà di Filosofia e Lettere; ma sono bravissima con la Matematica, forse studierò un'Ingegneria. **Infine**, sarà meglio se vado da uno specialista che mi possa aiutare a decidere. Che ansia! Comunque ammetto di sentirmi anche contenta. Ehm... Tra l'altro, voi cosa studierete?



B.7.1 Scrivi i verbi al futuro che hai trovato e i loro infinito.

VERBI AL FUTURO SEMPLICE

dovremo (noi)

VERBI ALL'INFINITO

dovere



B.8 Guarda il video e rispondi oralmente alle domande.



1. Qual è la divisione delle università in Italia?
2. Cosa studia la ragazza?
3. Che tipo di materia si possono studiare in un'università scientifica?



B.9 Le Professioni

Nel testo precedente Sara ha parlato di alcune professioni. Cerca su Internet le lauree che l'UNAM offre. Poi, completa la tabella con qualche informazione. Segui l'esempio:

Facoltà	Lauree	Professioni
Giurisprudenza	Giurisprudenza	Avvocato/a Notaio/a Giudice
Psicologia		Psicologo/a
Chimica		
Filosofia e Lettere		
Scienze (naturali)		
Ingegneria		
Medicina		
Arti e Disegno		
FES Acatlán		
FES Cuatitlán		
FES Aragón		



Unità 1

1.3 Un progetto pro educazione



B.10 Nel testo: *Andare all'università, chestress!* (B,7), ci sono tre parole in neretto, cosa significano? Qual è la loro traduzione in spagnolo? Parlatene in gruppo.



B.11 E dopo l'università?

Abbina ogni professione al posto di lavoro giusto.

1. L'architetto
2. La disegnatrice
3. La musicista
4. Il contabile
5. La professoressa
6. Lo chef
7. L'avvocato

- a) La banca
- b) La scuola
- c) Lo studio di progettazione
- d) Il ristorante
- e) Lo studio di design
- f) lo studio legale
- g) L'orchestra





C.1 Valutazione

Un progetto pro educazione!

Lavorate in gruppo. Leggete le domande:

1. Cosa si fa al liceo per avere un ottimo percorso scolastico?
2. Cosa si deve sapere / conoscere per studiare la laurea che si desidera?
3. Cosa farete dopo il liceo?

Scrivete un elenco con delle possibili risposte. Fate una relazione con degli slide e presentatela alla classe. Condividete le vostre informazioni e scegliete le migliori risposte. Seguite il modello.

Per un ottimo percorso al liceo

Fare dei compiti

Entrare alle lezioni

Fare attenzione

Ripassare i temi visti

Cosa studiare e cosa ci vuole

Fisica: essere bravo in matematica e fisica.

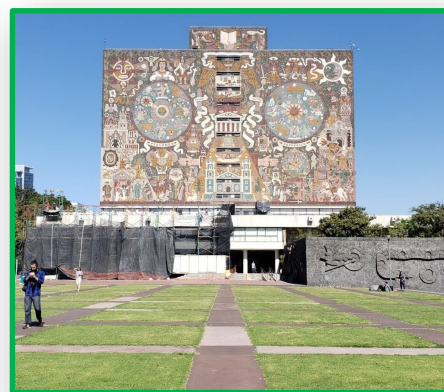
Sociologia: interessarsi nella cultura e società.
Piacere per la lettura.

Geografia: sapere leggere le mappe, viaggiare.

Musica: suonare strumenti musicali, sapere leggere le partiture.

La vita dopo il liceo

Luisa andrà alla facoltà di musica, studierà etnomusicologia. Lavorerà in una scuola di musica e avrà tanti studenti. Suonerà il pianoforte e la chitarra e imparerà a suonare il violino.





Unità 1

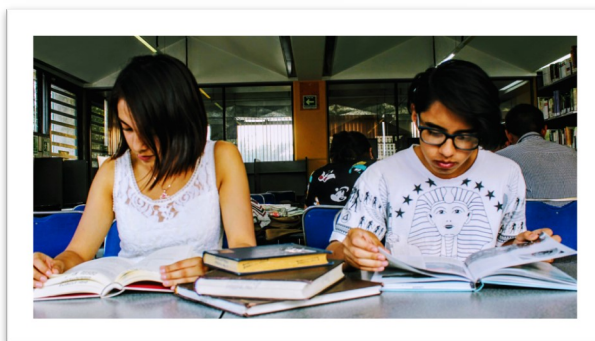
1.3 Un progetto pro educazione



C. 2 Autoevaluación

Marca con una \checkmark dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Unità 2

Mi piacerebbe vivere in un posto dove ...

Objetivo específico de la unidad:

El alumno:

Investigará y reflexionará sobre el entorno social y los cambios constantes del mismo mediante el análisis de documentos descriptivos y narrativos en italiano, con los que se contribuya al análisis de las principales problemáticas, las ventajas y desventajas que se presentan en la comunidad y que afectan las condiciones de vida del alumno. Investigará también sobre el entorno social en el que viven los jóvenes italianos y hará una comparación de ambos contextos. Valorará los aspectos positivos de su propio entorno a partir de ese análisis y comparación. Diseñará un proyecto con el que se promuevan soluciones en pro de la comunidad a la que pertenece, basado en las problemáticas y necesidades que ha detectado en su análisis a partir de un modelo de ONG.



**2.1 Vivo in un posto dove
c'è e non c'è...**

**2.2 Mi piacerebbe vivere
in un posto dove...**



A.1 Sei una macchina che sta distruggendo il pianeta?

Rispondi il seguente test e scopri se sei una macchina che sta distruggendo il pianeta.

1. Quanto tempo impegni sotto la doccia?

- a) 5-10 min
- b) 11-15 min
- c) 15-20 min
- d) Più di 20min



2. Ricicli le bottiglie di vetro o quelle di plastica?

- a) Sempre
- b) Spesso
- c) Raramente
- d) Mai

3. Quanta acqua usi ogni volta che ti spazzoli i denti?

- a) uso mezzo bicchiere d'acqua
- b) uso un bicchiere pieno d'acqua
- c) uso due bicchieri pieni d'acqua
- d) lascio scorrere l'acqua dal rubinetto



4. Di solito durante la settimana quanti giorni usi un mezzo di trasporto inquinante?

- a) 0 giorni
- b) 1 o 2 giorni
- c) 3 o 5 giorni
- d) Tutti i giorni

5. Di solito, per fare la spesa al supermercato usi?

- a) Buste di stoffa
- b) Buste di vimini
- c) Buste di carta
- d) Buste di plastica





6. Di solito quante lampadine si accendono a casa tua durante la sera?

- a) 1-3
- b) 4-6
- c) 6-9
- d) 10 o più



7. Quando compri prodotti di bellezza e sanitari ti accerti che non siano stati testati su animali?

- a) Sempre
- b) Spesso
- c) Raramente
- d) Mai

8. Quante volte alla settimana compri cibo da asporto in contenitori di plastica?

- a) Mai
- b) 1 o 2 volte
- c) 3 o 4 volte
- d) Più di quattro volte



9. Con che frequenza sostituisci il tuo cellulare?

- a) Ogni tre anni
- b) Ogni due anni
- c) Ogni anno
- d) Due volte all'anno

10. A casa tua si fa la raccolta differenziata dei rifiuti?

- a) Sempre
- b) Alcune volte
- c) Raramente
- d) Mai



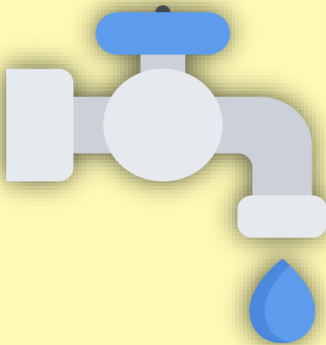


A.2 Risultati dell'indagine precedente

Leggi i risultati e completa i testi con i verbi al presente indicativo.

A. SEI UNA PERSONA ECOLOGICA (più di 6 risposte A)

Complimenti! Sei una persona con un'impronta ecologica nella tua maniera di vivere. **(Cercare-tu)** _____ di riutilizzare e riciclare tutto ciò che potrebbe finire nel cestino della spazzatura. Non ti va di sprecare l'acqua e hai imparato ad avere una vita sostenibile ed equilibrata che **(Fare-lei)** _____ bene all'intorno.



B. VUOI ESSERE ECOLOGICO PERO NON SAI ANCORA COME FARLO (tra 4 - 5 risposte C-B)

Potresti fare di più! Sei una persona con una coscienza sull'ambiente e l'inquinamento, però ancora hai bisogno di aiuto per imparare ad avere una vita più sostenibile. **(Dovere-tu)** _____ informarti di più, **(Sapere-io)** _____ che **(Volere-tu)** _____ farlo perché hai già sviluppato la coscienza sulla necessità di cambiare le nostre abitudini. Prova e vedrai che potrai aiutare di più al nostro pianeta.

C. SEI UNA MACCHINA DI INQUINAMENTO (più di 6 risposte D)

Ti piace essere pratico e vivi la vita velocemente forse perciò non sei riuscito ancora ad analizzare le tue abitudini e questo non ti permette di essere molto ecologico. Mi raccomando, **(Dovere-tu)** _____ fare coscienza e cambiare di abitudini per contribuire a fermare il cambio climatico che sta soffrendo il nostro pianeta.





A.3 In gruppo.

In base all'indagine precedente condividete i risultati con i vostri compagni in gruppo, analizzate e completate le frasi con il passato prossimo.

1. Numero di ragazzi che (ottenere) _____ come risultato che sono ecologici? _____
2. Numero di ragazzi che (sapere) _____ che provano ad essere ecologici? _____
3. Numero di ragazzi che (scoprire) _____ che non sanno ancora come fare per essere ecologici? _____



B.1 Perché l'essere umano è una macchina d'inquinamento?

Ascolta il seguente podcast e completa le seguenti frasi con il passato prossimo.

1. Secondo il podcast, quanta spazzatura genera l'uomo ogni anno?
Gli uomini (generare) _____.
2. Secondo il podcast, quante bustine di plastica si usano ogni anno?
Le bustine di plastica che l'uomo (usare) _____ sono _____.
3. Secondo il podcast, quante cannucce di plastica si usano ogni anno?
Le persone (usare) _____
_____ cannucce di plastica.





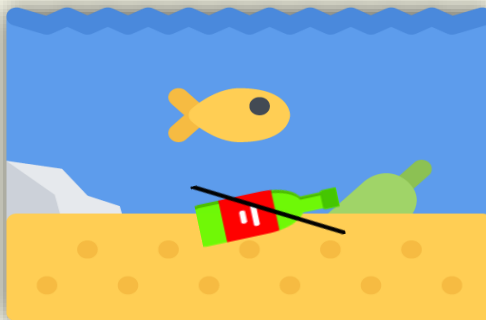
B.2 Quali sono le conseguenze della spazzatura nel mondo?

Guarda il seguente video e completa le seguenti frasi con il passato prossimo



Quante tonnellate di plastica sono già negli oceani? Negli oceani (trovare) _____ già _____.

Quante isole di spazzatura esistono già? Nell'oceano (essere) _____ già _____ trovato _____.



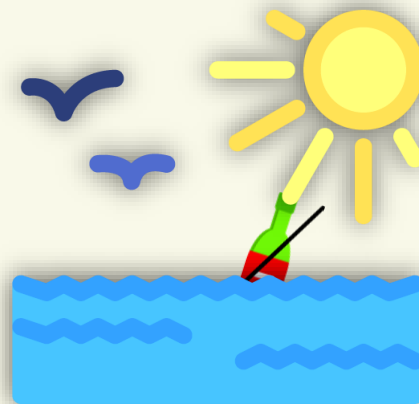
Quanti animali trovano la morte per aver mangiato qualcosa che non dovevano mangiare?

L'umanità (perdere) _____ già _____ animali per aver mangiato qualcosa che non dovevano mangiare.

Che malattie producono le tossine

contenute nella plastica che per caso finiscono a tavola? (sentire) _____ che le malattie contenute nella plastica sono _____.

Entro il 2050 la massa totale dei rifiuti sarà uguale a? (capire) _____ che la massa totale dei rifiuti sarà uguale a _____.





B.3 Come gestivano i rifiuti i miei nonni?

Leggi il seguente fumetto e sottolinea i verbi al passato prossimo e all'imperfetto.



Fumetto disponibile sul sito web:





B.4 Rileggi il fumetto e rispondi alle seguenti domande con il passato prossimo oppure l'imperfetto.

1. Dove si sono incontrati Francesca e Luca?

2. Qual è il tema che Luca ha studiato a scuola?

3. Da bambina che posto frequentava spesso Francesca?

4. Come gestivano la spazzatura i nonni di Francesca?



Prendi le tue note.

A large, blank, cream-colored area with a torn-paper edge, intended for students to take notes.



B.5 Com'è la gestione dei rifiuti in Italia? (Parte 1)

Leggi il seguente testo e completalo con il passato prossimo o con l'imperfetto dei verbi.

LA STORIA DELLA GESTIONE DEI RIFIUTI IN ITALIA

Prima parte

A causa del progresso e la crescita delle popolazioni così come dei consumi nelle grandi città, il "culto dell'uso e getta"

1. **(fare)** _____ diventare i rifiuti un vero problema.

Nel passato la gestione dei rifiuti

2. **(essere)** _____ un problema contenuto grazie alle persone che 3. **(riutilizzare)** _____ i rifiuti alimentari come mangimi o concimi mentre il resto 4. **(venire)** _____ bruciato.



Tra gli anni '70 e '80 ancora in molte città 5. **(bruciare)** _____

i rifiuti e le discariche 6. **(essere)** _____ solo usate nei piccoli

paesi. Ma il 10 luglio del 1974 è accaduto il terribile disastro di Seveso che 7. **(causare)** _____ una fuga chimica di una sostanza molto tossica, la diossina. Questa nube

8. **(investire)** _____ la zona circostante della Brianza.



Questo successo 9. **(trasformare)** _____ la futura gestione dei rifiuti in Italia giacché per la paura di questo incidente, la gente 10. **(ribellarsi)** _____ contro gli inceneritori e 11. **(iniziare)** _____ l'era delle discariche in Italia. Così negli anni '80 12. **(nascere)** _____ il boom delle discariche. Ma il vero problema di questa tecnica 13. **(stare)** _____ e continua ad essere veramente lo spazio insufficiente nelle grandi città. Così gli italiani 14. **(tornare)** _____ agli inceneritori.



*Discariche: vertederos

**B.6 Rileggi il testo “LA STORIA DELLA GESTIONE DEI RIFIUTI IN ITALIA Prima Parte” e rispondi alle seguenti domande.**

1. Secondo la lettura cosa significa l'espressione “culto dell'uso e getta”?

- a) Accessibilità per il consumo immediato
- b) Destinazione al consumo immediato
- c) Facilità per usare e gettare

2. Come era contenuto il problema dei rifiuti nel passato?

- a) L'alimento per gli animali veniva bruciato
- b) Gli animali cercavano i rifiuti come alimento
- c) I rifiuti erano riutilizzati come alimento per gli animali

3. Come gestivano i rifiuti tra gli anni '70 e '80 i grandi paesi?

- a) I rifiuti venivano incendiati
- b) Utilizzavano le discariche
- c) Le discariche erano bruciate

4. Il 10 luglio del 1974 che è accaduto nella Brianza?

- a) Un gruppo di persone ha provocato una fuga
- b) Una piccola fuga è stata contenuta e controllata
- c) Un cumulo di diossina ha invaso la zona

5. Qual è il vero problema del boom delle discariche?

- a) L'estensione insufficiente di territorio
- b) I rifiuti che produciamo tutti i giorni
- c) L'ampiezza delle grandi città



B.7 Com'è la gestione dei rifiuti in Italia? (Parte 2)

Ascolta il seguente podcast e completa l'informazione sottostante.



1. Nel 1980 a Roma e Perugia, in Italia _____ nascere una delle prime proposte di recupero e riciclaggio.
2. I maiali mangiavano i rifiuti e _____ solo i rifiuti inorganici.
3. Ma le autorità sanitarie _____ in questa pratica un vero pericolo.
4. Il vero problema di questa tecnica tanto negli anni '80 come negli anni '50 _____ che non _____ la raccolta differenziata.
5. Con la nascita dell'Unione Europea si cercava di ridurre tutte le _____ e gli _____.
6. Nel 1992 è nato per il controllo della spazzatura il Sistema _____.



B.8 Qual è la gestione dei rifiuti in Messico?

È momento di scoprire che cosa succede a Città del Messico. Individualmente cerca sulla rete le risposte alle seguenti domande e alla fine crea un'infografica che rappresenti la nostra realtà intorno al tema dei rifiuti.

1. Trai i paesi che producono più rifiuti in America Latina, che posto occupa il Messico?

2. Quanta spazzatura si produce ogni giorno a Città del Messico?

3. A Città del Messico quanta spazzatura produce una persona ogni giorno?

4. Quante discariche sanitarie ci sono a Città del Messico?

5. A Città del Messico dove si decide il destino finale dei rifiuti?

6. Sapevi che a Città del Messico c'è un *impianto di compostaggio*? **Si / No**
*Impianto di compostaggio: planta de compostaje
7. Dove si trova questo *impianto di compostaggio*?

8. Quante tonnellate di rifiuti di natura organica ricevono ogni giorno?

9. Quante tonnellate riceve ogni giorno l'impianto di riciclaggio e separazione dei rifiuti di Città del Messico?

10. In Messico c'è qualche impianto di termovalorizzazione di rifiuti urbani? Dove e come funziona?



B.9 10 Azioni per aiutare il pianeta.

Guarda le seguenti immagini e forma le 10 frasi che ci serviranno per aiutare il nostro pianeta. Usa gli articoli determinativi o indeterminativi, le preposizioni e coniuga i verbi al futuro semplice.



Esempio:

1. Noi- potere- separare - spazzatura

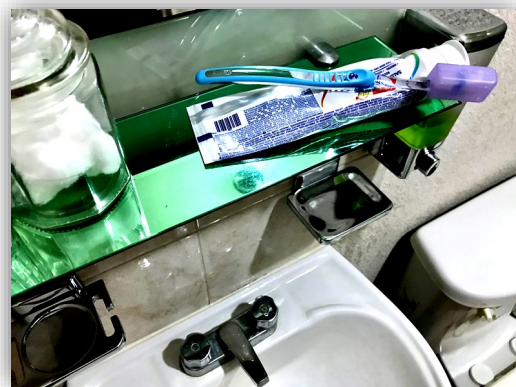
Noi potremo separare la spazzatura

2. Gente - dovere- fare- doccia - 5 minuti



3. Io - non - comprare - più - bottiglie -
plastica

4. Gente - potere - lavarsi - denti - mezzo
bicchiere - acqua





5. Invece - borse - plastica - (tu) potere - usare - borsa - stoffa

6. Io - evitare - bicchieri monouso



7. Noi - non - volere - usare - più - cannuce - plastica

8. Noi, ragazzi - utilizzare - meno - macchina





9. Paesi- dovere- usare- più- energie
alternative

10. Io -utilizzare- pile- ricaricabili

Che cosa facevi prima di conoscere tutta
questa informazione e cosa farai adesso che
la conosci?



Scrivi le tue riflessioni.

Large blank area for writing reflections, framed with a decorative border.



C.1 Valutazione

Spiega l'importanza di proteggere l'ambiente locale o semplicemente di riciclare e di fare la raccolta differenziata. Scrivi un testo di 30 a 50 parole con l'imperfetto, il passato prossimo e il futuro. Prova a usare questo vocabolario:

VERBI

- *Risparmiare
- *Riciclare
- *Sprecare
- *Ridurre
- *Abbassare
- *Usare
- *Camminare
- *Usare le energie alternative
- *Separare
- *Comprare

VOCABOLARIO

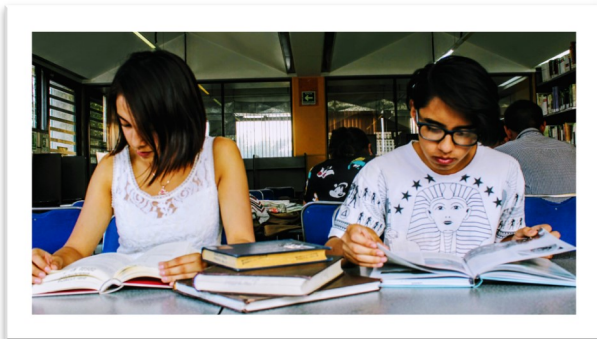
- *Spazzatura
- *Acqua
- *Energia
- *Buste di carta
- *Cannucce di plastica
- *Lampadine
- *Macchina
- *Bicicletta
- *Bottiglie



C. 2 Autoevaluación

Marca con una ✓ dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



A.1 Italia! Dove ti piacerebbe vivere?

L'Italia ha tantissimi bei luoghi dove ti piacerebbe vivere o almeno, ti piacerà conoscere. Sapresti segnalare alcune di queste città sulla mappa? Lavora in gruppi di massimo 3 persone. Se possibile, usa il telefonino.

1.- Milano (Lombardia)		6.-Verona (Veneto)
2.- San Gimignano (Toscana)		7.- Venezia (Veneto)
3.- Pisa (Toscana)		8.- Napoli (Campania)
4.- Firenze (Toscana)		9.- Alberobello (Puglia)
5.- Roma (Lazio)		10.- Palermo (Sicilia)

Hai potuto trovare tutte le città sulla mappa precedente? Che cosa significa il nome fra parentesi accanto ad ogni città? Com'è divisa l'Italia?

Risposta: _____



A.1.1 Patrimoni dell'Umanità secondo l'UNESCO (1950)

Leggi ad alta voce alcuni dati sui patrimoni che ne ha l'Italia.

Oggi giorno l'Italia possiede il maggiore numero di Patrimoni dell'umanità dell'UNESCO: 54 siti. Sapevi che ogni volta che si impara una lingua straniera è quasi impossibile non imparare gli aspetti più belli della sua cultura? I 10 posti di questa mappa sono alcuni posti considerati Patrimonio dell'umanità. Conosci i loro tesori?

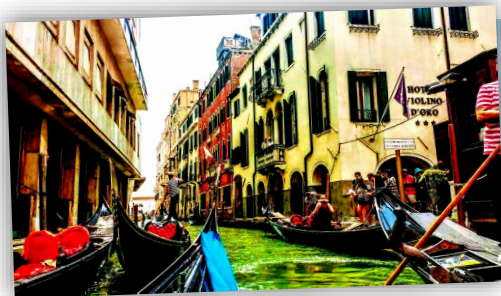


A.3 Cosa conosci o ti piacerebbe conoscere di queste città?

Scrivi almeno 5 aspetti (cultural, turistici, architettonici, ecc.) che ti piacerebbe conoscere dei 10 posti della mappa o di altri luoghi dell'Italia che conosci. In squadre scriveteli e dopo paragonateli con i vostri compagni. Esempio:

Di Venezia mi piacerebbe conoscere le gondole.

Di Napoli mi piacerebbe assaggiare la pizza napoletana.



1)	_____
2)	_____
3)	_____
4)	_____
5)	_____

La struttura **“Mi piacerebbe”** si usa per esprimere un **desiderio** che si può compiere in un futuro vicino o lontano.

Per formare in maniera corretta questa struttura si usano:

Pronomi Indiretti

Mi (a me)
Ti (a te)
Gli (a lui) / Le (a lei)
Ci (a noi)
Vi (a voi)
Gli (a loro)

Verbo piacere:

Piacerebbe

Piacerebbero

Complemento:

*Soggetto singolare
(un gelato, una soda)
*Verbo all'infinito
(Viaggiare, leggere un libro)
*Soggetti al plurale
(dei biscotti, dei baci)



B.1 Dove ti piacerebbe vivere in Italia?

Visita la pagina web dove puoi trovare tutti i posti del Patrimonio dell'umanità (<http://www.unesco.it/it/PatrimonioMondiale/Index>) e scegliene altri 5 patrimoni che ti siano piaciuti, possono essere differenti a quelli presentati nell'attività precedente.



B.1.1 Dove ti piacerebbe vivere in Italia?

Scrivi qui i posti che ti siano piaciuti e cerca di esporre perché hai scelto quei posti. Con questo esempio puoi vedere come scrivere le tue frasi:

Mi piacerebbe vivere a San Gimignano per le sue belle torri e la sua atmosfera medievale.

Mi piacerebbe andare a Milano perché lì si trova il Convento di Santa Maria delle Grazie e nella parete si trova "L'ultima cena", dipinta tra il 1495 e il 1497 da Leonardo da Vinci.

1)	_____
2)	_____
3)	_____
4)	_____
5)	_____

Ricorda le preposizioni di luogo:
In: per continenti, nazioni, regioni e isole.
 Es. Vado **in** Italia.
A: per città. Es. Vado **a** Roma.



B.2 Il Condizionale Semplice

Guarda la seguente lezione video. Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare l'audio.



Prendi le tue note sulla video lezione.



B.2.1 Il Condizionale

Coniuga i seguenti verbi regolari con l'informazione ottenuta dalla video lezione anteriore. Se possibile, insieme al professore e/o il consulente linguistico della Mediateca e controlla le risposte degli esercizi.

	COMPRIARE	LAVORARE	PRENDERE	PREFERIRE
Io	comprerei			
Tu				preferiresti
Lui / Lei			prenderebbe	
Noi		lavoreremmo		
Voi	comprereste			
Loro				preferirebbero

**B 2.2 Il Condizionale**

Costruisci delle frasi con i verbi al condizionale. Insieme al professore o con un compagno controlla le risposte degli esercizi.

Es. Ciao Alessandra, - uscire - con me - stasera?

Risp. Ciao Alessandra, **usciresti** con me stasera?

1. Io al posto tuo - accettare - partecipare nelle decisioni della città.

2. Fa tantissimo caldo - prendere - volentieri una lattina di soda fredda.

3. Secondo me, - (tu) fare - bene a studiare meglio per l'esame.

4. Scusi, -(Lei) chiudere - la porta per favore.

5. Che cosa - (tu) cambiare - della città dove vivi?

6. (Tu) studiare- in un'altro paese?

7. Ho fame, - (io) mangiare - volentieri un gelato!

8. Se non ti piace il sistema politico, io al tuo posto - leggere - Antonio Gramsci.

9. Non - bisognare - mai punire con violenza una manifestazione.

10. Io - finire - presto i miei compiti, se imparassi a organizzarmi.



B.2.3 Lavora insieme con un compagno e rispondete oralmente a queste domande con il condizionale.



1. Se tu potessi andare a una città oggi, dove viaggeresti?
2. Se tu avessi tantissimi soldi, che cosa compreresti?
3. Se tu vedessi che qualcuno è in pericolo, cosa faresti?
4. Se la persona che ti piace tantissimo ti facesse una telefonata tardissimo, come ti sentiresti?
5. Se oggi avessi tutta la sera libera, dove la passeresti?
6. Se esistesse la fata madrina, che cosa chiederesti?
7. Se potessi cambiare qualcosa nel tuo quartiere per migliorare la vita tua e dei tuoi vicini, cosa cambieresti?



B.3 Vocabolario: Un viaggio!

Collega le seguenti parole alle immagini e poi inseriscile nel dialogo. Dopo paragona le tue risposte con la classe.

albergo * aeroporto * biglietto * prenotazione * stazione * passaporto * valigie * treno * grazie mille * buona giornata * fine settimana * metropolitana * turista *



Ci sono due ragazzi in una strada di Roma. Uno di loro è messicano e l'altra è una ragazzina italiana. Francisco, così si chiama, si avvicina a Giovanna, la quale sembra di aspettare qualcuno, forse un'amica. Lui vuole domandare lei qualcosa, ma veramente, lui sa che aspettava tantissimo un'opportunità per cominciare a parlare italiano e fare amici italiani.

Francisco: Ciao! Scusa, sono straniero e mi sembra di essere perso, ti potrei fare qualche domanda?

Giovanna: Ciao! Eh... sí dimmi.

Francisco: Sono le mie prime ore a Roma, sono arrivato presto la mattina all'..... Leonardo Da Vinci. Dopo sono andato all' dove avevo già fatto la, l'ho trovato in Internet e mi è sembrato il più economico.

Giovanna: Benvenuto!... Allora, cosa ti piacerebbe fare? A Roma ci sono un sacco di cose da vedere.



Francisco: Eh sí, m'immagino... Ho lasciato nella mia camera le mie e sono uscito. Ho preso la, nella Manzoni e sono sceso a Barberini perché la prima cosa che voglio vedere è la Fontana di Trevi.

Giovanna: Bravo! Di dove sei? Parli bene l'italiano!

Francisco: Sono del Messico e ho imparato l'italiano al Liceo. All'UNAM ho vinto una borsa di studio e farò un corso di lingua, non qui ma a Lecce; e prima di andarci, vorrei fare un bel giro per Roma.

Giovanna: Hai deciso bene! Guarda, dovresti continuare la tua passeggiata al Pantheon, è molto vicino, dopo potresti continuare per la via Giustificazioni e troverai un po' dopo Piazza Navona, tu sai è bellissima, questi tre posti sono stati locazioni di tanti bei film: *La dolce vita* di Federico Fellini, un classico italiano!, *Angeli e demoni* con Tom Hanks e *Mangia, prega, ama* con Julia Roberts. Io al tuo posto andrei oggi a questi posti.

Francisco: Grazie! Vedo che ti piacciono tantissimo i film!

Giovanna: Sì e ne sono molto orgogliosa della mia città. E ogni volta che parlo con un mi piacerebbe tantissimo che visitasse i posti più belli della città. Sai? Io lavoro in un'agenzia di viaggi e organizziamo circuiti turistici con diverse tematiche. Quanti giorni resterai a Roma?

Francisco: Soltanto questo Insomma, oggi devo andare a comprare il mio e la domenica sera devo prendere il per Lecce. Il mio corso comincia la prossima settimana e vorrei sistemizzare tutto.



Giovanna: Allora non perdere tempo, ragazzo! È ancora presto e la giornata è lunga. Sono assolutamente sicura che goderai ogni angolo di Roma.

Francisco: Grazie! Sono le mie prime ore in Italia e vorrei tantissimo cominciare a vedere quello che vedevo soltanto in Internet! Non ti faccio perdere più tempo, davvero!

Giovanna: Non ti preoccupare comunque aspetto il mio ragazzo e mi ha inviato un messaggio dove dice che ha fatto tardi perché c'è traffico in centro e non trova dove parcheggiare la macchina.!



B.3.1 Vocabolario: Viaggiamo! (2)

E tu, hai mai visto i posti che raccomanda Giovanna a Francisco? Sapresti riconoscerli nelle seguenti foto? Se necessario, lavora con un compagno e scrivi i nomi di questi magici posti romani.



B.3.2 Vocabolario: Viaggiamo! (Le prossime vacanze, in Italia!)

Cerca in Internet al meno 8 posti che ti piacerebbe visitare a Roma. Puoi anche scegliere un'altra città italiana o regione e scrivili qui sotto. Alcune città potrebbero essere Firenze, Siena, Napoli, Torino, ecc.; o una regione come la Toscana o Puglia. Ad esempio, "a Roma, **mi piacerebbe** visitare il Colosseo" oppure "in Puglia **vorrei** conoscere Bari". Cosa c'è in questi posti di speciale? Che cosa ti ha attirato l'attenzione?

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____
- 7) _____
- 8) _____



B.4 Il Condizionale semplice irregolare

Ricordi la lezione video del condizionale? Rivedila un'altra volta e dopo coniuga i seguenti verbi irregolari. Controlla le risposte degli esercizi.

Volere	Potere	Dovere



B.4.1 Il Condizionale

Coniuga i seguenti verbi irregolari nella persona che si specifica. Insieme al professore controlla le risposte degli esercizi.

1) lo andare _____	6) lo dare _____
2) lo vivere _____	7) lo venire _____
3) lo dire _____	8) lo sapere _____
4) lo vedere _____	9) lo stare _____
5) lo fare _____	10) lo rimanere _____



B.4.2 Il Condizionale

Lavora in coppia e a vicenda rispondete alle seguenti domande.

1. Perché qualcuno vorrebbe vivere in un altro paese?
2. Compreresti una casa in un'altra città? Perché?
3. Voi studenti, preferireste studiare in un'altra nazione? Perché?
4. Il tuo compagno lavorerebbe in un altro paese? Perché?



B. 5 Il posto dove vivo

Leggi ad alta voce alcuni dati sui patrimoni che ha il Messico.

Patrimoni dell'Umanità secondo l'UNESCO



Attualmente in Messico ci sono 35 posti che sono Patrimoni culturali dell'umanità, quattro di questi se ne trovano nella capitale: il centro storico, Xochimilco, la casa di Luis Barragán e la tua Università! La città del Messico offre una varietà di posti che vanno visitati. A volte capita che si nasce in una città e non si sta attenti a tutto ciò che offre in questioni di cultura e che gli stranieri ammirano.



B.5.1 Il posto dove vivo (2)

Associa tutti i termini che puoi alle due espressioni chiave presenti negli schemi e confronta le tue liste con quelle dei compagni.

I VANTAGGI DI VIVERE IN QUESTA CITTÀ SONO...

Es. Ci sono molti musei

DELLA MIA CITTÀ, I PROBLEMI SONO...

Es. C'è sempre molto traffico



B.5.1.2 Il posto dove vivo (3)

Lavora insieme con un compagno! Fa' e rispondi oralmente a queste domande.

Tutti avete idee o parole simili?

Secondo i vostri compagni, qual'è la cosa più bella di vivere a Città del Messico?

Quale pensate che sia la cosa più difficile di vivere in Messico?

**B. 5.2. Il Condizionale**

Usa il condizionale nel tuo testo per fare un invito cortese alla persona che pensa di visitare la tua città. Potresti utilizzare frasi tipo:

1. Cosa vorresti fare nei prossimi giorni?
2. Ti piacerebbe assaggiare...?
3. Vorresti visitare...?
4. Nella mia città potresti trovare...
5. Ti andrebbe di conoscere...?

**B.5.2.1 Il posto dove vivo (4)**

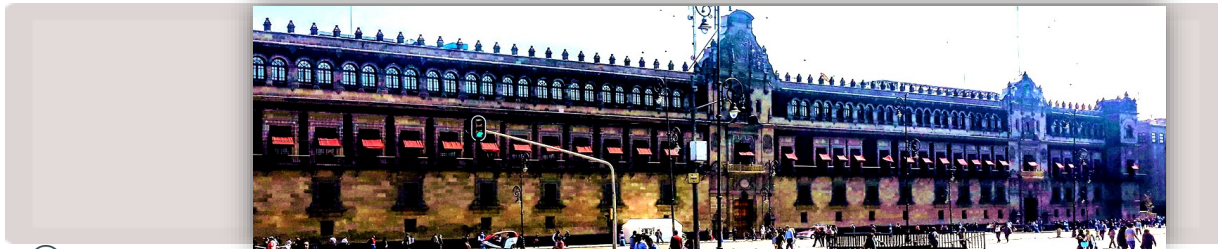
Scrivi una lettera a un tuo amico italiano che pensa di venire a visitare il Messico e ti ha chiesto dei suggerimenti. Pensa almeno a 5 aspetti della tua città o del tuo paese che siano motivi di orgoglio personale oppure di interesse per gli stranieri che visitano la tua città (tra 60 e 80 parole).

Caro ... / Cara ...



B. 6 Lo Stato

Cerca in Internet o in un dizionario alcune definizioni semplici della parola "Stato" e le sue funzioni. Lo stato è un termine complesso che va dall'argomento politico a quello filosofico. Non perderti in questo mondo di definizioni, cerca e scrivi alcune parole che siano interessanti per te.



Lo Stato è : _____ 4) _____
_____ 5) _____
_____ 6) _____
_____ 7) _____
Acune delle sue funzioni sono: 8) _____
1) _____ 9) _____
2) _____ 10) _____
3) _____



B. 6.1 Mi piacerebbe vivere in un posto dove... (2)

Nell'unità scorsa hai riflettuto sul medio ambiente, su come avere cura del nostro pianeta: essere più ecologico, risparmiare acqua, separare la spazzatura. Certamente Messico ci vuole un medio ambiente migliore.

In questa unità riflettiamo anche sul tema di come possiamo trasformare il posto dove viviamo. Il posto dove ci piacerebbe vivere non necessariamente è un altro paese anzi, forse ci piacerebbe tantissimo rimanere nella nostra città per tutto ciò che ci offre. Il problema è che la società non funziona bene: insicurezza, traffico, ingiustizie, mancanza di opportunità, stress.

A volte il governo, lo Stato, non fa quello che promette fare, non compie il suo lavoro. Dopo di conoscere le obbligazioni dello Stato, rispondi: Nella nostra nazione, le compie tutte?



B.7 Mi piacerebbe vivere in un posto dove...

Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare il seguente saggio.



B.7.1 Mi piacerebbe vivere in un posto dove...

Mi piacerebbe vivere in un mondo dove...

In Messico i giovani si considerano cittadini messicani quando compiono i 18 anni, così si stabilisce nella Costituzione nell'articolo 34. In quel momento le decisioni e le azioni dei giovani non sono più responsabilità dei loro genitori. Ma, che cosa implica avere la qualità della cittadinanza? Quali sono i diritti e le responsabilità che avvengono con essa? Le aspettative sono grandi, molti desiderano un bel posto dove crescere, dove studiare, avere una bella macchina, un lavoro ben retribuito, conoscere il mondo e forse formare una famiglia. La cittadinanza, oltre alla carta d'identità e i diritti, concede al neo adulto la facoltà di partecipare in maniera attiva nelle decisioni politiche della società. Il futuro del mondo si trova nelle loro mani.

L'ambiente geografico è dove si svolgeranno i tuoi desideri ma non solo, c'è anche quello sociale. Il posto dove viviamo, il Messico, garantisce attraverso la Costituzione che tu abbia diritto ad avere una vita degna. Ventinove articoli della Costituzione parlano delle garanzie che lo

Stato riconosce per ogni messicano: avere libertà, sicurezza, pari opportunità, avere un lavoro dignitoso, il diritto di avere dei risparmi, fra altri diritti. I diritti fondamentali sono norme legislative che si devono rispettare giacché su questi si fondano tutti i rapporti sociali. Tutto è già previsto nella Costituzione, e non solo messicana ma anche in tantissime di tutto il mondo grazie alla Dichiarazione Universale dei Diritti Umani. Allora, se si garantiscono una vita degna, gli accessi ai servizi sanitari di qualità, l'educazione, la sicurezza sociale... Perché c'è ancora tantissima gente che vive in maniera precaria? Perché c'è tanta disuguaglianza sociale?

I bisogni di tutta la popolazione dovrebbero essere le priorità dello Stato. Tutti i cittadini dovrebbero avere le stesse opportunità di raggiungere i servizi per godere di una vita dignitosa. E invece non è così.



Un principio assai basilico per capire i doveri dello Stato è che tutti gli esseri umani nascono liberi ma, quando diventano maggiorenni, cedono allo Stato la loro assoluta libertà e potere in un intercambio di voti per sicurezza e benessere sociale. Il problema c'entra quando lo Stato non può compiere con questo semplice contratto. I partiti vincono elezioni dopo di aver promesso una quantità assurda di compromessi e passano gli anni e la gente continua nella precarietà: senza servizi sanitari, senza lavoro o guadagnando pochissimo, senza acqua nel quartiere, senza sicurezza. Molte sono le cause politiche di questo disastro sociale però una, senza dubbio, è la principale: la corruzione che impera in tutto il mondo, l'ambizione dell'essere umano. Milioni di persone dell'Africa non dovrebbero soffrire schiavitù e fame, la gente non dovrebbe lasciare le loro famiglie attraversando il pericoloso mare Mediterraneo per arrivare in Italia cercando un lavoro in un'altra nazione perché nel paese loro non ci sono i mezzi per poter sopravvivere. Stiamo vivendo in un'epoca dove c'è ingiustizia in tutti i livelli della vita umana anche se ci siano leggi universali che proteggono ogni persona.



I risultati del modello economico e politico neoliberale hanno lasciato gravi problemi di disuguaglianza, stress, precarietà, scarsità di risorse naturali e, soprattutto, consumismo e indifferenza.

Sono esistite persone come Karl Marx, Louis Althusser, Antonio Gramsci, Eduardo Galeano, e altri, i quali affermarono che ci sono delle strutture politiche ed economiche che non favoriscono la giusta distribuzione del capitale mondiale, sono strutture violente e ingiuste. Un esempio semplice delle macrostrutture voraci e ingiuste sarebbe quello del tuo telefonino. Tu sai che per fabbricare un telefonino ci vogliono dei minerali: sapevi che milioni di persone muoiono per ottenerne uno? il coltan (Scaringella, 2013 e Nicastro, 2017). Non parliamo del rapporto delle ditte di medicinali e la deforestazione in Amazzonia, pesca indiscriminata, guerre per petrolio, e così via. Certamente oggi non si può smettere di usare benzina per spostarci, non possiamo smettere di consumare i medicinali ogni volta che ci ammaliamo, non usare un telefonino non salverà neanche una persona nel Congo. È il sistema economico mondiale quello che dobbiamo cambiare però, ci vorrà ancora un po'. Impariamo per prima a fare piccoli ma importanti cambiamenti.



Di seguito troverai la seconda parte di questo saggio. Rifletti e condividi con la classe:

- * Sei d'accordo con il testo? Perché?
- * Pensa a un aspetto della tua città che devva essere cambiato e favorisca la giustizia sociale.





B.8 Avere dei guai

Ci sono problemi sociali che si possono trovare in qualsiasi parte del mondo. Impariamo a parlarne di alcune: collega le seguenti parole alle immagini: corruzione, giudice, furto, galera, ladro, polizia.

		
_____	_____	_____
		
_____	_____	_____



B.8.1 Avere dei guai

Ora riempi le seguenti frasi con le seguenti parole (ci sono parole in più): Polizia, ladro, furto, denunciare, giudice, colpevole, innocente, crimine, corruzione, prigionie, assicurazione.

- 1.- Se devi..... un furto, devi andare in questura.
2. La politica impedisce la giustizia.
3. Se una persona commette un reato, va in
- 4.- Il ha condannato il ladro.
- 5.- Quando la è arrivata, il ladro era già andato via.




B.8.2 Avere dei guai

Scrivi un breve testo di una esperienza tua, oppure di un'altra persona (usa il passato prossimo e l'imperfetto). Da 60 a 80 parole.



B.8.3 Avere dei guai

Sei informato di quello che succede nel tuo paese e nel mondo? Da dove ottieni l'informazione? Pensi che i mass media siano tutti onesti? Cerca in giornali in internet, nel Corriere della Sera <https://www.repubblica.it/> oppure nella Repubblica <https://www.repubblica.it/>, qualche notizia che ti colpisca o dove trovi l'uso di parole dell'attività scorsa. Dopo, fa' un piccolo riassunto di quello che trovi più interessante. (30 a 50 parole).





B.9 Il "si" passivante

Leggi con attenzione la seguente informazione.

Il Si passivante

Si usa questa costruzione come una possibilità di passivo (oltre alle formazioni con essere, andare e venire). Quando il verbo della frase è transitivo e ha complemento oggetto espresso, es.:

*In Italia **si mangiano** molti tipi di pasta (frase passiva corrispondente: In Italia vengono mangiati molti tipi di pasta). In Italia **si beve** molto il Limoncello.*

Quando la frase è senza oggetto diretto espresso parliamo propriamente di "si impersonale" **però il si passivante** ha sempre il verbo alla terza persona singolare o plurale e ha un complemento oggetto singolare o plurale, es.:

Qui si compra il biglietto per la metropolitana/ Qui si comprano i biglietti.

In questa trattoria si mangia una pasta buonissima/ In questa trattoria si mangiano gli spaghetti alla carbonara.



B.9.1 Il "si" passivante

Usa il "si" passivante per trasformare le frasi (da voce attiva a voce pasiva):

Voce attiva: Gli studenti di liceo studiano l'italiano e lo spagnolo.

Voce passiva: L'italiano e lo spagnolo si studiano dagli studenti al liceo.



1. Sabina legge molti libri per avere un'argomento su un tema.

2. Alcuni mezzi di comunicazione dicono bugie sempre.

3. Per produrre cosmetici, molte aziende fanno esperimenti su animali.

4. La TV trasmette di più programmi banali e pochi programmi culturali.

5. Per raggiungere il benessere sociale tutta la gente dovrebbe avere coscienza sociale.

6. Gli uomini dovrebbero rispettare e proteggere tutte le donne.

7. Per ottenere il coltan per fabbricare i cellulari, vengono sovraesplotati molti africani.

8. Gli studenti devono leggere libri di Antonio Gramsci e Ricardo Flores Magón.

9. Tutti dobbiamo rispettare le persone, non importa il loro origine.

10. Dobbiamo prendere delle azioni per migliorare il nostro spazio cittadino.

**B.10 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove... (1)**

Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare la seconda parte di questo saggio.



“Agitatevi perché avremo bisogno di tutto il vostro entusiasmo. Organizzatevi perché avremo bisogno di tutta la vostra forza. Studiate perché avremo bisogno di tutta la vostra intelligenza”.



Antonio Gramsci, «L'Ordine Nuovo», aprile 1919



B.10.1 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove... (2)

Riascolta l'audio precedente e leggi il testo.

Che cosa posso fare oggi?

Antonio Gramsci fu un militare, un rivoluzionario, un filosofo, un critico letterario, un critico della cultura e un teorico politico italiano. Visse fra il 1891 e il 1937 quando, malato di tubercolosi, morì in carcere prigioniero del governo fascista. Gramsci scrisse nel 1917 il testo "Odio gli indifferenti" che ancora oggi continua ad essere una guida per tutti i giovani del mondo. Gramsci ci fa vedere quanto siamo tutti colpevoli di questo cancro sociale, di tutto questo cancro sociale!:

L'indifferenza opera potentemente nella storia. Opera passivamente, ma opera. È la fatalità; è ciò su cui non si può contare; è ciò che sconvolge i programmi, che rovescia i piani meglio costruiti; è la materia bruta che strozza l'intelligenza. Ciò che succede, il male che si abbatte su tutti, avviene perché la massa degli uomini abdica alla sua volontà, lascia promulgare le leggi che solo la rivolta potrà abrogare, lascia salire al potere uomini che poi solo un ammutinamento potrà rovesciare [...] Alcuni piagnucolano pietosamente, altri bestemmiano oscenamente, ma nessuno o pochi si domandano: se avessi fatto anch'io il mio dovere, se avessi cercato di far valere la mia volontà, sarebbe successo ciò che è successo? Odio gli indifferenti anche per questo: perché mi dà fastidio il loro piagnisteo da eterni innocenti. Chiedo conto a ognuno di loro del come ha svolto il compito che la vita gli ha posto e gli pone quotidianamente, di ciò che ha fatto e specialmente di ciò che non ha fatto.

(Gramsci, 2007, p.5)

Siamo universitari, una delle cose peggiori che potremmo fare è essere indifferenti ai bisogni altrui che hanno investito tanto nei nostri studi: il nostro compito dovrebbe essere il perseguire obiettivi di giustizia sociale; anche se non siamo ancora maggiorenti. Economie e leggi ingiuste colpiscono la salute fisica e mentale degli adulti e bambini. Lo Stato o il Governo di turno non sempre risolvono ciò che è il suo dovere e nel frattempo, che facciamo noi? Continueremo a vedere comodi e passivi dalla nostra finestra ultraHD i lottatori sociali contro le ingiustizie dello Stato? Continueremo a sostenere che la povertà è una scelta personale?

Oggi il parassitismo politico mondiale assume forme bestiali e non possiamo soltanto desiderare di vivere in un'altra nazione, oggi è necessario che tutti i giovani nei quali vive il pensiero critico e l'amore per il prossimo si preparino intellettualmente a combattere per una qualità di vita urbana migliore e questa preparazione comincia nell'aula del tuo liceo.





La partecipazione universitaria nella vita della società è importantissima. A volte si può pensare che essendo uno studente di liceo non si può provocare nessun cambiamento nella realtà quotidiana... Ma invece sì! Ogni volta che c'è un progetto di Biologia o Chimica o qualsiasi lezione che aiuti a vivere meglio i cittadini, i contadini o qualsiasi persona è una vittoria sul sistema. Con ogni vittoria, anche se piccolissima o parziale, un universitario trasforma il mondo.



B.10.2 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove...

Ora riempi le seguenti frasi con 10 azioni che vorresti, potresti o dovresti fare per costruire una società più giusta. Se ti mancano idee, lavora con altri compagni.

- 1) Noi messicani...
- 2) Io...
- 3) I ragazzi...
- 4) Voi compagni, potreste...
- 5) Gli adulti...
- 6) La mia famiglia...
- 7) Noi studenti...



B.11 Mi piacerebbe vivere in un mondo dove... (3)

Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare la terza parte e finale di questo saggio.



Da soli contro la voragine dei problemi sociali?

Il cambiamento non lo faremo mai da soli. Ricorda, caro universitario, come abbiamo cominciato questo testo. Per caso siamo nati in un paese e in un tempo difficile, non ci dovrebbero essere vere cause da orgoglio o rammarico per bandiere e nazioni, tutti siamo esseri umani ma, è reale che abbiamo una cittadinanza che dà forma alla nostra cultura e un compromesso con chi ha contribuito con i nostri studi. L'educazione universitaria ti darà la conoscenza per svolgerti in maniera professionale nella società ma tutto questo insieme di istruzioni e tecniche non sono per diventare un robot salariato (Savater, p.24, 1997) ma perché nell'ignoranza non può esistere un cittadino con una postura politica critica, civica e morale.



Il nostro dovere è retribuire alla gente quello che si è investito nella nostra educazione. Il mondo, il posto dove ci piacerebbe vivere si trova nelle nostre mani. Nel libro *Il mutuo appoggio* di Piotr Kropotkin, si spiega che il mondo non è in assoluto un campo da calcio dove si sviluppa un'eterna competenza né una gara di chi possiede di più o chi guadagna di più. Niente affatto. L'evoluzione e la sopravvivenza di tantissime specie si basa nel mutuo appoggio. Kropotkin argomenta base scientifica e porta alla luce l'importanza che ha avuto l'appoggio reciproco in diverse strutture complesse che appartengono al campo della Biologia dove diversi specie animali, invece di lottare o competere fra loro, è stata piuttosto l'associazione quello ha permesso il progresso e la conservazione di tante specie del mondo animale. Le specie non socievoli sono quasi condannate a sparire. Così succede con gli esseri umani. Le strutture su quali si basa tutto il progresso storico umano sono i momenti in cui l'uomo appoggiava il progresso altrui: non come una competenza ma cercando il benessere mutuo. Kropotkin fece una ricerca che dimostrò che dall'inizio dell'umanità fino allo scorso secolo, le associazioni fra persone aiutarono all'evoluzione della civilizzazione:

Vediamo inoltre che la pratica del mutuo appoggio e i suoi successivi sviluppi, hanno creato le condizioni stesse della convivenza sociale, nella quale l'uomo ha potuto svolgere le sue arti, le sue cognizioni e la sua intelligenza; e che i periodi nei quali le istituzioni basate sull'aiuto reciproco hanno preso il maggiore sviluppo sono pure stati i periodi dei più grandi progressi nelle arti, nell'industria e nella scienza. (Kropotkin, 2010, p.417)

Nella Gazzetta dell'UNAM, di maggio 2019, la ricercatrice Deborah Gordon presenta un articolo il cui titolo presenta le formiche come esempio di autonomia e lavoro collettivo del quale, spiega la dottoressa, l'uomo potrebbe imparare tantissimo: ci sono tantissime maniere di organizzare un sistema senza un controllo centrale, così come un governo (Magu, 2019). Allora, dal libro di Kropotkin in 1890 all'articolo della Gazzetta del 2019, i risultati delle ricerche sono costanti: il benessere sociale si conquista con la partecipazione attiva di tutti. Pensiamo per ultimo a un caso vicino, della nostra UNAM. Una studentessa della FES ha portato una biblioteca con quattromila libri alla sua comunità (*mixe*), il cui pensiero è stato: "Perché sto studiando se non sto generando niente per la mia comunità?". Lei ha pensato a un diritto e un beneficio per la sua gente, e non l'ha fatto da sola, né chiudendo la scuola o le strade; prima si è istruita, racconta che anche leggeva Gramsci, si è organizzata con professori e amici e hanno portato i libri nella nuova biblioteca (FES, 2019).

Oggi, le idee di tanti lottatori sociali e attivisti che cercavano un mondo migliore non sono più un'utopia: oggi ci sono le vie legali per raggiungere qualsiasi obiettivo, senza un'arma, senza oltrepassare sui diritti di nessuno, creando progetti che siano sostenibili e aiutino tanti quanti sia possibile. Ricorda, caro compagno, che l'essenza dell'Escuela Nacional Preparatoria è l'"*Amor, Orden y Progreso*" ma, il progresso non deve essere mai visto soltanto come un concetto di sviluppo in scienza o tecnologia, ma come il divenire dell'essere umano raggiungendo giustizia e benessere per tutti, sì, tutti: i bambini, le donne, i giovani, i contadini, gli operai, gli immigrati, il mondo.

Né un governo trascurato, né un sistema economico vorace, né l'indifferenza di tanti potrà fermarci per costruire il posto dove ci piacerebbe vivere. Ci muove l'Amore, quello che visse Dante nell'ultimo canto della Divina Commedia: *L'Amor che move il Sole e l'altre stelle*.



B.12 Progetto ONG

Leggi con lo scanner il codice QR per arrivare al sito web e dopo risolvi questo breve questionario:



Rispondi brevemente con le tue parole in base ai testi appena letti:

1. Che cosa è un' ONG

2. Qual'è il suo scopo?

3. Quali tipi di problemi risolve un' ONG?

4. Come li risolve?

5. Se tu organizzassi un' ONG, che cosa risolveresti prima?



C.1 Valutazione

Pianifica il tuo progetto ONG seguendo quattro passi. Devi tenere in conto che sarà un progetto reale e ci metterà tempo per presentarlo.

- 1) Identifica il tema a svolgere in una problematica locale. Un'opzione sarebbe appoggiarsi in notizie di mass media come radio, televisione o reti sociali per giustificare la scelta del tema o progetto. Alcune idee che potresti svolgere sarebbero: Qualità di vita urbana, Livello di istruzione, Disoccupazione precarietà lavorativa, Disponibilità di acqua potabile, Condizioni socio-economiche, culturali e ambientali generali, Condizioni abitative, Servizi di assistenza sanitaria.
- 2) Organizza una squadra con i tuoi compagni che hanno idee simili alle tue, ricorda che se lavori con altri compagni, loro possono arricchire, approfondire e condividere delle opinioni stimolanti per il tuo progetto. Il tuo lavoro andrà avanti più velocemente se hai l'obiettivo chiaro (Fa' e rispondi alle domande Dove? Che? Come? Chi? Quando?).
- 3) Cominciamo la ricerca. Riunisci informazione del tema e cerca tutta la bibliografia possibile. La soluzione di un caso in specifico può essere già decifrata in un'altra città o in un'altra nazione e solo abbiamo bisogno di adattare la soluzione alla nostra realtà. In qualsiasi lavoro universitario la presentazione della bibliografia è importantissima.
- 4) Consegna il prodotto finale alla classe e al professore per valutare il lavoro finale (può essere un'infografia, un saggio, una presentazione in power point, un video, un podcast, ecc.). Ecco qui una rubrica (nel QR) di come potrebbe essere valutato il tuo progetto.





C. 2 Autoevaluación

Marca con una ✓ dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Unità 3



“Cosa fare per essere sani?”



3.1 ESSERE SANI È IMPORTANTE?

3.2 COME E COSA MANGIAVANO I NOSTRI ANTENATRI? MANGIAVANO MEGLIO DI NOI?

3.3 SANO COME UN PESCE.

Objetivos específicos de fila unidad:

El alumno:

Analizará y reflexionará sobre las problemáticas de salud, sus consecuencias sociales y económicas en México, Italia y el mundo, mediante la búsqueda de textos argumentativos y descriptivos de actualidad en italiano para valorar la importancia de cuidar su salud física y mental.

Elaborará un plan integral de salud a partir del conocimiento, la reflexión y la valoración de la actividad física y la reducción del estrés; incluirá además una dieta saludable y balanceada a partir de las antiguas costumbres alimenticias mexicanas e italia



A.1. Chi può definire la salute?

Rispondi alle seguenti domande in maniera orale o scritta secondo il caso.



1. Chi può definire la salute?

2. Segna con una ✓ le opzioni che usi generalmente per guarire le tue malattie e assegna una valutazione (dallo 0 al 10) a ciascuna di esse secondo la loro efficacia.

Automedicazione ___/10

Sicurezza sanitaria ___/10

Medicina privata ___/10

Rimedi basati su credenze ___/10

Medicina alternativa ___/10

La mutua ___/10

3. Scrivi la tua breve descrizione di "salute":



A.2 Tre definizioni ufficiali di salute secondo l'OMS (1948)

Leggi ad alta voce le seguenti definizioni e sottolinea il vocabolario relativo alla salute.

- La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non solo l'assenza di disagi o malattie.
- È il possesso del massimo livello di salute possibile che costituisce un diritto fondamentale di ogni essere umano, senza distinzione di razza, religione, ideologia politica o condizione economica o sociale.
- La salute di tutti i popoli è una condizione fondamentale per raggiungere la pace e la sicurezza.



A.3 Indagine sanitaria anonima

Leggi il codice e rispondi al sondaggio online, poi prendi degli *screenshot* sull'informazione statistica dei risultati per usarli in aula.



A.4 La nostra salute... Qual è la tua diagnosi?

Condividi con il gruppo le tue opinioni sui risultati generali del sondaggio online (usa i dati statistici).

Basato sui dati
ottenuti...

Qual è la tua diagnosi
sulla salute generale
degli enquestati?



Sani

Malati

In rischio

Disagi

Stressati



B.1 La mamma mi fa impazzire!

Leggi il codice, ascolta l'audio e rispondi oralmente alle domande del testo; usa i seguenti elementi: "credo che...", "penso che..."
"considero che..." "immagino che..."



1. Come pensi che influisca la famiglia e la società nella salute delle persone?

2. Oltre alla famiglia, quali altri fattori credi che influiscano negativamente sulla salute delle persone?

3. Segna con una ✓ quali di queste azioni sei disposto(a) a compiere per migliorare la tua salute?

Organizzare meglio il tempo per ridurre lo stress



Ridurre il consumo di sale



Ridurre il consumo di zucchero



Fare sport



Smettere di bere alcol



Lasciare il cibo e le bibite "spazzatura"



Smettere di fumare



Andare da un medico per un controllo generale



Ridurre l'uso delle reti sociali



Fare colazione a casa ogni mattina



Includere più frutta, verdure e cereali nella dieta



Andare a dormire più presto



Lasciare le amicizie tossiche





B.2 Videolezione “Il congiuntivo presente”

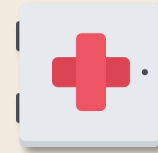
Usa le tue cuffie per guardare la seguente video lezione.



Gocce



Sangue



Kit medico



Compresse



Prendi le tue note sulla video lezione.



B.3 Il congiuntivo presente (essere - avere e verbi regolari)

Completa la tabella con l'informazione ottenuta dal video anteriore.

IL CONGIUNTIVO PRESENTE

Pronome	essere	avere	riposare	prendere	dormire	guarire
Io						
Tu						
Lui / Lei						
Noi						
Voi						
Loro						



B.4 Il Sistema Sanitario in Italia

Metti le cuffie e leggi il codice QR per guardare il seguente video.



B.5 Il Fumetto

Leggi il fumetto e completa il seguente dialogo con la forma del congiuntivo presente.

Giovanna è preoccupata perché suo figlio Daniele ha la febbre molto alta, perciò telefona il dottore Alessandro e gli chiede aiuto professionale:

Pronto! Sì, mi dica! Tutto bene?

Buonasera, dottore Alessandro, sono Giovanna.

Cosa gli succede?

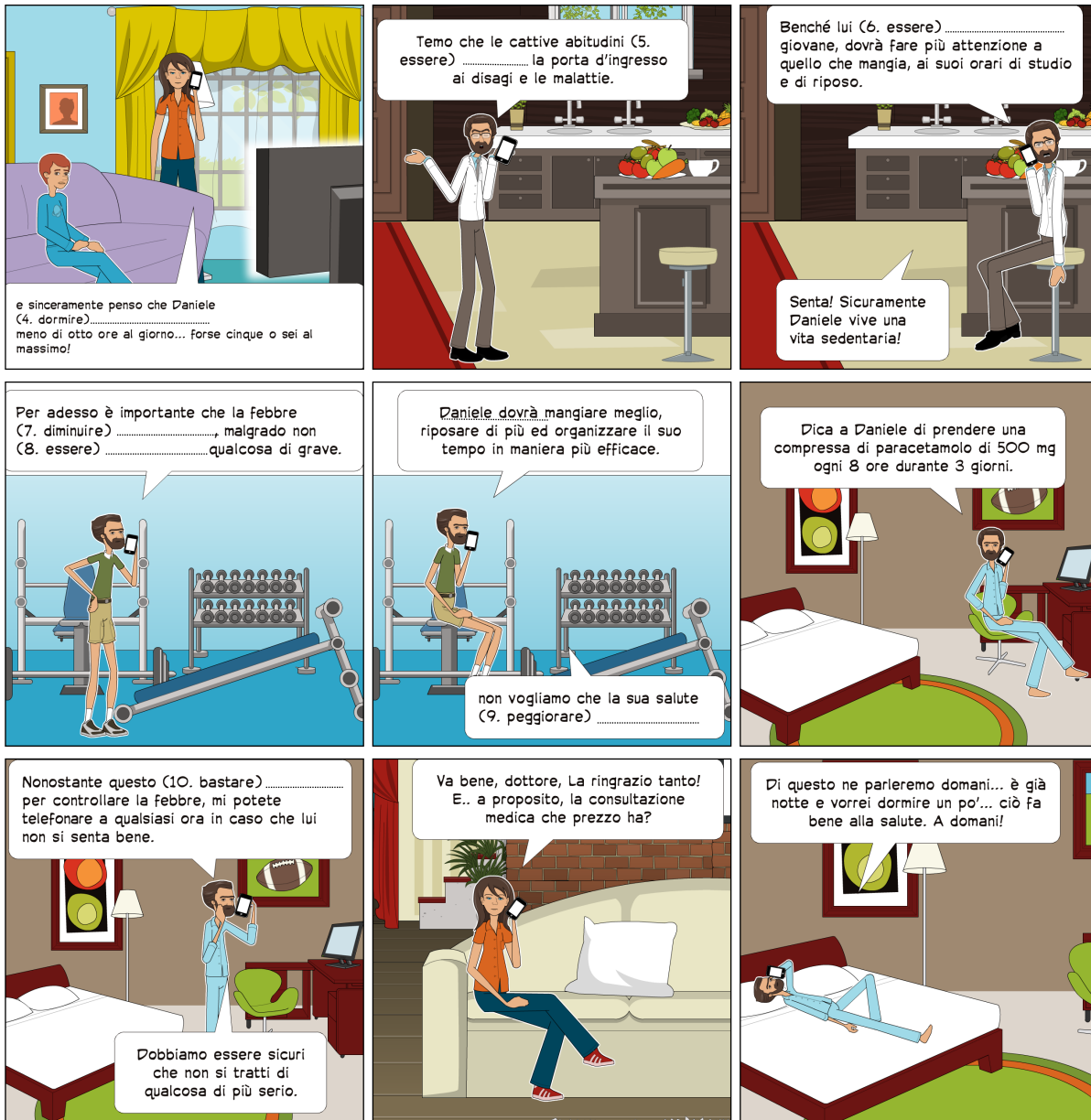
Infatti no... Credo che mio figlio, Daniele, (1. Avere) qualche problema di salute.

Credo che (2. essere) soltanto la febbre.

Suo figlio ha mangiato bene oggi?

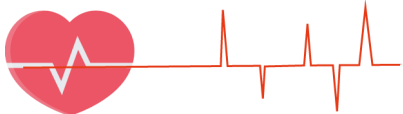
Le solite cose...

Ma a dire la verità mi pare che lui non (3. mangiare) proprio bene e neanche in orario.



Fumetto disponibile in sul sito web:





B.5.1 Trova nel fumetto precedente gli enunciati che esprimono supposizione, timore o incertezza, oppure ordine o invito e scrivi nella tabella che corrisponda.

a) Supposizione	b) Timore o incertezza	c) Ordine o invito
<p>Es. <i>Credo che</i> mio figlio, Daniele non stia bene</p>		



B.6 I nostri disagi... quali credi che siano le cause?

Rispondi oralmente alle seguenti domande.

1. Quali credi che siano le principali cause di disagio nella salute delle persone?

2. Su quali di queste cause nominate abbiamo un controllo e su quali no?

3. A che cosa ci serve conoscere le fonti (cause) di disagio?





B.7 Abbina ogni concetto della colonna sinistra alla descrizione giusta della colonna destra.

MOTIVI DI DISAGIO	DESCRIZIONE
1. Congenito	() a. L'intorno, la famiglia e le idee che si condividono a casa creano uno stile di vita che non sempre comporta i migliori risultati.
2. Età	() b. Alcuni pensano che non esistano e che si tratti, in ogni caso, di una situazione di negligenza.
3. Incidenti	() c. La forza degli eventi è incontrollabile e ci fa ricordare quanto siamo fragili come specie.
4. Contagio	() d. I nostri origini hanno una storia scritta dentro di noi e qualche volta se ne manifesta un disagio.
5. Cattive abitudini	() e. Virus e batteri sono i responsabili di tenerci al letto durante un paio di settimane.
6. Intossicazione	() f. Ogni organismo è diverso e non tutti reagiscono nella stessa maniera alle differenti sostanze.
7. Disastri Naturali	() g. A volte bisogna perdere un tesoro per poi cominciare ad apprezzarlo: questa perdita porta dei disagi, ma anche esperienza.
8. Violenza	() h. Alcuni accumulano senza controllo, altri non passano su una linea orizzontale, o non escono senza fare un rituale rigoroso.
9. Trastorno Psicologico	() i. La delinquenza, un fidanzato geloso o una guerra potrebbero scatenare disagi molto severi.



B.8 Il congiuntivo presente (verbi irregolari)

Guarda la seguente video lezione (usa le tue cuffie).



Prendi le tue note sulla video lezione.



B.9 Il congiuntivo presente irregolare

Scegli il verbo giusto e poi inserisci la forma verbale appropriata.

essere - avere - dire - fare - morire - rimanere - salire - sapere - stare - uscire

- 1) Spero che tu guarisca presto e che _____ dall'ospedale tra poco.
- 2) Il dottore mi ha consigliato di ridurre il consumo di carne prima che i livelli di colesterolo e trigliceridi nel sangue _____.
- 3) Sembra che statisticamente un fumatore _____ prima di un non fumatore.
- 4) Ho già fatto le analisi, spero che il dottore _____ buone notizie.
- 5) Malgrado io non _____ ancora bene, la dottoressa mi ha permesso di tornare a casa.
- 6) Non basta che tu _____ sport tutti i giorni, bisogna anche mangiare bene.
- 7) Benché le malattie non _____ gravi, si deve andare da uno specialista e prendere la medicina.
- 8) Il dottore ti potrà sempre aiutare a condizione che tu _____ sempre la verità sulle tue cattive abitudini.
- 9) Nonostante l'incidente non sia stato grave, spero che i ragazzi non _____ troppo tempo in ospedale.
- 10) Nonostante i dottori non _____ per bene quale sia il mio malessere, mi fido di loro.



B.10 Quando non ci si sente bene! (la forma impersonale)

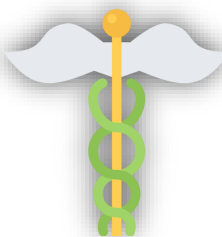
Ecco tre diversi profili di malati. Leggi ogni profilo e rispondi oralmente alle domande.



a. Coloro che non vogliono assolutamente andare dal medico, neanche nelle più gravi condizioni di salute e non vogliono prendere nemmeno un tè.

b. Coloro che quando si sentono male, agiscono opportunamente e cercano qualche soluzione (da un rimedio casalingo fino ad un intervento chirurgico se necessario).

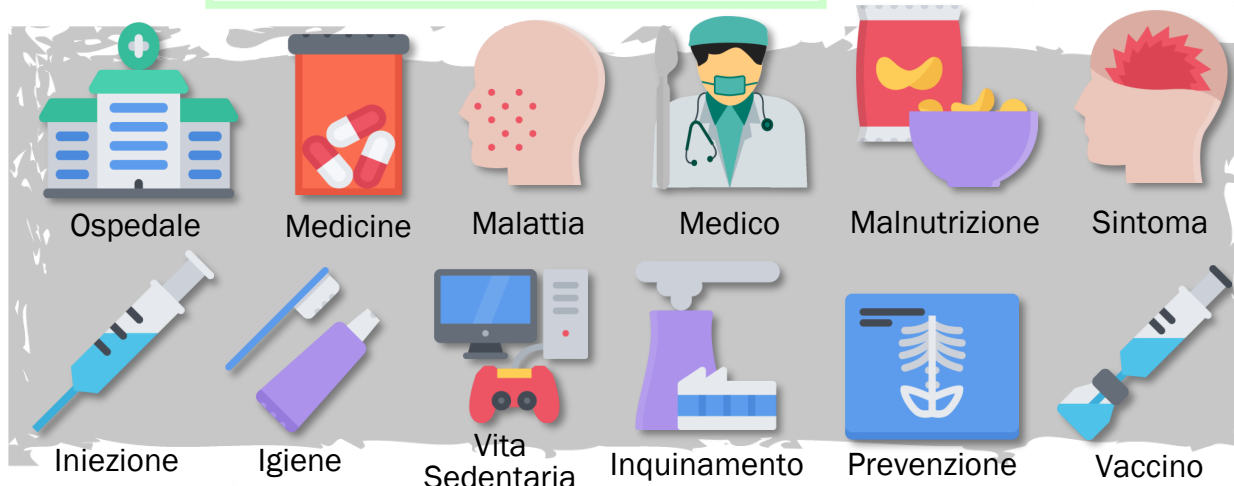
c. Coloro che sono facilmente influenzabili e corrono dal medico perfino dal più leggero sintoma. Infatti quando trovano qualche malattia su internet, sentono immediatamente di averla presa sul proprio corpo.



1. Quale di questi profili ti descrive meglio?

2. Conosci qualcuno(a) che corrisponda a uno di questi profili? Chi?

3. Ci sono altri profili del genere? Quali?





B.11 Usa la forma impersonale del congiuntivo come nell'esempio, per rispondere alle seguenti domande.

Es. Quando si è inattivi per periodi prolungati, occorre che (sgranchire) le gambe.

Risp. Quando si è inattivi per periodi prolungati, occorre che *si sgranchino* le gambe.

- 1) Quando c'è il male di testa, occorre che (prendersi) la medicina appropriata.

- 2) Se c'è una ferita sul corpo, è consigliabile che uno (lavare) con acqua e sapone.

- 3) Quando un mollare fa male, occorre che (rimuovere).

- 4) Con la febbre molto alta, è necessario che (mettere) delle compresse di acqua fredda sulla fronte del paziente.

- 5) Quando non si riesce a dormire, basta che uno (rilassarsi) mezz'ora prima di andare a letto.



B.12 Centriamoci sulle nostre abitudini

Scrivi cinque cattive abitudini generali che abbiano un effetto negativo sulla salute degli studenti di liceo e usa le congiunzioni.

“Credo che gli studenti di liceo...”, “Penso che alcuni studenti...”, “Immagino che la comunità studentesca in Italia...”, “Opino che uno studente...”

Es. “Credo che gli studenti di liceo non bevano sufficiente acqua liscia”

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____



B.13 Le buone abitudini

Crea un elenco con delle buone abitudini per la salute.

Puoi usare le immagini per creare la tua lista, oppure scrivere quelle che vuoi.

BUONE ABITUDINI PER LA SALUTE



Es.

Lavarsi le mani prima di mangiare.

1.

2.

3.

4.

5.

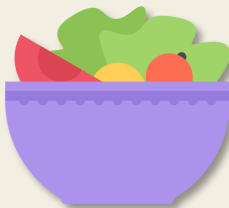
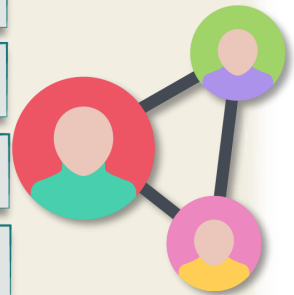
6.

7.

8.

9.

10.





B.14 I fattori che danneggiano la salute

Leggi il codice per ascoltare il podcast di Wendy, studentessa di italiano dell'ENP.



B.14.1 I fattori che danneggiano la salute

Riascolta l'audio precedente e completa le frasi con le parole mancanti:

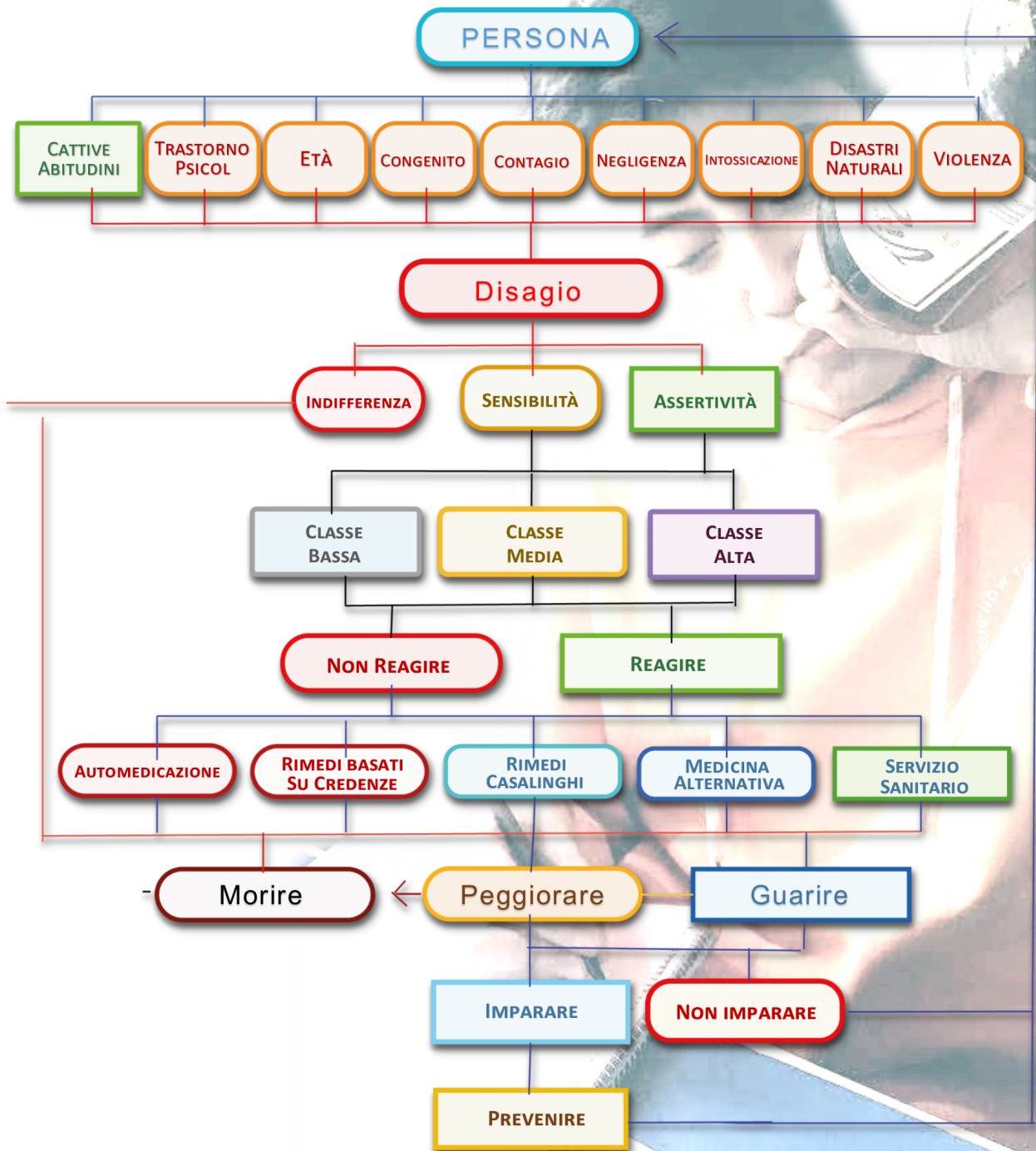
- a.** In tutto il paese si sa che il cibo è un problema preoccupante, dal momento in cui una dieta (1) _____, la mancanza di attività fisica, il disinteresse per una corretta dieta o disinformazione, sono agenti che contribuiscono a (2) _____ come l'obesità, il diabete, attacchi di cuore e livelli di (3) _____ alto, tra altri.
- b.** Il Messico ha una delle peggiori diete e abitudini (4) _____, e la prova di ciò è che il paese occupa il primo posto al mondo nell' (5) _____ infantile.
- c.** D'altra parte, ciò che è generalmente consumato, sono gli alimenti preparati nei piccoli negozi di strada (molto comuni in città) che sono esposti all' (6) _____, hanno un basso apporto nutrizionale e contengono alti indici (7) _____.
- d.** Ma la comunità studentesca di Città del Messico è quotidianamente (8) _____ a una cattiva qualità dell'aria, poiché è tra le prime città del paese con alti livelli di (9) _____ ambientale.
- e.** Un altro fattore che potrebbe (10) _____ la salute degli studenti, sarebbe la dipendenza a sostanze come l'alcol, le sigarette e droghe, questo è molto comune tra i minorenni. La loro vendita e il consumo sono consentiti senza conseguenze legali apparenti.





B.15 La ruta dei disagi

Analizza e commenta con il tuo gruppo e/o il tuo insegnante il seguente diagramma.





C. 1 Valutazione

Produzione orale / scritta

Integra alcuni dei seguenti elementi linguistici e segui le istruzioni dell'insegnante per rispondere oralmente e/o in maniera scritta alle domande.

Vocabolario relativo alla salute: salute, sicurezza, medico, dottore, ospedale, abitudine, nutrizione, malnutrizione, igiene, fretta, vita sedentaria, inattività, benessere, disagio, malattia, stress, riposo, sanità, medicina, sintoma, prevenzione, guarire, ammalarsi, soffrire, cibo grasso, inquinamento, attività, corpo umano, magro, grasso, malato.

Grammatica: 1. Congiuntivo presente regolare e irregolare. 2. Congiunzioni (benché, sebbene, nonostante, a condizione che, basta che e malgrado). 3. Verbi che esprimono dubbio, timore, incertezza, (pensare che, credere che, immaginare che, opinare che, ecc.).

- Quale credi che siano i principali problemi di salute dei messicani e le possibili cause?
- Cosa pensi dei rimedi casalinghi e l'automedicazione? Quali sono i vantaggi e gli svantaggi di usarli?
- Cosa fare per essere sani? Quali sono le cause dei disagi e come si può raggiungere uno stato di salute ottimo?
- Quale pensi che sia la responsabilità delle istituzioni sanitarie e dei governi per migliorare la salute della popolazione? Fornisci degli esempi.
- Racconta come sono i diversi servizi sanitari nel tuo paese.

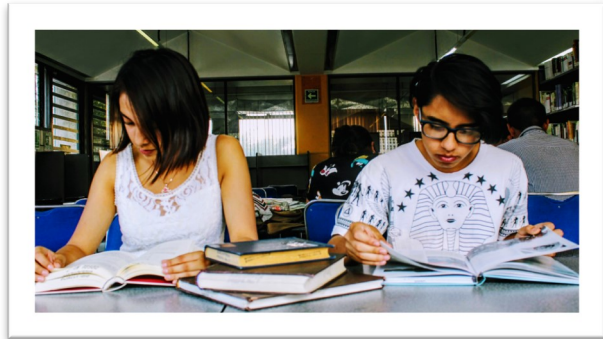




C. 2 Autoevaluación

Marca con una ✓ dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

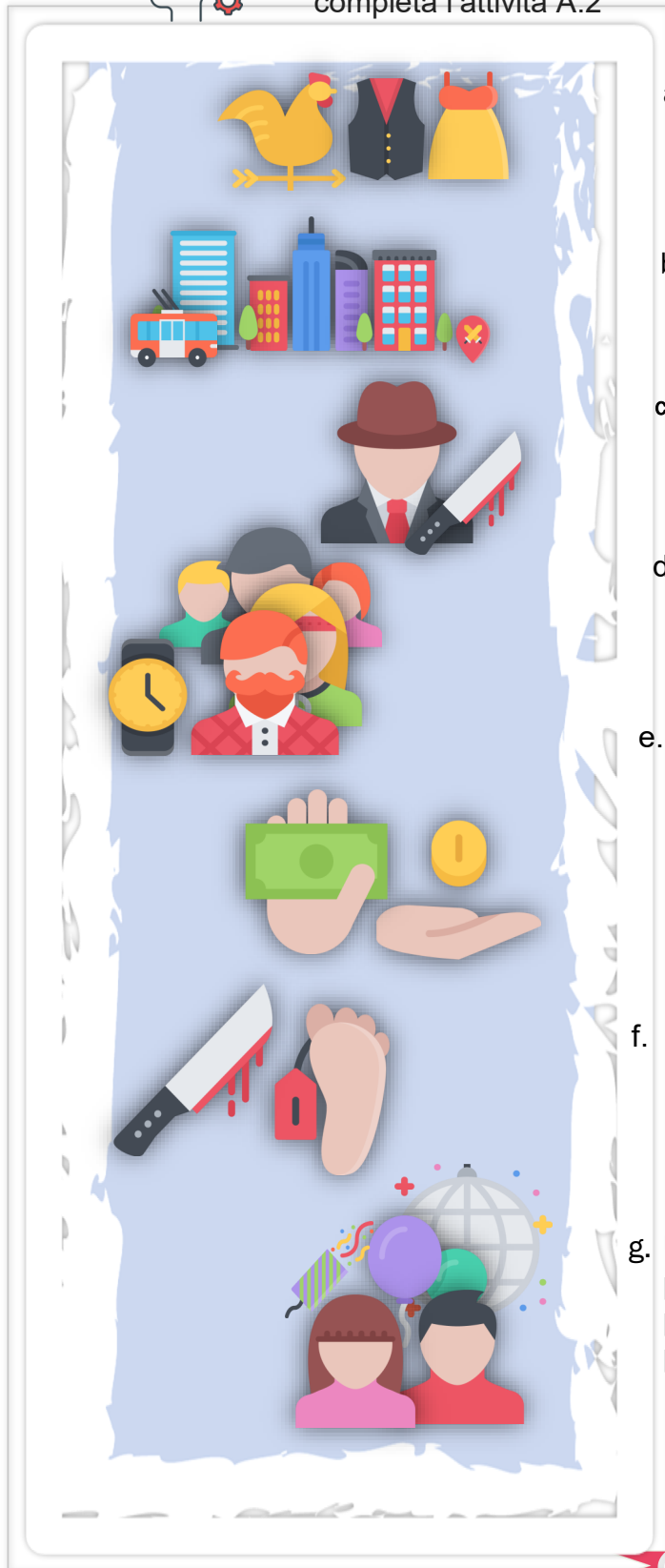


Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



A.1 Mi faresti un favore?

Rispondi "Sì", "No", oppure "Non lo so" a ogni richiesta, poi completa l'attività A.2



- a. Alzati un giorno, presto la domenica, fa' la doccia e vestiti bene per andare a un posto a circa mezz'ora da casa tua.
- b. Viaggia per circa mezz'ora per finalmente arrivare a una via specifica della città.
- c. Una volta che sei arrivato(a) a quella via, cerca un uomo che si trova lì... lo riconoscerai perché porta in mano un coltello.
- d. Il signore ha davanti a se una lunga fila; allora fai la fila per avvicinarti all'uomo. *(fare la fila ci mette almeno mezz'ora)*
- e. Dopo mezz'ora di fila, arriverai finalmente dal signore, che ha in mano il coltello... pagagli sei euro... *(se hai i soldi giusti, il signore ti farà il servizio; se paghi con un biglietto da 10 euro aspetta il resto, ma se non hai la quantità di denaro necessaria, il signore non ti farà nessun servizio).*
- f. Se hai già pagato il servizio, il signore finalmente potrà darti una coltellata mortale che certamente ti toglierà da questo mondo, allora, come ultimo favore... ricevi una coltellata mortale!
- g. Un'ultima cosa... vacci genuinamente felice, pieno di gioia e volentieri... altrimenti preferisco che tu non mi faccia questo piccolo favore.

Dai... Che ne dici?



A.2 Rispondi per iscritto alle seguenti domande, confronta le tue risposte con quelle dei tuoi compagni e poi leggi le conclusioni del quadro di sotto.

- 1) A quanto tempo si trova il centro commerciale più vicino da casa tua?

- 2) Qual è il tuo fast food preferito?

- 3) Quanto costa attualmente il tuo cibo preferito in quel fast food?

- 4) In qualche fine settimana... quanto tempo ci metti nella fila del fast food per comprare il tuo cibo?

- 5) Con chi vai di solito a quel Fast Food e come ti senti con quella compagnia?

- 6) Consideri che il cibo che si vende in quel ristorante sia sano, oppure non tanto buono per la salute?

Riflettiamoci un po'...

Tutti quanti abbiamo qualche volta mangiato nel nostro fast food preferito, e forse ci siamo svegliati presto la mattina di una bella domenica, ci siamo vestiti bene e siamo andati al centro commerciale più vicino con la nostra famiglia, oppure con degli amici, poi abbiamo fatto la fila per circa mezz'ora; abbiamo pagato il conto, abbiamo ricevuto il resto ed il nostro cibo preferito per finalmente mangiare con la nostra famiglia e passare insieme una bella giornata, piena di gioia e felicità. Tuttavia la nostra salute viene colpita da prodotti che ormai sono una bomba di grassi e calorie che non fanno bene alla nostra salute e che sono stati processati e contengono molti elementi chimici come il glutammato monosodico, conservatori ed altre sostanze.

È una pazzia viaggiare circa mezz'ora, fare una lunga fila di mezz'ora in più e poi pagare per ricevere un colpo alla nostra salute... ed incredibilmente fare tutto ciò pieni di gioia e molto volentieri. spesso accompagnati dai nostri esseri amati.



**A.3 Indagine anonima sulle abitudini alimentari**

Leggi il codice QR e rispondi al seguente sondaggio online, poi prendi degli screenshot dell'informazione statistica dei risultati del sondaggio per utilizzarla in aula nella lezione seguente.

**A.4 Le nostre abitudini alimentari**

Condividi le tue opinioni secondo i risultati statistici verificati nell'indagine anonima sulle abitudini alimentari.

Qual è la tua conclusione sulle abitudini alimentari generali?





B.1 Lettura

Leggi il seguente testo e completa l'esercizio. B.1.1

Come e cosa mangiavano i nostri antenati? Mangiavano meglio di noi?

Queste domande non sono di facile risposta, perché prima dobbiamo pensare a quali antenati ci riferiamo esattamente: i nostri nonni, bisnonni o prima ancora... gli egiziani, gli uomini primitivi, ecc. Ma per risolvere questo dubbio parleremo un po' della dieta dell'essere umano attraverso tre principali periodi della Storia e alcuni fattori che l'hanno trasformata con il tempo.



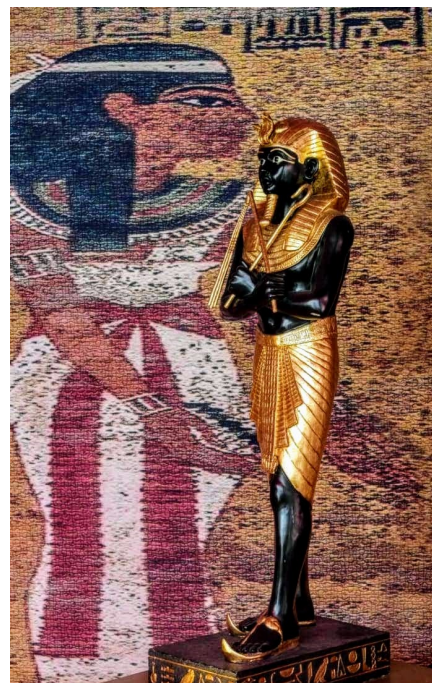
La dieta dell'uomo del paleolitico

L'uomo del paleolitico visse sotto condizioni molto particolari: non conobbe l'agricoltura, non ebbe delle strategie né gli attrezzi avanzati per la caccia (anzi, veniva spesso cacciato dai depredatori) e questi fatti lo strinsero a mangiare principalmente ciò che trovava per terra e sugli alberi. Questo nostro antenato non abitò in un posto fisso, ma piuttosto si traslocò ogni tanto in cerca di alimenti. Raramente si trovò in gruppi che superassero i venti integranti e se qualcuno veniva ferito da un depredatore, oppure si ammalava di febbre o qualsiasi altra malattia che oggi consideriamo semplice, veniva semplicemente abbandonato alla sua

fortuna. Studi hanno dimostrato che non esisteva un'unica "dieta paleolitica" dato che questo dipendeva dalla zona geografica in cui l'uomo si trovava, ma si sa che la base generale dell'alimentazione era composta principalmente da ciò che era immediatamente trovabile: uova di qualche piccolo animale, carne (che spesso trovava per terra degli animali morti o dei resti che i grandi predatori lasciavano), pesce (per quei che passavano occasionalmente vicino ai fiumi o i mari), miele (che diventò tutta una sfida per il fatto di ottenerla a rischio di perdere la vita a causa delle api), frutta e verdure di stagione, e non poteva essere altrimenti, dato che non esisteva l'agricoltura questo uomo era costretto a mangiare solo quella frutta disponibile in ogni epoca dell'anno. L'uomo del paleolitico mangiò anche frutta secca oleosa e latte materno per i neonati.

La rivoluzione agricola (Egitto 10,000 anni fa)

Gli specialisti dicono che questa grande civiltà nacque grazie in grande parte alla posizione privilegiata che ebbero accanto al fiume Nilo: contarono con una terra fertile e un sistema naturale di irrigazione che gli permise di ottenere





una grande esperienza agricola e poi matematica, botanica ed un grande eccetera. Vale a dire che le carote, i piselli, i grani e praticamente ogni prodotto agricolo non è oggi com'era 10mila anni fa. Le carote, ad esempio, erano piccole, con molti meno nutrienti e zuccheri e quindi molto meno gustose di quanto sono oggi. Lo sviluppo dell'agricoltura trasformò la dieta dell'umanità e non solo comprese il miglioramento genetico dei cereali, leguminose, frutta e verdure, ma anche incluse il miglioramento degli animali di allevamento: fu sistematizzata una selezione di specie di ogni tipo e delle tecniche di sovralimentazione di animali come oche. A tutto ciò si deve aggiungere anche una chiara differenza nella dieta dei nostri antenati anche a partire dalle classi sociali: le classi più alte ebbero accesso alla cannella, il pepe, il mino, l'orzo, l'avena, il segale e il vino, mentre che le classi più basse bevettero birra di frumento e orzo. In questo periodo la dieta non solo fu modificata in varietà, ma anche in quantità e qualità nutrizionale.



Il cibo nella rivoluzione industriale (Era moderna)

In quegli anni, la madre natura continuava ad essere a carico dei nostri prodotti da mangiare, ma i processi industriali hanno causato un cambiamento importante nella velocità di produzione, confezione, trasporto,

immagazzinamento, acquisto e consumo degli alimenti: un incremento nella nostra popolazione, una maggiore aspettativa di vita e un potere d'acquisto più elevato rispetto ad altri tempi si traduce in una maggiore richiesta di alimenti e un grande bisogno di trovare nuove forme di fornirli. A questo punto i conservatori hanno assunto un ruolo di grande importanza e piano piano nasce una nuova "chimica degli alimenti" e una vera e propria "industria alimentare".



Piano piano si va avanti nel tempo e i nostri nonni fanno parte di un'epoca ogni volta più moderna e meno tradizionale: forse questi nostri antenati fanno già parte di un sistema alimentare in cui gli alimenti processati fanno parte della spesa; e che dire dei genitori di uno studente di liceo, che sicuramente sono nati durante il boom dei fast food e il cibo istantaneo in mezzo a una crisi alimentare, non solo per le alte richieste a livello mondiale, ma anche perchè per un numero importante di persone, il cibo sembra di prendere due ruoli principali: da un lato, si vede come un'esperienza estetica e sociale (anche da prendere la food selfie), ma d'altra parte viene spesso assunto per sfamare piuttosto che per nutrire. E non parliamo del pasto del giornaliero, il cibo del "giovane professionista moderno", oppure quello dello "studente di liceo nelle grandi città".

Allora la risposta è: la nostra dieta non è più naturale (anche se non è gastronomicamente molto diversa da



quella dei nostri antenati di un passato prossimo, forse potremmo copiare le ricette dei nostri avi, ma il processo industriale degli ingredienti sarà sempre un fattore a considerare) e non può essere nemmeno lontanamente simile a quella che consumavano i nostri antenati di un passato remoto.

Ciò non deve causare paura, perché parte della nostra dieta attuale è grazie ai miglioramenti selettivi, tanto poi siamo anche riusciti ad allungare la nostra vita media e diventare sempre più numerosi.

Vale la pena farsi domande del genere per poi ottenere delle conclusioni che ci aiutino

a riflettere sulla nostra alimentazione e migliorarla, ma questi argomenti ci portano inevitabilmente a guardare verso il futuro e chiederci su quali nuovi cambiamenti arriveranno nella nostra dieta, quale sarà la base degli alimenti del futuro e in generale su dove stiamo andando in materia alimentare.

Tu cosa ne pensi?



B.1.1 I Passati

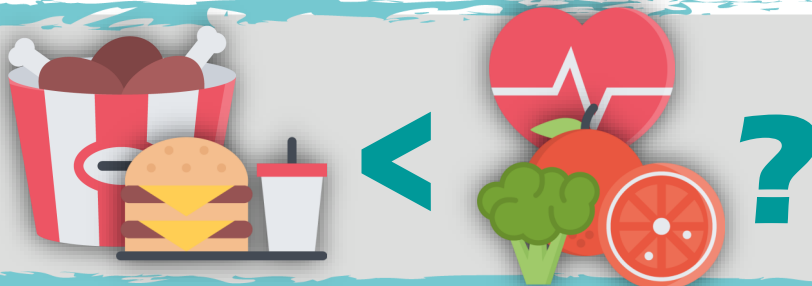
Trova nella lettura i verbi coniugati in *passato remoto*, *passato prossimo* e *imperfetto* e scrivi nella colonna giusta e poi spiega che funzione ha ognuno di questi passati.

IL PASSATO		
REMOTO	IMPERFETTO	PROSSIMO
Si usano per...		



B.2 La comparazione tra due nomi e pronomi

Leggi il codice QR, metti le tue cuffie e guarda la seguente video lezione.



Prendi le tue note sulla video lezione.



B.2.1 La comparazione tra due nomi e pronomi

Scrivi delle frasi usando i comparativi di maggioranza, minoranza e uguaglianza secondo il caso (aggiungi gli elementi necessari come quelli sottolineati nell'esempio).

Es. insalata - nutriente - torta al cioccolato

Risp. L'insalata è **più** nutriente **della** torta al cioccolato.

1. fast food - salutare - frutta di stagione
2. _____
3. Insalata cesare - buona - Insalata caraibica
4. _____
5. caffè con zucchero - ricco - caffè senza zucchero
6. _____
7. olio d'oliva - raccomandato - olio da cucina
8. _____



6. bibite alcoliche - salutari - succo d'arancia

7. _____

8. _____

9. stress - benefico alla salute - sport

10. salute - preziosa - denaro



B.3 I tesori dell'America e l'Europa

Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare l'audio.



B.3.1 Riascolta il podcast e metti in ordine i seguenti
alimenti in base al loro luogo di origine.

L'ORIGINE DEGLI ALIMENTI

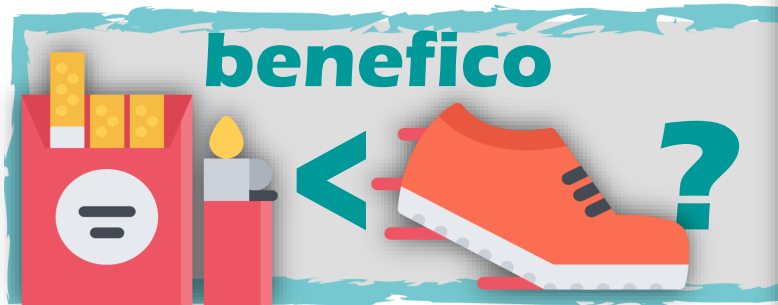
L'America

L'Europa



B.4 La comparazione tra due aggettivi, verbi o qualità

Usa le tue cuffie per guardare la seguente video lezione.



Prendi le tue note sulla video lezione.



B.4.1 La comparazione tra due aggettivi, verbi o qualità

Usa i comparativi di maggioranza, minoranza e uguaglianza per scrivere delle frasi come nell'esempio.

Es. *zucchero - buono - sano*

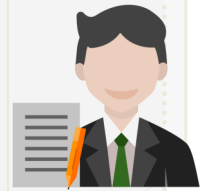
Risp. Lo zucchero è **più** buono **che** sano.

1. Fare nuoto - salutare - giocare videogiochi
2. Saltare i pasti - benefico - fare tutti i pasti
3. Organizzarsi bene - conveniente - stressante
4. Si dice che le persone sane - attive - pigre
5. Mangiare bene - importante - fare sport

**Barzelletta:**

Qual è la differenza fra il medico e l'avvocato?

“Il medico prima ti spoglia e poi ti ascolta, l'avvocato prima ti ascolta e poi ti spoglia”.



6. Essere sani - meglio - andare dal medico

7. sistema sanitario - necessario - efficace

8. Noi - stressati - felici

9. Voi - mangiare - carne - verdure

10. infermiere - necessarie - pazienti

**B.4.2 Cosa mangiavano i nostri antenati?**

Metti le cuffie e leggi il codice QR per guardare il seguente video.





B.5 Cibo più sano che buono?

Leggi il testo seguente e completa gli esercizi della tabella B.5.1



Cibo più sano che buono?

Alcuni assicurano che mangiare più sano è meglio che mangiare più gustoso. Questa espressione ci fa pensare a due uniche possibilità: 1) che mangiare sanamente sembri di dover sacrificare il sapore degli alimenti, oppure 2) che mangiare cibi proprio buoni sia un sinonimo di danno alla salute. Ma si può dire che una dieta sia migliore di un'altra? Si può affermare che la carne è più buona che sana per

l'organismo? Che la carne rossa sia meno consigliabile del pesce? Oppure che la salute di una persona carnivora sia meno ottima di quella di un vegano?

La migliore risposta a questo dilemma è che per ogni persona esiste una dieta "ottimale" che potrebbe non essere la migliore per tutti gli altri organismi, ma allo stesso tempo si può affermare che sebbene non si può parlare della "peggiore dieta di tutto il mondo", esistono delle diete cattivissime basate su cibi processati, fast food, molto più zucchero, sale e grassi saturi di quanto l'organismo deve consumare, con un apporto scarsissimo di frutta di stagione, pesce, leguminose e grani e liquidi (specialmente acqua liscia).

Alcuni esperti dicono che le verdure sono tanto buone quanto la carne, che i cereali sono tanto importanti come necessari nella dieta dell'essere umano e che basterebbe fare attenzione alle quantità che vengono consumate da ogni persona in confronto con il suo livello di attività fisica, l'età, le sue condizioni di salute generali, ecc.

Comunque, per chi non ha ancora cominciato a riflettere sugli alimenti che mangia ogni giorno, fa sempre bene iniziare a pensare a cosa sia meglio per il proprio organismo, a quali alimenti sarebbe necessario rinunciare, quali altri devono essere inclusi nella dieta (anche se non sono i preferiti) e quali invece si dovrebbero misurare. Tutto ciò non dovrebbe sopporre la fine del piacere di mangiare, oppure andare prestì a diventare vegani e dimenticare assolutamente la carne e ogni prodotto di origine animale, ma invece si potrebbe riformulare una nuova dieta, e con essa un'opportunità di sperimentare nuove combinazioni di sapori, ingredienti e piatti che siano tanto buoni come quelli che ormai mangiamo e meno dannosi per la nostra salute.





B.5.1 Analizza il testo precedente e completa la tabella con gli enunciati che corrispondono a ogni argomento.

IL COMPARATIVO

a. Maggioranza	b. Minoranza	c. Uguaglianza
<i>Es. Mangiare più sano è meglio che mangiare più buono.</i>		



B.6 Il superlativo assoluto

Metti le cuffie e leggi il codice QR per guardare la seguente video lezione.

E... come ti sembra il pane?





B.6.2 Forma le frasi con il superlativo assoluto per ogni aggettivo

Altre forme del superlativo assoluto e forme irregolari (molto, davvero, notevolmente, doppio aggettivo, aggettivi con superlativo irregolare come buono - cattivo - grande e altri prefissi come stra-, iper-, extra-, arci-, super-).

Es. Dopo la dieta, Alessandro - essere - magro

Risp. Dopo la dieta, Alessandro è **magro magro**

1. Gastronomia del Messico - celebre
2. Ora che segui la dieta - magra
3. io - sano(a)
4. Questo ospedale - costoso
5. Queste infermiere - simpatiche
6. Il nostro servizio sanitario - cattivo
7. Bisogna raggiungere una salute buona
8. Oggi mi sento male
9. Il cardiologo Fabio Miracolo - famoso in Italia
10. La salute - un tesoro grande



B.7 Il superlativo relativo

Usa le tue cuffie per guardare la seguente video lezione.





Prendi le tue note sulla video lezione.



Large empty rectangular area for taking notes, with a light blue border and a white background.



B.7.1 Forma le frasi con il superlativo relativo

Forma le frasi usando la forma superlativa relativa di maggioranza e minoranza secondo il caso.

Es. sciropo per la tosse- schifoso - tutti

Risp. Lo sciropo per la tosse è il più schifoso di tutti.

1. paracetamolo - farmaco - fornito - tutti

2. automedicazione - pratica - consigliabile

3. gastronomia italiana e messicana - famose - mondo

4. alimenti processati - raccomandabili - tutti

5. Dormire bene - attività - benefica - corpo

6. Ridurre i cibi grassi - scelta - conveniente - vita

7. zuccheri - calorie - salutari - organismo

8. sigarette - prodotto - rischioso - salute dei polmoni

9. Messico - paese - grande numero - bambini con obesità

10. salute - regalo - prezioso - vita



B.8 Analizza il testo dell'attività B.4 "Cibo più sano che buono?" e completa la tabella con gli enunciati che corrispondono a ogni argomento.

IL SUPERLATIVO

a. Relativo	b. Assoluto
<i>Es. La migliore risposta a questo dilemma è che per ogni organismo esiste una dieta "ottima".</i>	



B.8.1 Completa il vocabolario delle seguenti immagini



a. Arancia .



b. _____



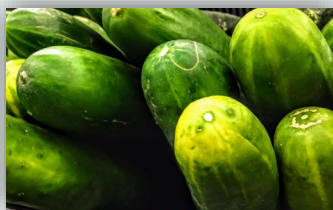
c. _____



d. _____



e. _____



f. _____



g. _____



h. _____

**C. 1 Valutazione****Produzione orale / scritta**

Integra alcuni dei seguenti elementi linguistici e segui le istruzioni dell'insegnante per rispondere oralmente e/o in maniera scritta alle domande.

Vocabolario relativo: al passato storico: *avo, antenati, ecc.*, espressioni come: *ai miei tempi, in quegli anni, mai, stamani, ormai, prima, recentemente, spesso, talora, presto, ancora, adesso, sempre, già, ora, successivamente, tuttora, oggi, tardi, domani, ecc.*

Grammatica: 1. Passato prossimo, 2. Imperfetto, 3. Avverbi di tempo, 3. Comparazione tra due nomi e pronomi e tra due aggettivi, verbi o quantità 4. Superlativo assoluto e relativo.

- a. Qual è la base della tua dieta attuale (le tue abitudini alimentari) e come potrebbe migliorare?
- b. I nostri nonni o noi... Chi mangia meglio e perché? Cosa fare per essere sani? Quali sono le cause dei disagi e come si può raggiungere uno stato di salute ottimo?
- c. Come consideri il tuo stato di salute attuale e come pensi di migliorarlo?
- d. Come influisce l'educazione e l'intorno nella nostra salute? Fornisci degli esempi.
- e. Come e cosa mangiavano i nostri antenati? Mangiavano meglio di noi? Perché?

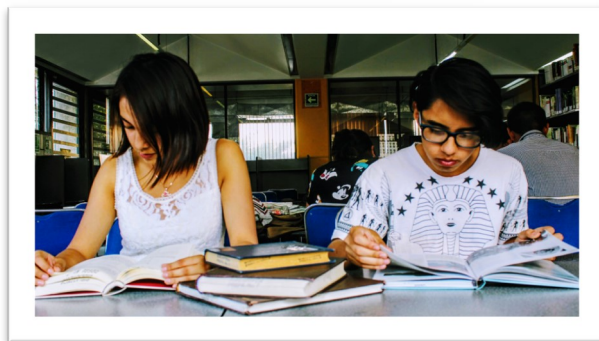




C. 2 Autoevaluación

Marca con una ✓ dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



A.1 Aiuto!

Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare l'audio, poi rispondi oralmente alle seguenti domande .



a. Con quali dei problemi di questa studentessa ti senti identificato(a)? (specificare)

b. Quali consigli daresti alla tua compagna di liceo per risolvere la sua situazione?



A.2 Stress, problemi e disagi... cause o conseguenze dei problemi?

Segna con una ✓ sulla colonna "causa" oppure sulla colonna "conseguenze" secondo la tua opinione per ogni caso.

"I MIEI GUAI"		CAUSE	CONSEGUENZE
1.	Cattiva auto organizzazione	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Dolore di testa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Fallire una materia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Stress	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Usare troppo le reti sociali	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Mancanza di interesse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Vivere una vita sedentaria	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Sentirsi ansioso(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Non fare sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Essere triste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



B.1 Lettura

Leggi il seguente testo.

Piano piano si va sano e si va lontano

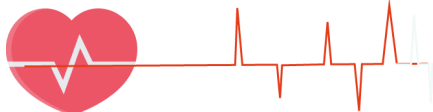
Vivere senza stress, organizzarsi meglio, dormire e svegliarsi con facilità, avere buon appetito (non mangiare troppo, o troppo poco), sentirsi pieni di energia durante tutta la giornata, pensare con chiarezza, essere in grado di dimostrare affetto e rispetto, riconoscere i propri errori, riconoscere il successo degli altri, avere sani rapporti con la nostra famiglia, i nostri amici, la gente in generale e con noi stessi, avere quel minimo necessario di umiltà e gratitudine e soprattutto riflettere prima di parlare, sono alcuni dei punti che fanno parte del cosiddetto “benessere”.



Essere “sani come un pesce”, per molte persone, è una sfida più che impossibile, e addirittura noiosa e complicata; gli sembra di avere addosso parecchie responsabilità e molte limitazioni che alla fine non valgono tanto la pena (fare sport, non fare le ore piccole, rinunciare a certi piaceri ed un lungo eccetera). Ma non possiamo dire che si tratti solo di una “posizione ideologica”, di una libera scelta del tipo “io vivo come mi pare e non faccio male a nessuno”, oppure di un argomento che riguarda soltanto “l’educazione”, ma ora si sa che ci sono diversi fattori biochimici che intervengono nel nostro stato d’animo, il nostro atteggiamento e quindi nella nostra vita, e che i precursori di esso spesso provengono dalla nostra alimentazione.



Un esempio di ciò si trova nelle diverse ricerche fatte dagli specialisti: si è dimostrato che un alto consumo di zucchero aggiunto può provocare l’iperstimolazione dei centri di ricompensa del cervello e provocare un posteriore decadimento animico. Sebbene sia consigliabile evitare gli zuccheri aggiunti, si deve fare specialmente attenzione a quegli alimenti che contengono molto fruttosio: le calorie vuote, infatti, sono solo la punta dell’iceberg; il glucosio può essere metabolizzato da quasi tutte le cellule nel corpo, mentre il fruttosio è metabolizzato quasi interamente nel fegato. Il sale, lo zucchero, le farine e gli alimenti pieni di grassi saturi in grandi quantità, in combinazione con l’intorno in cui si vive e lo stile di vita, provocano un cerchio vizioso dal quale bisogna scappare via per cominciare a vivere meglio.



Qualsiasi cambiamento, anche se piccolo, in favore della nostra salute, può significare un grande beneficio a lungo termine. Non bisogna troppo, anche se alcuni pensano che sia un compito davvero impossibile. Qualsiasi piccola azione positiva è l'inizio di una vita più sana e ogni giorno ci si può aggiungere qualche miglioramento di vario tipo: organizza meglio il tuo tempo, dormi le ore giuste e non fare le ore piccole, fa' almeno venti minuti di esercizi di stretching a casa, due, tre volte a settimana,

non passare tutto il giorno di fronte al computer, cellulare e la TV, mangia frutta di stagione, rinuncia a certi alimenti e ingredienti processati che ti favoriscono poco, non perdere la calma di fronte a ogni difficoltà, agisci opportunamente e non lasciare che i compiti semplici si accumulino fino a diventare tutti insieme un grande problema che ti farà sentire stressato(a), lascia le amicizie tossiche e soprattutto rifletti prima di parlare. I buoni consigli li devi prendere e le cattive abitudini le devi cambiare. Tali misure ti faranno vivere molto meglio.

Ciascuno ha un pensiero diverso, una forma unica di interpretare la vita, viverla e migliorarla; molti pensano che non serva a niente nemmeno provarci, che tutte queste storie "siano una buffala", e alcuni faranno tutto per farti prendere la via storta anche tu, ma altri invece ti diranno di andare avanti e di non mollare anche se ci sono parecchi ostacoli e talvolta poca motivazione. Qualunque sia il tuo punto di partenza, puoi decidere oggi di prendere le decisioni giuste per vivere meglio. "Piano piano si va sano e si va lontano", lo dicevano spesso le nonne.



Una curiosità: nel testo appare l'espressione "**essere una buffala**"

Leggi il codice per saperne di più.



B.1.1 Le cattive abitudini

Metti le cuffie e leggi il codice QR per guardare il seguente video.

Fare le ore piccole:
andare a dormire molto tardi la notte.





B.1.2 Rileggi il testo precedente (4to paragrafo) per trovare le frasi che usano la forma imperativa e scrivele nella tabella seguente.

LA FORMA DELL'IMPERATIVO

	Positiva +		Negativa -
Es.	Dormi le ore giuste	Es.	Non passare tutto il giorno di fronte al computer, cellulare e la TV.
1.		8.	
2.		9.	
3.		10.	
4.			
5.			
6.			
7.			



B.2 La forma dell'imperativo (forma positiva e negativa dei verbi regolari -are -ere e -ire)

Metti le cuffie e leggi il codice QR per ascoltare l'audio, poi rispondi oralmente alle seguenti domande .





Prendi le tue note sulla video lezione.



B.2.1 Coniuga i seguenti verbi nella forma imperativa regolare con l'informazione ottenuta dalla video lezione anteriore.

Pensare

	(+)	(-)
Tu		
Lei		
Noi		
Voi		

Prendere

	(+)	(-)
Tu		
Lei		
Noi		
Voi		

Dormire

	(+)	(-)
Tu		
Lei		
Noi		
Voi		

Influire

	(+)	(-)
Tu		
Lei		
Noi		
Voi		

**B.2.2 10 consigli d'oro per vivere meglio**

Scegli il verbo giusto e usa la forma dell'imperativo che corrisponda per ogni frase.

trascorrere - odiare - leggere - mentire - ricordare - soffrire - parlare - aiutare -
condividere - costruire

1. _____ lentamente, ma pensa velocemente
2. _____ le tre "R":
 - Rispetto per te stesso.
 - Rispetto per gli altri.
 - Responsabilità per tutte le tue azioni.
3. _____ un po' di tempo da solo.
4. _____ più libri e guarda meno sulle reti sociali.
5. _____ gli altri, ti porterà grandi soddisfazioni.
6. _____ le tue conoscenze con gli altri.
7. (-) _____ a causa di problemi immaginari.
8. _____ basi solide di amicizia.
9. (-) _____ mai, neanche per aiutare qualcuno.
10. _____ la bugia, non il bugiardo.

**B.2.3 Usa la forma dell'imperativo per scrivere cinque consigli extra che aiutino agli altri a ridurre lo stress, organizzarsi meglio e convivere con gli altri.****5 CONSIGLI PER VIVERE BENE**

"Le cose difficili sono
l'accumulo delle cose
facili che non sono
state fatte
opportunamente"

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	



B.3 La forma dell'imperativo (forma positiva e negativa dei verbi irregolari)

Metti le cuffie e leggi il codice QR per guardare il seguente video.



Prendi le tue note sulla video lezione.

Large empty light blue area for taking notes.



B.3.1 Coniuga i seguenti verbi nella forma imperativa irregolare con l'informazione ottenuta dalla video lezione anteriore.

Essere

	(+)	(-)
Tu		
Lei		
Noi		
Voi		

Avere

	(+)	(-)
Tu		
Lei		
Noi		
Voi		



		Andare				Bere	
		(+)	(-)			(+)	(-)
Tu				Tu			
Lei				Lei			
Noi				Noi			
Voi				Voi			

		Venire				Dire	
		(+)	(-)			(+)	(-)
Tu				Tu			
Lei				Lei			
Noi				Noi			
Voi				Voi			



B.3.2 "Una mela al giorno toglie il medico di turno"; 10 Consigli alimentari da non perdere!

Scegli il verbo giusto e usa la forma dell'imperativo che corrisponda per ogni frase.

essere - avere - andare - dare - dire - fare - stare - sapere - bere - togliere

- _____ il sale, lo zucchero ed i grassi saturi dalla vostra dieta per evitare ulteriori problemi nell'organismo.
- _____ pazienza: l'auto controllo ti aiuterà a resistere alle tentazioni e non tornare alle vecchie abitudini.
- Quando Lei vada al supermercato, _____ attento(a) alle confezioni e legga l'informazione nutrimentale nelle etichette.
- _____ da un dietista che ti aiuti a creare il bilancio alimentare perfetto per il tuo organismo ed il tuo stile di vita.
- _____ alcol e bevande zuccherate che fanno aumentare il rischio di diabete tipo 2.



6. Prova nuovi alimenti: cereali, verdure, frutta e _____ schizzinoso con i nuovi sapori.
7. La nostra salute dipende anche dalla nostra alimentazione, _____ meglio quali sono gli effetti del cibo nel nostro organismo.
8. _____ la scarpetta. È molto meglio mangiare misuratamente
9. _____ l'opportunità ai nuovi sapori, sperimenta, inventa nuove ricette a partire da ingredienti meno dannosi per la tua salute.
10. _____ ai vostri familiari e amici di rispettare le vostre scelte alimentari.



B.3.3 Prodotti alimentari da includere, ridurre e togliere:

Guarda le immagini e ordina gli alimenti nella tabella secondo le caratteristiche di una dieta sana.

ALCUNI PRODOTTI NELLA NOSTRA DIETA...

	a. da includere	b. da ridurre	c. da togliere
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Labels around the table: salsicce, aglio, pancetta, olive, pesce, uova, avocado, caffè, cibo spazzatura, patatine, carne rossa, dolci, formaggio, carote, pane.



B.4 Gli Aggettivi Indefiniti

Studia la seguente lezione sui pronomi e gli aggettivi indefiniti (prendi appunti e risolvi ogni dubbio con l'insegnante).

AGGETTIVI INDEFINITI

	Descrivono il sostantivo senza specificare...	non specifico	specifico
1.	<p>la quantità</p> <p>(riguarda la quantità del sostantivo)</p>	<p>Ho preso <u>alcune</u> decisioni per migliorare la mia salute.</p>	<p>In palestra sono venuti <u>tre</u> amici, <u>due</u> compagni di lavoro e i miei <u>due</u> fratelli</p> <p>(quantità o numero di persone)</p>
2.	<p>la qualità</p> <p>(riguarda il tipo di sostantivo)</p>	<p>In palestra sono venuti <u>varie</u> persone.</p> <p>(qualifica indefinitamente il tipo di persone, ma non sostituisce il nome)</p>	<p>In palestra sono venuti amici <u>cari</u>, <u>vecchi</u> compagni di lavoro e i miei fratelli <u>minori</u></p> <p>(qualità o tipo di persone)</p>

PRONOMI INDEFINITI

3.	<p>Qualità</p> <p>(riguarda il tipo del nome)</p>	<p>In palestra sono venuti <u>tutti</u>.</p> <p>(si sostituisce il tipo di persone e il nome "amici, compagni, fratelli... persone in generale" senza prendere in considerazione il numero di persone)</p>	<p>Ho invitato <u>Daniele</u>, <u>Alessandro</u> e <u>Maria</u> a venire in palestra</p> <p>(Si tratta solo del nome, senza specificarne il tipo <u>amici, compagni, fratelli, ecc.</u> o il numero di persone)</p>
4.	<p>Quantità</p> <p>(riguarda la quantità e il nome)</p>	<p>In palestra sono venuti solo <u>pochi</u>.</p>	<p>In palestra sono venuti soltanto <u>due</u> amici, <u>un</u> compagno di lavoro e <u>un</u> mio fratello.</p> <p>(quantità e qualità o tipo di persone)</p>



B.4.1 I Pronomi e gli Aggettivi Indefiniti

Studia la lezione (prendi appunti e risolvi ogni dubbio con l'insegnante durante la lezione in aula).

PRONOMI E AGGETTIVI INDEFINITI PIÙ COMUNI

a.

INVARIABILI

Non cambiano secondo il genere ed il numero del nome o sostantivo che accompagnano.

1.

Ogni

Ho fatto 20 minuti di esercizio fisico **sette giorni la settimana** durante 10 anni

Ho fatto venti minuti di esercizio fisico **ogni** giorno durante 10 anni.

2.

Qualche

Stamattina ho mangiato **una mela, una banana e una pesca.**

Stamattina ho mangiato **qualche** frutta.

3.

Qualsiasi

Non mi piace andare in palestra da solo, vorrei invitare **Cinzia, Alessandra, Stefano,** che ne so!

Non mi piace andare in palestra da solo, vorrei invitare **qualsiasi** persona.

4.

Qualsivoglia

È un'ottima idea fare sport per **evitare il diabete, ridurre il rischio di cancro, vivere meglio e avere una vita sana.**

È un'ottima idea fare sport per **qualsivoglia** motivo.

5.

Qualunque

La gente usa scuse come **“non ho il tempo”, “non ho i soldi”, “sono molto stanco”, “mi fa male un piede”, “non sono bravo a fare sport”, tra altre** per non fare esercizio fisico.

La gente usa **qualunque** scusa per non fare esercizio fisico.



b.

VARIABILI

Questi possono cambiare in concordanza con il genere e/o il numero del nome o sostantivo che accompagnano.

1.

Alcuni

Lo sport non è per **chi è pigro** oppure **per chi è indeciso**.

Lo sport non è per **alcuni**.

2.

Altro

Alcuni preferiscono sport come il golf e l'equitazione, io invece preferisco **il pallavolo** ed **il pallacanestro**.

Alcuni preferiscono sport come il golf e l'equitazione, io invece ne preferisco **altri**.

3.

Certo

Alcuni preferiscono sport come **il golf** e **l'equitazione**, io invece preferisco il pallavolo ed il pallacanestro.

Alcuni preferiscono **certi** sport, io invece ne preferisco altri.

4.

Ciascuno

Ogni giorno, **Agnese** e **Giovanna** corrono due chilometri.

Ogni giorno corrono due chilometri **ciascuna**.

5.

Diverso

Esistono degli **sport estremi** per **persone super attive** e degli **sport molto più rilassanti** per **persone meno attive**.

Esistono **diversi** sport per **diverse** persone.



6.	Molto	Si dice che a gennaio si iscrivono in palestra circa 900mila persone che poi smetteranno a febbraio.	Si dice che a gennaio si iscrivono in palestra molti che poi smetteranno a febbraio.
7.	Nessuno	Generalmente in palestra non parlo con l'istruttore né con le altre persone .	Generalmente in palestra non parlo con nessuno .
8.	Parecchio	Durante le feste ho mangiato panettone, pasta, gnocchi, lasagna, agnolotti, capitone, tortellini e frutta secca , ma a gennaio comincio la dieta.	Durante le feste ho mangiato parecchio , ma da gennaio comincio la dieta.
9.	Poco	Stasera prima di dormire mangerò soltanto una mela .	Stasera prima di dormire mangerò poco .
10.	Tale	Alcuni esercizi fisici sono basilici ed alcuni sono avanzati	Tali esercizi sono basilici e tali avanzati.
11.	Tanto	Migliaia e migliaia di persone lasciano le palestre <i>ogni febbraio</i> .	Tanti lasciano le palestre ogni febbraio.



12.	Troppo	Prima fumavo un pacchetto intero di sigarette al giorno .	Prima fumavo troppo al giorno.
13.	Tutto	Mia madre, mio padre, i miei fratelli ed io sappiamo sui vantaggi di fare esercizio fisico.	Tutta la famiglia sa sui vantaggi di fare esercizio fisico.
14.	Vario	Il dottore, la mia fidanzata, i miei amici ed i miei compagni di liceo mi hanno suggerito di cominciare la dieta.	Varie persone mi hanno suggerito di iniziare la dieta.
15.	Altrettanto	A gennaio ho pagato 50 euro per andare in palestra e non ci sono andato, a febbraio ne ho pagati altri 50.	A gennaio ho pagato 50 euro per andare in palestra e non ci sono andato, a febbraio altrettanto .

Prendi le tue note sulla video lezione.



Blank area for taking notes.



INDEFINITI CHE SOLO POSSONO FARE DA PRONOMI

c.

Questi pronomi non possono funzionare come aggettivi.

1.

Nulla

Voglio avere una vita più sana ma non ho iniziato **a mangiare bene, a dormire in orario, a organizzare il mio tempo, a dare esercizio fisico, ecc.**

Voglio avere una vita più sana, ma non ho fatto **nulla**.

2.

Niente

I miei amici dicono che lasciare lo zucchero aggiunto non serve **a dimagrire, dormire meglio, avere più energia, ricordare le cose più facilmente, ecc.**

I miei amici dicono che lasciare lo zucchero aggiunto non serve a **niente**.

3.

Qualcuno

Conosci **un dottore, un dietista, un allenatore, oppure un mentore** che mi possa aiutare a iniziare una vita più sana?

Conosci **qualcuno** che mi possa aiutare a iniziare una vita più sana?

Prendi le tue note sulla lezione precedente.





B.4.2 Rileggi il testo “Piano piano si va sano e si va lontano” (Attività B.1), poi trova e sottolinea i pronomi e gli aggettivi indefiniti che sono presenti nella lettura.



B.5 Le parti del corpo

Scrivi sulla tabella la parte del corpo che corrisponda a ogni numero dell'immagine.



LE PARTI DEL CORPO

1.	6.	11.	16.
2.	7.	12.	17.
3.	8.	13.	18.
4.	9.	14.	19.
5.	10.	15.	20.



B.6 I Pronomi Diretti, Indiretti e Combinati

Studia la lezione, leggi gli esempi, le note, prendi i tuoi appunti e scrivi ogni dubbio da chiarire con l'insegnante.

I PRONOMI DIRETTI

I pronomi diretti si usano per sostituire un complemento diretto (chi/che cosa?)

Io	Mi	Organizzare il tempo aiuta me a finire i compiti.	Organizzare il tempo mi aiuta* a finire i compiti.
Tu	Ti	Io capisco te ; è proprio difficile alzarsi presto la mattina!	Ti capisco; è proprio difficile alzarsi la mattina!
Lui	Lo	Vedo Luca tutti i giorni in palestra .	Lo vedo tutti i giorni in palestra .
Lei	La	Questa settimana comincio la dieta.	La comincio da questa settimana.
Noi	Ci	L'allenatore sempre aiuta noi .	L'allenatore ci aiuta sempre.
Voi	Vi	Domani verrò a trovare voi per uscire a camminare .	Domani verrò a trovar vi * per uscire a camminare.
Loro (masc)	Li	<i>Ho comprato dei libri di cucina ma non ho ancora letto questi libri.</i>	Ho comprato dei libri di cucina, ma non li * ho ancora letti .
Loro (fem)	Le	<i>Ho lavato le verdure e ho cotto le verdure per preparare una bella insalata.</i>	Le verdure le * ho lavate e le * ho cotte per preparare una bella insalata.

Nota 1* Con i verbi modali "volere", "potere" "dovere" seguiti da un verbo all'infinito (-are, -ere, -ire) si può mettere il pronome prima del verbo o unirlo all'infinito.

Es. "Ti posso aiutare?" / "Posso aiutarti?"

Nota 2* Quando si usano i pronomi diretti nei tempi composti (cioè che usano l'ausiliare "essere" o "avere" come nel caso del passato prossimo, si deve rispettare la concordanza del genere dell'oggetto diretto e la terminazione del verbo al participio passato.

Es. "Ho lavato **le verdure**" (senza pronome diretto)
"**Le** ho lavate" (con pronome diretto)



I PRONOMI INDIRETTI

Sostituiscono l'oggetto indiretto preceduto dalla preposizione "a"; questi pronomi si usano generalmente prima del verbo.

a me	mi	Compra per me un'insalata per favore.	Comprami* un'insalata.
a te	ti	Voglio regalare a te questa agenda per organizzare meglio la tua giornata.	Ti voglio regalare/Voglio regalarti* questa agenda per organizzare meglio la tua giornata.
a lui	gli	Devo comprare abbigliamento nuovo a mio figlio perché è ingrassato sette chili.	Gli devo comprare/Devo comprargli* abbigliamento nuovo perché è ingrassato sette chili.
a lei	le	A luciana piace fare jogging tutte le mattine.	Le piace fare jogging tutte le mattine.
a noi	ci	Alcuni rimedi casalinghi non funzionano molto bene a noi .	Alcuni rimedi casalinghi non ci funzionano molto bene.
a voi	vi	Ho letto una definizione di salute che potrebbe interessare a voi .	Ho letto una definizione di salute che vi potrebbe interessare/potrebbe interessarvi.
a loro	gli	Alle mie sorelle non piacciono le verdure; mangiano solo la carne rossa e patate.	Non gli * piacciono le verdure, mangiano solo la carne rossa e le patate.

Nota 1* Con i verbi modali "volere", "potere" e "dovere" seguito da un verbo all'infinito (-are, -ere, -ire) si può mettere il pronome prima del verbo o unirlo all'infinito.
Es. "Ti voglio regalare un libro" / "Voglio regalarti un libro".

Nota 2* Con la terza persona plurale ci sono due possibilità:

1. Usare "gli" prima del verbo: "**Gli** insegno come funziona l'organismo"
2. Usare "loro" dopo il verbo: "Insegno **loro** come funziona l'organismo"

Nota 3 È importante notare che i pronomi indiretti possono funzionare insieme alla forma dell'imperativo:

Es. Prepara un'insalata **a Mario!** / Preparagli un'insalata!



I PRONOMI COMBINATI

Si tratta dell'unione di un pronome indiretto con un pronome diretto.

Ecco 2 semplici consigli che ti aiuteranno a comprendere la regola di combinazione:

1. I pronomi "mi", "ti", "ci" e "vi" cambiano la vocale: la "i" si trasforma in "e".
2. Quando il pronome indiretto di terza persona singolare e plurale GLI si combina con un pronome diretto di terza persona singolare o plurale dobbiamo ricordarci di:
 - a. Aggiungere una "e" tra il pronome indiretto e quello diretto.
 - b. Unire i due pronomi in una sola parola.

Pronomi	Lo	La	Li	Le
Mi	me lo	me la	me li	me le
Ti	te lo	te la	te li	te le
Gli/Le*	glielo	gliela	glieli	gliele
Ci	ce lo	ce la	ce li	ce le
Vi	ve lo	ve la	ve li	ve le
Gli*	glielo	gliela	glieli	gliele

Pronomi combinati:
forma básica.

Io do **un consiglio nutrizionale a Marco.**

Io **glielo** do.

Pronomi combinati:
forma básica.

Dico seriamente **a voi di dovere lasciare lo zucchero** prima che sia tardi.

Ve lo dico sul serio, prima che sia tardi.

Pronomi combinati uniti a un verbo.

Voglio dire **ai ragazzi di venire con me in montagna.** Fara bene a loro respirare un po' d'aria fresca.

Voglio dir**glielo***, gli farà bene respirare un po' d'aria fresca.

Pronomi combinati con l'imperativo.

Compra **queste medicine a Claudia**, perché si sente male!

Compraglielo* perché si sente male!

Pronomi combinati con tempi composti.

Ho regalato **la mia bicicletta a te** perché ho comprato una nuova bicicletta per me.

Te l'ho regalata perché me ne sono comprata una nuova.

Nota* È importante notare che i pronomi indiretti possono essere utilizzati insieme ai pronomi diretti e indiretti combinati, insieme alla forma dell'imperativo:

Es. Prepara **l'insalata a Mario!** / **Preparagliela!**



B.6.1 Una vita sedentaria? Lasciamola!

Dopo le spiegazioni presentate nelle tabelle precedenti (B.6), sostituisci le parti sottolineate dell'enunciato con i pronomi diretti o indiretti secondo il caso (devi modificare la struttura della frase quando sia necessario).

I pronomi diretti

Es. Ho preparato un'insalata e ho portato questa insalata al liceo per mangiare detta insalata.

Risp. Ho preparato un'insalata e l'ho portata al liceo pe mangiarla.

1. Chiama i tuoi amici e andate a fare sport!

2. Spegni la TV e comincia a leggere più libri.

3. Mangia tutti i piselli anche se non ti piacciono.

4. Ho comprato le riviste di fitness e ho letto tutte queste riviste.

5. Alessandra, ho visto *che tu eri in palestra e ho salutato te*.

I pronomi indiretti

Es. La dietista ha dato a me un nuovo regime alimentare. Ora sono proprio nervosa.

Risp. La dietista mi ha dato un nuovo regime alimentare. Ora sono proprio nervosa.

1. I ragazzi si sono divertiti un sacco, a loro piace molto giocare a pallacanestro.

2. A me non interessa tanto il calcio quanto il ballo.

3. *Devo dire a Caterina che sembra fantastica dopo 3 mesi di esercizio fisico.*

4. Andrea è un po' disordinato, *voglio regalare a lui un'agenda.*

5. A me non piace bere alcol né fumare!



B.6.2



I pronomi combinati

Dopo le spiegazioni presentate nelle tabelle precedenti (B.6), risolvi i seguenti esercizi come nell'esempio.

Es. Hai detto a Cesare di venire con noi in montagna?

Risp. Gliel'hai già detto?

1. Se vai al supermercato compra il miele per me.

2. Per favore, prepara due succhi di frutta naturale per me e per mia sorella!.

3. Dopo la consultazione medica, chiedi le medicine al dottore.

4. Se Dario è diabetico, è meglio ritirare a lui lo zucchero.

5. Dico a te tutto questo sul serio!



C.1 Valutazione

Produzione orale / scritta

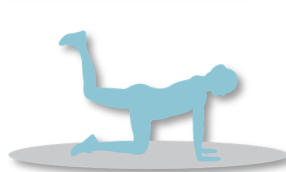
Usa la forma dell'imperativo e il vocabolario delle parti del corpo per scrivere le istruzioni giuste per ogni esercizio fisico.

estendere - piegare - flettere - sostenere - allungare - tenere - alzare
abbassare - scendere

1. **Piega le ginocchia e allunga le braccia.**



2. _____



3. _____



4. _____



5. _____



6. _____



7. _____



8. _____



9. _____



**C.2 Attività Finale**

Chiedi all'insegnante sui dettagli di questa attività.

Il disegno di "Una Vita Sana"

Svilupa un progetto personale che comprenda le misure e le abitudini necessarie per una vita sana, sia fisica che mentale e a livello nutrizionale a partire dalla conoscenza che hai acquisito durante tutto il corso: prepara un progetto di vita salutare integrale per il breve, medio e lungo termine.

È consigliabile avere la conoscenza, la riflessione, l'attività fisica, la riduzione dello stress e una dieta sana ed equilibrata a partire dai nostri antenati, gli antichi messicani e italiani e le loro abitudini alimentari come punto di partenza,

Il tuo progetto dovrebbe prendere come base un'agenda come la seguente:

Civica

- Miglioramento del proprio intorno e ambiente
- Aiuto agli altri
- Appartenenza a cause e raggruppamenti sociali di aiuto umanitario

Personale

- Auto-organizzazione
- Attività fisica e sport
- Alimentazione sana
- Riduzione delle cattive abitudini e fomento alle buone abitudini personali
- I tuoi prossimi viaggi

Scolastica

- Obiettivi di studio prossimi e a futuro

Familiare

- Tempo di famiglia
- Riunioni familiari
- Partecipazione nelle faccende domestiche

Sociale

- Ricreazione e divertimento
- Tempo con gli amici (e/o la coppia)

Il progetto dovrà rispondere alle domande guida: "Che fare?", "Come farlo?" e "Perché farlo?" Queste domande saranno molto utili mentre sviluppi il tuo piano di vita.

Richiedi i dettagli al tuo insegnante sulla data di consegna, il formato e le modalità specifiche di elaborazione e consegna del tuo progetto.

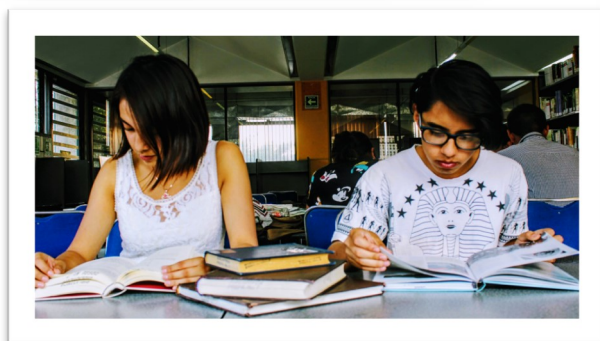
In bocca al lupo!



C. 3 Autoevaluación

Marca con una ✓ dentro de la casilla que mejor describa tu desempeño como estudiante en esta unidad (*Siempre - A veces - Casi nunca*) en cada inciso.

Yo, como estudiante...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he tomado apuntes durante las lecciones/asesorías presenciales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he tomado apuntes durante las lecciones en línea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he anotado y resuelto mis dudas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he cumplido con las tareas que asigna el profesor/asesor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he buscado asesoría y otras fuentes de consulta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) he repasado conceptos importantes de los temas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he procurado comunicarme en italiano durante la clase	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Al estudiar con mi guía-cuaderno de trabajo...	Siempre	A veces	Casi nunca
a) he buscado la asesoría de un(a) profesor(a) o asesor(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) he recurrido a espacios escolares como la mediateca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) he consultado las fuentes que se proponen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) he resuelto los ejercicios	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) he profundizado en los temas por cuenta propia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) he repasado conceptos vistos en Italiano I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) me he preparado oportunamente para el examen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
h) he elaborado mis propios apuntes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



D. Cultura e civiltà “La Dolce Vita”

LA DOLCE VITA

Lo zucchero esercita un potente effetto sul nostro comportamento: uno studio pubblicato sul *British Journal of Psychiatry* sostiene che chi consuma cibi ad alto contenuto di zuccheri è più soggetto a soffrire di depressione; si è dimostrato che un alto consumo di zucchero aggiunto può provocare l'iperstimolazione dei centri di ricompensa del cervello e provocare un posteriore decadimento animico.

Lo zucchero crea dipendenza e causa un po' di scompiglio nel nostro organismo: manda su e giù i livelli di energia e fa lo stesso con i nostri ormoni. Con il tempo queste fluttuazioni creano uno squilibrio nel funzionamento del nostro organismo.

Quando assumiamo zucchero, viene rilasciata l'insulina dal pancreas per rimuovere il glucosio dal sangue e alla fine questa continua richiesta, insieme agli alti livelli di insulina e di glucosio, porta il pancreas a produrre sempre meno insulina. La conseguenza è l'insulino-resistenza, il precursore del diabete. In più se l'energia dello zucchero non viene bruciata subito si accumula sotto forma di grasso nel corpo.

Prima ancora che per il dimagrimento, bisognerebbe smettere di mangiare zucchero aggiunto per la propria salute; quello zucchero naturalmente presente negli alimenti, infatti, è più che sufficiente a soddisfare il fabbisogno del corpo; ridurlo al minimo (se non eliminarlo in toto, quello zucchero aggiunto) porta una serie di vantaggi e di benefici considerevoli alla nostra salute e al nostro aspetto.



Svantaggi di assumere lo zucchero aggiunto:

A breve termine:

1. Aumento di peso
2. Pelle grassa e presenza di acne
3. Alito pesante
4. Stanchezza
5. Scarsa salute dei denti
6. Dipendenza dallo zucchero



A lungo termine

7. Obesità
8. Diabete di tipo 2
9. Problemi cardiaci
10. Alzheimer
11. Demenza
12. Cancro

Vantaggi di lasciare lo zucchero aggiunto:

1. Miglioramento della concentrazione.
2. Più energia e meno sonnolenza al pomeriggio; una sensazione diversa dalla solita stanchezza.
3. Miglioramento della pelle
4. Miglioramento dell'umore
5. Diminuzione del peso corporeo
6. Stabilizzazione e miglioramento delle funzioni dell'organismo
7. Riduzione delle infiammazioni
8. Rafforzamento delle articolazioni
9. Miglioramento della digestione, la salute dell'intestino e del colon.
10. Maggiore facilità per dormire: andare a letto più presto e dormire con facilità, provando un migliore riposo durante il sonno.
11. Svegliarsi e alzarsi più presto, con più agilità ed energia a mattino.
12. Diminuzione del rischio di avere malattie come il diabete tipo 2, alzheimer, demenza e cancro.

Chi l'avrebbe mai detto... quando si riduce drasticamente il consumo di zucchero aggiunto, si comincia a vivere la vera "la dolce vita!"



EXAMEN TIPO



Comprensione di lettura

Leggi attentamente il testo seguente:

Anche quello che non stiamo mangiando ci sta uccidendo

Da un'analisi su «Lancet» è emerso che un decesso su 5 nel mondo è causato dalla cattiva alimentazione: non solo eccessi di cibi spazzatura, ma mancanza di alimenti sani. In Italia lo scarso consumo di cereali integrali provocherebbe 30 mila morti l'anno.

Una morte su cinque al mondo è legata alla cattiva alimentazione: 11 milioni di decessi all'anno sono attribuibili al consumo eccessivo di zucchero, sale e carne, e scarsa assunzione di cereali integrali, frutta, frutta a guscio e semi. L'ONU stima che quasi un miliardo di persone a livello globale soffra di malnutrizione, mentre due miliardi siano «sovralimentate», e uno studio sui regimi alimentari, Global Burden of Disease, pubblicato sulla rivista scientifica Lancet mostra che in quasi tutti i 195 paesi del mondo analizzati si mangiano quantità eccessive dei cibi sbagliati e quantità troppo ridotte di cibi salutari. Il consumo medio di bevande zuccherate, ad esempio, è 10 volte superiore a quello raccomandato, e quello di sodio è dell'86% più alto di quello ritenuto non rischioso. «In molti Paesi una dieta povera provoca più morti di quanto provocano il fumo o la pressione alta» spiega Ashkan Afshin, autore principale dello studio e professore all'Institute for Health and Evaluation all'Università di Washington. Ma il problema, sottolinea il ricercatore «non è solo che le persone scelgono alimenti poco sani, ma anche la mancanza di cibi sani nelle nostre diete, oltre a una quantità eccessiva di sale. Tradizionalmente il dibattito sulla corretta alimentazione si concentra sul ridurre il cibo poco salutare ma in questo studio abbiamo dimostrato che anche un basso consumo di cibi sani è un fattore di rischio per la nostra salute».

Dieta inadeguata: alto fattore di rischio

Lo studio ha esaminato i trend legati a dieta e malattie tra 1990 e 2017. Degli 11 milioni di decessi attribuiti alla cattiva alimentazione, dieci milioni sono causati da malattie cardiovascolari, 913.000 per tumori e quasi 339.000 per diabete. «Questo studio conferma ciò che molti hanno pensato per anni: la dieta inadeguata è responsabile di un numero di decessi più alto di qualsiasi altro fattore di rischio», ha spiegato Christopher Murray, autore del rapporto e direttore dell'Institute for Health Metrics and Evaluation all'università di Washington. «La nostra valutazione suggerisce che i maggiori fattori di rischio alimentari siano alta assunzione di sodio o bassa assunzione di cibi sani» conferma.

La classifica

L'Italia è decima in classifica con un tasso di morte di 107,7 per 100 mila individui e 97.821 decessi in un anno attribuibili alla cattiva alimentazione. Il più virtuoso è Israele, primo in classifica, con un tasso di morte da cattiva alimentazione di 88,9 per 100 mila individui e 5.576 decessi in un anno, segue la Francia con un tasso di morte dell'89,1 per 100 mila e un numero di morti pari a 75.241. Gli USA sono 43esimi con un tasso di morte da cibo cattivo di 170,7 per 100 mila individui e 503.391 morti nel 2017. Ultimo classificato è l'Uzbekistan con un tasso di morte addirittura di 891,8 per 100 mila individui e un numero di decessi calcolati per il 2017 di 75.725 individui.

La situazione in Italia

«Il fattore di rischio principale per la mortalità da cibo in Italia - riferisce all'Ansa Ashkan Afshin - è lo scarso consumo di cereali integrali», cui sono attribuibili oltre 30 mila morti l'anno, seguito da eccessivo consumo di sale (oltre 18mila morti), scarso consumo di semi e frutta secca (oltre 16mila), scarso consumo di omega-3 (circa 12 mila) e di frutta (oltre 11mila). Gli esperti sono partiti dal tracciare i consumi ottimali di ognuno dei 15 elementi considerati, per poi stimare le conseguenze. Ad esempio per la frutta il consumo ottimale è di 250 grammi o più al giorno. Nessun paese vanta consumi ottimali per tutti i 15 elementi considerati.

di Cristina Marrone

Texto recuperado de: ***Nessun paese vanta consumi ottimali per tutti i 15 elementi considerati.***

https://www.corriere.it/salute/nutrizione/19_aprile_06/quello-che-non-stiamo-mangiando-ci-sta-uccidendo-b1299080-579f-11e9-9553-f00a7f633280.shtml

Consultado el 25 de junio de 2019

Scegli l'opzione giusta secondo il testo:

1. Quale tra queste opzioni spiega meglio il titolo:
 - a) Moriamo a causa del consumo di cibo spazzatura.
 - b) Le persone muoiono dalla mancanza di alimenti.
 - c) Bisogna pure aggiungere alimenti sani alla dieta.
 - d) Non moriamo a causa del cibo spazzatura
1.
 2. Da un'analisi su «Lancet»
 - a) è apparso che molta gente muore per non alimentarsi bene.
 - b) è nascosto che una persona muore su cinque a causa della cattiva alimentazione.
 - c) si rivela per prima volta che un decesso su 5 nel mondo è causato dalla cattiva alimentazione.
 - d) si conclude che la gente mangia molto e muore.
3. In Italia provocherebbe 30 mila morti l'anno...
 - a) il consumo di eccessivi cibi spazzatura.
 - b) la mancanza di alimenti sani.
 - c) l'insufficiente consumo di semi.
 - d) l'eccessivo consumo di cereali integrali.

4. 11 milioni di decessi all'anno sono attribuibili...
- a) al poco consumo di cereali integrali e carne.
 - b) al consumo eccessivo di zucchero, sale e fast food.
 - c) al mancante consumo di zucchero, sale e carne.
 - d) al consumo eccedente di carne.
5. Il consumo medio di bevande zuccherate...
- a) non si stima pericoloso.
 - b) si raccomanda se è succo di frutta.
 - c) è 86% più alto di quello ritenuto non rischioso
 - d) è 10 volte maggiore a quello raccomandato,
6. Qual è il problema che mette in rilievo lo scienziato?
- a) la mancanza di cibi sani nei supermercati.
 - b) la ricchezza di cibi sani oltre a una quantità eccessiva di sale.
 - c) la gente che preferisce alimenti poco sani.
 - d) la scelta di cibi sani oltre a una dieta adeguata.
7. Un decesso su cinque al mondo è dovuta...
- a) alla scarsa assunzione di frutta a guscio.
 - b) all'abbondante consumo di cereali integrali, frutta, frutta a guscio e semi.
 - c) al consumo ridotto di carne.
 - d) al consumo di cibi sbragliati.
8. Secondo la lettura cosa significa la parola "**cibo**"
- a) alimentari
 - b) pasto
 - c) animale
 - d) nutrienti
9. Secondo la lettura cosa significa l'espressione "**regimi alimentari**"
- a) alimento
 - b) volontà
 - c) dittatura
 - d) dieta

EXAMEN TIPO

10. In molti paesi muoiono molte persone ipertesi ma muoiono di più persone a causa di?
- a) un regime povero di cibo
 - b) l'aumento di pasto
 - c) alimenti scarsi di nutrienti
 - d) l'aumento della pressione
11. Nello studio realizzato tra il 1990 e 2017 Ashkan Afshin ha esaminato?
- a) le tendenze tra dieta e malattie
 - b) i trend legati a cibo e nutrienti
 - c) i trend legati a regime e salute
 - d) la relazione tra cibo e mangiare
12. Quante persone muoiono per problemi del cuore?
- a) 10 000 000
 - b) 10 000
 - c) 1000
 - d) 10 miliardi
13. Secondo la lettura cosa significa la parola “**assunzione**”
- a) pressione
 - b) mangiare
 - c) acquisto
 - d) elevazione
14. Quale paese occupa il primo posto di mortalità a causa di alimenti cattivi nel 2017?
- a) Italia
 - b) Israele
 - c) Uzbekistan
 - d) Stati Uniti
15. Quale paese occupa l'ultimo posto di mortalità sui 100 mila abitanti nel 2017?
- a) Italia
 - b) Israele
 - c) Uzbekistan
 - d) Stati Uniti

16. Il fattore di rischio in Italia è dovuto a:
- a) mancanza di cereali, frutta secca ed alto consumo di omega 3
 - b) mancanza di cereali, sale ed alto consumo di frutta
 - c) mancanza di cereali, omega 3 ed alto consumo di semi e sale
 - d) mancanza di cereali, frutta secca ed alto consumo di sale
17. Secondo il testo, per stimare le conseguenze, gli esperti sono partiti da stabilire...
- a) una quantità ottimale di consumo dei 15 elementi
 - b) 15 elementi ottimali da consumare in quantità
 - c) che siano consumati 15 elementi ottimali
 - d) che non siano consumati 15 elementi ottimali
18. Secondo gli esperti, si consiglia di mangiare:
- a) non più di 250 gr di frutta al giorno
 - b) più di 250 gr di frutta al giorno
 - c) soltanto 250 gr di frutta al giorno
 - d) meno di 250 gr di frutta al giorno
19. Secondo il testo, nessun paese:
- a) ignora i consumi ottimali per tutti i 15 elementi
 - b) rifiuta i consumi ottimali per tutti i 15 elementi
 - c) esalta i consumi ottimali per tutti i 15 elementi
 - d) rispetta i consumi ottimali per tutti i 15 elementi
20. In conclusione il testo suggerisce di:
- a) mangiare ancora meno cibo spazzatura
 - b) includere nella dieta alimenti salutari
 - c) non pensare troppo a quello che si mangia
 - d) pensare sempre a quello che non si mangia

Comprensione auditiva

Ascolta l'audio tre volte e scegli la risposta giusta.

TUTTI NOI RISCALDIAMO IL CLIMA



- 1. Cosa bruciamo per produrre il gas a effetto serra CO₂?**
 - a) gas e petrolio
 - b) automobili ed edifici
 - c) metano e butano
 - d) atmosfera e agricoltura
- 2. Cosa succederà con l'aumento delle temperature?**
 - a) la siccità diminuirà
 - b) non ci saranno franne
 - c) ci saranno forti inondazioni
 - d) si fermeranno le guerre
- 3. Che paese menzionato sarà anche colpito dal cambiamento climatico?**
 - a) Slovacchia
 - b) Svezia
 - c) Slovenia
 - d) Svizzera
- 4. In quale stagione l'acqua sarà più scarsa?**
 - a) in primavera
 - b) in estate
 - c) in autunno
 - d) in inverno
- 5. Secondo l'audio cos'è il cambio climatico?**
 - a) un'opportunità per il turismo
 - b) una sfida per tutti noi
 - c) una miglior produzione di energia
 - d) un cambio di atteggiamento

EXAMEN TIPO

Prova di produzione scritta.

Leggi con attenzione le seguenti situazioni e scrivi un solo testo, puoi combinare due o tre situazioni o invece tutte. Devi scrivere da 40 a 60 parole. Tempo a disposizione 20 minuti.

1. Descrivi la tua giornata scolare.
2. In quale classe sei?
3. Quali sono le tue materie preferite? Perché?
4. Quali sono quelle che non ti piacciono per niente? Perché?
5. Quali sono i momenti più difficili della scuola che ti hanno fatto pensare ad arrenderti?
6. Quali sono invece i momenti più belli della scuola che spingono a restare e laurearti?

Espressione orale

Leggi con attenzione le seguenti situazioni, scegline una e **rispondi** con argomenti chiari in lingua italiana.

1. La scuola diventa parte della nostra vita, descrivi una giornata qualsiasi al liceo (a che ora ti alzi, cosa mangi a colazione, a che ora vieni a scuola, qual è la materia che ti piace di più, come sono i tuoi amici, ecc.)
2. Hai fatto un lungo percorso scolastico al liceo. Racconta una breve situazione che ci hai vissuto al liceo (con chi eri, dove ti trovavi, cosa hai fatto, cosa è successo, ecc.)
3. E dopo il liceo? Fai delle ipotesi e descrivi la tua vita all'università (cosa studierai, dove studierai, come saranno le lezioni, ecc.)

Rúbrica de evaluación de la expresión oral

	2 puntos deficiente	3 puntos suficiente	4 puntos bene	5 puntos molto bene
Uso delle strutture grammaticali				
Pronuncia e Fluidità				
Ricchezza lessicale				
Coesione e coerenza				

EXAMEN TIPO

Clave de respuestas del examen tipo

1. Clave de respuestas de la comprensión de lectura

- | | |
|--------|-------|
| 1.- C | 11. A |
| 2.- A | 12. A |
| 3.- C | 13. D |
| 4.- D | 14. D |
| 5.- D | 15. B |
| 6.- C | 16. D |
| 7.- A | 17. A |
| 8.- A | 18. B |
| 9.- D | 19. C |
| 10.- C | 20. B |

2. Comprensione auditiva

1. a
2. b
3. d
4. b
5. b

Referencias Bibliográficas

- Anónimo. (s. f.). Recuperado de: <https://www.laurazambruno.com/la-dieta-dei-nostri-antenati/>
- Anónimo. (s. f.). ADOLESCENZA. Recuperado de http://www.psicoterapiarca.it/186_0/default.aspx
- Anónimo. (s. f.). Recuperado de <https://www.who.int/es>
- Anónimo. (s. f.). Recuperado de <https://www.who.int/es>
- Anónimo. (s. f.). Come lo zucchero crea dipendenza e indebolisce la volontà. Recuperado de <https://www.energytraining.it/lo-zucchero-crea-dipendenza-inibisce-la-volont/>
- Anónimo. (2019, 03 de septiembre) Qual è la Differenza Tra Saccarosio, Glucosio & Fruttosio? Recuperado de <https://alimentazioneportiva.it/differenza-tra-saccarosio-glucosio-fruttosio/>
- Anónimo. (2017, 25 de enero). Ecco come si trasforma il tuo corpo se smetti di assumere Zucchero. Recuperado de <https://www.dionidream.com/ecco-cosa-succede-se-smetti-di-assumere-zucchero/>
- Anónimo. (s. f.). I 56 nomi più comuni dello zucchero. Recuperado de https://www.energytraining.it/nomi_zucchero/
- Anónimo. (s. f.). Il comparativo e il superlativo. Recuperado de <https://it.bab.la/grammatica/italiano/comparativo-e-superlativo>
- Anónimo. (s. f.). La comparazione in Italiano. Recuperado de http://www.oneworlditaliano.com/grammatica-italiana/comparazione_italiano.htm
- Anónimo. (2019, 22 de abril). Le 50 regole d'oro per una vita migliore. Recuperado de <https://curiosandosimpara.com/2019/04/22/le-50-regole-doro-per-una-vita-migliore/>
- Anónimo. (2019, 30 de enero). Senza zucchero per un mese: Risultati, alimenti e ricette. . Recuperado de <https://www.runtastic.com/blog/it/un-mese-senza-zucchero-ecco-i-risultati-inaspettati/>
- Anónimo. (s. f.). TEMPO, AVVERBI DI in "La grammatica italiana". Recuperado de [http://www.treccani.it/enciclopedia/avverbi-di-tempo_\(La-grammatica-italiana\)/](http://www.treccani.it/enciclopedia/avverbi-di-tempo_(La-grammatica-italiana)/)

- Anónimo. (2017, 09 de noviembre). Quanta immondizia produciamo e quanto ci costa smaltirla. Un rapporto. Blog Italia. Recuperado de: https://www.agi.it/blog-italia/energia-e-sostenibilita/rifiuti_rapporto_immondizia_rapporto_ispra-2603017/post/2017-11-09/
- Anónimo. (2018, 03 de febrero). Le verdure importate dall'America da Cristoforo Colombo. . Recuperado de <http://www.verduredistagione.it/2012/10/12/verdure-importate-america-cristoforo-colombo/>
- Anónimo. (2017, 29 de diciembre). ¿Cuál es el destino de la basura de la cdmx? Recuperado de: <https://www.unotv.com/noticias/portal/investigaciones-especiales/detalle/cual-es-el-destino-de-la-basura-de-la-cdmx-461957/>
- Anónimo. (2019, 09 de octubre). México, el país que más basura genera en América latina ¿cuáles son las naciones que le siguen?. Recuperado de: <https://www.animalpolitico.com/2018/10/mexico-genera-basura-paises-america-latina/>
- Balboni, P. (2000) *Tecniche didattiche per l'educazione linguistica*. Torino: UTE.
- Bordiglioni S., Arrighetti Ch. (2001). *Sebastiano e i sogni. Italia*. Einaudi Ragazzi.
- Debetto, G. (2016). *La lingua italiana e le sue regole*. Torino, Italia: Loescher Editore.
- Del Nero A., Iazzoni C. (1973). *Il nuovo a Spron Battuto*. Italia. Angelo Signorell.
- Derosas M., Torresan P. (2011). *Didáctica de las lenguas-culturas. Nuevas perspectivas*. Buenos Aires: Editorial SB.
- Ercolino, E. and Pellegrino, T. (2014). *La grammatica semplice*. Torino, Italia: Loescher Editore.
- Fernández Liria, C. (2015). *El marxismo hoy. La herencia de Gramsci y Althusser*. España: Bonallettera Alcompas, LS.
- FES Acatlán (13 maggio 2019). Crea biblioteca comunitaria en la sierra mixe de Oaxaca. *Gaceta UNAM* numero 5051. Disponible da: <http://www.gaceta.unam.mx/crea-biblioteca-comunitaria-en-la-sierra-mixe-de-oaxaca/>

- García K. (2018, 22 de junio). En 2020 comenzerá a operar planta de termovalorización. *El Economista*. Recuperado de: <https://www.eleconomista.com.mx/estados/En-2020-comenzara-a-operar-planta-de-termovalorizacion-20180622-0020.html>
- Ghiselli A., Casalgrande C., (1973). *Lingua e Parola. Italia. Sansoni*.
- Golinelli, G. (1970, 27 de abril). Italy Blog. Recuperado de <https://eathink2015.org/it/italiano-come-mangiavano-i-nostri-antenati/>
- I lato positivo. (2019, 10 de marzo). Tutti noi generiamo 450 kg di spazzatura all'anno, ecco cosa possiamo fare. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=6WbbGcaYWCM>
- Kropotkin, P. (2010). *Il mutuo appoggio fattore dell'evoluzione. Bologna, Italia: Libreria Internazionale Di Avanguardia*.
- Lacovoni, G., Persiani, N. and Fiorentino, B. (2009). *Gramm.it*. Roma, Italia: Bonacci.
- Latino, A. y Museolino, M. (2005). *Una grammatica per tutti 2. Roma: Edilingua*.
- Loshiro. (2019). I problemi dei rifiuti. Arnoldo Mondadori Editore. Recuperado de: <https://doc.studenti.it/appunti/geografia/problema-rifiuti.html>
- Magu, H. (27 maggio 2019). Autonomía, clave para estudiantes: Deborah Gordon. *Gaceta UNAM numero 5054*. Disponible da: <http://www.gaceta.unam.mx/autonomia-clave-para-estudiantes-deborah-gordon/>
- Marin, T. & S. Magnelli. (2009) *Nuovo progetto italiano 1 Libro dello studente e Quaderno degli esercizi. Roma: Edilingua*.
- Marrone, C. (2019, 07 de abril). Anche quello che non stiamo mangiando ci sta uccidendo. Recuperado de https://www.corriere.it/salute/nutrizione/19_aprile_06/quello-che-non-stiamo-mangiando-ci-sta-uccidendo-b1299080-579f-11e9-9553-f00a7f633280.shtml
- Nicastro A. (15 aprile 2017). Congo, l'inferno del Coltan e la manodopera della disperazione. *Corriere della sera*. Disponibile da: https://www.corriere.it/esteri/17_aprile_13/inferno-coltan-2adccda8-2218-11e7-807d-a69c30112ddd.shtml?refresh_ce-cp
- Nocchi, S. (2006). *Grammatica pratica della lingua italiana. Firenze: Alma Edizioni*.
- Pera R. (2018). La gestione dei rifiuti in Italia. Blog Italia. Recuperado de: <https://rifiutologia.it/la-gestione-dei-rifiuti-italia/>

- Poy Solano L. (2018, 17 de diciembre). Se generan en México 103 mil toneladas de basura cada día. *La Jornada*. Recuperado de: <https://www.jornada.com.mx/ultimas/2018/12/17/se-generan-en-mexico-103-mil-toneladas-de-basura-cada-dia-4657.html>
- Ricifari, C. (2017, 26 de septiembre). Cosa succede al corpo se si smette di mangiare zucchero. Recuperado de <https://www.grazia.it/stile-di-vita/tendenze-in-cucina/smettere-di-mangiare-zucchero-benefici>
- Rocca, B. (2017, 09 de octubre). 1 Preistoria Paleolitico. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=xi_UnZFW2zY
- Roncoroni F. (2011). *Grammatica Essenziale della Lingua Italiana*. Italia. Mondadori.
- Sacristán, M. (2013). *Antonio Gramsci. Antología*. España: Ediciones Akal.
- Scaringella, M. (19 luglio 2013). Il costo umano di uno smartphone e tutto ciò che gira attorno al coltan. *La Repubblica*. Disponibile da: https://www.repubblica.it/solidarieta/emergenza/2013/07/19/news/il_costo_del_coltan-63325505/
- Società di studi politici. Liceo classico "J. Sannazaro". (2007). *Antonio Gramsci. Indifferenti*. Napoli, Italia: La scuola di Pitagora editrice.
- Spinelli, C. (s. f.). Organo ufficiale della Società Italiana di Medicina dell'Adolescenza. Recuperado de https://www.academia.edu/8580612/Organo_ufficiale_della_Società_Italiana_di_Medicina_dellAdolescenza
- Subito, S. (2018, 11 de mayo). Come LIBERARSI scientificamente delle CATTIVE ABITUDINI. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?>
- Yolanda Fabiola, S., Erika Nohemi, M., Martha Betzaida, B., María, & Barbara. (n.i.). Diseño y validación de un cuestionario para evaluar el comportamiento alimentario en estudiantes mexicanos del área de la salud. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112014000800020v=qm00FQu1MYU