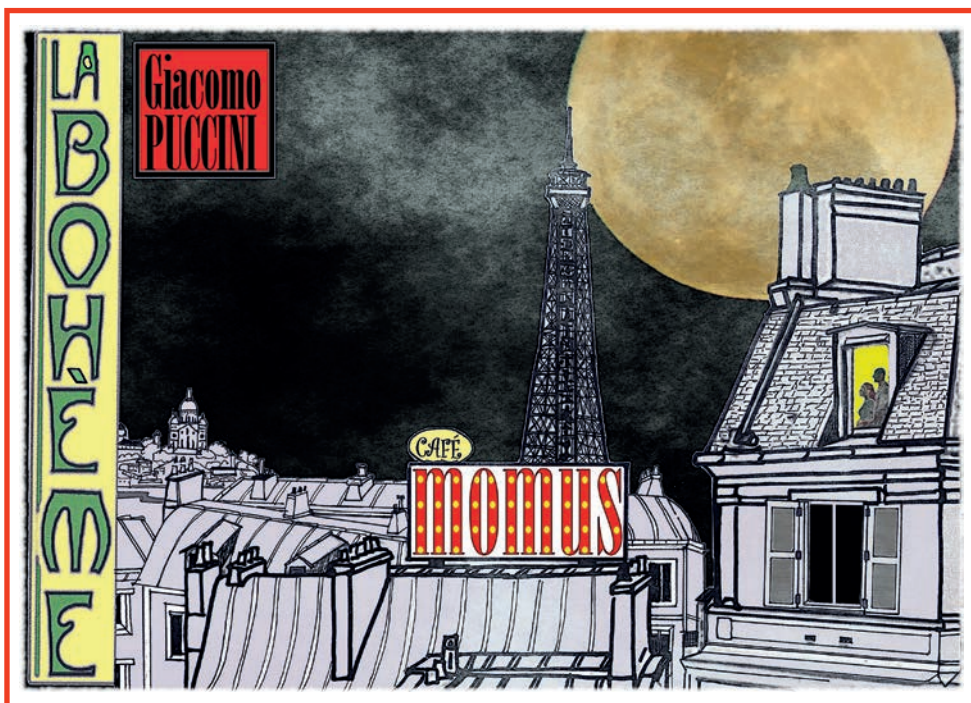


CHI BEN COMINCIA...

unità 1



Audio e video di questa unità:



In questa unità impari a:

- congedarti
- chiedere e dire come stai
- dare del tu o del Lei

La bohème racconta la storia di un gruppo di giovani artisti che vive a Parigi, con molte speranze e pochi soldi.



1 1a. Ascolta la lettura di questi due brani. Secondo te, quale corrisponde alla locandina?

2 il 1° (primo) il 2° (secondo)

3 1b. Ascolta questo brano. Come ti senti dopo l'ascolto?



allegra/o



triste



sorpresa/o









arrabbiata/o

La bohème è un'opera in quattro quadri ed è ispirata al romanzo di Henri Murger, *Scènes de la vie de bohème*.

Il compositore è Giacomo Puccini.
Il libretto è scritto da Luigi Illica e Giuseppe Giacosa.







Personaggi principali e voci:

 Rodolfo , poeta	Tenore
 Marcello , pittore	Baritono
 Colline , filosofo	Basso
 Schaunard , musicista	Baritono
 Mimì , la vicina	Soprano
 Musetta , ex amante di Marcello	Soprano

I brani lirici più conosciuti¹:




Quadro primo

-  Nei cieli bigi (Rodolfo)
-  **Che gelida manina** (Rodolfo)
-  **Mi chiamano Mimì** (Mimì)
-  O soave fanciulla, o dolce viso (Rodolfo e Mimì)





Quadro secondo

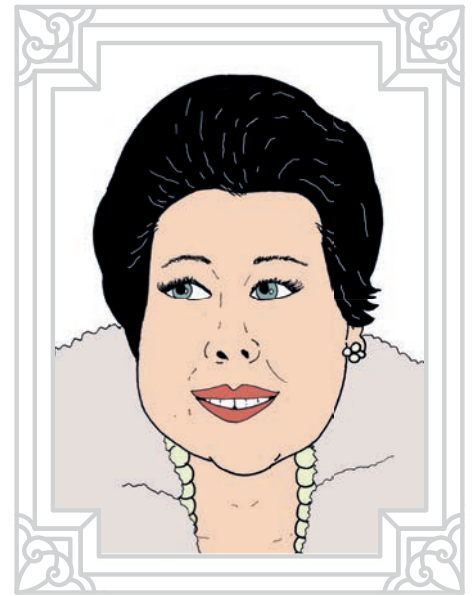
-  **Quando me'n vo' soletta per la via** (Musetta)

Quadro terzo

-  Mimì è una civetta (Rodolfo)
-  **D'onde lieta uscì** (Mimì)
-  Addio, dolce svegliare alla mattina! (Mimì e Rodolfo)

Quadro quarto

-  In un coupé? / Con pariglia e livree (Marcello e Rodolfo)
-  O Mimì tu più non torni (Rodolfo e Marcello)
-  Vecchia zimarra, senti (Colline)
-  Sono andati? Fingevo di dormire (Mimì e Rodolfo)



RENATA SCOTTO

[1934]

Famoso soprano dalla voce agile², delicata e duttile³. Ha cantato con i grandi della lirica e nei teatri più importanti del mondo. Molto apprezzata e richiesta anche per le sue preziose indicazioni agli allievi. Il suo debutto americano è all'Opera Lirica di Chicago come Mimì nel 1960.

NOTE

¹ i brani **evidenziati** sono presenti nell'unità a scopo didattico, non nell'ordine originale.

² **voce agile**: voce capace di fare note acute e note gravi, veloci e consecutive.

³ **voce duttile**: voce che risponde subito ai cambiamenti richiesti dalla musica.

1. I SUONI /sk/ E /ʃ/ **SC**

4 **1a.** Ascolta alcune volte la lettura di un frammento di un'aria de **La bohème**. Scrivi le parole che riconosci.

Blank musical staff lines for writing.

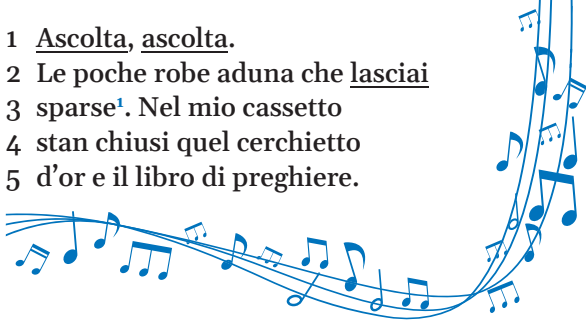


Mimì parla di oggetti quotidiani che le ricordano molte cose.

1b. Leggi il testo e usa le immagini per capire il significato dell'aria. Poi leggi ad alta voce e fai attenzione alle parole sottolineate.

D'ONDE LIETA USCÌ • quadro terzo

- 1 Ascolta, ascolta.
- 2 Le poche robe aduna che lasciai
- 3 sparse¹. Nel mio cassetto
- 4 stan chiusi quel cerchietto
- 5 d'or e il libro di preghiera.



cassetto



cerchietto



libro di preghiera

5 **1c.** Ascolta, ripeti e poi completa la regola.



scatola



scheda



schiuma



scolaro



scudo

GRAMMATICA

«**Sc**» seguito dalle vocali « », « », « » e dalla consonante « » + «e», «i», suona /sk/.

6 **1d.** Ascolta, ripeti e poi completa la regola.



sciacallo



pesce



scivoli



sciopero



prosciutto

GRAMMATICA

«**Sc**» seguito dalle vocali « », « », suona /ʃ/.

NOTA

¹Le poche robe aduna che lasciai sparse: metti insieme / raggruppa (aduna) le poche cose (robe) che ho lasciato (lasciai) in giro (sparse)

7 **1e.** Ascolta e ripeti le seguenti parole. Poi associale al suono corrispondente, come negli esempi.

- | | | | | |
|--------------|------------|------------|--------------|-------------|
| 1. ascoltare | 4. scherzo | 7. scimmia | 10. scarpa | 13. scivolo |
| 2. nascere | 5. pesce | 8. maschio | 11. scendere | 14. schiavo |
| 3. scuro | 6. sciare | 9. scelta | 12. tedesca | 15. conosco |



8 **1f.** Ascolta e completa le parole.

- | | | | |
|--------------|--------------|------------|------------|
| 1. cono__ere | 4. __ivolare | 7. s__iavo | 10. ma__io |
| 2. bo__o | 5. li__ia | 8. __uola | 11. fia__o |
| 3. __irocco | 6. __ena | 9. li__a | 12. gu__io |

2. IL TELEFONO SENZA FILI

2a. Scegli una parola dagli esercizi precedenti e sussurrala a un compagno che la sussurra ad un altro e così via a catena. L'ultimo studente la dice a voce alta ed il primo conferma se la parola è corretta.



3. I SUONI /k/ E /tʃ/

9 **3a.** Ascolta, ripeti e poi completa la regola.



casa



zucchero



chitarra



colomba



cuffia

GRAMMATICA

La lettera «c», seguita dalle vocali «__», «__», «__» e dalla consonante «__» + «e», «i», suona /k/.

10 **3b.** Ascolta, ripeti e poi completa la regola.



goccia



cento



cibo



ciotola



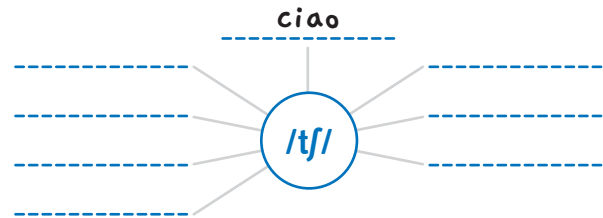
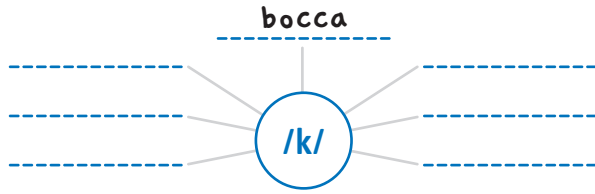
acciuga

GRAMMATICA

La lettera «c», seguita dalle vocali «__», «__», suona /tʃ/.

11 3c. Ascolta e associa le parole al suono corrispondente, come negli esempi.

- | | | | | |
|----------|-------------|------------|---------------|-------------|
| 1. bocca | 4. orecchio | 7. braccio | 10. speciale | 13. ciuccio |
| 2. ciao | 5. che | 8. collo | 11. cugino | 14. cima |
| 3. ciò | 6. faccia | 9. Cecilia | 12. chiamarsi | 15. caro |



12 3d. Ascolta e completa le parole.

- | | | | |
|-------------|---------------|---------------|-----------------|
| 1. □□□ o | 4. □□□ o stro | 7. □□□ bat ta | 10. ma □□□□ r a |
| 2. per □□ ò | 5. □□ lia □ o | 8. □□□ es a | 11. □ o s a |
| 3. □□ ca la | 6. □□ rot to | 9. ma □□□□ o | 12. □ ulla |

4. IL MONDO È FATTO A SCALE

13 4a. Ascolta lo scioglilingua seguendo il testo. Aiutati con le immagini a fianco.

Il mondo è fatto a **scale**
 chi **scende** e chi **sale**,
 chi le scende troppo in fretta
 si sciupa¹ la scarpetta;
 la **scarpa** ha il **laccio** sciolto,
 collo² **scialle** scalda molto;
 lo scialle non è **sciarpa**,
 la sciarpa non è scarpa,
 il furbo non è **sciocco**,
 tira il laccio è sciolto il **fiocco**.



scale



scendere



salire



scarpa



laccio



scialle

4b. Rileggete tutti insieme e poi uno per volta. Vince chi lo pronuncia più velocemente.



sciarpa



sciocco

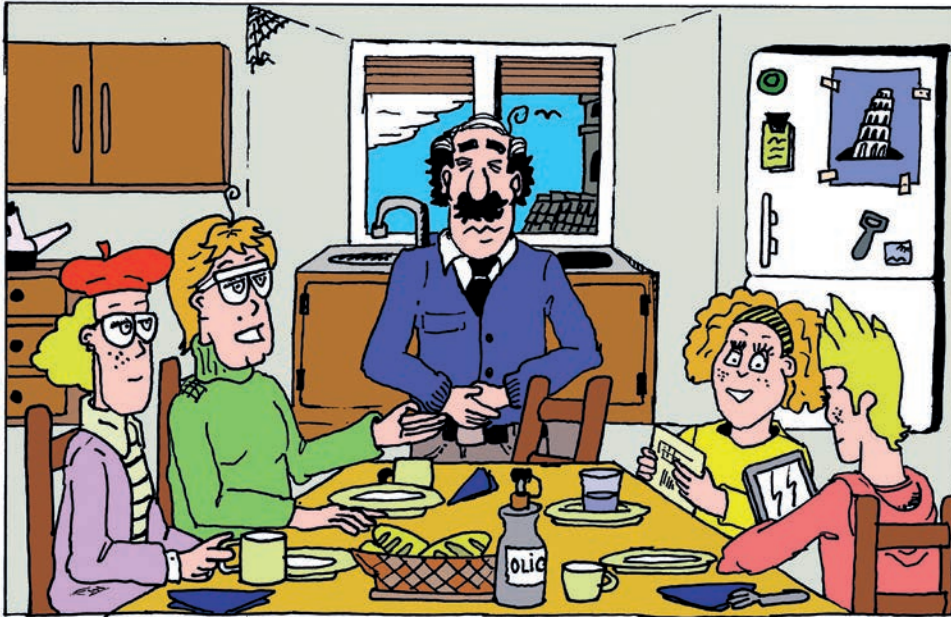


fiocco

NOTA

¹si sciupa: si rovina / ²collo: con lo

1. LA FAMIGLIA A COLAZIONE



1a. Abbina le parole della lista alle immagini. Attenzione, c'è una parola in più.

1. colazione | 2. faccia | 3. lasciare | 4. dottore | 5. testa | 6. pranzo | 7. chitarra



a. _____



b. _____



c. _____



d. _____



e. _____



f. _____

1b. Ripeti le parole dopo l'insegnante e fai attenzione alla pronuncia.

14 1c. Ascolta il dialogo e rispondi alle domande.

1. Quando entra Giovanni, il papà, come saluta la famiglia?
2. Che domanda fa la mamma a suo marito per sapere come sta?
3. Nel dialogo ci sono altre forme per salutare. Quali sono?
4. Conosci altre forme per salutare?

1d. Leggi il dialogo e verifica.

A = Anna, G = Giovanni, R = Rodolfo

- G ■ Ciao.
 A ● Ciao amore. Come va? Ma che faccia!
 G ■ Non sto tanto bene, mi fa male la testa.
 A ● Lavori troppo. Perché non chiami il dottore?
 G ■ Sì, faccio colazione e lo chiamo subito.
 R ▼ Mamma, scusa, oggi non torno a pranzo.
 A ● Va bene.
 R ▼ Vado via. A stasera.
 A ● Prendi la chitarra?
 R ▼ No, la lascio qui, oggi non mi serve. A dopo.
 G ■ Buona giornata!



1e. Nell'ultima frase di Rodolfo ci sono due forme per la negazione. Trovate e completa la regola.

 GRAMMATICA

Usiamo _____ quando la risposta è negativa, è il contrario di *sì*.
 Usiamo _____ quando la negazione precede il verbo.

2. I SALUTI



LO SAI CHE...

Le principali parti del giorno sono (orari approssimativi):

- la mattina (8:00-13:00)
- il pomeriggio (13:00-18:00)
- la sera (18:00-23:00)
- la notte (23:00-8:00)

2a. Completa lo schema inserendo i saluti appropriati nella tabella. Alcuni saluti si utilizzano in più occasioni.

buon pomeriggio | buongiorno | buonasera | ciao | salve | buona notte

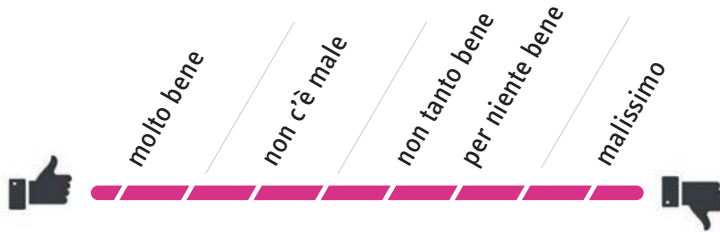
LA MATTINA	IL POMERIGGIO	LA SERA	LA NOTTE
			

2b. Completa lo schema con le parole della lista.

male | bene | così così

GRAMMATICA

Per chiedere a qualcuno come sta, usiamo le forme: *come sta?* (formale), *come stai?* (informale) o *come va?* (formale e informale). Le risposte a queste domande possono essere:



2c. Chiedi a un compagno come sta, lui risponde senza parlare e tu indovini come si sente. Poi scambiatevi i ruoli.

2d. Lavora con un compagno. Scrivete un saluto sotto a ogni immagine.



2e. Alzati e gira per la classe salutando i compagni. Chiedetevi come state. Usate il registro formale e quello informale, come nell'esempio.

formale

- Buongiorno professore, come sta?
- Bene, grazie e Lei?
- Non c'è male, grazie.

informale

- Ciao Marco, come va?
- Molto bene e tu?
- Bene, grazie.

QUANDO SI ARRIVA

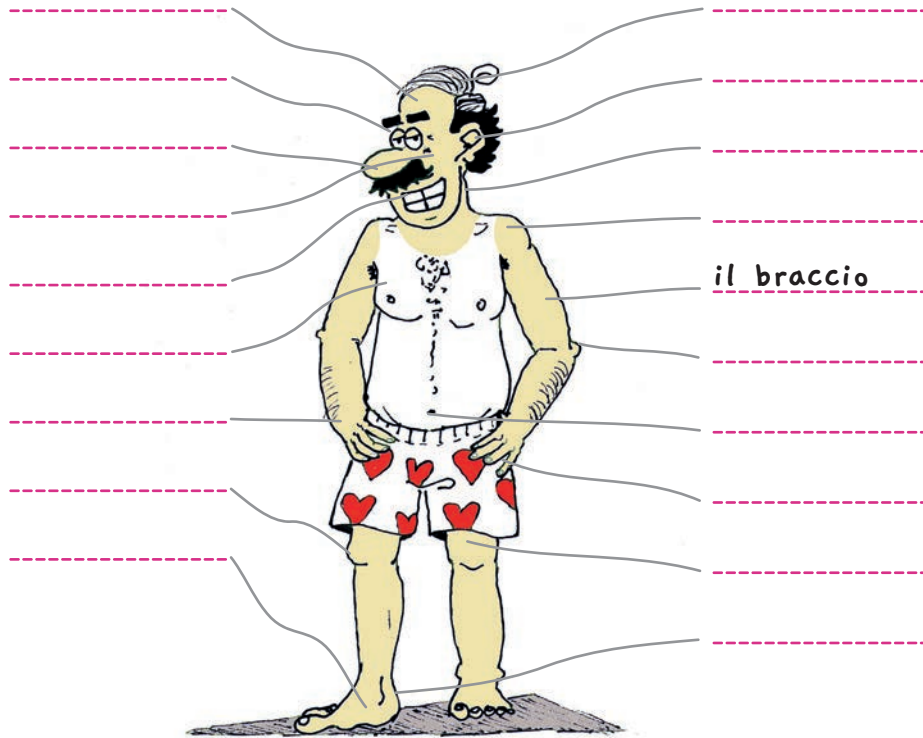
QUANDO SI VA VIA

formale	buongiorno, buonasera, buon pomeriggio	arrivederla
informale	ciao	ciao
sempre	salve	a dopo, arrivederci, a lunedì, a presto, buona serata, buona giornata

3. LE PARTI DEL CORPO

3a. *Scrivi le parti del corpo della lista al posto giusto, come nell'esempio.*

il braccio | il collo | il dito | il ginocchio | il gomito | il naso | il petto | il piede | il tallone | l'occhio
l'orecchio | la bocca | la faccia | la fronte | la gamba | la mano | la pancia | la spalla | la testa



3b. *Disegna e indovina. A turno disegnate diverse parti del corpo e il compagno deve indovinare quali sono.*

4. MASCHILE O FEMMINILE?

4a. *Lavora con un compagno e completate la tabella secondo il genere delle parti del corpo dell'attività precedente, come negli esempi.*

MASCHILE	FEMMINILE
il naso	la testa

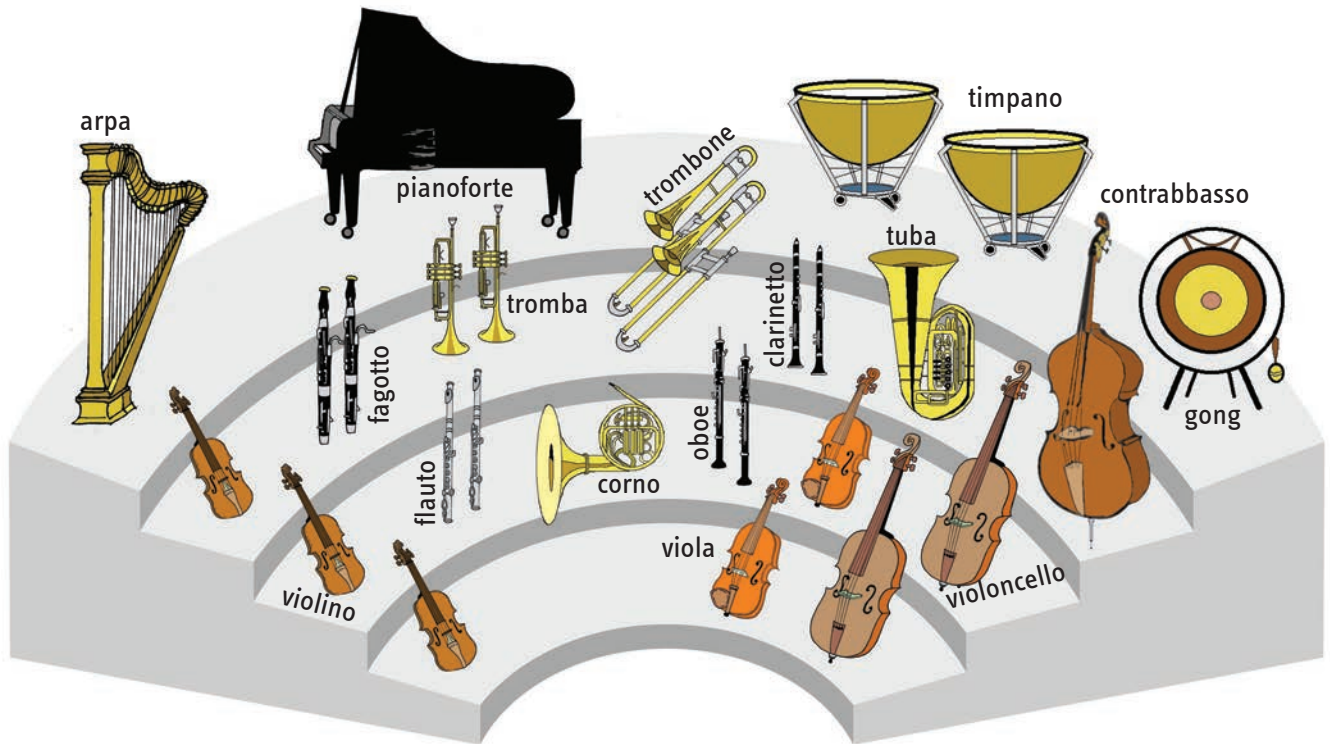
4b. *Completa la regola.*

GRAMMATICA

Generalmente le parole al maschile finiscono con la lettera ____.
 Generalmente le parole al femminile finiscono con la lettera ____.
 Le parole che finiscono con la lettera ____ possono essere sia maschili che femminili.

5. SINGOLARE O PLURALE?

5a. Ecco i principali strumenti dell'orchestra. Fai il plurale di ogni nome seguendo gli esempi.



SINGOLARE		PLURALE	
1.	violino flauto contrabbasso timpano violoncello clarinetto fagotto corno		violini
2.	arpa tuba viola tromba		arpe
3.	trombone pianoforte oboe		tromboni
4.	gong		gong

5b. Completa la regola.

GRAMMATICA

1. I nomi maschili che finiscono in **-o** fanno il plurale in ____.
2. I nomi femminili che finiscono in **-a** fanno il plurale in ____.
3. I nomi maschili e femminili che finiscono in **-e** fanno il plurale in ____.
4. Rimangono invariabili:
 - i nomi che terminano con la vocale accentata: *università, caffè, virtù*;
 - i nomi che terminano con la **-i**: *analisi, brindisi*;
 - i nomi che terminano in consonante: *autobus, bar*;
 - i nomi accorciati: *auto, foto, cinema*.

5c. Lavora con un compagno. A turno dite una parola e l'altro fa il singolare o il plurale.

6. LE TRE CONIUGAZIONI

 6a. Ascolta la lettura di un frammento dell'aria e segui il testo.

CHE GELIDA MANINA • quadro primo

- 1 Che gelida¹ manina,
- 2 se la lasci **riscaldar**.
- 3 Cercar che giova²?
- 4 Al buio³ non si trova.
- 5 Ma per fortuna
- 6 è una notte di **luna**,
- 7 e qui la luna
- 8 l'abbiamo vicina.
- 9 Aspetti, signorina,
- 10 le dirò con due parole
- 11 chi son, e che faccio,
- 12 come vivo. Vuole?
- 13 Chi son? Sono un poeta.
- 14 Che cosa faccio? **Scrivo**.
- 15 E come vivo? Vivo.



Mimì rimane
al buio e cerca
le chiavi.
Chiede aiuto
al vicino, Rodolfo,
che si presenta.



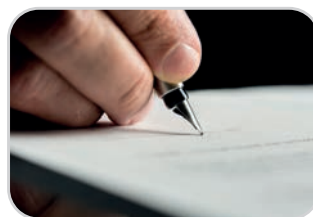
LO SAI CHE...

- scena** → cambia ad ogni entrata o uscita di almeno un personaggio
- quadro** → cambia al variare della scenografia
- atto** → nasce per segnalare un'interruzione

Attenzione: ne *La bohème*, quadri e atti coincidono.



6b. Associa le parole **evidenziate** alle immagini corrispondenti.



6c. Leggi ad alta voce e fai attenzione alla pronuncia.

6d. In italiano ci sono tre coniugazioni: **-are, -ere, -ire**. Completa lo schema con la forma che trovi nell'aria.

1. CANT -ARE

2. VIV -ERE

3. PART -IRE

io **canto**

io

io **parto**

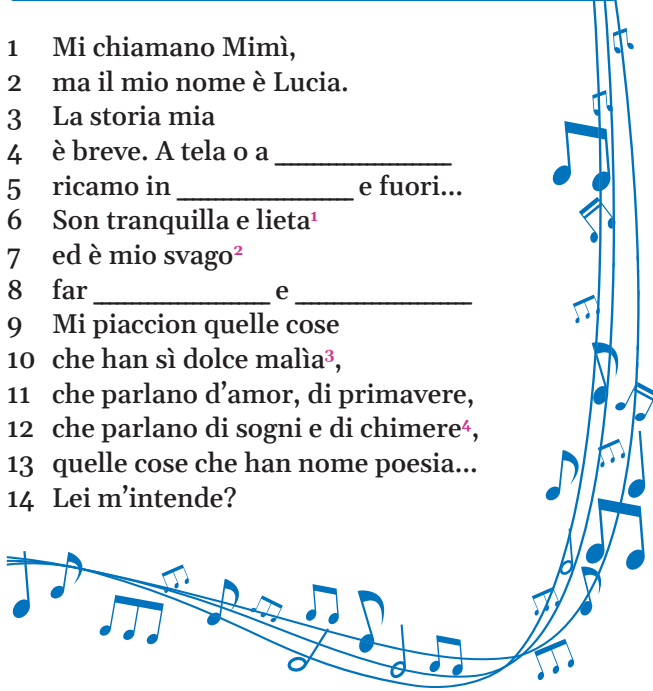
NOTE

¹ gelida: molto fredda / ² giova: aiuta / ³ al buio: senza luce

16 6e. Ascolta la lettura del frammento dell'aria e completa il testo con le parole sotto le immagini.

MI CHIAMANO MIMÌ • quadro primo

- 1 Mi chiamano Mimì,
- 2 ma il mio nome è Lucia.
- 3 La storia mia
- 4 è breve. A tela o a _____
- 5 ricamo in _____ e fuori...
- 6 Son tranquilla e lieta¹
- 7 ed è mio svago²
- 8 far _____ e _____
- 9 Mi piaccion quelle cose
- 10 che han sì dolce malia³,
- 11 che parlano d'amor, di primavera,
- 12 che parlano di sogni e di chimere⁴,
- 13 quelle cose che han nome poesia...
- 14 Lei m'intende?



Mimì, si presenta e racconta cosa fa e cosa le piace.



casa



gigli



rose



seta

6f. Leggi l'aria ad alta voce e fai attenzione alla pronuncia.

6g. Leggi il testo e completa la tabella con l'infinito dei verbi regolari in **-are evidenziati**, come nell'esempio.

La protagonista de "La bohème" è Mimì, ma in realtà si chiama Lucia. Mimì **racconta** la propria storia e **spiega** la sua occupazione: **ricama**, soprattutto fiori. È una ragazza che **sogna** e che **immagina** i suoi ricami che **parlano** di illusioni e di sentimenti.

VERBI REGOLARI IN -are

PRESENTE

lui/lei **racconta**
lui/lei **spiega**
lui/lei **ricama**

INFINITO

raccontare

PRESENTE

lui/lei **sogna**
lui/lei **immagina**
loro **parlano**

INFINITO

NOTE

¹ lieta: contenta / ² svago: distrazione, divertimento / ³ malia: fascino, magia / ⁴ chimere: illusioni, utopie

7. IL TRONCAMENTO

GRAMMATICA

Nelle arie **Che gelida manina** e **Mi chiamano Mimì** sono presenti le forme *riscaldar, cercar, han, son, amor*. Sono parole che, per motivi di suono, perdono l'ultima lettera o l'ultima parte.

7a. Nel titolo dell'unità (**Chi ben comincia...**) c'è un troncamento. Quale? _____

7b. Il titolo di questa unità è la prima parte di un modo di dire. Sai come finisce?

Chi ben comincia ben finisce vive in provincia è a metà dell'opera

7c. Qual è secondo te il significato di questo modo di dire?

Se un lavoro inizia bene si finisce all'Opera sei già a metà strada finisce meglio

8. I VERBI DELLA PRIMA CONIUGAZIONE IN -ARE

8a. Trova nella lista i verbi corrispondenti alle immagini.

1. cantare | 2. giocare | 3. guardare | 4. insegnare | 5. mangiare | 6. parlare
7. pronunciare | 8. provare | 9. suonare | 10. ballare | 11. toccare | 12. volare



a. _____



b. _____



c. _____



d. _____



e. _____



f. _____

8b. Ricordi altri verbi della prima coniugazione? Hai un minuto per scrivere con un compagno altri verbi in **-are**. Vince la coppia con la lista più lunga.

8c. I verbi della prima coniugazione seguono il modello del verbo **parlare**. Completa lo schema nella prossima pagina aiutandoti con i verbi **evidenziati** nel testo del punto 6g.

LO SAI CHE...



Attenzione! Con gli strumenti musicali usiamo il verbo **SUONARE!**

PRIMA CONIUGAZIONE (-are)

PARLARE

io	parlo
tu	parli
lui/lei/Lei	_____
noi	parliamo
voi	parlate
loro	_____

GRAMMATICA

Attenzione! In italiano i pronomi personali di solito NON si usano prima del verbo.
Es. Brava, ~~tu~~ canti molto bene!

9. IL VERBO IRREGOLARE FARE

- 9a. Uno dei verbi irregolari più usati della prima coniugazione è il verbo **fare**. Torna all'aria **Che gelida manina** e trova il verbo mancante nello schema. Poi confrontati con un compagno.
- 9b. Completa le espressioni con il verbo **fare** usando le parole della lista. Attenzione, c'è una parola in più.

FARE

io	_____
tu	fai
lui/lei/Lei	fa
noi	facciamo
voi	fate
loro	fanno

CON IL VERBO "FARE"... FACCIAMO TANTE COSE!

1. la spesa | 2. i compiti
3. due passi | 4. la doccia
5. colazione | 6. da mangiare



a. fare



b. fare



c. fare



d. fare



e. fare

10. IL VERBO IRREGOLARE ANDARE

- 10a. Un altro verbo irregolare molto usato della prima coniugazione è **andare**. Inserisci nello schema le forme della lista e poi confrontati con un compagno.

andate | andiamo | va | vado¹ | vai | vanno

NOTA

¹ vado: in molte arie, invece della forma vado, troviamo la forma vo.

ANDARE

io	_____
tu	_____
lui/lei/Lei	_____
noi	_____
voi	_____
loro	_____

CON IL VERBO "ANDARE"... ANDIAMO IN MOLTI POSTI!



andare a scuola



andare in palestra



andare a teatro



andare al concerto



andare in montagna



andare al mare



andare al bagno



andare a lavorare

10b. Lavora in coppia. Pensa ad una attività con il verbo **andare** per ogni parte del giorno (la mattina, il pomeriggio e la sera) e il compagno ti fa delle domande. Procedete come nell'esempio.

Es. ■ La mattina vai a scuola? • No, non vado a scuola. Vado a lavorare.

10c. Lavora in coppia. Scegliete 10 verbi della prima coniugazione (-are). Partite dal primo verbo, a turno lanciate il dado e coniugate con la persona corrispondente (pronome personale 1 = io, 2 = tu, ecc.).

11. GLI ARTICOLI DETERMINATIVI

17  **11a.** Ascolta la presentazione di Giacomo Puccini. Segui il testo e segna l'articolo giusto.

- Buongiorno! Mi presento: mi chiamo Giacomo. Sono nato a Lucca, in Toscana e faccio **il / lo** compositore.
- Le / I** miei fratelli sono 7: un fratello e sei sorelle.
- Amo **la / le** musica e studio prima a Lucca e poi a Milano.
- Con **il / l'**editore musicale Giulio Ricordi inizio **lo / la** mia carriera di successo.
- Il / Lo** nostro lavoro insieme prosegue tutta **la / le** vita.
- Inizialmente **la / gli** vita, con **le / la** mia amata Elvira e mio figlio Antonio, è difficile.
- Però nel 1893, con **il / i** successo della mia opera *Manon Lescaut*, **le / la** cose vanno meglio. Nel 1896 con l'opera *La bohème* divento famoso in tutto il mondo.
- Con **le / gli** successive opere *Tosca* (1900) e *Madama Butterfly* (1904), viviamo bene.
- Coltivo **i / gli** miei interessi: **gli / le** auto e **le / la** case.
- A partire dai primi anni del Novecento passo lunghi periodi nella casa di Torre del Lago dove compongo molte opere. Tra queste c'è **la / l'**ultima, la *Turandot*, che purtroppo lascio incompiuta nel 1924. La conoscete? Adesso è famosa?



11b. Le parole **evidenziate** sono articoli determinativi. Osserva le forme e completa la tabella con l'articolo mancante. Ricorda che per scegliere l'articolo determinativo, devi guardare la prima lettera del nome che lo segue.

	SINGOLARE	PLURALE	si usa quando il nome che segue inizia per...
MASCHILE	LO L' IL	GLI GLI I	x, y, z, i gruppi gn, pn, ps, s + consonante, i + vocale o h tutte le altre consonanti
FEMMINILE	L' _____	LE LE	vocale o h tutte le altre consonanti

LA TRAMA

Quadro primo | In una gelida soffitta di Parigi.

Il poeta Rodolfo e il pittore Marcello si riscaldano dal freddo. Arrivano gli amici, il musicista Schaunard e il filosofo Colline, con del cibo e del vino e organizzano una festa. Dopo decidono di uscire ma Rodolfo rimane a casa per finire un lavoro. Arriva Mimì, la vicina, per chiedere un favore. L'attrazione tra i due è immediata e reciproca, subito si baciano e si innamorano.

Quadro secondo | Al Café Momus.

I quattro amici e Mimì si divertono. Arriva Musetta, un tempo amante di Marcello, con l'anziano Alcindoro. Dopo un po' i giovani scappano lasciando il conto da pagare al vecchio.

Quadro terzo | Al Cabaret della Barriera d'Enfer.

Sono passati due mesi. È l'alba e Mimì, mentre tossisce, racconta a Marcello che Rodolfo è troppo geloso. Subito dopo, Marcello incontra Rodolfo. Soffre perché sa che Mimì è malata di tisi e lui non può aiutarla, per questo vuole lasciarla con una scusa. Mimì, che è nascosta, ascolta tutto. Si abbracciano ma sanno che devono separarsi.

Quadro quarto | Ancora in soffitta.

I quattro amici condividono pene d'amore e di vita. Arriva Musetta con Mimì molto malata. Tutti vogliono aiutarla e danno in pegno dei gioielli e una giacca. Annunciano che il dottore sta per arrivare, ma Mimì muore vicino a Rodolfo, che l'ama ancora.



LO SAI CHE...



Mentre Puccini lavora a *La bohème*, anche un altro compositore ha la stessa idea ed entrambi la realizzano, ma il pubblico premia Puccini, ed ancora oggi quest'opera è tra le più rappresentate del mondo. Sai chi era l'altro compositore?

- Umberto Giordano Giuseppe Verdi Ruggero Leoncavallo

ARTI E MESTIERI DELL'OPERA

18



Riccardo Chailly, direttore musicale del Teatro alla Scala. Nella sua intervista ci parla de **La bohème**.


1



Jorge Giménez Pérez pianista noto a livello europeo, soprattutto in Francia, Belgio e Spagna. Nella sua intervista ci parla del mestiere di **pianista** nel teatro lirico.

1. IL CORPO IN MOVIMENTO¹

MUOVERE IL CORPO

 **1a.** Esercita il vocabolario del corpo con questa attività. Alzati in piedi, guarda il video, copia i movimenti e ripeti ad alta voce le parti del corpo dopo l'insegnante.

- testa;
- testa e collo;
- testa, collo e spalle;
- testa, collo, spalle e schiena;
- testa, collo, spalle, schiena e braccia;
- testa, collo, spalle, schiena, braccia e mani;
- testa, collo, spalle, schiena, braccia, mani e gambe;
- testa, collo, spalle, schiena, braccia, mani, gambe e piedi.

1b. Al via dell'insegnante e a turno, gli studenti dicono una parte del corpo che tutti ripetono e toccano o muovono.

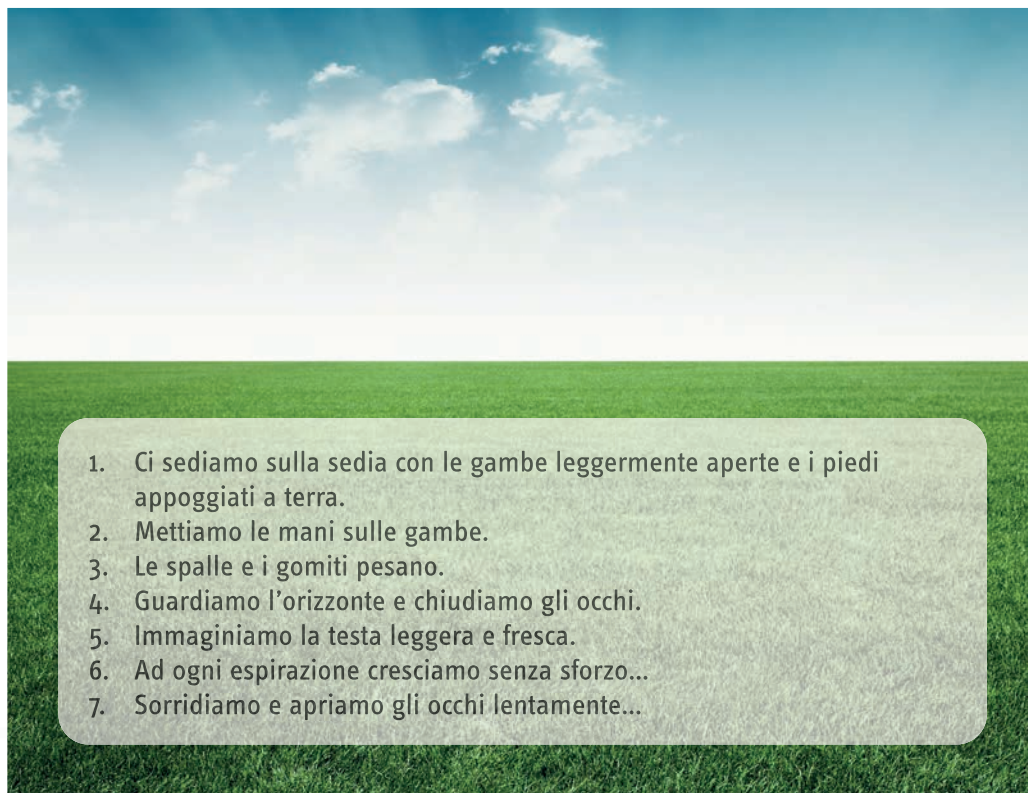


“Una mente concentrata è una mente rilassata”
Victor Morera

2. ESERCIZI DI RILASSAMENTO

RILASSARSI DA SEDUTI

 **2a.** Guarda il video e segui le indicazioni.



1. Ci sediamo sulla sedia con le gambe leggermente aperte e i piedi appoggiati a terra.
2. Mettiamo le mani sulle gambe.
3. Le spalle e i gomiti pesano.
4. Guardiamo l'orizzonte e chiudiamo gli occhi.
5. Immaginiamo la testa leggera e fresca.
6. Ad ogni espirazione cresciamo senza sforzo...
7. Sorridiamo e apriamo gli occhi lentamente...

NOTA


¹ Esercizi ispirati alla Tecnica Alexander e al metodo di Pranamanasyoga di Yoga Terapeutico.

3. MUSICA, MAESTRO!

MUSICA PER RICORDARE




Sì, mi chiamano Mimì da **La bohème** suonata al pianoforte da Jorge Giménez Pérez

- 19**  **3a.** Ascolta e scrivi sul tuo quaderno una lista con tutti i sostantivi che ricordi in italiano.
- 3b.** Scambia la lista con un compagno e in silenzio metti tutti gli articoli determinativi corrispondenti.
- 3c.** Prendi di nuovo la tua lista e correggi i possibili errori.
- 3d.** Leggete le vostre liste ad alta voce.



4. A SPASSO PER IL PALCO

MIMO: INDOSSO LE PAROLE

- 4**  **4a.** Guarda i video dove i nostri artisti Marco e Sabrina mimano in maniera divertente alcune parole del testo delle due arie viste in questa unità.
- 4b.** Ora provaci tu!! Prova a costruire una tua versione personale sui significati dei termini.



SEGNA IL TUO GRADO DI SODDISFAZIONE SU QUELLO CHE HAI IMPARATO IN QUESTA UNITÀ

molto
soddisfatto



abbastanza
soddisfatto



soddisfatto



poco
soddisfatto



per niente
soddisfatto

