

LAURA VALDISERRA

# NOI INSIEME

Cittadinanza e Costituzione

2/3



Educazione  
dell'affettività

Educazione alla  
cittadinanza

Educazione  
interculturale

Educazione alimentare  
e alla salute

Educazione stradale  
Educazione ambientale

 **GIUNTI**Scuola



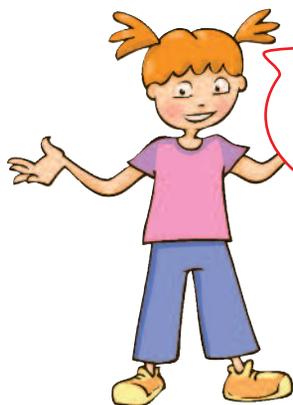


### EDUCAZIONE DELL’AFFETTIVITÀ

- 2 Io sono così
- 3 Adulti importanti per me
- 4 Io e gli amici

### EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA

- 5 Vivere con gli altri
- 6 Cittadini si nasce
- 7 Per vivere e crescere bene
- 8 In famiglia
- 9 Collaborare in famiglia
- 10 Regole in casa
- 11 Tanti gruppi
- 12 Gruppi e regole
- 13 Vita di scuola
- 14 Regole a scuola
- 15 Noi e le regole
- 16 Giocare, che problema!
- 17 Rispettare persone e cose
- 18 Imparare sempre di più
- 19 La pace è...
- 20 Tanti bisogni, tanti lavori
- 21 Uguali e diversi
- 22 Tutti gli stessi diritti
- 24 Bambini nel mondo
- 25 Diritti, ma anche doveri



### EDUCAZIONE INTERCULTURALE

- 26 Amici di tutto il mondo
- 28 Giochi dal mondo
- 29 Ricette dal mondo

### EDUCAZIONE ALIMENTARE E ALLA SALUTE

- 30 Che cosa mangi?
- 31 Una dieta varia
- 32 La colazione: un pasto importantissimo
- 33 E poi... una sana merenda
- 34 Anche in casa...
- 35 Attenzione alle etichette

### EDUCAZIONE STRADALE

- 36 Pedoni sulla strada
- 37 Come attraversare la strada
- 38 Due grandi amici: il semaforo e...
- 39 ...il vigile
- 40 Cartelli stradali

### EDUCAZIONE AMBIENTALE

- 42 Rispettiamo la natura
- 43 L’acqua, un bene da non sprecare
- 44 Bellezze da rispettare

### LA COSTITUZIONE

- 46 Io sono un cittadino dello Stato
- 47 Quattro regole per tutti
- 48 La Costituzione italiana



# IO SONO COSÌ

Ogni persona è unica. Ha diverse caratteristiche che la distinguono dagli altri. L'aspetto fisico, innanzitutto: il colore degli occhi e dei capelli, la forma del viso, la corporatura... e poi il carattere: si può essere tipi distratti, musoni, socievoli... I tratti fisici, come quelli che riguardano il carattere, formano la tua **identità**.



## LA TUA IDENTITÀ

Mi chiamo .....

Elenca alcune caratteristiche del tuo aspetto fisico, poi disegnati al centro della cornice.

- I miei capelli sono:

.....

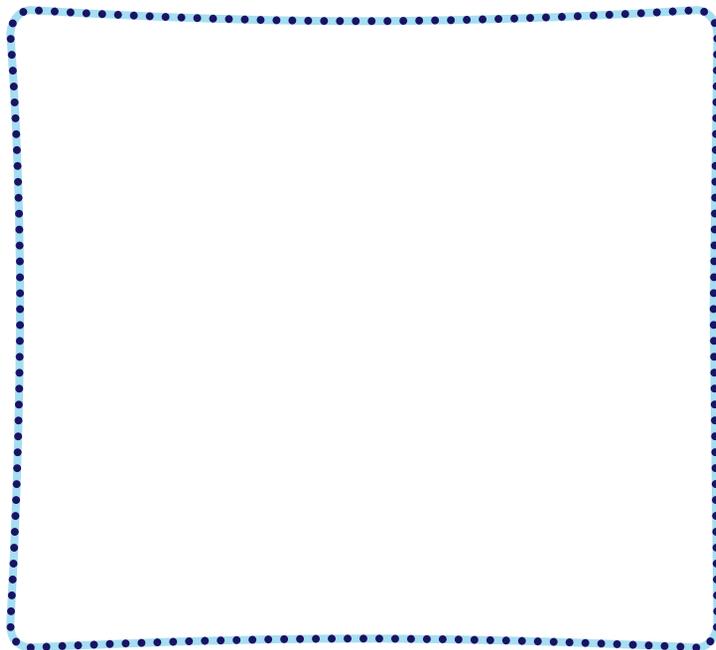
- I miei occhi sono:

.....

- Ho una corporatura:

.....

.....



- Una caratteristica del mio fisico che vorrei cambiare:

.....

- Una caratteristica del mio carattere che vorrei cambiare:

.....

.....

# ADULTI IMPORTANTI PER ME

Vicino a te ci sono delle persone importanti. Sono le persone a cui vuoi bene e che ti vogliono bene. I tuoi genitori, nonni, parenti. Alcune di queste persone vivono ogni giorno con te, ti aiutano a crescere, ti insegnano come comportarti nelle diverse situazioni, ti sono vicine nei momenti in cui hai bisogno. Altre forse non le vedi spesso, ma sono comunque importanti perché sai che ti vogliono bene e che tu ne vuoi a loro.

Scrivi il tuo nome al centro di questo sole e utilizza alcuni suoi raggi per scrivere i nomi delle persone che per te sono importanti. Se vuoi, aggiungi che cosa ti piace fare con loro.

Si chiama .....

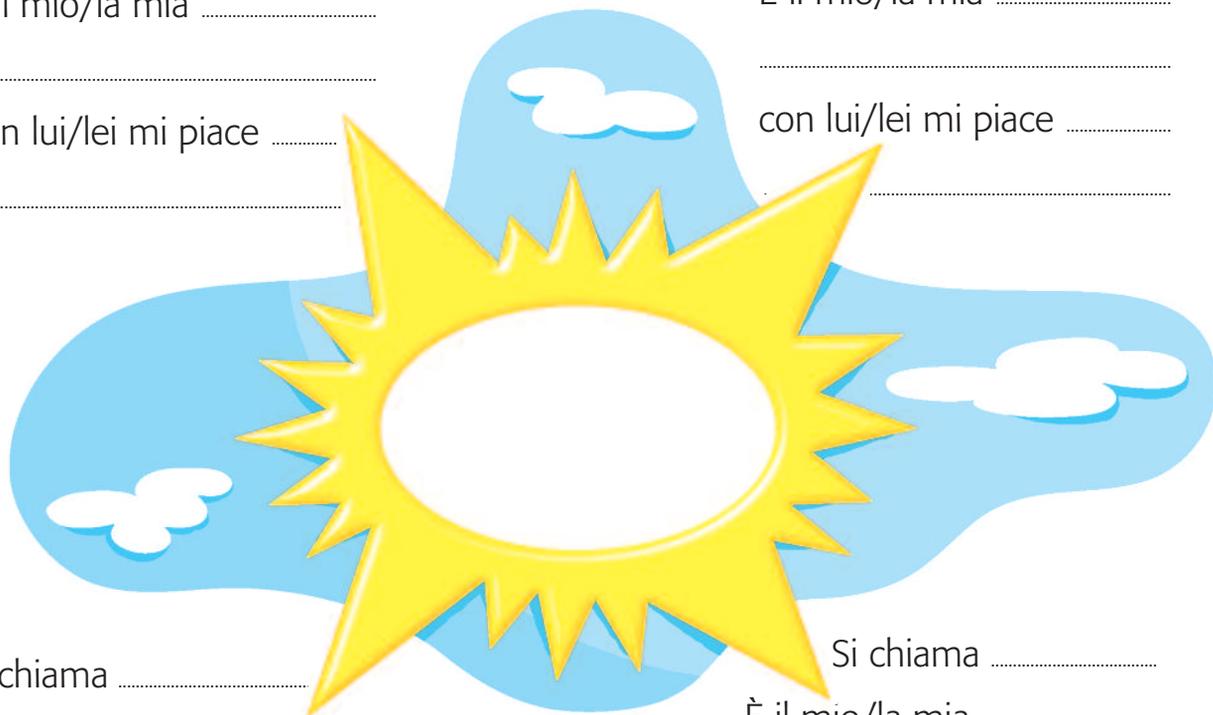
È il mio/la mia .....

con lui/lei mi piace .....

Si chiama .....

È il mio/la mia .....

con lui/lei mi piace .....



Si chiama .....

È il mio/la mia .....

con lui/lei mi piace .....

Si chiama .....

È il mio/la mia .....

con lui/lei mi piace .....

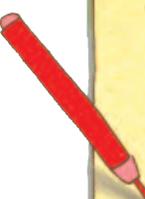
# IO E GLI AMICI

Fin da quando eri molto piccolo hai imparato a stare insieme ad altri bambini come te, a giocare con loro e poi, nella scuola, anche a imparare insieme a loro. Pensa ad alcuni bambini che per te sono amici. Che cosa ti piace di loro? Perché ti piace stare insieme a loro? Che cosa fate quando state insieme?



Scrivi nella tabella i nomi di alcuni tuoi amici e completa.

Nome .....	Nome .....
Mi piace perché .....	Mi piace perché .....
.....	.....
Quando siamo insieme .....	Quando siamo insieme .....
.....	.....
.....	.....



## **NOI INSIEME**

### **Che cosa vuol dire per te essere amici?**

Ognuno di voi legge ad alta voce la risposta che ha dato alla domanda. Poi discutetene insieme e realizzate un cartellone dal titolo: "L'amicizia secondo noi".

# VIVERE CON GLI ALTRI

Nessuno può vivere da solo. Tutti, adulti o bambini, ogni giorno entriamo in contatto con altre persone e abbiamo bisogno di stare con gli altri. Anche tu, quotidianamente, vivi insieme ad altre persone. In casa, a scuola, nel tempo libero.

Elenca alcune cose che ogni giorno fai insieme ad altre persone e con chi le fai.

- ..... insieme a .....
- ..... insieme a .....
- ..... insieme a .....

Disegna e scrivi il nome della persona...

...che inviteresti a casa per fare i compiti.

.....

...che vorresti con te per giocare.

.....



...con cui ti piacerebbe fare una gita.

.....



...che vorresti con te quando sei triste.

.....

# CITTADINI SI NASCE

La nascita è un avvenimento importante che viene salutato in vari modi.

In Italia c'è l'abitudine di appendere alla porta di casa un fiocco rosa o azzurro: è un segno di gioia. A volte si preparano bigliettini da spedire a parenti e amici per comunicare l'arrivo del nuovo nato.

Ma c'è una cosa importante che deve essere sempre fatta quando nasce un bambino in Italia: bisogna registrare la sua nascita in un ufficio che rilascia il **certificato di nascita**.



## IN ALTRI PAESI QUANDO NASCE UN BAMBINO...

In India la madre purifica il neonato nelle acque di un fiume; il padre, si china sull'orecchio sinistro del piccolo e pronuncia il nome scelto.

In Egitto nei primi giorni di vita il neonato viene massaggiato con olio di oliva tiepido. Per ammorbidire la pelle, il viso viene massaggiato a lungo con il latte della mamma.

Nell'antica Grecia, quando si verificava una nascita, si appendevano alla porta d'ingresso un ramoscello d'ulivo o un pezzo di lana.

In Uzbekistan i parenti della madre portano al nuovo nato come augurio una culla di legno con disegni dipinti.

Chiedi in casa se ci sono particolari tradizioni che riguardano la nascita nel luogo in cui vivi.

# PER VIVERE E CRESCERE BENE

Tu, come ogni bambino e bambina, per vivere devi soddisfare alcuni bisogni fondamentali, cioè bisogni che sono indispensabili per vivere, e altri che non sono vitali, ma che ti permettono una vita migliore.

Hai il diritto di avere intorno a te le persone e i luoghi che ti permettono di soddisfare tutti questi bisogni, per vivere e crescere bene.

Colora di **ROSSO** il cerchietto delle immagini che rappresentano bisogni indispensabili per vivere e di **BLU** il cerchietto di quelle che rappresentano bisogni non indispensabili per sopravvivere, ma importanti per vivere e crescere bene.



# IN FAMIGLIA

Le persone che, per prime, ti aiutano a soddisfare i tuoi bisogni più importanti sono quelle che fanno parte della tua famiglia.

Cerchia solo i palloncini con le frasi con le quali sei d'accordo. Aggiungi poi, se vuoi, altre frasi nei palloncini vuoti.

## IN FAMIGLIA C'È CHI...

... prepara i pasti e mi compra ciò che mi serve per vestirmi.

... mi vuole bene.

... si prende cura di me quando non sto bene.

... mi segue nei compiti.

Leggi le frasi nella tabella. Indica con una **×** se sei d'accordo oppure no. Discutine poi con i compagni.

	Sono d'accordo	Non sono d'accordo
Nella famiglia si imparano le prime regole di comportamento.		
I genitori devono essere affettuosi con i figli, devono rispettarli ed educarli.		
I genitori devono lasciar liberi i figli di fare ciò che vogliono.		

# COLLABORARE IN FAMIGLIA

La famiglia è come una piccola comunità. Come in ogni comunità, anche in una famiglia ci si dividono i compiti e si collabora per il bene di tutti.



Scrivi nei riquadri il nome di due membri della tua famiglia. Per ciascuno elenca quali compiti svolge per il bene di tutti.

.....
.....
.....
.....

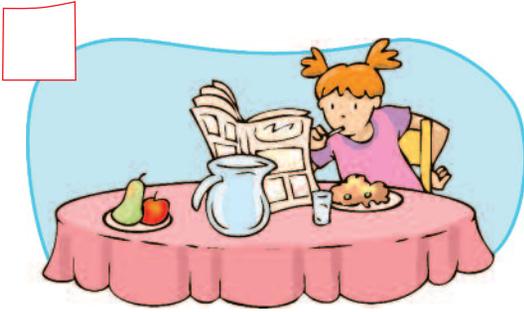
.....
.....
.....
.....

E tu? Ti sei preso qualche incarico da svolgere? Quale? Se no, che cosa ti piacerebbe fare? Scrivilo e proponilo ai tuoi genitori.

.....

# REGOLE IN CASA

Guarda Marta e Diego in queste situazioni in casa.



A tavola



La propria cameretta



• Colora il quadratino di **VERDE** se i bambini si comportano bene, di **ROSSO** se non si comportano bene. Poi scrivi il perché e discutine con i compagni.

.....

.....

.....

Quali regole ti chiedono di rispettare i tuoi familiari?  
Scrivine almeno due:

- .....
- .....

Qual è la regola che fai più fatica a rispettare? Perché?

.....

.....

# TANTI GRUPPI

La famiglia è il primo gruppo di cui tu sei entrato a far parte.

Poi, crescendo, hai iniziato a frequentare altri gruppi di persone: i compagni della scuola dell'infanzia, il gruppo degli amici con cui ti trovavi a giocare, e oggi, probabilmente, frequenti altri gruppi ancora. Tutti i membri di un gruppo sono legati fra loro da bisogni comuni (svolgere un'attività sportiva, studiare, giocare) e da legami di affetto, amicizia, solidarietà.



Osserva che cosa ha fatto oggi Marta. Quali gruppi ha frequentato? Per fare cosa? Scrivilo sotto a ogni immagine.



.....  
 .....

.....  
 .....

.....  
 .....

E tu di quali gruppi fai parte? Per svolgere quali attività? Completa.

**Gruppo**

**Attività**

..... → .....

..... → .....

..... → .....

# GRUPPI E REGOLE

In ogni gruppo ci sono delle regole da rispettare per poter stare bene insieme, collaborare, svolgere quelle attività per le quali il gruppo si è formato.

Oggi Diego è andato a giocare con gli amici ai giardini; lì vicino ci sono dei ragazzini che giocano a calcio. Ma in ciascun gruppo, purtroppo, qualcuno non si è comportato come doveva. Segna con **X** chi si comporta male e spiega a voce il perché.



Scegli un gruppo di cui fai parte e scrivi due regole da rispettare.

**Gruppo** .....

**Regole**

1) .....

2) .....

# VITA DI SCUOLA

La scuola risponde al tuo bisogno di crescere e imparare. A scuola, insieme ai compagni, scopri tante cose che prima non conoscevi, impari a fare cose che ti sono utili adesso e ti saranno utili nella vita. Impari a stare con gli altri, a rispettarli, a collaborare.

Rispondi sinceramente a queste domande. Segna con una **X**.

- Ti piace frequentare la scuola?

Sì

No

Perché .....

- Quali sono le tue materie preferite? .....

- Quali invece ti piacciono meno? .....

- Quali attività preferisci fare per conto tuo? .....

- Quali ti piace fare insieme ai compagni? .....

- Quando lavori da solo/a? .....

Attento!

**QV** significa "qualche volta".



- Capisci le richieste dell'insegnante?

Sì

No

QV

- Ti distrai?

Sì

No

QV

- Esegui il lavoro con precisione?

Sì

No

QV

- Riesci a finirlo nel tempo stabilito?

Sì

No

QV

- Quando lavori in gruppo: litighi con i compagni?

Sì

No

QV

Collabori alla divisione dei compiti?

Sì

No

QV

Aiuti chi si trova in difficoltà?

Sì

No

QV

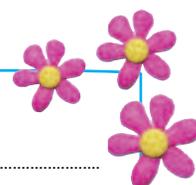
# REGOLE A SCUOLA

A scuola, come in ogni gruppo di persone che vivono e svolgono insieme delle attività, è importante stabilire delle regole e rispettarle.

Come sarebbe la scuola se non ci fossero regole?



Discuti con i compagni e insieme stabilite delle regole per i vari momenti della vita di classe. Scrivile nella tabella.



All'entrata: .....

.....

All'uscita: .....

.....

Durante le conversazioni: .....

.....

Quando siamo insieme: .....

.....

Durante il lavoro individuale: .....

.....

Quando si lavora in gruppo: .....

.....



# NOI E LE REGOLE

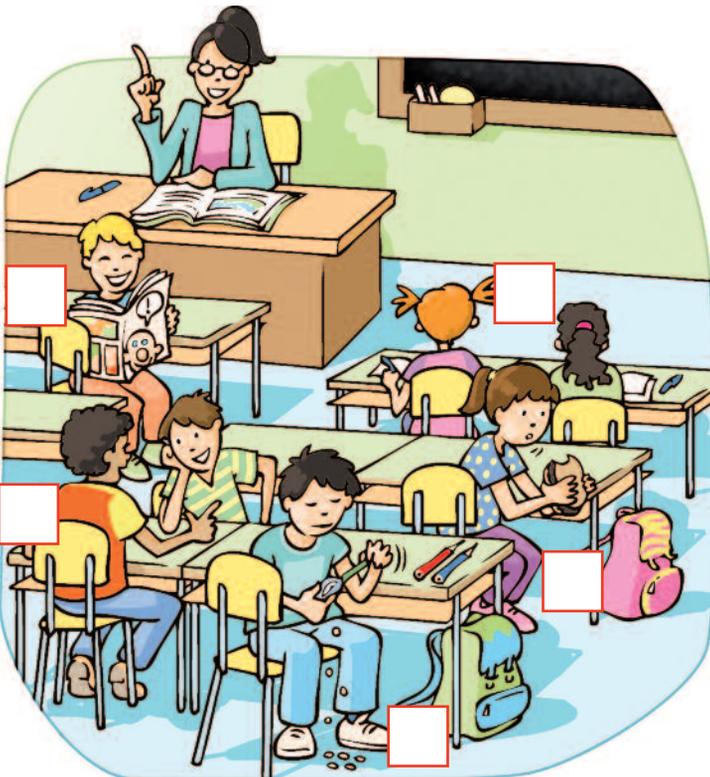
Rispondi e confronta le tue risposte con quelle dei compagni.

- Fra le regole che hai stabilito insieme ai compagni, quale fai più fatica a rispettare?

.....  
.....

- Perché? .....
- Quale viene generalmente rispettata da tutti? .....
- Quale invece molto spesso non è rispettata? .....

Se necessario, discuti insieme ai compagni su come migliorare la situazione.



## UNA CLASSE "SREGOLATA"

In classe di Marta e Diego, alcuni bambini non si comportano come dovrebbero.

Osserva, segna con **X** chi ha comportamenti scorretti e discuti insieme ai compagni.

# GIOCARE, CHE PROBLEMA!

A volte, quando si gioca insieme, sorgono dei piccoli problemi. Osserva che cosa è successo oggi a Marta e Diego, quando erano a scuola.

## PRIMO PROBLEMA

Durante la ricreazione Marta e Diego hanno giocato insieme al gioco dell'oca. Diego ha perso e non si dà pace.



Che cosa può dire Marta per consolare Diego?  
Scrivilo nel fumetto.

Che cosa pensi del comportamento di Diego? E di quello di Marta?  
Discutine con i compagni.

## SECONDO PROBLEMA

Durante la lezione di Educazione motoria, l'insegnante dice ai bambini che devono scegliere un gioco da fare tutti insieme. 15 bambini (la maggioranza) vogliono giocare a palla avvelenata. 8 bambini (la minoranza) vogliono giocare a palla prigioniera.

La maggioranza vince!

A quale gioco dovrebbero giocare, secondo te?

A palla prigioniera.

A palla avvelenata.

Perché? .....

# RISPETTARE PERSONE E COSE

Osserva e descrivi queste immagini.



Completa e confronta le tue risposte con quelle dei compagni.

- Per me rispettare i compagni vuol dire:

.....

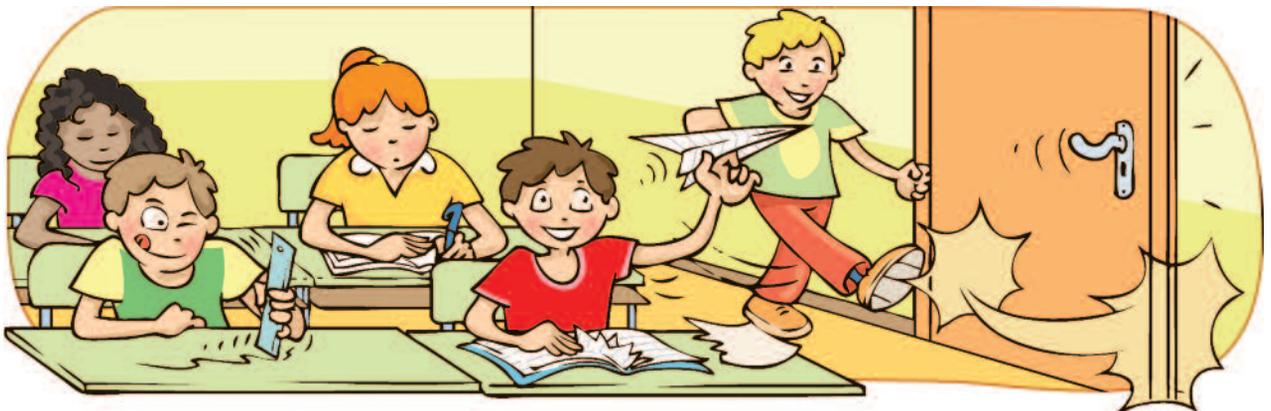
- Per me rispettare i genitori vuol dire:

.....

Sia in casa che a scuola, gli arredi e gli oggetti sono necessari per la vita che vi si svolge. Con un po' di attenzione possiamo evitare di danneggiarli e cercare di usarli bene.

Osserva come si comportano questi bambini.

Certamente non tutti hanno rispetto delle cose e degli arredi. Perché? Racconta e confrontati con i compagni.



# IMPARARE SEMPRE DI PIÙ

Per accrescere le tue conoscenze, scoprire e imparare cose nuove, ci sono altri luoghi, oltre alla scuola, che puoi frequentare.

Osserva le foto, leggi e scrivi nei riquadri il nome del luogo rappresentato.



.....  
Luogo dove puoi leggere e prendere in prestito libri.

.....  
Luogo dove puoi assistere a spettacoli.

.....  
Luogo dove puoi ammirare opere d'arte, oggetti importanti...

Rispondi alle domande:

- Nel tuo paese o nella tua città c'è una biblioteca per bambini e ragazzi? .....
- L'hai mai frequentata?.....
- Con chi?.....
- Conosci alcune regole per consultare libri e averli in prestito?

Scrivile:.....  
.....  
.....

- Ti è capitato di andare negli altri due ambienti ritratti nelle foto? Quale? .....
- Per ciascuno di essi sapresti dire una o più regole da rispettare quando si frequentano? Scrivile sul tuo quaderno; aiutati con la traccia.

Luogo...  
Regole da rispettare...

# LA PACE È...

Pace non vuol dire soltanto che non c'è la guerra.  
La pace riguarda tutti noi, nella vita di ogni giorno.  
Riguarda anche te.

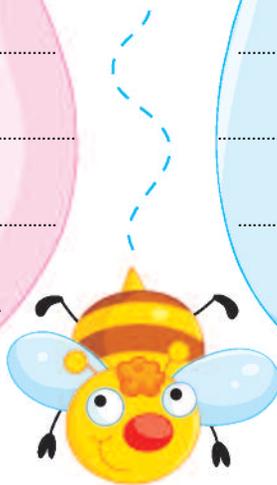
Rifletti e completa.

- In famiglia c'è pace quando .....
- A scuola mi sento in pace quando .....
- Quando gioco sono in pace se .....

Prova a fare due elenchi di parole.  
Scegli quelle adatte da scrivere nei fiori.



Parole che si riferiscono alla pace

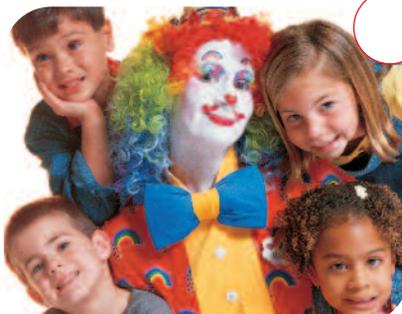


Parole che si riferiscono alla non pace

# TANTI BISOGNI, TANTI LAVORI

Come in un gruppo tutti si collabora, così nella società ogni persona contribuisce con il proprio lavoro a soddisfare i bisogni di tutti.

Quale lavoro svolgono queste persone? Scrivilo sotto.



**Essere istruiti**

**Curarsi**

**Nutrirsi**

**Svagarsi nel tempo libero**

**Avere una casa**

Quali bisogni soddisfano con il loro lavoro?  
Colora il pallino accanto a ogni immagine con quello del riquadro giusto.

E tu, quale lavoro vorresti fare da grande? Perché?

# UGUALI E DIVERSI

Leggi quello che dicono Marta e Diego. Sei d'accordo?  
Commenta insieme ai compagni.



Tutti i bambini sono diversi: c'è chi è biondo, chi è bruno, chi ha la pelle scura, chi ha la pelle chiara, chi parla una lingua, chi un'altra...



Tutti i bambini sono uguali: piangono, ridono, giocano, hanno bisogno di affetto, di essere rassicurati quando hanno paura...

Riordina le parole e scrivi le frasi complete.

BAMBINI DA I STRANIERI NON SONO TE DIVERSI

BAMBINI ALTRI COSE IMPARIAMO NUOVE TANTE CONOSCENDO

## NOI INSIEME

Ogni alunno racconta la propria storia e il Paese da cui proviene. Con l'aiuto dei genitori porta a scuola immagini, musiche, canzoni, oggetti, ricette della città, o regione o nazione di provenienza della famiglia. Quante differenze potrai notare anche tra alunni della tua stessa nazione!

# TUTTI GLI STESSI DIRITTI

Leggiamo insieme  
i diritti dei  
bambini!



Mi chiamo Clara.



Diritto di nascere e  
di avere un nome.

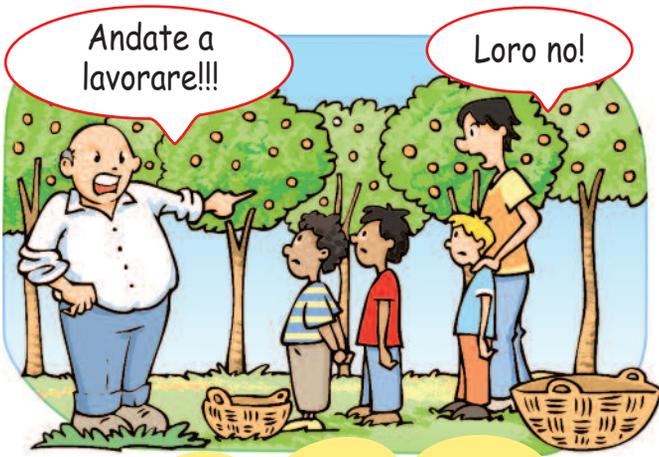
Questa è la mia  
cameretta.



Diritto ad avere una casa,  
del cibo, vestiti e cure.



Diritto di studiare  
e di giocare.



Diritto di essere protetti  
contro lo sfruttamento  
e il lavoro.



Diritto all'amore,  
all'attenzione e alla  
cura della famiglia.



Diritto di essere uguali  
e tutti rispettati.



Diritto di essere protetti  
dai maltrattamenti.

Quali tra questi diritti consideri più importanti? .....

● Perché? .....

# BAMBINI NEL MONDO

Purtroppo, non sempre i diritti dei bambini vengono rispettati. Ci sono nel mondo bambini che soffrono per tanti motivi.

Osserva queste foto. Ci sono delle persone che cercano di aiutare bambini in difficoltà perché ogni giorno non hanno il modo di soddisfare dei diritti importanti. Quali? Scrivilo sotto.



**Diritto a** .....

**Diritto a** .....

Osserva queste foto e rispondi alle domande.



● Che cosa fa questo bambino? .....

● Quali diritti gli vengono negati?

● Che cosa fanno questi bambini?

● Quale diritto esercitano?



# DIRITTI, MA ANCHE DOVERI

Osserva queste scenette e rispondi alle domande.



• Hai capito che cos'è un dovere? Scegli con ✗.

Un dovere è una cosa che facciamo solo se ne abbiamo voglia.

Un dovere è una cosa che dobbiamo fare, cioè che abbiamo l'obbligo di fare.

Leggi, rifletti e rispondi.

• Chi sta parlando di un suo diritto?

Marta                       Diego



• Chi sta parlando di un suo dovere?

Marta                       Diego



Completa con la parola **diritto** o **dovere**.

• È un mio ..... rispettare le regole a scuola, in famiglia, nei vari ambienti che frequento.

# AMICI DI TUTTO IL MONDO

Ricorda che tanti italiani vivono e lavorano in altri Paesi del mondo!



In molte scuole italiane ci sono bambini stranieri. I loro genitori sono arrivati da altre parti del mondo, a volte per cercare un lavoro, altre volte perché nel loro Paese c'è la guerra o ci sono stati disastri naturali.

Accogliamoli con simpatia e amicizia.

## STORIE DI BAMBINI STRANIERI



Ciao, mi chiamo Miguel, sono peruviano e gioco bene a pallone. Vorrei trovare tanti amici con cui giocare...

Ciao, mi chiamo Meneka e vengo dallo Sri Lanka. I miei genitori lavorano in una bella casa italiana. Mi mancano gli amici del mio Paese!



Ciao, sono Guo Shuang. Conosci la mia lingua, il cinese? Vorrei imparare bene l'italiano e diventare un giornalista.

## NOI INSIEME

Preparate in classe un cartellone con disegni, foto, ritagli sulle feste più importanti in Italia e nei Paesi dei tuoi compagni: quando vengono celebrate, a chi sono dedicate, come ci si veste in queste occasioni...



Ciao, sono Gelu. La lingua del mio Paese, la Romania, assomiglia molto all'italiano. Mio padre in Italia fa il muratore, io voglio studiare per costruire computer!



Ciao, mi chiamo Karim e vengo dal Marocco. Vorrei imparare bene l'italiano per raccontare a tutti le fiabe del mio Paese.



Ciao, sono Aurora. Il mio Paese è l'Albania. La mia famiglia è venuta in Italia per lavoro. Sono molto timida e vorrei trovare un'amica italiana.

Nella tua famiglia ci sono dei parenti che sono emigrati?  Sì  No  
Se sì, per quale motivo hanno lasciato il luogo in cui sono nati?

.....  
.....

Nella tua classe ci sono bambini stranieri?  Sì  No  
Quali sono le più importanti feste nel loro Paese?

.....  
.....

Togli le **P** dal testo e dividi le parole.



**PIBAMBIPNIPSONPOTUPTTIPUGUPALPI**

Trascrivi che cosa leggi: .....

.....

# GIOCHI DAL MONDO

Ci sono giochi che si assomigliano un po' dappertutto, giochi che si possono fare con qualsiasi bambino del mondo anche senza parlare una parola della sua lingua.

Questi tre giochi, per esempio, sono conosciuti in tutto il mondo. Come si chiamano nella tua lingua?



Qual è il tuo gioco preferito? Rispondi alla domanda, poi confronta la tua risposta con quella degli altri bambini, in particolare di altri Paesi. Anche se le parole usate sono diverse, può darsi che il gioco sia lo stesso!

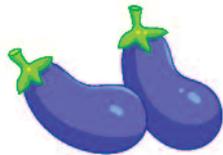
Litighi mai quando giochi? In Africa, presso alcuni popoli, dopo ogni litigio si deve fare una piccola cerimonia di pace che finisce con un sorriso. Lì si insegna ai bambini che "Il male porta il male". Secondo te, che cosa significa?



# RICETTE DAL MONDO

Molti ingredienti delle nostre ricette provengono da altre parti del mondo; oggi molti sono coltivati anche in Italia.

Eccone alcuni: osserva i disegni e scrivi sotto il loro nome.



## NOI INSIEME

Nelle foto accanto vedi alcuni piatti stranieri che dei bambini hanno portato in classe. Li hai mai assaggiati? Sei curioso di assaggiarne qualcuno?

Fatti dare da un bambino straniero una ricetta del suo Paese e preparala a casa con l'aiuto di un adulto.



Cous cous  
Marocco



Chili  
Messico



Riso cantonese  
Cina



Pollo al curry  
Sri Lanka

# CHE COSA MANGI?

Per crescere bene e mantenersi in salute è importante avere una buona alimentazione, cioè mangiare seguendo alcune regole importanti.

I bambini le conoscono bene, perché a scuola ne hanno parlato con l'insegnante e i compagni.

Le vogliono spiegare anche a te.



Quale o quali fra le regole che hai letto non riesci a seguire? Sottolineale e spiega il perché.

.....

.....

# UNA DIETA VARIA

Il nostro corpo ha bisogno di diversi tipi di alimenti perché da ciascuno ricava delle sostanze diverse, necessarie per crescere e restare in salute. Per questo i cibi possono essere riuniti in quattro grandi gruppi.

Cibi che fanno funzionare bene il nostro corpo e ci difendono dalle malattie: contengono vitamine e sali minerali.

Cibi che ci danno l'energia per studiare e crescere. Contengono carboidrati.

Cibi che ci danno energia ma contengono grassi. Con questi non bisogna esagerare!

Cibi che ci aiutano a crescere: contengono le proteine.



## NOI INSIEME

Registra su un quaderno tutto quello che mangi in una settimana: a colazione, a pranzo, a cena. Poi confronta la tua dieta con quella dei compagni. Avete un dieta sufficientemente varia?

# LA COLAZIONE: UN PASTO IMPORTANTISSIMO

Quando puoi usa il miele al posto dello zucchero!



Marta e Diego hanno fatto una piccola indagine in classe e hanno scoperto che molti dei loro compagni arrivano a scuola la mattina senza aver fatto colazione. Questa è davvero una brutta abitudine! Al mattino il nostro corpo ha bisogno di ricaricarsi di energia dopo il digiuno notturno per affrontare bene gli impegni della mattinata. Ricorda quindi che è importante:

- Fare una colazione abbondante: bere preferibilmente una bevanda calda...
- ...e accompagnarla con almeno una cosa da... masticare!
- Fare colazione con calma e stando seduti al tavolo, non in piedi, di fretta.



Adesso rispondi a queste domande, poi rifletti: la tua è una buona colazione? Devi cambiare qualche tua abitudine? Quale?

- Al mattino, prima di andare a scuola:

faccio colazione.       non faccio colazione.

- A colazione mangio .....

- Di solito impiego circa .....

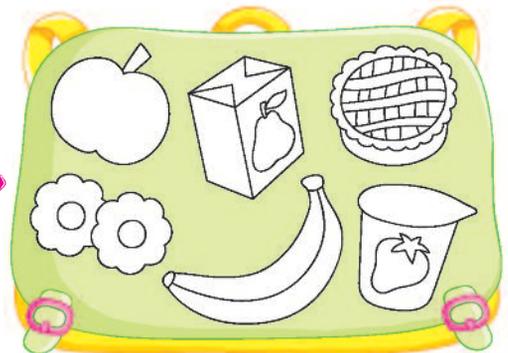
# E POI... UNA SANA MERENDA

Agli adulti bastano tre pasti al giorno: colazione, pranzo e cena. Ma ai bambini e ai ragazzi occorrono due merende in più: una a metà mattina e una a metà pomeriggio. Le merende, però, non possono sostituire i pasti principali. Perciò se hai fatto una buona colazione e un buon pasto, la tua merenda deve essere leggera, ricca di quelle sostanze che ti ricaricano di energia, cioè ti danno la forza per studiare, giocare, fare tutto ciò che devi fare, ma senza appesantire la digestione.

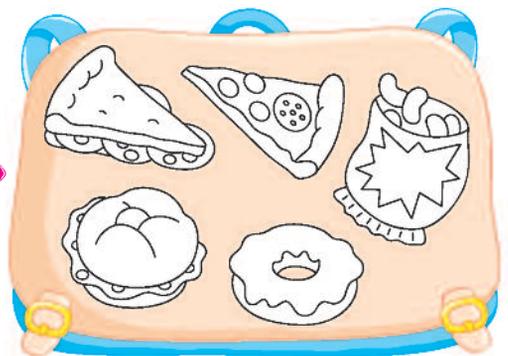
Questi due zainetti sono carichi di merende.

Leggi il testo dei cartellini e colora le merende che fanno bene.

Un frutto, qualche biscotto, uno yogurt... ti fanno riprendere un po' di carica e ti permettono di arrivare all'ora di pranzo o di cena con il giusto appetito.



Pane con salumi, dolci, patatine... sono buoni, ma poi ci vuole impegno a digerirli: dopo una merenda così ti senti stanco, hai voglia di dormire e quando è l'ora di pranzo o di cena non hai più fame.



## **NOI INSIEME**

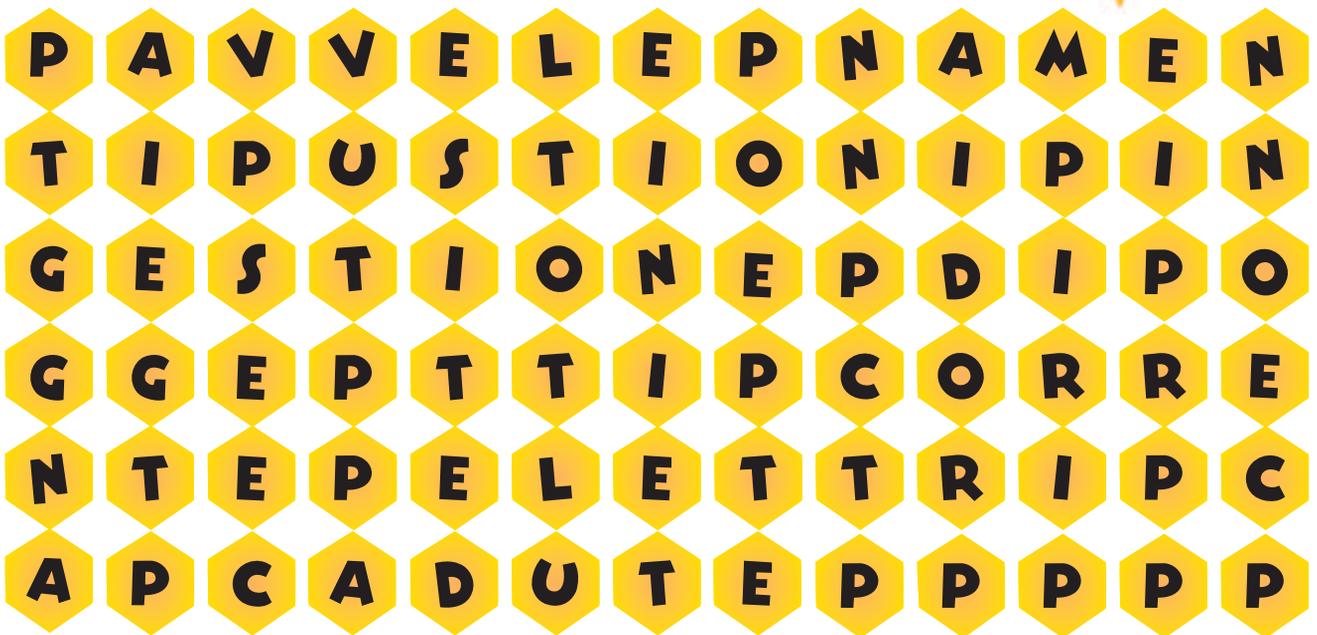
Con l'aiuto dell'insegnante e dei genitori, organizzate a scuola "La settimana della buona merenda": per una settimana si fa merenda tutti insieme, con tanta buona frutta e yogurt.

# ANCHE IN CASA...

Per la tua sicurezza e la tua salute devi sapere che fra le mura domestiche possono nascondersi pericoli. Molti bambini rimangono vittime di incidenti in casa, con conseguenze anche molto gravi.

Cancella tutte le **P** che vedi. Poi leggi le lettere rimaste e scopri gli incidenti domestici più pericolosi.

Trascrivi le parole sul quaderno e discuti con i tuoi compagni dei pericoli che ci sono a casa.



Osserva e commenta il comportamento di questi bambini. Quali pericoli corrono?



# ATTENZIONE ALLE ETICHETTE

Ci sono dei “disegni” che ti difendono dai pericoli. Li puoi trovare su etichette di diversi prodotti che trovi anche in casa. Forse molti li hai già visti. Ne conosci il significato?

Collega ciascun simbolo al suo significato.

Indica sostanze che, se ingerite, possono procurare gravissimi disturbi.



corrosivo

Indica sostanze che, se toccate, possono bruciare la pelle.



infiammabile

Indica sostanze che possono facilmente prendere fuoco.



velenoso

Osserva le tre etichette, di quali pericoli ti avvisano?

**ACIDO NITRICO PPA 65 %**



Conservare

- Può provocare l'accensione di materiali combustibili
- Non respirare i vapori
- Provoca gravi ustioni
- In caso di contatto con la pelle lavare immediatamente ed abbondantemente con acqua e consultare un medico
- Usare indumenti protettivi adatti.

**ALCOOL METILICO 99.9 %**



Pericolo infiammabile



Pericolo

- Facilmente infiammabile
- Tossico per inalazione e ingestione.
- Conservare fuori della portata dei bambini.
- Conservare il recipiente ben chiuso.
- Conservare lontano da fiamme e sorgenti.
- Non fumare.
- Evitare il contatto con la pelle.

**METILETILCHETONE**



Pericolo infiammabile

- Facilmente infiammabile
- Conservare il recipiente in luogo ben ventilato.
- Contiene solvente di benzina e sordito.
- Non fumare.
- Non respirare i vapori
- Evitare l'accumulo di cariche elettrostatiche

.....

.....

.....

# PEDONI SULLA STRADA

Marta e Diego vanno a scuola a piedi, per questo si dice che sono due pedoni.

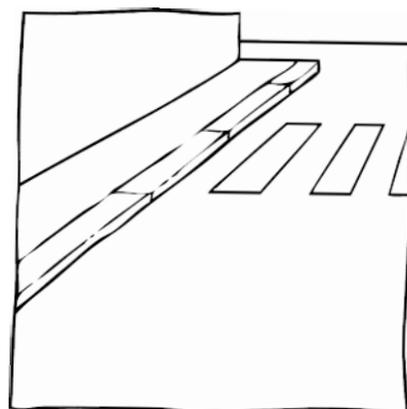


Rispondi e completa.

● Che cosa vuol dire essere pedoni?

avere i piedi grandi.       muoversi a piedi.

Qui accanto vedi il marciapiede e la carreggiata della strada che Marta e Diego percorrono per andare a scuola. Colorali con due colori diversi.



● Dove devono camminare Marta e Diego?

.....

● A chi è riservata la carreggiata?

.....

A volte Marta e Diego incontrano bambini che non si comportano correttamente in strada. Osserva e spiega a voce il perché.



E se il marciapiede non ci fosse? Dove e come dovrebbero camminare Marta e Diego? Discutine in classe.

# COME ATTRAVERSARE LA STRADA

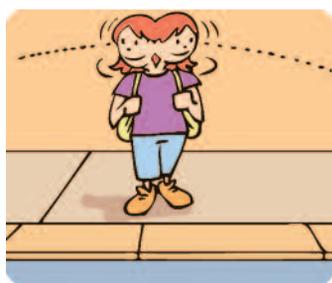
Marta e Diego, nel percorso da casa a scuola, devono attraversare più volte la strada. Ma non hanno ancora imparato come si fa.

Osserva i due bambini mentre attraversano e spiega perché in tutte queste situazioni non attraversano correttamente la strada. Confrontati con i compagni e discuti. Poi, osservando in ordine le immagini, completa le regole elencate sotto.

- Se ci sono, bisogna sempre attraversare la strada sulle .....
- Prima di attraversare la strada bisogna ..... attentamente a sinistra e a destra.
- Non si attraversa mai la strada .....
- Non ci si ferma .....



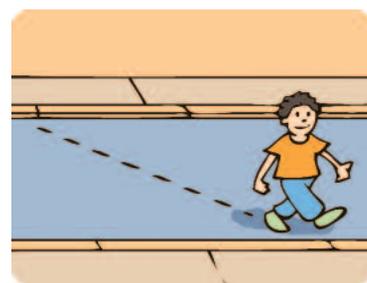
E se le strisce non ci sono?



Guarda sempre con attenzione a sinistra e a destra: se non ci sono macchine puoi andare.



Non attraversare mai vicino a una curva.



Non attraversare mai la strada in diagonale.

# DUE GRANDI AMICI: IL SEMAFORO E...



L'altro amico lo scoprirai nella pagina seguente!

Per aiutarti ad attraversare la strada in tutta sicurezza ci sono due grandi amici. Uno di questi è il semaforo. Ecco un semaforo riservato ai pedoni.

Osserva e collega ciascun semaforo per pedoni al messaggio che comunica.



## ATTENZIONE

Procedi solo se ti trovi in mezzo alla strada, accelerando il passo, ma senza correre.



## ALT

Non attraversare.



## VIA LIBERA

Puoi attraversare.

Oltre ai semafori per pedoni, ci sono anche altri tipi di semaforo. Collega ogni definizione alla foto giusta.

Semaforo per biciclette



Semaforo per macchine



Semaforo che indica ai veicoli la direzione.



Hai capito a chi è riservato ciascuno di questi tre semafori?

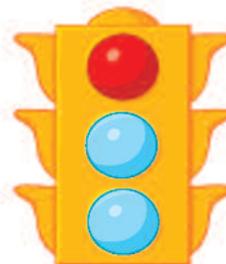
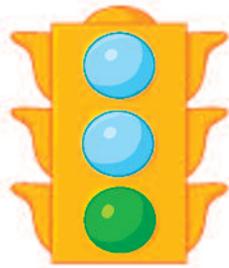
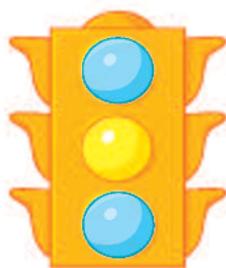
## NOI INSIEME

Ci sono semafori vicino alla vostra scuola? Che tipo di semafori sono? Uscite insieme e fate una piccola indagine.

## ...IL VIGILE

Il tuo amico vigile lo trovi agli incroci a regolare il traffico, sul marciapiede o per strada quando controlla che le automobili siano parcheggiate correttamente, all'uscita da scuola quando ferma le automobili per farti attraversare. Sai interpretare i suoi gesti?

Osserva e collega ciascun gesto del vigile al semaforo che ti manda lo stesso messaggio.



Rispondi:

- Che cosa indossa il vigile per farsi riconoscere?

Cerchia tra questi gli elementi che fanno parte della divisa del vigile e spiega a che cosa servono. Poi descrivi la sua divisa sul quaderno.



# CARTELLI STRADALI

Per muoverti bene e in sicurezza sulla strada, sia come pedone che come ciclista, devi conoscere il significato dei segnali stradali. I segnali stradali sono tanti e molti di essi interessano soprattutto gli automobilisti. Impara a riconoscere perché hanno forme diverse e gioca a imparare il significato di alcuni di questi cartelli.

Insieme a un adulto, leggi e osserva. Poi collega ogni segnale al suo significato.

• I **SEGNALI DI PERICOLO** sono triangolari con il bordo rosso e l'interno bianco. Indicano che bisogna rallentare e fare molta attenzione.



Presenza di animali selvatici che possono attraversare la strada.



Attraversamento biciclette: le macchine devono far attraversare per prime le biciclette.



La strada ha una strettoia. Occorre che le macchine rallentino e si mettano in un'unica fila.

● I **SEGNALI DI DIVIETO** sono a forma di cerchio, con il bordo rosso e l'interno bianco. Indicano azioni che non bisogna fare.



Non è permesso  
parcheggiare.



Non si può imboccare  
la strada da quel lato.



Nessun veicolo  
può passare.

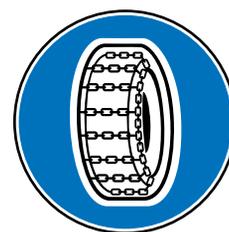
● I **SEGNALI DI OBBLIGO** sono a forma di cerchio e sono di colore blu. Indicano che cosa è obbligatorio fare.



Possono transitare  
solo i pedoni.



Possono transitare  
solo le biciclette.



Occorre avere a bordo  
le catene per la neve.

## **NOI INSIEME**

Pensando alle regole che avete stabilito a pag. 14, inventate insieme qualche segnale di divieto o di obbligo da appendere in classe.

# RISPETTIAMO LA NATURA

Il bosco è la mia casa... ecco perché "pulito è bello"!



Ti è mai capitato di fare una passeggiata in un bosco? Puoi godere di aria pulita, osservare lo spettacolo che la natura ti offre: animali e piante nel loro ambiente naturale. Ma la natura ha bisogno di essere rispettata.

Quando sei in un bosco, o anche in un parco di città dove puoi trovare piante e animali, è importante rispettare alcune regole di comportamento. Marta e Diego vogliono mostrarti un cartello che hanno visto all'ingresso di un parco.

Leggi e osserva. Quali indicazioni trovi sul cartello? Per ciascuna regola, scrivi sul quaderno che cosa significa e quali possono essere le conseguenze se non viene rispettata.



- Non danneggiare i fiori e gli alberi
- Non sporcare le acque
- Non disturbare gli animali con rumori inutili
- Non accendere fuochi
- Non lasciare rifiuti in giro

Conosci altre regole da rispettare quando si va a spasso in un bosco o si passeggia in un parco cittadino? Discutine in classe.

# L'ACQUA, UN BENE DA NON SPRECCARE

Uno dei gesti che ripeti spesso ogni giorno è aprire il rubinetto. E ogni volta vedi uscire acqua pulita, buona da bere e pronta per tutti gli usi che ne devi fare. Ma non per tutti è così. In molte parti del mondo l'acqua scarseggia e tantissime persone rischiano per questo la morte. Anche da noi, soprattutto in estate, l'acqua in alcune zone manca. Abituati perciò a non sprecarla!

Guarda che cosa stanno facendo Marta e Diego.

Segna con una **X** in quali situazioni stanno risparmiando acqua.



Ecco un altro consiglio per risparmiare acqua!



Fai montare un frangigetto su ogni rubinetto di casa. È un apparecchietto che diminuisce la quantità di acqua che esce dal rubinetto, così ne sprechi meno!

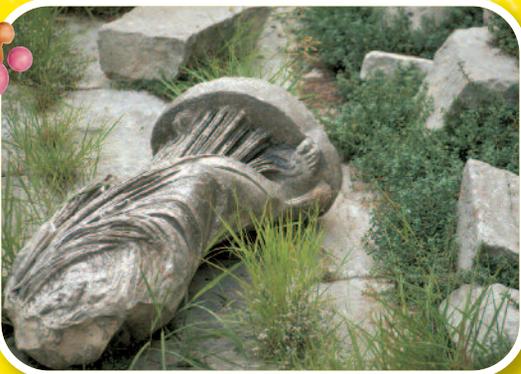


# BELLEZZE DA RISPETTARE

Dell'ambiente in cui vivi fanno parte anche le bellezze artistiche e storiche.

Anche queste vanno conosciute, rispettate e valorizzate.

Osserva queste immagini. Quali bellezze ritraggono?  
In che modo sono danneggiate?



● Adesso spiega con le tue parole quello che hai notato.

---

---

---

---

---

---

Ci sono bellezze artistiche o naturalistiche nel luogo in cui vivi?  
Qual è quella da te preferita? Procurati una foto (o un disegno)  
e inseriscila nella cornice, poi completa la scheda.

La foto ritrae:.....

Si trova a .....

L'ho scelta perché .....

Conosci qualche monumento o parco della tua città che è stato  
danneggiato? Che cosa è successo? Discuti con i compagni.

## **NOI INSIEME**

Organizza con i compagni un'uscita per fotografare  
bellezze artistiche e storiche della vostra città o paese.  
Realizzate poi un bel cartellone con foto, disegni e testi.  
Mettete in evidenza, se ci sono, eventuali danni.



# IO SONO UN CITTADINO DELLO STATO

Tutti quelli che vivono insieme in una società sono cittadini. Ogni cittadino ha dei doveri e dei diritti.



Nelle pagine di questo libro hai seguito un percorso che ti ha fatto crescere come persona, ti ha insegnato a riflettere sui comportamenti utili per vivere bene insieme agli altri, in armonia con te stesso e con l'ambiente che ti circonda.

Hai riflettuto sul fatto che fai parte di diverse comunità: la famiglia, il gruppo degli amici, dei compagni di classe, il paese o la città in cui vivi...

C'è una comunità più grande di tutte queste e che le comprende tutte: è lo **Stato**. Tu, dunque, sei un **cittadino** dello Stato italiano.

## Le leggi e la Costituzione

Sai che ogni comunità è composta da un certo numero di persone che stabilisce delle regole che tutti devono rispettare. Anche lo Stato, come ogni gruppo, ha delle regole che tutti i cittadini devono rispettare: le **LEGGI**. La legge più importante del nostro Stato è la **COSTITUZIONE**.

Nella Costituzione ci sono scritti i principi a cui tutte le leggi dello Stato si devono ispirare, quali sono i diritti e i doveri dei cittadini e come funziona il nostro Stato.

Fai una crocetta su quella che consideri la risposta giusta. Le leggi dello Stato italiano:

- valgono per tutto il territorio dell'Italia
- cambiano a seconda di dove ci troviamo



## NOI INSIEME

Secondo te, perché la Costituzione è stata scritta? Quali vantaggi porta questa scelta? Discuti con i compagni.

# QUATTRO REGOLE PER TUTTI

Ecco quali sono i principi fondamentali della nostra Costituzione a cui tutte le altre leggi si ispirano. Conosci il loro significato?

Colora le mongolfiere allo stesso modo dei dirigibili a cui si riferiscono.



C'è un principio fra questi che tu consideri più importante? Quale?

● Perché? .....

Confronta le tue risposte con quelle dei compagni e discutetene insieme.

# LA COSTITUZIONE ITALIANA

La nostra Costituzione è composta da tanti **arti- coli**, cioè piccole parti, ognuna delle quali affronta un argomento particolare (per esempio il lavoro, l'istruzione...). Ogni articolo ha un numero. Ecco alcune parti di articoli tratti dalla Costituzione italiana.

Scrivi nel cerchio accanto a ogni foto il numero dell'articolo a cui fa riferimento.

**Art. 32** – La Repubblica tutela la salute...

**Art. 41** – Ogni attività privata non deve inquinare l'ambiente...

**Art. 31** – L'istruzione è obbligatoria e gratuita...

**Art. 17** – I cittadini hanno il diritto di riunirsi pacificamente e senz'armi.

**Art. 8** – Tutte le religioni sono uguali di fronte alla legge...

**Art. 12** – Il tricolore italiano è la bandiera del nostro Stato.



**Direzione editoriale**

Tullia Colombo

**Coordinamento di redazione**

Carlotta Ferrari Lelli

**Caporedattore**

Daniela Fabbri

**Direzione artistica**

Leonardo Di Bugno

**Realizzazione editoriale**

Nicoletta Baldini, Carlotta Cubeddu, Rossano Palazzeschi (redazione)

Elisabetta Giovannini, Barbara Cherici (grafica)

Claudia Hendel, Elisabetta Marchetti (ricerca iconografica)

**Collaborazione all'impaginazione**

Stefania Cinotti

**Disegni**

Vinicio Salvini, Gianfranco Spione, Roberto Luciani (copertina)

**Referenze fotografiche**

Archivio Giunti; Corbis; Cuboimages; Getty Images; Foto Mariani, Firenze; Marka; Olycom; SIS Images; Stockfood/Olycom; TIPS Images

L'editore si dichiara disponibile a regolare eventuali spettanze per quelle immagini di cui non sia stato possibile reperire la fonte.

Questo corso è

- rispondente alle indicazioni del Progetto Polite per la formazione di una cultura delle pari opportunità e del rispetto delle differenze
- rispondente alle indicazioni del Ministero dell'Interno per diffondere la cultura della Protezione Civile e della Sicurezza nella scuola.

Per esigenze didattiche ed editoriali alcuni brani sono stati ridotti e/o adattati. Tutti i diritti sono riservati.

È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa con qualsiasi mezzo, compresa stampa, copia fotostatica, microfilm e memorizzazione elettronica, se non espressamente autorizzata dall'editore.

L'editore è a disposizione degli aventi diritto con i quali non è stato possibile comunicare, nonché per eventuali omissioni o inesattezze nella citazione delle fonti.

[www.giuntiscuola.it](http://www.giuntiscuola.it)

© 2009 Giunti Scuola S.r.l., Firenze

Prima edizione: febbraio 2009

Ristampa

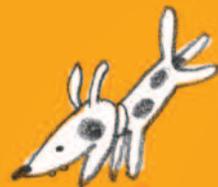
Anno

7 6 5 4 3

2013 2012 2011

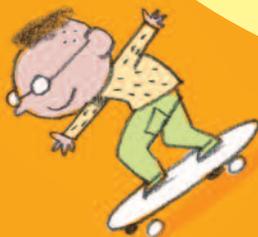
Stampato presso Giunti Industrie Grafiche S.p.A. – Stabilimento di Prato

Copia personale. Non distribuibile né vendibile. © 2012 Giunti Scuola



**A casa, a scuola, ai giardini,  
sulla strada, a tavola...  
da soli e con gli altri**

**piccole regole per crescere,  
vivere bene e...**



**... per diventare  
Bambini del mondo**

Il presente volume integra i corsi Giunti Scuola per il primo triennio.  
In caso di acquisto del solo allegato il prezzo fissato per la vendita è di € 2,50.

