

11 CORPO UMANO

testa
fronte (f)
faccia
baffi (m, pl)
barba
bocca
dente (m)
naso
occhio
capelli (m, pl)
orecchio

collo
lingua
gola

braccio
mano (f)
dito

spalla
seno
petto
torace (m)

vita
stomaco
pancia

sedere (m)
schiena

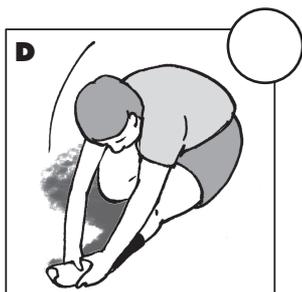
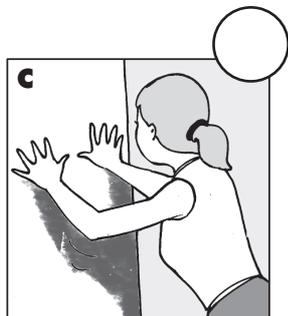
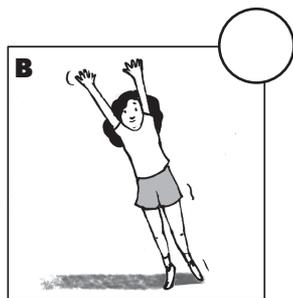
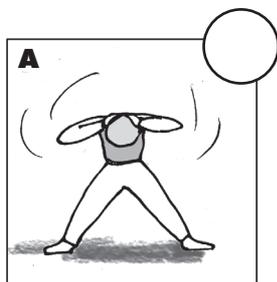
gamba
ginocchio
piede (m)

pelle (f)
sangue (m)
cuore (m)

DISTURBI (DI STAGIONE)

1 Leggi e collega i quattro esercizi di ginnastica ai disegni.

Esercizi di ginnastica da fare a casa



1 ELASTICITÀ DEL CORPO: un ginocchio a terra e la gamba opposta in avanti. Flessione del busto in avanti fino a toccare con le mani la punta del piede.

Ripetere 10 volte per ogni gamba.

2 PER LE BRACCIE E PER IL SENO: appoggiare braccia e mani al muro tenendo il corpo inclinato con la schiena dritta. Eseguite delle flessioni facendo forza sulle braccia.

Ripetere 20 volte.

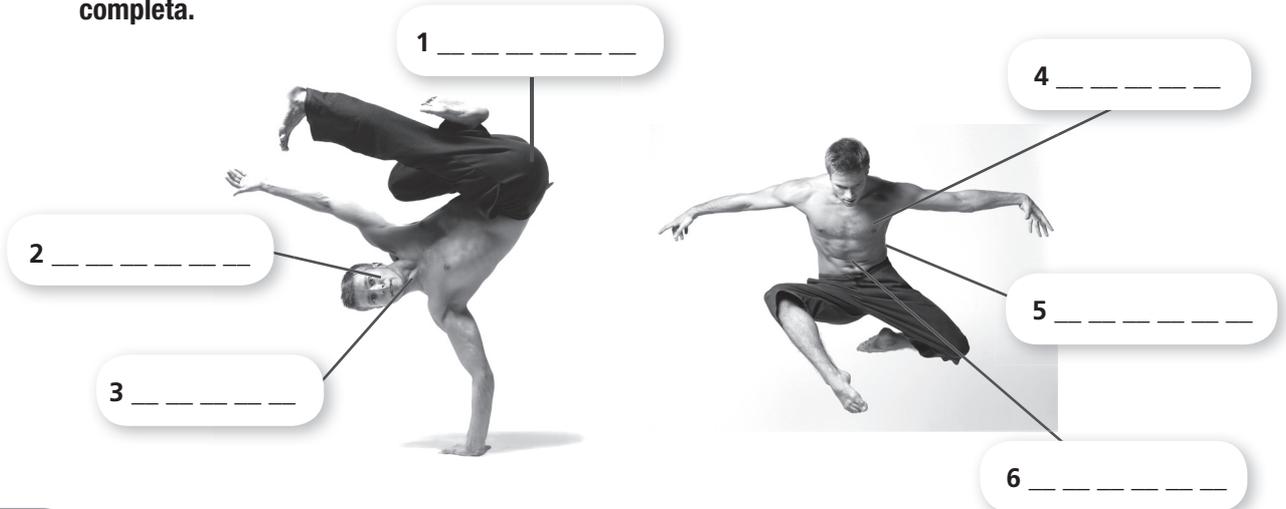
3 PER LE GAMBE: camminare in punta di piedi, braccia in alto, bilanciarsi prima su una, poi sull'altra gamba.

Per 3 minuti.

4 PER LA VITA: gambe divaricate, dita intrecciate dietro la testa, flettersi in avanti e disegnare un cerchio con la testa e le spalle intorno al bacino. Rialzarsi e cambiare senso rotatorio.

Ripetere 10 volte.

2 Che altre parti del corpo conosci? Guarda le parole nel riquadro in alto nella pagina accanto e completa.



3 Completa questo breve testo con le parole date.

orecchie • fronte • barba • bocca • ~~faccia~~ • occhi • naso • baffi • denti • lingua • capelli

La parte anteriore della testa è la *faccia* con i due (1) ,
 la (2) , il (3) , le due (4) ai lati e tutti
 i (5) attorno. In alto c'è la (6) Qualcuno ha anche la
 (7) o i (8)
 In bocca ci sono i (9) e la (10)

4 Risolvi gli indovinelli. Riscrivi le parole date.

pelle • gola • sangue • stomaco • cuore

- 1 È rosso e scorre nel nostro corpo:
- 2 Se apri tanto la bocca, la vedi:
- 3 Batte nel nostro corpo:
- 4 Organo dove va il cibo per essere digerito:
- 5 Ricopre tutto il corpo dell'uomo:



5 Espressioni idiomatiche con le parti del corpo. Collega. Ricostruisci i mini-dialoghi.

- 1 Come risposta ha alzato le spalle.
- 2 Tu chiedi qualcosa e lei scuote sempre la testa.
- 3 Non ha aperto bocca!
- 4 Questa notte non ho chiuso occhio.
- 5 Batteva i denti.
- 6 Adesso apri bene le orecchie!
- 7 Si leccava i baffi!
- 8 Non ha mosso un dito.

- a. Sì, ti ascolto.
- b. Eh sì, non parla mai.
- c. Sì, dice sempre di no.
- d. Non vi ha nemmeno aiutato?
- e. Non gli importa proprio niente.
- f. Beh, faceva veramente freddo.
- g. I dolci a lui piacciono tantissimo!
- h. E perché non sei riuscito a dormire?

6 Completa con i verbi corretti. Guarda di nuovo l'esercizio 5.

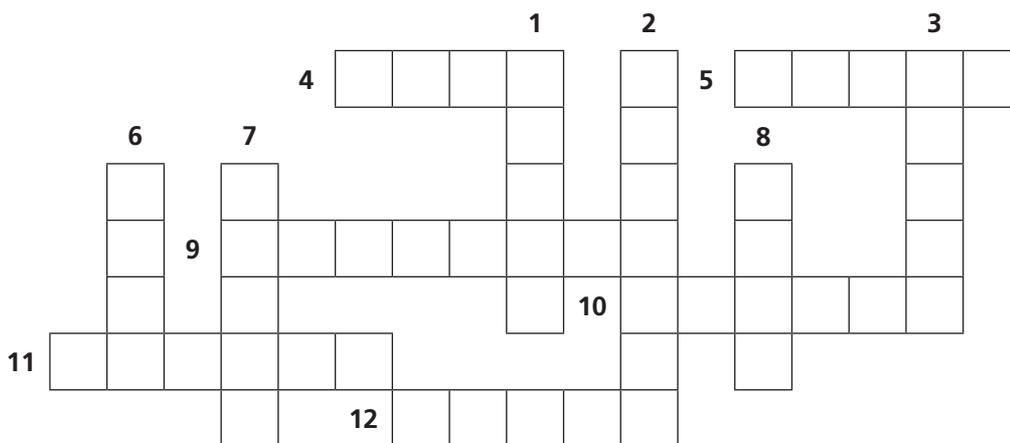
In questo periodo Ornella, nostra figlia, è difficile. A tavola non

- (1) bocca, in casa non aiuta, non
 (2) un dito, qualsiasi proposta non la convince,
 (3) solo la testa, mai un "sì"!
 Ieri le ho detto di (4) bene le orecchie e le ho spiegato
 ancora una volta che in famiglia siamo in tre, che dobbiamo convivere.
 Come risposta
 (5) le spalle e se ne è andata in camera sua.



7 Fai il cruciverba.

- | | |
|--|--|
| 1 Servono per vedere. | 7 Serve per parlare. |
| 2 Possono essere ricci, lisci, castani, biondi ... | 8 Servono per toccare. |
| 3 La parte più alta del corpo. | 9 Servono per sentire. |
| 4 Serve per respirare, ma non è la bocca. | 10 Grazie ad essa si distingue il dolce e il salato. |
| 5 Sono bianchi e sono al massimo 32. | 11 Occhi, naso e bocca sono parti della ... |
| 6 Sono cinque in una mano. | 12 Per camminare usi gambe e ... |



8 Scegli le parole corrette.

- I bambini hanno *la pelle / la lingua* liscia e morbida.
- Lucina ha *le ginocchia / le gambe* magre e lunghe.
- Si usano i pantaloni *a vita / fronte* bassa che lasciano vedere *la pancia / la faccia*.
- Mostra spesso il suo décolleté perché ha *un bel collo lungo / una bella gola lunga*.
- Marco si è fatto crescere *la barba / il naso*. Prima, secondo me, era più bello.
- Da quando fa la ginnastica per *la schiena / il torace*, non ha più problemi.



9 COLLOCAZIONI Leggi e completa con le parole date.

denti • schiena • gola • torace • pancia • braccio • gambe • orecchie • testa • collo • stomaco

- 1 Non stai bene? - No, ho la febbre e ho mal di _____.
- 2 Sono caduto in bicicletta e adesso mi fa male un _____.
- 3 Che cos'hai? - Mah, ho mal di _____, forse non ho digerito.
- 4 Ho mal di _____ e un forte raffreddore.
- 5 Stefania è malata? - Ha mal di _____ e infatti adesso va dal dentista.
- 6 Cosa ti fa male? - Ho mal di _____ e mi fa male il _____, devo aver preso un colpo d'aria.
- 7 Carolina ha la tosse, ma oggi sta già meglio. Ieri stava proprio male, le faceva male anche tutto il _____.
- 8 Ho fatto jogging dopo tanto tempo e mi fanno male le _____.
- 9 Cosa si sente? - Ho mal d' _____, ho un po' di raffreddore e il naso chiuso.
- 10 Tutto a posto? - Sì, il mal di _____ è passato e non mi fa male più niente!

COMUNICAZIONE

10 Leggi le espressioni. Poi collega le frasi sotto.

- Stai bene? / Stai meglio?
- Non sto bene. / Sto male. / Sto meglio.
- Sono sano.
- Sei malato?
- Che cos'hai? / Cosa ti senti?
- Cosa ti fa male?

- 1 Ho il raffreddore.
- 2 Sono andato a sciare e sono caduto.
- 3 Non ho dormito abbastanza.
- 4 Si è tagliata mentre cucinava.
- 5 Ha sollevato una valigia troppo pesante.
- 6 Deve andare in bagno.

(avere) mal di + pancia / testa / orecchie / ...
 avere + il raffreddore / la tosse / la febbre / ...
 mi fa male + una mano / una spalla / il collo / ...
 mi fanno male + le gambe / i piedi / ...

- a. Ha mal di schiena.
- b. Mi fa male un ginocchio.
- c. Ha mal di pancia.
- d. Le fa male un dito.
- e. Ho mal di testa.
- f. Ho mal di gola.

11 Scegli una situazione e scrivi come ti senti. Le espressioni dell'esercizio 10 ti servono d'aiuto.

- Eri sudato e sei uscito al freddo.
- Sei andato in palestra e non sei abituato.
- Hai mangiato qualcosa che ti ha fatto male.
- Sei scivolato sul ghiaccio.