Daily School

Giornalino dell'Istituto Comprensivo Empoli Est

Maggio 2026



La Redazione del Daily School

Sommario:

Cronache scolastiche	Pag. 2
Scuola e Sport	Pag. 13
Alimentazione e Ricette	Pag. 16
Tempo libero	Pag. 21
Libri, film e giochi: i nostri consigli	Pag. 24
Un salto nella storia	Pag. 30
Noi e l'ambiente	Pag. 34
L'angolo delle lingue straniere	Pag. 37

Per avere tutte le ultime notizie del nostro Istituto seguite:

- "**Empoli Est-Istituto Comprensivo**"

su Instagram e Facebook

- il sito https://www.istitutocomprensivoempoliest.edu.it/

Per contattarci: redazionedailyschool@gmail.com

Scansionate i QRcode accanto ad ogni articolo..per ascoltare l'Audiolettura realizzata dai nostri redattori della Scuola Vanghetti!!!!

La scuola vista dai ragazzi:
orto scolastico, tornei, gite, laboratori….il Daily School vi presenta le attività del Comprensivo Empoli Est

da pag. 2

Tanti consigli per il tempo libero:
viaggi, libri, film e giochi apprezzati dagli studenti della Vanghetti!

da pag. 21

Come sopravvivere a una mattinata scolastica

· 1° e 2° ora: Arrivi a scuola stanco e proprio alla prima ora hai matematica…ecco 3 consigli per sopravvivere:
1- mantieni un contatto visivo con la professoressa e annuisci ogni 3-4 minuti e non esagerare, altrimenti ti chiederà di andare alla lavagna.
2- dividi l'ora in blocchi di gloria, non pensare che mancano 50 minuti, ma mancano 10 minuti alla fine della spiegazione.
3- quando la professoressa lancia un'occhiata pre-interrogazione nella tua direzione, fai cadere la penna sotto il tuo banco: quei 5 secondi per raccoglierla potrebbero salvarti la vita (e la media scolastica)

· la ricreazione - 1 consiglio:
1- alla ricreazione invece di restare seduto al banco, dove hai appena fatto 2 ore di lezione, alzati e vai a salutare gli amici e a chiacchierare, così il tuo cervello si riposerà.

· 3° ora storia - ecco 2 consigli per sopravvivere:
1- invece di leggere i paragrafi come se fossero una lista della spesa, immagina che sia la trama di una serie Netflix e visualizza i cavalieri, i castelli e gli imperatori.
2- molti personaggi storici hanno nomi buffissimi, fai una piccola lista dei nomi più assurdi della storia: questo ti aiuterà a ricordarli meglio.

· 4° ora musica - in questo caso il consiglio è il seguente:
1- tieni sempre un fazzoletto pronto per pulire il flauto, a metà lezione non è solo igenico, è una mossa tattica per prenderti 30 secondi di pausa mentale (non dimenticare il flauto a casa, mi raccomando!)

· 5° ora grammatica - 2 consigli per sopravvivere a questa ora:
1- quando fai l'analisi logica, non guardare tutta la frase insieme o ti manderà in tilt: dividila con delle barrette verticali, una volta separate le parti, sembrerà un gioco di incastri!
2- se non capisci che complemento è usa le domande "magiche": CHI? CHE COSA? DOVE? QUANDO? se la parola risponde a una di queste, l'hai incastrata.

· 6° ora inglese - ecco 2 consigli per sopravvivere a questa ora impegnativa:
1- se la prof. fa una domanda a un tuo compagno, ascolta bene la risposta.. molte volte basta cambiare la struttura della sua frase per rispondere correttamente alla domanda successiva.
2- in inglese non ci sono "il, la, lo, i, gli, le"… c'è solo THE: quando sei nel dubbio e non sai che articolo usare, spara un "THE" convinto: funziona nel 99,9% dei casi!

Stefano, classe 1D

Il violino: uno strumento da provare

Il violino è uno strumento affascinante e molto apprezzato.
Creato nel XVI secolo dal liutaio Andrea Amati per avere un suono brillante e imitare la voce umana, il violino è composto principalmente da una cassa armonica (tavola, fondo, fasce) in legno, che amplifica il suono, e da un manico con tastiera in ebano. Elementi chiave sono il ponticello, che trasmette le vibrazioni delle corde, l'anima interna, i piroli per l'accordatura, la cordiera, la mentoniera e l'archetto. Ecco i dettagli delle parti principali:



- Cassa armonica: composta da tavola, fondo e fasce, è il corpo del violino che risuona attraverso le due “f” che fanno entrare e uscire l’aria.
- Manico e tastiera: il manico termina con il riccio (spesso decorato); la tastiera, in ebano, è il punto in cui il violinista preme le corde.
- Archetto: composto da una bacchetta di legno (o carbonio) e crini di cavallo tesi tramite il nasetto.

Nella nostra scuola gli studenti possono suonare questo strumento ed è un’esperienza indimenticabile. Per suonare uno strumento, al momento dell’iscrizione è possibile scegliere l’indirizzo musicale o il progetto musicale. Nel progetto musicale si può suonare il violino, il violoncello, il flauto traverso o la tastiera. Per quanto riguarda l’indirizzo musicale si possono suonare gli strumenti a percussione, il sassofono, il pianoforte e la chitarra sia classica sia elettrica.
Il violino è uno degli strumenti più difficili al mondo da suonare, ma piano piano si impara e dà una grande soddisfazione!

Valentina, classe 1B



Orto didattico: piace proprio a tutti?

Nella nostra scuola c'è un luogo speciale dove si impara stando all'aria aperta: l'orto didattico, seguito dal contadino Marco, che ci guida nelle varie attività.

Qui noi alunni possiamo fare molti lavori diversi: togliere le erbacce, seminare, piantare e zappare il terreno. All'inizio può sembrare faticoso, ma poi arriva la soddisfazione più grande: vedere crescere le piantine curate con il nostro impegno.



Alla maggior parte degli studenti l'orto piace molto. Le attività preferite sono soprattutto zappare e seminare, anche perché in questi momenti collaboriamo e ci sentiamo più uniti come classe.

Nel nostro istituto esiste anche una giornata speciale: la **Giornata della lattuga**. In quell'occasione tutte le classi si recano nell'orto per raccogliere la lattuga, che poi viene mangiata.

L'orto scolastico è importante perché insegna a rispettare la natura, a lavorare insieme e a scoprire che imparare può avvenire anche fuori dall'aula.

Lorenzo classe 1D, Alice classe 1G

Classi in visita al Carnevale

Ti sei mai chiesto come nascono i carri del Carnevale di Viareggio?



Il 6 marzo le tre classi dell'Indirizzo Senza Zaino hanno vissuto un'esperienza speciale: sono andate in visita alla Cittadella del Carnevale, a Viareggio.

I magazzini dove vengono costruiti i carri non sono accessibili agli studenti, perché considerati troppo pericolosi, ma è possibile visitare la mostra, dove vengono esposti alcuni pezzi dei carri degli anni passati: alcuni sono davvero enormi.



Nel museo i ragazzi hanno scoperto la storia del Carnevale ed osservato come si sono evoluti i carri nel corso degli anni: da una semplice struttura di legno immobile fino a diventare una gigantesca costruzione in movimento.

La visita si è conclusa con un laboratorio di cartapesta, durante il quale gli alunni hanno sperimentato in prima persona la tecnica di realizzazione dei carri. Le creazioni realizzate sono state poi portate a scuola per essere donate alle famiglie in occasione del Senza Zaino Day del 20 maggio.



È stata un'esperienza interessante e divertente, che ha fatto conoscere da vicino una delle tradizioni più famose della Toscana.

Zara, classe 1A

SOCIALIZZARE A SCUOLA

Perché è così importante?



Stare bene a scuola non significa solo studiare, ma anche sentirsi accolti e creare rapporti positivi con gli altri. Socializzare è fondamentale per lo sviluppo emotivo e cognitivo e rende la scuola un luogo più sereno e piacevole. Avviene attraverso interazioni spontanee, attività extrascolastiche e lavori di gruppo.

Ma come si può favorire la socializzazione a scuola?

Lavori di gruppo: organizzare attività di gruppo in cui gli alunni devono collaborare per raggiungere un obiettivo.
Attività di presentazione: svolgere attività semplici per presentarsi e conoscersi.
Giochi di ruolo: creare situazioni per far sperimentare agli alunni contesti sociali.
Clima positivo: avere un clima positivo in classe che non metta pressione agli alunni.
Attività extrascolastiche: promuovere attività extrascolastiche che possano favorire la socializzazione fra gli alunni.



Purtroppo per alcuni ragazzi fare amicizia non è semplice. Molti hanno difficoltà a causa di timidezza, insicurezza o ansia. Per migliorare la situazione è utile coinvolgere chi si sente escluso ed è importante la collaborazione di tutti: compagni, insegnanti e famiglie.

Rita, classe 1C

ANSIA SCOLASTICA

“L’ansia scolastica esiste davvero?”

Purtroppo sì, l’ansia scolastica esiste davvero. È un fenomeno molto diffuso tra ragazzi e bambini. Si manifesta spesso con la paura di fallire, il timore del giudizio degli altri, difficoltà personali come timidezza o insicurezza, il bisogno di soddisfare le aspettative e, in alcuni casi, disturbi non ancora riconosciuti.

Può presentarsi con sintomi fisici e psicologici, per esempio mal di pancia, tachicardia, agitazione, attacchi di panico e altri segnali di forte stress.

COME PROVARE A INTERVENIRE?

Quando l’ansia comincia a diventare intensa è importante intervenire. Si può aiutare chi ne soffre accogliendo il problema senza giudicare o sminuire la situazione, creando un dialogo costruttivo con genitori, insegnanti o figure specializzate e cercando di non concentrarsi solo sull’idea di dover avere voti alti.



Intervista a due studenti

1. Qual è stato il tuo primo attacco d'ansia?
   D. Il mio primo attacco d'ansia è avvenuto durante un'interrogazione di storia dell'arte.
   S. Quando ho dimenticato il quaderno di matematica.

2. Come si manifesta la tua ansia?
   D. Mi tremano le mani, il cuore batte forte e comincio a sentire un forte calore.
   S. Mi batte forte il cuore.

3. Qual è la cosa che ti dà più ansia?
   D. Le interrogazioni.
   S. Quando vado alla lavagna a correggere i compiti.

4. Cos'è successo in un momento di forte ansia?
   D. Sono svenuta.
   S. Non mi è mai successo nulla di grave.

Miriam e Rita, classe 1C

Le insicurezze degli adolescenti

Le insicurezze negli adolescenti sono molto comuni e derivano da tanti fattori diversi: cambiamenti fisici, pressione sociale e bisogno di approvazione. Spesso si manifestano come bassa autostima, paura di non essere all'altezza, timore del giudizio, chiusura o aggressività. Si concentrano anche sulle prestazioni scolastiche/sociali e la paura di essere esclusi dal gruppo. L'adolescenza è un periodo difficile per tutti, pieno di insicurezze e con la paura costante di fare scelte sbagliate.
Spesso gli adolescenti tendono a paragonarsi agli altri e pensano che i coetanei siano migliori di loro. Un altro grande problema è anche il *bullismo* nelle scuole, che causa stress.



Lo specchio e il confronto. Non sono abbastanza!

Le incertezze non riguardano solo i voti, ma colpiscono l'immagine che abbiamo di noi stessi. Quel pensiero ricorrente "NON SONO ABBASTANZA" nasce dal confronto costante con modelli che sembrano perfetti, soprattutto per colpa dei social media.

Come trasformare la fragilità in forza

L'insicurezza non è un difetto, ma un segnale che stiamo crescendo e cercando il nostro posto nel mondo. Ecco come affrontarle:

1. Smetti di paragonarti agli altri. Ognuno ha il suo ritmo. La tua unica competizione deve essere con te stesso, con chi eri ieri, non con chi vedi sullo schermo!
2. Valorizza i tuoi punti di forza: i tuoi pregi non sono assenza di difetti, ma le tue caratteristiche uniche. Smetti di guardare cosa ti manca e inizia a guardare cosa hai di bello.
3. Accetta l'errore. Sbagliare una risposta o non sentirsi al top una mattina non cancella il tuo valore come persona.

E ricorda…

"L'insicurezza è una stanza buia , ma sei tu che tieni in mano l'interruttore della luce!"

Navroop, classe 1 G

LA SCUOLA IDEALE

Vi siete mai chiesti come i ragazzi immaginano la loro scuola ideale? In questo articolo presentiamo alcune idee raccolte tra gli studenti su come vorrebbero la scuola del futuro.

Le proposte degli studenti



- Musica rilassante durante la mattinata.
- Una scuola come nei film americani.
- Possibilità di usare il telefono.
- Niente verifiche e zero compiti.
- Più momenti di gioco e attività divertenti.
- Più tempo per mangiare e fare ricreazione.
- Possibilità di scegliere di non andare a scuola.
- Più corsi extrascolastici e laboratori.
- Una scuola informatica, con più uso del computer.
- Bandite materie difficili, come matematica o storia.
- Possibilità di scegliere dove sedersi e con chi stare.
- Una scuola artistica, dove si faccia soprattutto arte.
- Ore di gioco in cui usare PlayStation, Switch o Xbox.

Perché molti ragazzi desiderano una scuola diversa?

Molti studenti sognano una scuola diversa perché a volte si sentono stressati dai compiti e dalle verifiche. Altri vorrebbero lezioni più pratiche e coinvolgenti, con meno teoria e più attività.

C'è anche chi desidera un ambiente più sereno, con rapporti migliori tra compagni e insegnanti, dove sentirsi accolti e ascoltati.

Infine, tanti ragazzi desiderano semplicemente una scuola più vicina ai loro interessi, capace di valorizzare passioni come arte, tecnologia, musica o sport.

Conclusione

Le proposte degli studenti possono sembrare esagerate o divertenti, ma dietro queste idee c'è un messaggio importante: i ragazzi vogliono una scuola in cui imparare con piacere, sentirsi bene e avere più spazio per esprimere se stessi.

Virginia, classe 1D

L'intervista che non ti aspetti

La Prof.ssa Bertini a cuore aperto

Le è sempre piaciuta la scienza?
Sì, fin da piccola.

Faceva un altro lavoro prima di insegnare? Se sì, quale e dove?
Sì, ho lavorato nella ricerca in Scozia. Ci sono stata per l' ERASMUS, ma anche perché ci ho fatto il dottorato, e quindi alla fine sono rimasta lì per sei anni.

Cosa l'ha spinta a insegnare proprio scienze?
Avendo lavorato nell'ambito della ricerca ero praticamente una scienziata.

Come mai ha deciso di fare l'insegnante?
Ho sempre lavorato con i ragazzi, anche quando lavoravo nella ricerca. Poi mi sono accorta che i ragazzi avevano bisogno di più spiegazioni.



La prof.ssa Bertini nel laboratorio di scienze

Come mai ha deciso di fare l'insegnante proprio qui in Italia e non in Scozia?
Io e mio marito non ci trovavamo più bene nel Regno Unito dopo la Brexit (ndr. La Brexit è l'uscita dell' Inghilterra dall'Unione europea, viene dalle parole "British exit".)

Cosa apprezza di più della nostra scuola e del laboratorio di scienze?
Il Dirigente è consapevole dell'importanza delle scienze e ha sempre assecondato le mie richieste: dapprima di ricostruire il laboratorio di scienze e poi di attivare il Club di scienze.

Luna e Teresa, classe 1E

Più che una prof, una guida

INTERVISTA alla professoressa Giovacchini

Da quanto tempo insegna in questa scuola?
Ho iniziato a lavorare in questa scuola il 1° settembre 2008.

Quando è entrata in questa scuola, cosa le ha fatto una buona impressione?
La grandezza dell'edificio, la luminosità e i numerosi spazi verdi che circondano la scuola.

Quali materie insegna?
Italiano, Storia e Geografia.

Tra le materie che insegna, quale preferisce?
È difficile rispondere a questa domanda: in particolare amo la storia e la letteratura.

Dopo tanti anni, cosa apprezza ancora di questa scuola?
La cosa che apprezzo di più è la varietà della proposta educativa.

Quali caratteristiche dovrebbe avere un bravo studente?
Credo che la curiosità e la voglia di far bene siano due doti importanti.

Si trova bene con le altre insegnanti?
Sì, mi trovo molto bene. In questi anni sono riuscita a creare dei solidi legami.

È stata anche lei sui banchi di scuola, come si sente ora a stare alla cattedra?
A volte è buffo stare alla cattedra, perché vedo fare ai miei studenti cose che ho fatto anch'io in passato.

Cosa le piace di più del suo lavoro?
Stare a contatto con i ragazzi e le ragazze: mi piace la sensazione di poterli aiutare a costruire un futuro migliore.

Quali doti dovrebbe avere un buon insegnante?
A questa domanda preferisco rispondano i miei alunni.

Rispondono i ragazzi della 1°D e della 3°D, secondo i quali un bravo insegnante dovrebbe essere corretto, gentile ma non troppo, non avere preferenze, saper spiegare in modo coinvolgente; inoltre dovrebbe essere in grado di comprendere gli alunni, essere empatico, avere tanta pazienza, essere comprensivo e disponibile, professionale e appassionato della propria disciplina; dovrebbe far capire ai ragazzi dove hanno sbagliato e, soprattutto, non dovrebbe dare una quantità eccessiva di compiti!

Ha un buon metodo di insegnamento, dove lo ha imparato?
Il mio metodo è il frutto dell'esperienza, ma per perfezionarlo sono stati molto utili i feedback dei ragazzi.

Come si sente quando si trova a dare note o addirittura a non poter promuovere un alunno?
È sempre molto triste perché il desiderio di ogni professore è quello di riuscire a educare senza punire.

Ha mai assistito a un comportamento sbagliato da parte dei suoi alunni?
Purtroppo sì, ma penso che anche un comportamento sbagliato possa essere un'importante occasione di riflessione e cambiamento.

Quali argomenti le piacciono di più?
Ci sono alcune epoche storiche che mi appassionano in modo particolare, ma in generale devo dire che provo interesse per tutto quello che insegno.

Cosa augura agli studenti?
Auguro loro di avere un futuro pieno di soddisfazioni, spero e desidero che possano realizzare i propri sogni.

C'è qualcosa che non le piace di questa scuola?
No, non riesco a trovare un difetto, ma sicuramente voi potrete aiutarci a farla diventare ancora più bella.

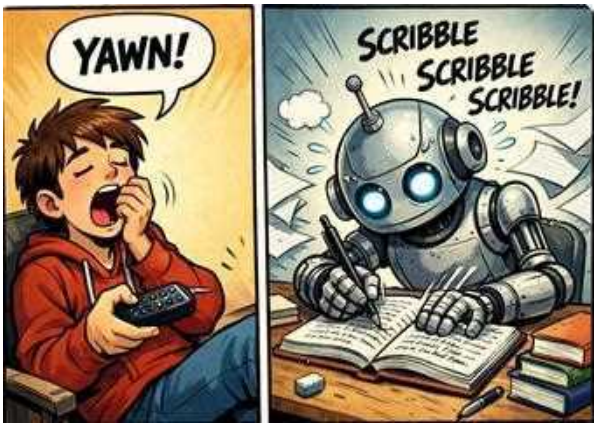
Teresa e Luna classe 1E, Virginia classe 1D

Il corriere della scuola

La voce degli studenti della 1ª media per un futuro consapevole

IA A SCUOLA: AIUTO PREZIOSO O TRUCCO PER IMBROGLIARE?
Sempre più studenti usano i chatbot per saltare lo studio, ma il rischio è di trovarsi con il cervello "fuori allenamento".

L'Intelligenza Artificiale sembra una magia: basta scrivere una domanda sul telefono e, in pochi secondi, ecco apparire un tema perfetto o la soluzione di un'espressione complicata. Ma siamo sicuri che sia tutto oro quello che luccica? Il confine tra "usare la tecnologia" e "usarla ingiustamente" è diventato molto sottile.
Molti ragazzi pensano: "Perché faticare per ore su un libro di storia se l'IA può riassumere tutto in dieci righe?". Questo è l'uso inappropriato che preoccupa i professori. Quando chiediamo a una macchina di pensare al posto nostro, stiamo commettendo un'ingiustizia prima di tutto verso noi stessi. Se l'IA scrive il tuo commento ai Promessi Sposi, la tua capacità di critica rimane a zero. È come pretendere di diventare campioni di calcio guardando solo le partite alla TV senza mai scendere in campo.
C'è poi un problema di correttezza verso i compagni. Chi usa l'IA di nascosto sta barando nei confronti di chi ha passato il pomeriggio a studiare.
L'ingiustizia più grande però è un'altra: perdere la propria originalità. Un testo scritto da un algoritmo è spesso freddo, senza emozioni e senza quegli errori buffi ma personali che rendono unico il lavoro di un ragazzo di undici anni. Se lasciamo che sia un computer a decidere cosa dire, le nostre idee diventeranno tutte uguali. L'IA non è cattiva, ma usarla per evitare la fatica è un errore che pagheremo in futuro.



La scuola serve a insegnarci a ragionare. Usiamo i computer per fare ricerche, per approfondire o per creare immagini fantastiche, ma non permettiamo mai a un software di rubarci il piacere di dire: "Questo l'ho fatto io con la mia testa!".

Alice, classe 1G

I tornei della nostra scuola

Pallavolo e palla rilanciata: sfida tra gli studenti della Vanghetti

Nella nostra scuola ogni anno ci sono i tornei di pallavolo delle classi seconde e terze.
Quest'anno le classi vincitrici sono state la 2F e la 3E.
La pallavolo è un gioco di squadra che ha queste regole fondamentali:



- **Tocchi di palla:** Ogni squadra ha a disposizione un massimo di **3 tocchi** per inviare la palla nel campo avversario (il muro non conta come tocco).
- **Contatto con la palla**: La palla può essere colpita con qualsiasi parte del corpo, inclusi i piedi. Non è però permesso fermarla o trattenerla.
- **Rotazione**: Ogni volta che la squadra che riceve conquista il punto, i suoi giocatori devono ruotare di una posizione in **senso orario** prima di servire.

Le classi prime partecipano ai tornei di palla rilanciata: quest'anno ha vinto la classe 1F.
Queste sono le regole fondamentali:



- **Lancio:** Il lancio deve essere eseguito preferibilmente con due mani da sopra la testa, in modo simile a una rimessa laterale come nel calcio. In alcune varianti è ammesso il lancio dal basso.
- **Numero di tocchi:** Di norma, la squadra ha a disposizione un massimo di **3 tocchi** prima di dover inviare la palla oltre la rete.
- **Punteggio:** Si ottiene un punto quando la palla tocca terra nel campo avversario o se la squadra avversaria la lancia fuori dai limiti del campo.

Fare sport è importante per la crescita personale e per la salute fisica e mentale . Perciò è fondamentale praticarlo a scuola per imparare a fare squadra e collaborare insieme per il proprio benessere.

Alice classe 1G, Valentina classe 1B

Gli sport a scuola

Nella nostra scuola abbiamo la fortuna di poter praticare molti sport diversi, così ogni studente può conoscerli, provarli e magari scoprire una nuova passione.

Calcio



Il calcio moderno nacque a Londra il 26 ottobre 1863, quando vennero fissate le prime regole ufficiali.
Si gioca 11 contro 11, in due tempi da 45 minuti.
L'obiettivo è segnare più gol degli avversari.



Pallavolo

La pallavolo nacque il 9 febbraio 1895 grazie a William G. Morgan.
Si gioca 6 contro 6. L'obiettivo è far cadere la palla nel campo avversario, con un massimo di 3 tocchi per squadra.

Basket



Il basket nacque nel dicembre 1891 grazie a James Naismith.
Si gioca 5 contro 5. L'obiettivo è segnare nel canestro avversario palleggiando e passando la palla ai compagni.



Nuoto

Il nuoto è praticato fin dalla preistoria ed è uno degli sport più antichi del mondo.
Comprende diversi stili, come stile libero, dorso, rana e farfalla. Sono importanti partenze, virate e tecnica.

Pallamano



La pallamano moderna nacque nel 1917.
Si gioca 7 contro 7, in due tempi da 30 minuti. L'obiettivo è segnare più gol rispettando, tra le altre, la regola dei 3 passi.



Palla avvelenata

La palla avvelenata è un gioco molto diffuso nelle scuole.
Chi viene colpito o non riesce a fermare la palla può essere eliminato o "avvelenato", secondo le regole stabilite.

Lo sport unisce…Praticare sport a scuola è importante perché aiuta a stare bene, a collaborare con gli altri e a divertirsi insieme.

Giorgio, Neri, Gregorio, Lorenzo - classe 1D

La ginnastica artistica

La ginnastica artistica è uno sport basato su forza, flessibilità, precisione e coordinazione. La ginnastica è divisa in maschile (gam) e femminile (gaf), è una disciplina che richiede molto impegno e comprende diversi attrezzi:

ATTREZZI GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE (GAF)

-Il volteggio: è un salto acrobatico che avviene dopo aver saltato su una pedana.
-Le parallele asimmetriche: due barre a altezze diverse che servono a fare passaggi fluidi.
-La trave: è una trave stretta che serve per fare esercizi di equilibrio.
-Il corpo libero: una coreografia con della musica in cui vengono svolti esercizi acrobatici.

ATTREZZI GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE (GAM)

-Il volteggio: simile a quello femminile.
-Le parallele simmetriche: barre parallele della stessa altezza.
-Il corpo libero: insieme di elementi acrobatici senza la musica.
-Il cavallo con maniglie: esercizio che richiede un movimento continuo e forza delle braccia.
-Gli anelli: elementi di forza statica e dinamica sospesi.
-La sbarra: esercizi dinamici e acrobatici aerei.



GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE (in alto)

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE (in basso)

La ginnastica artistica è uno sport che ha origini provenienti dalla Grecia e dall'Egitto, ma è una disciplina olimpica moderna dal 1894. Essa è uno sport che richiede anni di pratica e concentrazione, ma offre benefici sia fisici che mentali aiutando a superare i propri limiti.

Margherita, classe 1B

Alimentazione e ricette

Il Castagnaccio :

una ricetta tipica della nostra Toscana

Il castagnaccio è una ricetta nata tra il XVI e il XVII secolo sugli Appennini. La leggenda narra che il rosmarino utilizzato avesse proprietà Afrodisiache, cioè capace di far innamorare chi riceveva il dolce.



Ingredienti:

Farina di castagne 400 / 500 g
Acqua 500 ml
Olio extra vergine di oliva 40 g
Uvetta 100 g
Pinoli 50 g
Noci 75 g sgusciate
Rosmarino 2 rametti
Sale q.b

Procedimento:

Per prima cosa mettete l'uvetta in acqua tiepida per 10 minuti.
Poi setacciate la farina di castagne in una ciotola per evitare i grumi, aggiungete l'acqua gradualmente mescolando con una frusta fino ad ottenere una pastella liscia ma consistente.
Versate il tutto in una teglia ben oliata e decorate la superficie con le noci, i pinoli e il rosmarino. Per la cottura, cuocete in un forno preriscaldato a 195° per circa 35 minuti.
Per un sapore ancora più buono bisogna lasciare raffreddare il tutto.

Buon assaggio!!!

Giada, classe 1B

IL SUD AMERICA A TAVOLA

Ricette gustose da fare a casa: un menù speciale

L’antipasto piu celebre è il Ceviche (Perù): Pesce bianco o frutti di mare tagliati a cubetti e lasciati marinare nel succo di lime, conditi con peperoncino, coriandolo e cipolla rossa. Spesso viene servito con patate dolci o mais.

Il Segreto: La "Leche de Tigre"

Il liquido che rimane dalla marinatura è chiamato **Leche de Tigre** (latte di tigre). È un concentrato di sapori ottenuto frullando piccoli scarti di pesce con lime, zenzero, sedano, cipolla e peperoncino. In Perù è considerato un potente ricostituente e spesso viene servito in un bicchierino a parte.



Pastel brasiliano è uno dei pilastri dello street food del Brasile, simile a un panzerotto o a una empanada ma con una consistenza unica. Si tratta di una sottile sfoglia di pasta rettangolare o a mezzaluna, farcita e fritta in olio bollente fino a diventare dorata e croccante fuori, con un interno soffice e areato.

Il primo piatto più celebre Arroz Carreteiro (Brasile): Un riso tipico del sud del Brasile, preparato originariamente dai mandriani con carne secca (charque), salsiccia, cipolla, aglio e peperoni.

Lomo Saltado (Perù): Il più amato tra i saltati. È un piatto "fusion" nato dall'incontro tra la cucina peruviana e quella cinese. Strisce di filetto di manzo saltate a con cipolla rossa, pomodori, peperoncino *ají amarillo* e salsa di soia. Viene servito mescolato con patatine fritte croccanti e accompagnato da riso bianco. Un mix di consistenze incredibile da provare.

Come si mangia? È incredibilmente versatile e lo trovi ovunque:

- **Spalmato:** Semplicemente sul pane o sui biscotti a colazione.
- **Negli Alfajores:** È il ripieno gommoso dei famosi biscotti accoppiati.
- **Con il Flan:** Una cucchiaiata abbondante accompagna quasi sempre la crème caramel (Flan de Leche).
- **Nei Churros:** Come farcitura interna o salsa.

IL DULCHE DE LECHE

Come si prepara in casa? Servono solo tre ingredienti e molta pazienza:

Latte intero (1 litro)

Zucchero (250-300g)

Bicarbonato (un pizzico, serve per il colore ambrato e la consistenza)

Procedimento: Si fa bollire il tutto a fuoco lentissimo per circa 2 o 3 ore, mescolando spesso, finché il latte non si riduce e diventa una crema densa.

Un menù consigliatissimo per il suo gusto delicato, ma anche forte, che offre un mix irresistibile di sapori intensi, varietà culturale e convivialità, adattandosi bene sia ai gusti europei che alla voglia di sperimentare.

Virginia classe 1D, Valentina classe 1B

La lasagna

La regina in cucina

La tradizione della lasagna emiliana si incontra e scontra con quella napoletana**.** L'origine di questo piatto è lontana, già nell' epoca **angioina** (all'inizio del XIV secolo), si parla infatti di lasagne lessate e poi condite, strato dopo strato, con formaggio e spezie. Nel 1634 **Giovanni Battista Crisci** pubblica a Napoli il libro *La lucerna de corteggiani*, che contiene la ricetta delle "**lasagne di monache stufate, mozzarella e cacio**".
Il **re borbone Ferdinando II** era chiamato anche "**re lasagna**" per la sua smodata passione per questo piatto. Le **Lasagne alla bolognese** sono un **primo piatto** classico della cucina italiana che si prepara per le occasioni speciali.
Per preparare la **lasagna classica al ragù** si procede prima di tutto con la lunga preparazione del **ragù di carne**... meglio ancora se viene preparato la sera prima.
Mettete il trito in una pentola assieme al burro e fate sciogliere a fiamma bassa, aggiungete olio e il sale.



Quando il trito sarà ben soffritto aggiungete la carne macinata e fate cuocere a fiamma viva.
A parte frullate i pomodori pelati (che sono di gran lunga migliori per la preparazione del ragù) e quando la carne è cotta versatela nella pentola.
Lasciate cuocere lentamente per almeno un paio di ore girando di tanto in tanto.
Se usate le lasagne secche, meglio sbollentarle in acqua con un filo di olio, in modo da renderle più morbide.
Sul fondo di una pirofila aggiungete qualche mestolo di ragù, procedete a strati con le lasagne, il ragù, la besciamella, il fior di latte a cubetti e il parmigiano reggiano fino ad esaurire tutti gli ingredienti.
Portare il forno in modalità grill per gli ultimi 5 minuti in modo che si formi la crosticina in superficie
La lasagna non è solo un primo piatto, è il simbolo della festa e dello stare insieme.

Bianca, classe 1B

TORTA AL CIOCCOLATO

Per fare l'impasto di questa torta ci vogliono circa 10/15 minuti, a meno che non sia un ragazzo/a a prepararla: in tal caso probabilmente ci vorrà un po' di più! Il tempo di cottura è di 25 minuti, quindi in totale si impiegano circa 35 minuti. Se volete la torta un po' più morbida e cremosa, lasciatela in forno un po' meno. Questa torta è al 100% senza glutine e senza lattosio! Tuttavia si può utilizzare anche la normale farina contenente glutine.

INGREDIENTI:
Quantità per uno stampo apribile da 20 cm



1) 250 gr di cioccolato fondente
2) 4 uova
3) 170 gr di zucchero a velo + 1 cucchiaino per spolverare
4) 100 ml di olio di semi a scelta
5) 1 cucchiaio e mezzo di farina di mandorle (oppure di farina di riso o miscela senza glutine se si è celiaci)

PREPARAZIONE:

Per prima cosa sciogliete il cioccolato fondente a bagnomaria o al microonde, poi lasciatelo intiepidire. Nel frattempo mettete tutte e 4 le uova in una ciotola e aggiungete lo zucchero a velo e la farina, lavorate con le fruste elettriche (oppure con la frusta a mano). A questo punto, quando il cioccolato si è fuso completamente, mescolatelo con il composto di uova, farina e zucchero a velo. Una volta aggiunto il cioccolato mescolate il tutto fino ad ottenere un impasto senza grumi. Mettete l'impasto nello stampo e accendete il forno.
Il forno va preriscaldato a 180 gradi. Quando il forno è pronto mettete lo stampo con l'impasto a cuocere per circa 25 minuti. Una volta cotta si può decorare con lo zucchero a velo (a piacere vostro).

La torta si può conservare per 3 giorni, massimo 4, a temperatura ambiente.
Potete anche congelarla dopo la cottura.

CONSIGLI:
Se preferite il cioccolato al latte potete usarlo.

Irene, classe 1D

L'alimentazione

Diversi tipi di alimentazione e diversi modi di vivere

Seguire un'alimentazione corretta è molto importante perché la nostra salute ne trarrà beneficio dal giusto consumo di carboidrati, proteine, grassi,vitamine, minerali e acqua.
Esistono vari tipi di alimentazione. Alcuni esempi sono i seguenti:

1. ALIMENTAZIONE SPORTIVA

Carboidrati: fonte principale di energia (pasta, riso, cereali integrali, patate)
Proteine: fondamentali per la crescita muscolare (pesce, carni bianche, legumi, uova…)
Grassi: meglio privilegiare quelli insaturi, come olio d'oliva e frutta secca.
Idratazione: è importante bere acqua prima, durante e dopo l'attività fisica per reintegrare i sali minerali persi con la sudorazione.

2. ALIMENTAZIONE VEGETARIANA

Si basa su alimenti di origine vegetale, ma può includere derivati come latte e uova.
Proteine: legumi, tofu (un "formaggio vegetale" dal sapore neutro, ricco di proteine e ferro), tempeh, seitan, quinoa, frutta secca, latticini e uova.
Grassi sani: avocado, noci, semi di chia, semi di lino e oli vegetali come olio d'oliva.
Carboidrati complessi: cereali integrali, avena, riso e patate.

3. ALIMENTAZIONE VEGANA

Esclude tutti i prodotti di origine animale, come carne, pesce, latte, uova e miele, distinguendosi dalla dieta vegetariana che permette alcuni derivati animali.

Per chi segue un'alimentazione varia, le indicazioni per una corretta alimentazione suggeriscono di fare riferimento alla piramide alimentare:



Base: frutta, verdura, acqua e olio extravergine di oliva, da consumare quotidianamente per vitamine e minerali.
Secondo livello: cereali integrali, frutta secca, semi, latte e yogurt, che forniscono energia, proteine e nutrienti essenziali.
Terzo livello: legumi, pesce e formaggi freschi, fonti di proteine vegetali e animali di qualità.
Quarto livello: carni bianche, uova e formaggi stagionati, da consumare con moderazione.
Vertice: carni rosse, insaccati e dolci (da consumare occasionalmente per limitare grassi saturi e zuccheri).

Per crescere sani, per noi ragazzi è importante seguire un'alimentazione equilibrata, limitare il consumo di zuccheri e cibi poco salutari, favorire le vitamine e bere acqua regolarmente, fino a 2 litri al giorno.

Sofia, classe 1B

Inchiostro e Cuore, Diario e Penna...

Quando pensiamo alla poesia sembra spesso qualcosa di noioso, ma non è così: è un ottimo modo per esprimere emozioni e pensieri. Per scrivere una poesia non servono per forza le rime, ma sincerità e parole scelte con cura.

Ma come lavora un poeta?

Prima di tutto usa l'immaginazione, cioè la fantasia per creare immagini nuove. Poi cerca la verità, perché ogni testo dovrebbe trasmettere qualcosa di sincero e profondo.

Anche il ritmo è importante: bisogna trovare il passo giusto delle parole e alternarlo, per rendere piacevole la lettura. Conta molto anche la sintesi, cioè dire tanto con poche parole, in modo chiaro e diretto.

Da dove si inizia se si decide di scrivere una poesia?

Dai propri pensieri, dai ricordi, dalle emozioni e dalle esperienze vissute. A volte basta una frase semplice per cambiare umore o guardare un problema in modo diverso.

Anche una poesia può nascere da tutto questo: parole capaci di far riflettere, emozionare e accompagnare chi legge.

Un esempio per i lettori: una poesia composta dall'autrice dell'articolo!

Tra pensieri e parole
tra inchiostro e pagine
tra immaginazione e dolore
c'è **L'AMORE**



Navroop, classe 1G

POSTI DA VISITARE ALMENO UNA VOLTA NELLA VITA

Otto luoghi davvero imperdibili

Vi siete mai chiesti dove andare in vacanza?
Abbiamo selezionato per voi otto mete da non perdere!

Machu Picchu:



Machu Picchu è una città Inca, un complesso archeologico unico che sorge sulle Ande peruviane, a un'altitudine elevata, sopra la valle del fiume Urubamba. Costruita nel XV secolo e successivamente abbandonata, è famosa per le sofisticate mura a secco formate da enormi blocchi di pietra tenuti insieme senza l'uso della malta, oltre che per gli edifici curiosamente disposti secondo gli allineamenti astronomici. L'utilizzo originario di questa fortezza rimane tutt'oggi un mistero. Il clima è subtropicale e umido, con temperature tra i 15° C e i 25° C . È il luogo ideale per gli appassionati di storia e archeologia.



Grand Canyon:

Nel Parco nazionale del Grand Canyon, in Arizona (Stati Uniti d'America), si trova la maggior parte dell'immenso Grand Canyon, con i suoi strati di roccia rossa che rivelano milioni di anni di storia geologica.
Il clima è semi-desertico, con temperature che possono superare i 40°C nei mesi più caldi.
Questo è il viaggio perfetto per chi apprezza l'avventura e i paesaggi particolari!

La Grande Muraglia Cinese :



La Grande Muraglia, situata nell'odierna Cina, è un insieme di mura costruite in epoche diverse. La Muraglia è lunga 21.196 km.
Non è il massimo per una vacanza tranquilla, soprattutto se non vi piace camminare!



Le spiagge delle Maldive:

Lusso impareggiabile, bianche spiagge mozzafiato e uno straordinario mondo sottomarino sono gli ingredienti che rendono le Maldive la destinazione ideale. Se volete vivere un'esperienza davvero indimenticabile, correte sulle spiagge bianche delle Maldive. Il clima è tropicale, caldo e umido tutto l'anno, con temperature tra i 25° C e 32°. Questo luogo è l'ideale per una vacanza in relax per dimenticarsi di tutti i problemi.

Taj Mahal:



Mausoleo situato ad Agra, nell'India settentrionale. Fu costruito nel 1632 dall'imperatore Shāh Jahān in memoria dell'amatissima moglie deceduta l'anno precedente dando alla luce il loro quattordicesimo figlio. Alla fine dell'asse centrale del giardino si trova la tomba. Ad ovest della tomba è situata la moschea, l'edificio che santifica il complesso e luogo di culto dei pellegrini. Ad est della tomba si trova il cosiddetto *jawāb*, edificio utilizzato come casa per gli ospiti e costruito come gemello della moschea, in modo da rispettare la simmetria architettonica. Il complesso richiese oltre 20.000 lavoratori e combina elementi tipici dell'arte persiana, islamica e indiana.
Questa è la meta perfetta per chi ama la storia, l'arte e…l'amore!

Londra:

Londra è la capitale del Regno Unito, famosa per la sua storia millenaria e per il fatto che ospiti tante persone di etnie diverse.



<u>Da visitare a Londra:</u>

- La Torre di Londra
- London Eye
- Buckingham Palace
- Abbazia di Westminster

Londra è il luogo ideale per imparare l'inglese, ma anche per visitare una città ricca di storia.

Brasile:



Vasto paese sudamericano, si estende dal bacino amazzonico, a nord, fino alle imponenti cascate dell'Iguaçu, a sud. Rio de Janeiro è famosa per la statua del Cristo Redentore che si innalza per 38 metri sulla cima del Monte Corcovado, e per le affollate spiagge di Copacabana, oltre che per l'enorme e coloratissimo Carnevale. Rio è perfetto per divertirsi grazie all'ottima musica e i bellissimi colori accesi del carnevale.



Patagonia:

Si trova nell'America del Sud, è delimitata ad ovest e a sud dall'Oceano Pacifico e ad est dall' Atlantico. Deve il suo nome ai patagoni, termine usato dall'esploratore portoghese Ferdinando Magellano per indicare i nativi di quelle terre che lui scambiò per giganti. Luogo ottimo per chi ama la natura e i bei paesaggi all'alba e al tramonto.

Irene classe 1D, Teresa classe 1E

Libri, film e giochi... I nostri consigli

Curiosità su Harry Potter



Nella nostra scuola uno dei film più apprezzati è Harry Potter, perché è una storia piena di misteri e colpi di scena.

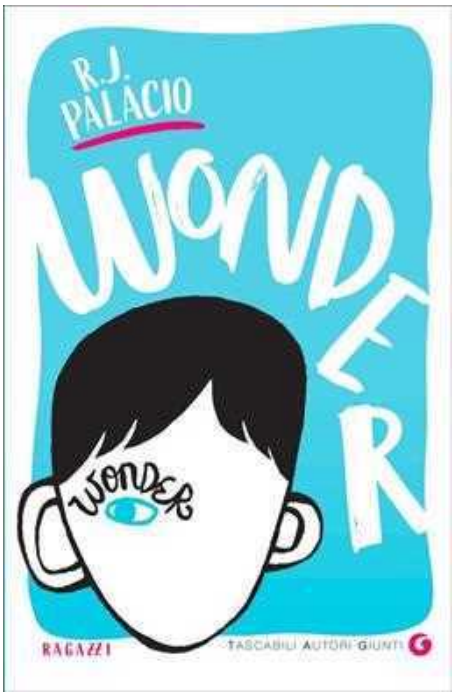
Harry Potter racconta la storia di un giovane orfano che a 11 anni scopre di essere un mago famoso per essere sopravvissuto all'attacco del malvagio Lord Voldemort. Accolto nella Scuola di Magia di Hogwarts, stringe amicizia con Ron Weasley e Hermione Granger e, anno dopo anno, affronta Voldemort per salvare il mondo magico.

Ormai quasi tutti conoscono questa saga, molti hanno letto i libri e hanno visto i film. Per questo motivo, invece di parlare della trama, è meglio concentrarsi su alcune curiosità che non tutti sanno.

1) Per rispettare l'ambientazione e l'atmosfera della saga, per i film J. K. Rowling volle un cast prevalentemente britannico e irlandese.
2) J. K. Rowling rivelò ad Alan Rickman, l'attore che interpretava Severus Piton, alcune informazioni "segrete" sul passato e sulle vere motivazioni del personaggio. Questo lo aiutò a interpretarlo con profondità.
3) Daniel Radcliffe ebbe una reazione allergica alle lenti a contatto verdi (gli occhi di Harry nei libri sono verdi), quindi si rinunciò all'idea.
4) L'abbraccio tra Voldemort e Draco Malfoy in una scena dell'ultimo film della saga fu improvvisato e sorprese anche gli altri attori.
5) La cicatrice di Harry Potter veniva disegnata ogni giorno con il trucco: durante i film fu applicata migliaia di volte!

Lorenzo, classe 1D

"Wonder": Una continua lezione di vita



Wonder è un film del 2017.

È tratto dal romanzo Wonder di R. J. Palacio, pubblicato nel 2012.

Racconta la storia di Auggie Pullman, un bambino di 10 anni nato con una malattia rara (la Sindrome di Treacher Collins), che si trova ad affrontare la scuola per la prima volta dopo anni di istruzione a casa.

Inizialmente Auggie si sente fuori posto, ma con il tempo riesce a stringere nuove amicizie e ad affrontare diverse difficoltà, mentre anche la sua famiglia vive momenti importanti e delicati.

Una cosa che colpisce molto è vedere come anche i bambini possano escludere qualcuno a causa dell'aspetto e ferirlo senza rendersi conto del male che fanno.

Questo film può piacere molto perché è divertente, ma trasmette anche un messaggio importante: bisogna imparare a rispettare gli altri, andare oltre le apparenze ed essere gentili. È un film che emoziona e fa riflettere.



Mariam, classe 1C

IL PASSAGGIO DELL'ORSO

Uno dei migliori libri per la scuola

Ci sono molti libri interessanti da leggere alla nostra età e sicuramente "Il passaggio dell'orso", scritto da Giuseppe Festa e pubblicato nel 2017, è uno di questi.

Questo romanzo racconta la storia di Kevin, un ragazzo appassionato di tecnologia proveniente da Milano, e di Viola, una ragazza di campagna abituata a stare con gli animali.



I due vivono un'esperienza speciale nel Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, un luogo meraviglioso dove trascorrono un periodo immersi nella natura. Qui imparano molte cose sulla vita all'aria aperta e conoscono da vicino il mondo degli animali selvatici, tra cui il raro orso bruno marsicano, che sarà al centro di eventi importanti e non sempre sereni. Durante la storia non mancano avventure, momenti di tensione e situazioni sorprendenti, che rendono la lettura coinvolgente dall'inizio alla fine. Questo libro trasmette molte emozioni: felicità per le nuove amicizie, tristezza nei momenti più difficili e sorpresa per alcuni eventi inattesi.

Il romanzo ci insegna quanto la natura possa essere meravigliosa ma anche fragile e talvolta anche pericolosa: per questo è importante rispettarla e proteggerla. Consiglio questo libro ai ragazzi della nostra età perché è appassionante e fa riflettere.

Tommaso, classe 1D

Brawl stars

Brawl Stars è un videogioco d'azione pubblicato nel 2017 in Finlandia, per arrivare poi nel 2018 in tutto il mondo. I giocatori possono essere due, tre, quattro, cinque, in base al tipo di evento, combattono in squadre o in singolo tramite personaggi chiamati brawler, che possono essere di 7 diverse rarità: brawler iniziale, raro, super raro, epico, mitico, leggendario e ultra leggendario; in passato erano presenti anche altre 3 rarità: cromato, comune e temporaneo.



Sono disponibili diverse modalità di gioco, chiamate eventi, nelle quali i giocatori si presentano suddivisi in due o più squadre avversarie, ciascuna composta da due, tre o cinque giocatori. Due eccezioni sono la modalità "Sopravvivenza", e la modalità "Duelli". Inoltre, ci sono alcune modalità speciali temporanee come "Pezzo grosso", che permettono di ottenere ricompense ed esperienza per avanzare nel Brawl Pass.

Gregorio, Lorenzo, Neri, Giorgio, classe 1D

GOD OF WAR RAGNARÖK

IMMERGIAMOCI NELLA MITOLOGIA NORRENA

God of War Ragnarök è un gioco che racconta la mitologia norrena attraverso gli occhi di Kratos, un dio segnato dal passato ma in cerca di redenzione. La storia racconta gli eventi che precedono il Ragnarök, la fine del mondo nella mitologia norrena.



Il protagonista è Kratos, un ex dio della guerra, insieme a suo figlio Atreus. I due si preparano ad affrontare gli dei nordici, in particolare Odino, che vuole controllare il destino dei nove regni.

Kratos utilizza diverse armi:
- l'**Ascia Leviatano**, che può essere lanciata e richiamata e ha poteri legati al ghiaccio
- le **Lame del Caos**, collegate a catene e legate al fuoco
- la **Lancia Draupnir**, capace di duplicarsi ed esplodere

Kratos proviene dalla mitologia greca. Era un guerriero spartano che, per salvare la propria vita e quella del suo esercito, fece un patto con Ares. In cambio ottenne le Lame del Caos, ma fu ingannato e portato a uccidere la sua stessa famiglia. Da quel momento iniziò la sua vendetta contro gli dei dell'Olimpo, arrivando a uccidere Ares e molti altri dei, tra cui Atena. Dopo aver distrutto l'Olimpo, Kratos abbandonò il suo passato e si rifugiò nei regni nordici, dove iniziò una nuova vita con Faye, da cui nacque Atreus. Dopo la morte di Faye, Kratos e Atreus intraprendono un viaggio per spargere le sue ceneri sul punto più alto dei nove regni. Durante questo percorso affrontano numerosi nemici, tra cui Baldur, e danno inizio al Fimbulwinter, il lungo inverno che precede il Ragnarök. Uno degli scontri più significativi è quello contro Heimdall, un dio capace di prevedere le mosse degli avversari. Per riuscire a sconfiggerlo, Kratos utilizza la lancia Draupnir, che riesce a superare le sue difese. La storia si conclude con lo scontro finale contro Odino e la distruzione di Asgard.



In breve: God of War Ragnarök è un gioco che unisce azione e mitologia, raccontando la storia di un dio in cerca di redenzione e del rapporto tra padre e figlio.

Chi è il nostro eroe?
- **Nome:** Kratos
- **Soprannome:** Fantasma di Sparta
- **Origine:** mitologia greca
- **Obiettivo:** vendicare la sua famiglia, proteggere suo figlio e fermare Odino

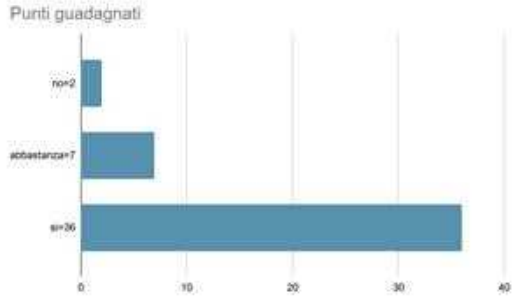
Stefano, Davide, Tommaso e Gabriele 1D

I videogiochi nella nostra scuola

SONDAGGIO a cura di **Stefano, Davide, Tommaso e Gabriele - classe 1D**

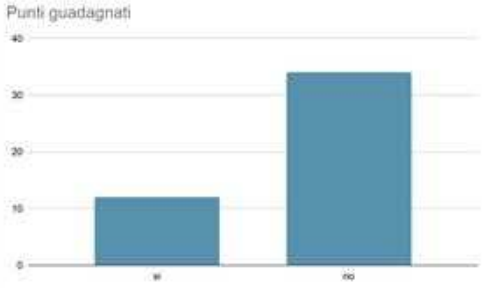
- Ti piace giocare ai videogiochi?

☐ No
☐ Abbastanza
☐ Sì



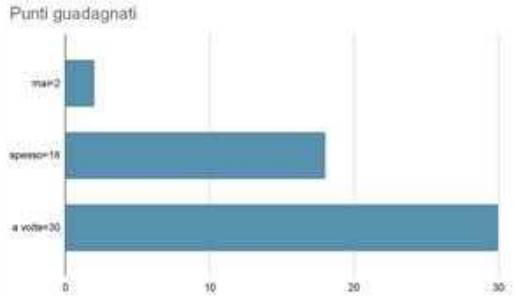
-Hai mai sentito parlare di GOD OF WAR RAGNARÖK?

☐ Sì
☐ No



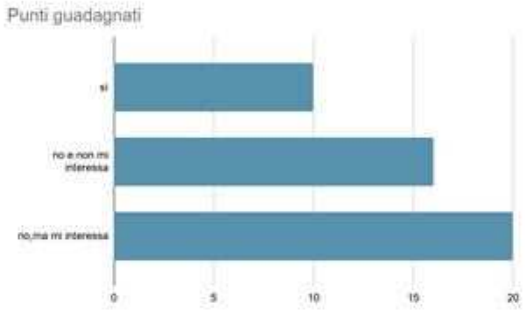
-Quanto spesso giochi ai videogiochi?

☐ Mai
☐ Spesso
☐ A volte



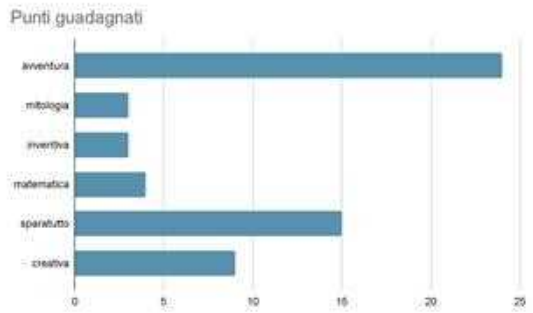
-Se sì, ti piace? Se no, il titolo ti ispira?

☐ Sì
☐ No e non mi ispira
☐ No, ma mi ispira



-Che tipologia di giochi preferisci?

☐ Avventura
☐ Mitologia
☐ Inventiva
☐ Matematica
☐ Sparatutto
☐ Creatività



-C'è qualche videogioco particolare che ti piace?

GIOCO	VOTI
Roblox	12
Fortnite	8
Minecraft	7
Fifa	7
Brawl Stars	6
Super Mario	4
Call of Duty	3
Spiderman	3

GIOCATTOLI EDUCATIVI: LA LEGO

La Lego è uno dei marchi di giocattoli più popolari del mondo. Consiste nel creare progetti fantasiosi e divertenti con mattoncini di plastica che vengono incastrati tra loro.

I famosi mattoncini moderni uscirono in commercio nel 1949. Da allora l'azienda ha realizzato migliaia di set diversi. Il suo creatore si chiamava Ole Kirk Christiansen, che inizialmente possedeva un'azienda di giocattoli in legno.

VARIE TIPOLOGIE DI LEGO

Al mondo esistono varie tipologie di Lego, per esempio Lego City, Lego Marvel e Lego Friends. In totale ne esistono più di 20.

LA FUNZIONE EDUCATIVA



La Lego ha un ruolo fondamentale soprattutto nell'infanzia poiché aiuta lo sviluppo dell'immaginazione e della creatività. Inoltre insegna ai bambini a maneggiare anche piccoli pezzi con precisione.

FILM E SERIE

Sono stati realizzati film e serie TV con protagonisti personaggi Lego, come The Lego Movie e The Lego Movie 2: The Second Part.



Quale tipo di Lego è più usato dalle scuole?

Le più utilizzate nelle scuole, soprattutto nell'ambito della robotica, sono quelle di LEGO Education. Questi kit permettono di costruire modelli tecnologici con ingranaggi, sensori e piccoli motori, programmabili anche tramite applicazioni digitali.

E tu che ne pensi? Qual è la tua tipologia di Lego preferita?

Davide, classe 1D

PERSONE per la libertà

La libertà è uno dei diritti più importanti in assoluto e molte persone hanno lottato per ottenerla.

Ma cos'è la libertà?

È il diritto di poter fare ciò che si vuole senza però limitare la libertà degli altri. Per esempio, si può dire ciò che si pensa senza offendere, perché la nostra libertà finisce dove inizia quella degli altri.



Chi ha lottato per la libertà:

Galileo Galilei: considerato il padre della scienza moderna, ha difeso il metodo scientifico sperimentale e la validità della teoria eliocentrica copernicana.



I partigiani: sono coloro che tra il 1943 e il 1945 organizzarono la Resistenza armata contro l'occupazione nazifascista in Italia.



Nelson Mandela: ha lottato per l'uguaglianza e per i diritti umani in Sudafrica, opponendosi all'apartheid e trascorrendo molti anni in carcere prima di diventare presidente del suo Paese.

E noi cosa possiamo fare?

Possiamo rispettare le regole comuni, ascoltare chi la pensa in modo diverso, rifiutare il bullismo e ogni forma di discriminazione, aiutare chi è in difficoltà e ricordare chi in passato ha lottato per donarci i diritti di cui oggi godiamo.

La libertà, infatti, non è solo un diritto che tutti noi abbiamo, ma anche un valore che dobbiamo difendere ogni giorno.

Zara, classe 1A

Amica a quattro zampe nello spazio

Il primo essere vivente a orbitare nello spazio



Il 3 novembre 1957 l'Unione Sovietica mandò nello spazio una cagnolina randagia chiamata Laika, con lo scopo di studiare gli effetti del volo spaziale su un essere vivente.

Laika volò nello spazio a bordo dello Sputnik 2. La missione fu organizzata dai ricercatori sovietici, con il coinvolgimento dello scienziato Oleg Gazenko.

Il vero nome della cagnolina era Kudrjavka, che in russo significa "ricciolina".

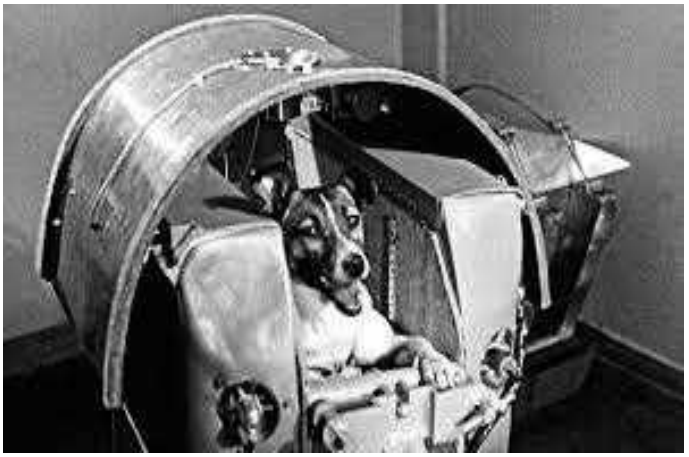
Oltre a Laika c'erano altre candidate per il volo?

Sì, c'era Albina: si pensava fosse la migliore per le sue ottime prestazioni nei test. Nonostante questo, non fu scelta.

C'era anche Mushka, molto brava, utilizzata per testare alcune strumentazioni, ma fu esclusa perché ritenuta meno adatta al lancio finale rispetto a Laika.

Laika fu scelta fra tutte le altre perché era intelligente, calma e molto piccola di corporatura: l'ideale per la capsula spaziale.

Purtroppo morì poche ore dopo il lancio a causa del surriscaldamento e dello stress.



Lo Sputnik 2 continuò a orbitare attorno alla Terra per alcuni mesi e rientrò nell'atmosfera il 14 aprile 1958, dove si disintegrò.

Nonostante il triste finale, Laika entrò nella storia come il primo essere vivente a orbitare nello spazio.

Farah e Delia, classe 1G

Passioni a tempo pieno

Come sono cambiati gli hobby nel tempo

Gli hobby raccontano molto di una generazione e stanno subendo una profonda trasformazione nella società moderna. Abbiamo intervistato amici, familiari e professori per conoscere le loro esperienze e riflessioni.

Intervista alla professoressa Tozzi

Quali erano i suoi hobby da bambina?
Giocavo in giardino a fare il museo, prendevo pezzetti di ceramica trovati per terra, li lavavo e li esponevo. Mi piaceva anche fare giardinaggio e leggere libri.
Crescendo i suoi hobby sono cambiati?
Sì, sono cambiati. Ora mi dedico soprattutto al giardinaggio, al cucito, alla lettura, a scrivere favole e a creare collane.
Quali hobby consiglia ai giovani per stare meno incollati agli schermi?
Consiglio di uscire fuori all'aria aperta e avere una terra da coltivare.
Fare l'orto permette di sviluppare la pazienza. Inoltre consiglio di leggere.
Quando lei era piccola le è stato regalato un oggetto prezioso che ha conservato nel tempo?
Sì, mi hanno regalato un set di tempere ad olio con cavalletto e tela. Lo conservo tuttora e se apro la valigetta con le tempere vengo invasa di ricordi.
Preferisce giochi di gruppo, singoli o videogiochi?
Preferisco i giochi di gruppo, mi diverto di più. Sono figlia unica però mi è sempre piaciuto stare con altri bambini e avrei pagato per avere fratelli o sorelle con cui giocare.

Intervista alla professoressa Corsinovi

Quali erano i suoi hobby da bambina?
Mi piaceva giocare all' aria aperta a giochi come "1 2 3 stella" e nascondino insieme alle mie cugine e ad alcuni miei amici.
Crescendo i suoi hobby sono cambiati?
Sì, mi piace ancora stare all'aria aperta, andare a raccogliere i funghi e ballare con mio marito.
Quali hobby consiglia ai giovani per stare meno incollati agli schermi?
Un'attività da consigliare ai giovani è ballare perché crea socialità.
Quando lei era piccola le è stato regalato un oggetto prezioso che ha conservato nel tempo?
Sì, l' orologio che porto sempre, con dietro la dedica dei miei genitori: è molto prezioso per me.
Preferisce i giochi di gruppo, singoli o videogiochi?
Non sono una persona che ama molto i giochi di gruppo; preferisco quelli singoli o tra amici stretti. Con mia sorella non giocavo molto perché c'è una grande differenza di età fra noi e non c'è mai stato un hobby in comune.

Intervista ai nostri nonni

Quali erano i vostri hobby da bambini?
I nostri hobby erano la pallacanestro, la raccolta dei francobolli e il gioco della campana.
Crescendo i vostri hobby sono cambiati?
Quando eravamo più grandi giocavamo a biliardo, dipingevamo quadri, cercavamo quadrifogli, facevamo l'erbario e cucivamo.
Quali hobby consigliate ai giovani per stare meno incollati agli schermi?
Consigliamo di fare sport, stare con gli amici, leggere e giocare a bocce.
Quando eravate piccoli vi è stato regalato qualcosa di prezioso che avete conservato nel tempo?
Sì, ci è stata regalata una moneta del re Vittorio Emanuele II del 1876 e una bambola di coccio di nome Genoveffa. Questi oggetti li conserviamo ancora con molta cura.
Preferite i giochi di gruppo, quelli singoli o i videogiochi?
Tutti preferiamo i giochi di gruppo.

Sondaggio ai nostri compagni di classe

Quali sono i vostri hobby?

Disegnare	4
Sport	8
Videogiochi	6
Ballare	3
Ascoltare la musica	3
Fare una passeggiata	3



Come usate principalmente il telefono?

Chat GPT	2
Google	5
WhatsApp	10
Social media	6
Videogiochi	5



Il confronto tra generazioni mostra che prima si praticavano hobby manuali e all'aperto, invece oggi si usano molto i giochi digitali. Cambiano gli strumenti, ma il punto principale rimane la socialità: ieri era nei giochi di gruppo e oggi nello smartphone.

Giada, Sofia, Bianca, classe 1B

Il cambiamento climatico

Cosa sta succedendo al nostro pianeta?

Il cambiamento climatico è la "febbre" della Terra, causata dall'aumento dei gas serra nell'atmosfera. Purtroppo questo surriscaldamento globale deriva principalmente dalle attività umane.
Una delle cause del surriscaldamento globale è la **deforestazione**, cioè la distruzione delle foreste causata dall'uomo, che taglia o brucia troppi alberi per fare spazio a città, coltivazioni e altre attività. Questo fenomeno distrugge la casa di molti animali e piante, riduce la capacità della natura di assorbire anidride carbonica e aumenta l'inquinamento. È fondamentale proteggere le foreste per salvare il clima e la natura.



Una conseguenza del surriscaldamento globale è lo **scioglimento dei ghiacciai**, dovuto all'aumento delle temperature, che scioglie il ghiaccio più velocemente di quanto riesca a riformarsi. Le conseguenze includono l'innalzamento del livello dei mari, la perdita di habitat naturali per molti animali e la riduzione delle riserve di acqua dolce.

Oggi è ampiamente riconosciuto che sono in atto importanti cambiamenti nel clima del pianeta, quindi ognuno di noi deve impegnarsi a mettere in pratica alcune buone azioni ambientali per ridurre le conseguenze del surriscaldamento globale:

1. Usare di più i mezzi pubblici e la bicicletta.
2. Ridurre i consumi energetici in casa.
3. Passare a fonti di energia rinnovabile.
4. Fare acquisti consapevoli.
5. Consumare meno e consumare meglio.
6. Riciclare e gestire i rifiuti responsabilmente.
7. Fare scelte alimentari sostenibili.
8. Sensibilizzare gli altri e promuovere azioni contro il cambiamento climatico.

Sofia, Giada, Margherita, Bianca, classe 1B

CAVALLI,
CHE PASSIONE!

I cavalli sono esseri intelligenti ed estremamente sensibili; alcuni si legano ai loro proprietari, mentre altri vivono allo stato selvaggio. Percepiscono le nostre emozioni, attraverso il linguaggio del corpo, le espressioni facciali e il tono della voce. Sono sensibili anche piccoli segnali (tensione muscolare, frequenza cardiaca, odore del sudore umano) e possono agitarsi quando percepiscono emozioni negative come la rabbia. I cavalli non memorizzano solo ciò che viene loro insegnato, ma anche le emozioni che provano quando interagiscono con le persone.

Esistono 60 milioni di cavalli al mondo e oltre 300 razze. I cavalli hanno dimensioni molto diverse: alcuni misurano addirittura 2,19 m, come lo Shire (immagine 1), mentre altri non superano i 70 cm, come il Falabella (immagine 2).

1 

 2

LE DISCIPLINE EQUESTRI

Esistono diverse discipline nel mondo dei cavalli. Vediamone alcune.

- Il **dressage** mira all'addestramento del cavallo, perfezionando movimenti, obbedienza e armonia con il cavaliere.
- Il **salto ostacoli** è una delle discipline equestri più apprezzate. Cavallo e cavaliere devono superare insieme un percorso di ostacoli mobili (barriere, verticali, oxer) all'interno di un campo, solitamente al galoppo. L'obiettivo è completare il tracciato nel minor tempo possibile senza abbattere gli ostacoli (altrimenti si riceve una penalità) o subire eliminazioni.
- Il **concorso completo di equitazione** è una disciplina sportiva olimpica che prevede il superamento di diverse prove, ognuna delle quali richiede specifiche abilità del "binomio cavallo/cavaliere" e che evidenziano il grado di addestramento.
- Il **Cross Country** è una disciplina che viene effettuata in ampi spazi verdi con ostacoli naturali. Lo scopo è superare gli ostacoli, rispettando una cadenza prescritta o in velocità.
- Il **barrel racing** è una disciplina della monta americana nella quale cavallo e cavaliere devono fare un percorso intorno a tre barili in un preciso ordine nel minor tempo possibile. Di

solito questo sport viene fatto nel buon rapporto di collaborazione e comunicazione tra cavallo e cavaliere.

- Una **corsa di cavalli** è un evento sportivo in cui i cavalli competono per il miglior tempo su una pista. Le corse dei cavalli possono essere eseguite in piano o su un percorso di salti e su erba, sabbia o materiali sintetici. A seconda della regione e del tipo di gara, i cavalli possono essere cavalcati o guidati e viene utilizzata un'ampia varietà di virate e altri attrezzi.

CAVALLI SELVAGGI

I cavalli selvaggi spesso vengono allontanati dai loro territori di origine a causa dei conflitti con le attività umane. Negli Stati Uniti, ad esempio, vengono cacciati perché competono con il bestiame per il loro terreno. In alcuni casi vengono addirittura abbattuti per controllare il numero. Vengono sfrattati dalla loro terra per il modo in cui si nutrono, visto che i cavalli sono "mangiatori voraci" e possono pascolare molto più vicino al suolo rendendo più difficile la crescita dell'erba per altri animali. Inoltre, i cavalli tendono a restare nello stesso posto tutto l'anno, mentre il bestiame viene spostato a rotazione per far ricrescere l'erba. I cavalli infliggono danni al suolo: con i loro zoccoli pesanti, possono compattare il terreno o danneggiare le sorgenti d'acqua, rendendo il pascolo meno produttivo per tutti gli altri animali. Ma è giusto secondo voi che i cavalli vengano sfrattati dal loro territorio d'origine?

Secondo alcuni questo metodo non è giusto, alcuni studi suggeriscono che i cavalli selvaggi potrebbero contribuire a ridurre gli incendi mangiando l'erba secca e che i loro zoccoli aiutino a interrare i semi, aiutando la natura a rinnovarsi. Molti attivisti accusano i governi di dare la precedenza agli allevatori di bestiame (che pagano per l'uso del suolo pubblico) solo per profitto, sacrificando una specie simbolo della libertà. Altri affermano che questi animali vivono in quelle terre da secoli e ne sono parte integrante. Allontanarli è visto come un atto di crudeltà verso animali senzienti e sociali.

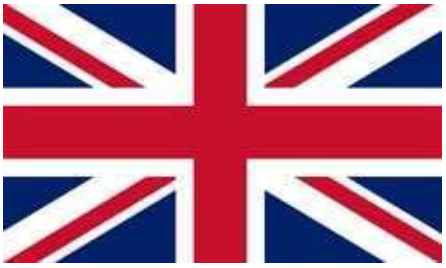
Alcuni dicono che è giusto perchè in luoghi come l'Australia, i cavalli sono una specie non autoctona (cioè non originaria del luogo, ma portata lì dall'uomo) che può danneggiare ambienti naturali delicati dove vivono piante e piccoli animali che non esistono altrove. In questo caso, proteggere il cavallo significa mettere a rischio altre specie. Quando i cavalli sono troppi, le risorse finiscono. Senza interventi, molti animali morirebbero di fame o di sete. La rimozione viene vista come un "male minore".

Secondo voi è giusto?

Virginia 1D, Luna 1E

L'angolo delle lingue straniere

English Corner



In this English Corner, I'm going to introduce you to some curiosities about London.
London is a metropolis rich in secrets, from over 300 spoken languages, to a true "urban forest".

Let's go!

- Did you know that **Big Ben** is actually the Elizabeth Tower?
- There are more than 20 **hidden rivers** beneath London's streets: the River Thames is not the only one!
- London's **motto** is: "Domine, Dirige Nos".
- **Green City:** London has over 8 million trees!!
- Londoners often plan dinners and get-togethers weeks in advance: **spontaneity is rare.**
- London has over 190 **museums**, like the British Museum, one of the most famous.
- **The legend of the ravens:** it is said that if the ravens left the Tower of London, the monarchy would fall. Therefore, they are cared for like soldiers.
- **Black taxis:** the famous black cabs have traditionally been black since the early 20th century, a tradition born out of practicality and elegance.

And that's all,

for this English Corner!



Luna, classe 1E

Aktiv in Deutsch



Deutsch ist eine westgermanische Sprache und die am weitesten verbreitete Muttersprache Europas (etwa 100 Millionen Menschen). Sie ist Amtssprache in Deutschland, Österreich und der Schweiz und wird auch in Teilen Italiens gesprochen. Es gibt viele regionale Varianten und Dialekte.

Sie gilt oft als komplexe Sprache, ist aber gleichzeitig faszinierend aufgrund ihrer klaren Logik und ihrer Verwandtschaft mit dem Englischen.

An unserer Schule haben wir das große Glück, Deutsch lernen zu können, was nicht selbstverständlich ist, und darauf sind wir sehr stolz. Deutsch kann man im Musik-Projektunterricht und im Robotik-Kurs lernen.

Deutsch gilt aufgrund seiner Grammatik und Wortstellung als schwierig. Es ist eine logische Sprache mit klaren Regeln. Mit der Zeit wird das Lernen leichter.



Die deutsche Küche ist herzhaft, geschmackvoll und berühmt für Wurstsorten, Kartoffeln und Fleisch. Man sollte unbedingt die Brezel und die Schweinshaxe probieren – und natürlich das Bier!

Typische Aktivitäten in Deutschland verbinden Tradition und Natur: Man kann Weihnachtsmärkte oder das Oktoberfest besuchen, in den Bergen wandern oder Rad fahren, ein Fußballspiel sehen oder sich im Biergarten entspannen.

Sofia, Giada, Bianca, classe 1B

EL PERIÓDICO DE NUESTRA ESCUELA

¡Hola a todos! Bienvenidos a este espacio especial.
Hoy vamos a explorar el mundo del español.
Es un idioma alegre, musical y muy parecido al nuestro. Aprender español en primero de secundaria es una oportunidad fantástica para descubrir nuevas culturas. ¡Vamos a empezar!

¿Cómo enfrentar el estudio del español?

Para aprender español no necesitas estudiar muchas horas sin parar. Lo más importante es la curiosidad. Aquí tienes unos consejos sencillos:



1. **Escucha canciones: La música ayuda a memorizar sonidos.**
2. Mira dibujos animados: Es una forma divertida de aprender palabras nuevas.
3. Habla en voz alta: No importa si te equivocas, lo importante es practicar el sonido de las palabras.
4. Usa colores: En tu cuaderno, usa colores diferentes para los verbos y los nombres.

La Gramática: ¿Qué es fácil y qué es difícil?

En español, hay cosas muy simples y otras que necesitan un poco más de atención.

Lo más fácil: El plural. Normalmente, solo añadimos una \(s\). Por ejemplo: libr* se convierte en libros. ¡Es muy lógico!
Lo más difícil: Los verbos irregulares y la diferencia entre ser y estar . En italiano usamos a veces un solo verbo, pero en español hay que elegir bien.

También, ¡atención a la letra \(ñ\)! Es un sonido especial que no existe en el alfabeto básico.

La pronunciación española es clara, pero tiene sus secretos.

Palabras fáciles de pronunciar: Son las que se leen igual que en italiano.
Casa, pizza, banana, chocolate, piano.
Palabras difíciles de pronunciar:Son las que tienen letras como la \(j\), la \(z\) o la doble \(r\).
La J: Se pronuncia como una aspiración fuerte (como una h con fuerza). Ejemplo: Jardín.
La Z: Se pronuncia poniendo la lengua entre los dientes. Ejemplo: Zapato.
La RR:¡Hay que hacer vibrar mucho la lengua! Ejemplo: Perro.
El juego de las palabras: ¿Iguales o diferentes?

Es divertido ver cómo nuestros idiomas son hermanos.
Palabras iguales o muy parecidas:

- El problema* (il problema)
- La radio (la radio)
- El actor (l'attore)
- La clase (la classe)



Palabras totalmente diferentes (¡Cuidado!):

- La calle (la strada)
- El desayuno (la colazione)
- La escoba (la scopa)
- El taller (l'officina)

El símbolo de una nación: La Bandera de España

La bandera de España es muy famosa y tiene colores muy vivos. Se llama "la Rojigualda".



Los colores: Tiene tres franjas horizontales: roja, amarilla y roja. La franja amarilla es más grande (es el doble que una roja). El rojo representa la fuerza y el amarillo representa la riqueza y el sol.
El escudo: En la parte amarilla, hay un escudo con castillos, leones y flores. Representa la unión de los antiguos reinos de España. También tiene dos columnas que dicen "Plus Ultra", que significa "Más allá".

Reglas de oro para una clase perfecta

Para disfrutar de la lección de español, recuerda siempre:

1. Respeto: Escucha al profesor y a tus amigos.
2. Material:No olvides tu estuche y tu libro.
3. Alegría:¡El español es un idioma para compartir y reír!

Alice e Navroop, classe 1G

Le français à l'école



Nella nostra scuola la lingua francese viene studiata sia da alcune classi dell'indirizzo tradizionale sia da alcune sezioni della sperimentazione robotica e musicale.

Scopriamo insieme qualcosa in più a proposito della Francia e dei suoi simboli!

La France est un grand pays de l'Europe. La France a des frontières en commun avec la Belgique, le Luxembourg, la Suisse, l'Espagne, l'Allemagne et l'Italie.
La France à la forme d'un hexagon. Pour cette raison, on utilise le mot "Hexagon" pour désigner la France.

Les habitants et les grandes villes

La France a environ 65 millions d'habitants. La population se concentre dans les grandes villes.
Les principales villes françaises sont Paris, la capitale, avec 12 millions d'habitants, Lyon, Marseille, Toulouse, Bordeaux, Lille et Nice.

Les symboles de la France

- Le **drapeau français** a trois couleurs: bleu, blanc, rouge.
- L'**hymne national** est *La Marseillaise.* Cet hymne remonte à la Révolution française. Son auteur est un soldat et poète français: il s'appelle Rouget de Lisle.
- La **devise** nationale est "Liberté, Egalité, Fraternité". Ces mots rappellent les droits de l'homme et sont aussi dans la "Déclaration des droits de l'homme" de 1789.
- La **Marianne** est un buste qui représente une jeune femme. C'est un symbole de la République française.

Irene, Davide e Tommaso, classe 1D

