

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

CIBO E SPORT

Ecco 10 regole che devono seguire i ragazzi che vogliono praticare uno sport.

1. Se vuoi crescere bene assaggia e mangia di tutto.
2. Fai ogni giorno 5 pasti: prima colazione, spuntino di metà mattina, pranzo, merenda e cena.
3. Mangia con calma e mastica bene.
4. Bevi molta acqua ed evita le bibite gassate.
5. Se vuoi avere molte energie fai una colazione abbondante, con latte, yogurt, cereali, pane, marmellata, miele e frutta.
6. A pranzo fai un pasto leggero con pasta o riso con olio d'oliva, formaggio grattugiato e sughi leggeri, verdura e frutta.
7. A cena scegli tra carne, pesce, uova, formaggio, prosciutto e legumi. Ricordati la verdura e la frutta.
8. Preferisci merende e spuntini leggeri, cambiando spesso.
9. Prima di fare uno sport evita cibi troppo grassi: no a paste troppo condite, formaggi cremosi, fritti, dolci con panna o crema.
10. Mangia sempre allo stesso orario.

Rispondi alle domande.

- 1. Uno sportivo quanti pasti al giorno deve fare?**
- 2. Quali cibi deve evitare?**
- 3. Che cosa deve bere?**
- 4. Qual è il pasto più importante per avere molte energie?**
- 5. Quali di queste regole tu non rispetti?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

COME VERI SCIENZIATI

La professoressa di scienze propone agli alunni di andare ad osservare, come veri scienziati, il prato della scuola.

I ragazzi sono entusiasti.

Tutti si organizzano: chi prepara la macchina fotografica, chi la lente di ingrandimento, chi un cestino per raccogliere fiori e foglie.

I ragazzi corrono, saltano, scherzano e osservano. Raccolgono fiori, foglie, semi, fiori e scattano una foto dietro l'altra.

- Guardate, ho preso una lucertola! – grida Davide.

- Venite ad osservarla, ragazzi - dice l'insegnante – ma poi dobbiamo lasciarla libera. -

Gli alunni studiano la lucertola in tutti i particolari.

- Cerchiamo altri animali da studiare - propone la professoressa -
Impareremo a conoscerli meglio e a rispettarli! -

Rispondi alle domande.

- 1. Chi accompagna gli alunni nel prato della scuola?**
- 2. Gli alunni sono tristi oppure contenti della proposta dell'insegnante?**
- 3. Che cosa raccolgono gli alunni quando sono all'aperto?**
- 4. Che cosa cattura Davide?**
- 5. Perché la professoressa vuole che i ragazzi trovino altri animali?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

DAL MEDICO

Oggi la mamma accompagnerà Francesco dal medico.

Francesco è ancora piccolo, ha solo tre anni, e da qualche giorno ha una fastidiosa tosse.

La mamma è preoccupata e perciò lo ha tenuto a casa da scuola.

Quando arrivano dal pediatra, il medico dei bambini, la mamma e Francesco si siedono in sala d'attesa e aspettano il loro turno.

Quando entra nell'ambulatorio del medico, Francesco è un po' spaventato. Ha paura che il medico gli faccia male.

Il pediatra visita Francesco e controlla polmoni, cuore, gola e orecchie.

Poi dice alla mamma che può stare tranquilla, non è niente di grave.

Francesco dovrà prendere per qualche giorno uno sciroppo.

Prima di uscire la mamma ringrazia il dottore e anche Francesco gli fa un sorriso. Ora il bambino non ha più paura.

Rispondi alle domande.

- 1. Perché la mamma accompagna Francesco dal medico?**
- 2. Quanti anni ha Francesco?**
- 3. Come si chiama il medico dei bambini?**
- 4. Quando arrivano dal medico, cosa devono fare Francesco e la mamma?**
- 5. Perché Francesco è spaventato?**
- 6. Cosa fa il medico quando visita il bambino?**
- 7. Cosa dice il medico alla mamma?**
- 8. Cosa deve fare Francesco per guarire?**
- 9. Cosa fa Francesco prima di uscire? Perché?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

IL COMPLEANNO DI ELENA

Oggi Elena è già sveglia alle sei di mattina. È il giorno del suo compleanno e non riesce a dormire per l'eccitazione e la curiosità. Mamma e papà le hanno lasciato sopra il tavolo del salotto il suo regalo: un biglietto per il concerto del suo cantante preferito! Elena non riesce a crederci!

Quando Marta viene a prenderla per andare a scuola, Elena le racconta subito la novità.

Marta dice che Elena è molto fortunata ad avere dei genitori così generosi.

Elena porta a scuola caramelle e biscotti e durante la ricreazione per festeggiare li distribuisce ai suoi compagni.

Rispondi alle domande.

- 1. Perché Elena si sveglia presto?**
- 2. Dove trova il suo regalo?**
- 3. Che cosa le regalano mamma e papà?**
- 4. Perché Marta va a casa di Elena?**
- 5. Che cosa pensa Marta dei genitori di Elena?**
- 6. Che cosa porta Elena a scuola per festeggiare con i suoi compagni?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

IN CITTÀ

Oggi Giovanni deve andare in città per fare degli acquisti. Prima di partire si ricorda di prendere l'abbonamento dell'autobus.

Alla fermata dell'autobus incontra dei ragazzi che conosce e li saluta.

Sull'autobus si siede vicino al finestrino e guarda fuori.

Quando arriva in città scende e cerca la farmacia, perché deve comperare le medicine per sua sorella, che ha il mal di gola. Poi va in edicola e compra il giornale per il papà. Dal fruttivendolo compra pesche, banane e insalata e in macelleria prende carne di manzo e pollo.

Prima di tornare a casa Giovanni fa una passeggiata e guarda le vetrine dei negozi. Si ferma davanti alla vetrina di una libreria, dove vede un libro che vorrebbe leggere. Dopo un po' Giovanni si accorge che è tardi: deve correre alla fermata dell'autobus per non perderlo.

È stata una mattinata interessante e Giovanni è contento, perché ha fatto tante cose utili per la sua famiglia.

Rispondi alle domande:

- 1. Perché oggi Giovanni deve andare in città?**
- 2. Che cosa deve prendere prima di partire?**
- 3. Chi incontra alla fermata dell'autobus?**
- 4. Che cosa fa quando è sull'autobus?**
- 5. Perché deve andare in farmacia?**
- 6. Che cosa compera in edicola?**
- 7. Che cosa compera dal fruttivendolo?**
- 8. Che cosa compera in macelleria?**
- 9. Che cosa fa Giovanni quando ha finito di fare la spesa?**
- 10. Che cosa vorrebbe comperare che gli piace?**
- 11. Perché Giovanni deve correre alla fermata dell'autobus?**
- 12. Perché Giovanni è contento?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

IN PALESTRA

A Lin piace tanto muoversi e tutte le settimane aspetta con impazienza l'ora di ginnastica.

Anche i suoi compagni sono contenti di andare in palestra.

Prima di cominciare tutti si devono cambiare nello spogliatoio. Ci sono due spogliatoi, uno per i maschi e uno per le femmine, e mentre si cambiano gli alunni ridono e scherzano.

Alcuni indossano la tuta da ginnastica, altri pantaloncini e maglietta, ma tutti devono avere le scarpe da ginnastica, per non sporcare e non rovinare il pavimento della palestra.

Durante l'ora di educazione motoria Lin e i suoi compagni provano tanti sport diversi: basket, pallavolo, atletica, rugby, calcio...

Lin è contenta quando giocano a pallavolo, perché le piacciono gli sport di squadra ed è bravissima a fare la battuta.

Le piace anche fare le gare di corsa, perché è velocissima e spesso vince.

Rispondi alle domande.

- 1. A Lin e ai suoi compagni piace andare in palestra?**
- 2. Cosa devono fare gli alunni prima di fare ginnastica?**
- 3. Quanti spogliatoi ci sono?**
- 4. Come si comportano gli alunni quando sono in spogliatoio?**
- 5. Come si vestono gli alunni per fare ginnastica?**
- 6. Cosa è obbligatorio avere per entrare in palestra? Perché?**
- 7. Che sport fanno gli alunni in palestra?**
- 8. Perché a Lin piace giocare a pallavolo?**
- 9. Perché le piace fare le gare di corsa?**
- 10. Sottolinea in blu tutti i nomi e in rosso tutti i verbi.**
- 11. Scrivi i nomi di tutti gli sport che conosci.**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

LA CAMERA DI SARA

Quando era più piccola Sara divideva la camera con suo fratello Leonardo, ma i due litigavano sempre perché ognuno voleva più spazio. Da quando Leonardo si è trasferito in un'altra città per frequentare l'università, la stanza è rimasta tutta per Sara.

Sara ha chiesto alla mamma di poter cambiare alcune cose e la mamma l'ha accontentata: il papà ha dipinto le pareti di colori vivaci, la mamma ha cambiato il copriletto e le tende e Sara ha appeso alle pareti i suoi poster preferiti.

A Sara piace invitare le sue compagne di classe a casa sua e trascorrere il tempo con loro nella sua camera.

Insieme fanno i compiti e studiano, ma anche chiacchierano, si raccontano i loro segreti e ascoltano musica.

A volte al sabato sera qualche amica si ferma a dormire da Sara e le ragazze passano tutta la serata mangiando pizza, ridendo e scherzando.

Rispondi alle domande.

- 1. Quando era più piccola, Sara aveva una camera tutta per sé?**
- 2. Sara andava d'accordo con suo fratello Leonardo?**
- 3. Dov'è adesso Leonardo?**
- 4. La camera adesso è uguale a com'era prima o è diversa?**
- 5. Sara chi invita di solito a casa sua?**
- 6. Cosa fanno insieme nella sua camera?**
- 7. Quando Sara può invitare le sue amiche a dormire da lei?**
- 8. Come trascorrono la serata?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

LA NONNA

La nonna ha quasi settant'anni e per quasi tutta la vita è stata insegnante di canto, perciò ama tutti i tipi di musica.

La nonna ama molto anche la natura, ed in particolare gli uccelli. Infatti sa il nome di tutti gli uccelli e sa esattamente dove fanno il nido.

Adora tutti i tipi di crostacei ed ha inventato una speciale insalata con gamberetti, polpa di granchio e polpette di pesce.

Ogni autunno mi porta nel bosco a raccogliere funghi.

Purtroppo la nonna non riesce a cucinare senza cantare (peccato, perché cucina proprio bene e mi piace guardarla).

La sua frase preferita è: "Siediti qui, Stefano, così chiacchieriamo un po'!"

Rispondi alle domande.

- 1. Quanti anni ha la nonna?**
- 2. Che lavoro faceva da giovane?**
- 3. Che tipo di musica le piace?**
- 4. Quali sono i suoi animali preferiti?**
- 5. Che piatto ha inventato?**
- 6. Perché d'autunno va nel bosco?**
- 7. Cosa le piace fare con Stefano?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

LA STRADA PER LA SCUOLA

Luca abita lontano da scuola e perciò la mattina si deve alzare presto per arrivare in tempo.

Dopo aver fatto colazione, si veste e saluta la mamma.

Luca prende il suo zaino blu, che è sempre pieno di libri e molto pesante, e lo sistema sulla bicicletta.

A Luca piace andare a scuola da solo in bicicletta, perché si sente grande: infatti quando frequentava la scuola elementare i suoi genitori lo accompagnavano tutte le mattine in macchina, ma ora che frequenta la prima media è più autonomo.

I suoi genitori si fidano di lui, ma gli raccomandano sempre di essere prudente quando è per strada.

Luca è molto attento: corre sempre sulla pista ciclabile, si ferma quando il semaforo è rosso e attraversa la strada sulle strisce pedonali.

Rispondi alle domande.

- 1. Luca abita vicino alla sua scuola?**
- 2. Prima di andare a scuola, cosa fa?**
- 3. Com'è lo zaino di Luca?**
- 4. Con che mezzo di trasporto va a scuola Luca?**
- 5. Che scuola frequenta Luca?**
- 6. Che cosa gli raccomandano sempre i suoi genitori?**
- 7. Come si comporta Luca quando corre in bicicletta?**
- 8. Sottolinea in blu tutti i nomi e in rosso tutti i verbi.**
- 9. Scrivi i nomi di tutti i mezzi di trasporto che conosci.**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

LA VERIFICA DI GEOGRAFIA

Oggi c'è la verifica di geografia.

Tutti gli alunni sono preoccupati, perché l'argomento è difficile.

La professoressa ha chiesto di studiare i nomi e le capitali degli Stati europei.

Gaia si è impegnata molto, infatti ieri pomeriggio ha studiato per due ore e questa mattina si è alzata presto per ripassare.

Prima di iniziare la verifica, la professoressa chiede agli alunni di separare i banchi e di mettere nello zaino libri e appunti. Poi distribuisce i fogli con le domande.

Gaia riesce a rispondere con facilità alle prime, ma le ultime sono più difficili e Gaia non è sicura che le sue risposte siano giuste.

Finita la verifica, gli alunni parlano tra loro e confrontano le risposte.

Gaia pensa che prenderà un buon voto.

Rispondi alle domande.

- 1. Che verifica c'è oggi?**
- 2. Perché gli alunni sono preoccupati?**
- 3. Su che argomento è la verifica?**
- 4. Gaia ha studiato tanto o poco per la verifica?**
- 5. Prima della verifica, che cosa devono fare gli alunni?**
- 6. Come sono le domande della verifica?**
- 7. Che cosa fanno gli alunni dopo aver terminato la verifica?**
- 8. Che cosa pensa Gaia? La sua verifica è andata bene o male?**
- 9. Sottolinea in blu tutti i nomi che trovi nel brano e in rosso i verbi.**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

LE VACANZE ESTIVE

Marta e i suoi compagni sono felicissimi: tra pochi giorni cominceranno le vacanze estive.

Marta è molto stanca, perché quest'anno a scuola si è impegnata tanto, e aspetta con impazienza le vacanze.

L'estate le piace tanto, perché quando la scuola è chiusa lei può alzarsi più tardi la mattina e giocare tutto il giorno.

Al pomeriggio va al parco con le sue amiche. Al parco possono correre, saltare, arrampicarsi sugli alberi. Quando sono stanche si siedono all'ombra e chiacchierano, oppure vanno in gelateria a prendere un gelato per rinfrescarsi.

Ma la cosa che piace di più a Marta è giocare alla sera a nascondino con i bambini che abitano nel suo condominio.

Rispondi alle domande:

- 1. Perché Marta è contenta?**
- 2. Perché è stanca?**
- 3. Perché le piace l'estate?**
- 4. D'estate cosa fa Marta al mattino?**
- 5. E al pomeriggio?**
- 6. Cosa fa al parco con le sue amiche?**
- 7. Con chi gioca alla sera a nascondino?**
- 8. Scrivi i nomi dei giochi che ti piace fare.**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

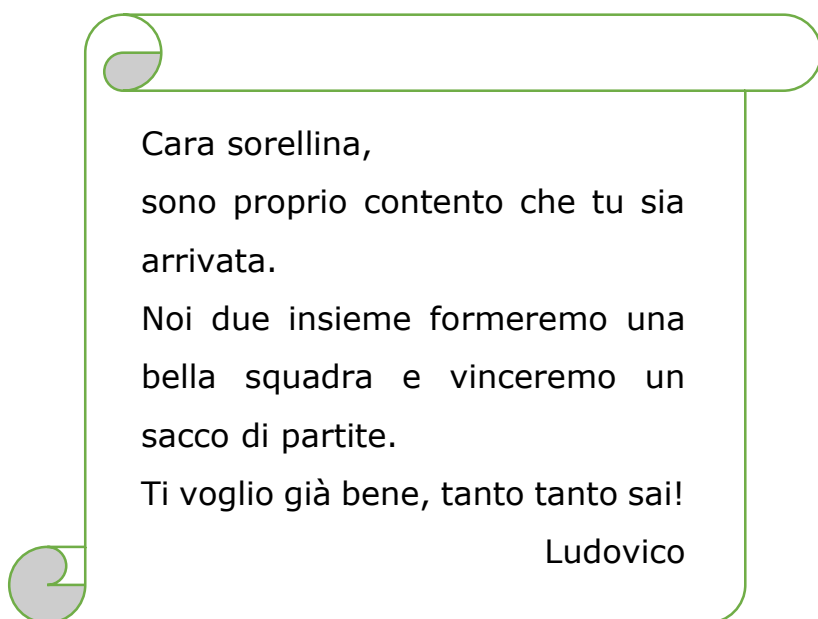
LETTERA ALLA SORELLINA

Nella famiglia di Ludovico sono tutti felici per la sorellina appena nata.

- La porteremo a casa domani dall'ospedale, vedrai che tesoro! – gli dice il papà.

- Evviva! - grida Ludovico.

Poi corre a prendere la scatola dei pennarelli e comincia a scrivere su un foglio una letterina con i colori dell'arcobaleno.



Rispondi alle domande.

- 1. Perché nella famiglia di Ludovico sono tutti felici?**
- 2. Dove sono la mamma e la sorellina quando Ludovico parla con il papà?**
- 3. Cosa usa Ludovico per scrivere la lettera?**
- 4. Ludovico vuole già bene alla sorellina oppure deve prima conoscerla?**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

L'ORSO NERO AMERICANO

L'orso nero americano è un grosso carnivoro, un animale che mangia carne.

Quando è dritto sulle zampe inferiori è alto più di due metri.

L'orso nero americano ha il pelo folto di colore nero o bruno. Il muso di solito è più chiaro del corpo. La coda è corta e quasi nascosta. L'orso quando cammina si appoggia alle quattro zampe a cinque dita, con grandi artigli. Riesce a spostarsi, però, anche sulle gambe posteriori.

L'orso nero americano è molto grande, ma è anche capace di arrampicarsi e di correre veloce. Corre fino a 50 chilometri all'ora.

Rispondi alle domande.

- 1. Che cosa mangia l'orso nero?**
- 2. Quanto può essere alto?**
- 3. Di che colore è?**
- 4. Ha la coda?**
- 5. Come cammina?**
- 6. Può arrampicarsi sugli alberi?**
- 7. Che velocità può raggiungere?**
- 8. Sottolinea tutti i nomi che trovi nel brano e cerchia gli articoli.**

Leggi il brano e cerca il significato delle parole che non conosci.

MIA SORELLA

Io mi chiamo Gaia e mia sorella si chiama Isa.

Mia sorella ha esattamente due anni più di me.

Da piccole dormivamo in un letto a castello e stavamo sempre insieme.

Usavamo gli stessi libri e giocattoli, ma non litigavamo mai per questo.

Festeggiavamo il compleanno assieme, perché eravamo nate a pochi giorni di distanza.

Mia sorella Isa, con i suoi occhi grigi e i capelli ricci e biondi, era la più bella di noi due.

Era sempre lei a decidere i giochi, perché era la maggiore e perché aveva un carattere deciso, mentre io ero timida e insicura.

Rispondi alle domande.

- 1. Quanti anni ha Isa più di Gaia?**
- 2. Dove dormivano Isa e Gaia da piccole?**
- 3. Perché Isa e Gaia festeggiavano il compleanno insieme?**
- 4. Qual era la più bella delle due bambine?**
- 5. Chi decideva i giochi?**
- 6. Com'era il carattere di Isa?**
- 7. Com'era il carattere di Gaia?**