

## Come usare questo diario

- Portalo sempre con te.
- Fai un esercizio al giorno per un mese.
- Non è necessario rispettare l'ordine delle attività.
- Vai fino alla fine di ogni attività per ottenerne un vero beneficio.
- Fai una pausa durante il fine settimana per recuperare ispirazione ed energia.
- Ogni settimana cerca un «premio italiano» per te (un libro, una canzone, una rivista, un prodotto gastronomico, un bicchiere di vino, un'uscita con un amico italiano, un caffè al bar, una serata in pizzeria, un cinema, un concerto o una mostra di un artista italiano, ecc.).
- Cosa ti serve: una matita, una gomma, una forbice, della colla, delle matite colorate e ... un po' di FANTASIA!

## How to use this journal

- Always carry it with you.
- Do one exercise a day for a month.
- You don't need to follow the exercise order.
- Do exercises thoroughly for best results.
- Take a break on weekends to regain inspiration and energy.
- Every week get yourself an «Italian treat» (a book, a song, a magazine, a delicatessen, a glass of wine, a chat with an Italian friend, an espresso, a dinner in a pizzeria, an Italian movie in a theater, a concert or an exhibition on an Italian artist, etc.).
- What you need: a pencil, an eraser, a pair of scissors, some glue, colored pencils and... a bit of CREATIVITY!

### Indice delle icone



COLORA



TAGLIA



ASCOLTA



GUARDA



CUCINA



SCRIVI



LEGGI



CERCA



RICORDA



INCOLLA



FOTOGRAFA



ESCI



DISEGNA



PARLA



CANTA

### 1ª SETTIMANA

Lunedì — Il mandala delle mie attività	6
Martedì — Il mio quadro visivo	8
Mercoledì — Aggiungi un posto a tavola...	11
Giovedì — Descriviamo con i cinque sensi	14
Venerdì — Oggi il diario lo scrivo in italiano!	19
Premio della 1ª settimana	22

### 2ª SETTIMANA

Lunedì — La sai l'ultima?	24
Martedì — Le mie citazioni	27
Mercoledì — Vacanze in agriturismo	31
Giovedì — Tutti all'opera!	34
Venerdì — Leggere con le orecchie	37
Premio della 2ª settimana	39

### 3ª SETTIMANA

Lunedì — Un museo a cielo aperto	41
Martedì — Stile libero...Oggi decido io cosa fare!	45
Mercoledì — Favoliamo, fantastichiamo!	47
Giovedì — La mia cucina italiana	50
Venerdì — Passeggiando in bicicletta...	53
Premio della 3ª settimana	55

### 4ª SETTIMANA

Lunedì — Rassegna stampa	57
Martedì — Vita d'artista	59
Mercoledì — Parla come mangi!	62
Giovedì — Giochiamo con le parole	66
Venerdì — Chissà, chissà, domani...	67
Premio della 4ª settimana	69

## Descriviamo con i cinque sensi

“Tutto ciò che sentiamo è un’opinione, non la realtà.  
Tutto ciò che vediamo è una prospettiva, non la verità”

Marco Aurelio

Sentire e vedere sono dei verbi legati ai cinque sensi. Ne conosci altri? Scrivili a PAG. 5.



Quali sono gli aggettivi per descrivere i cinque organi sensoriali?



Eccone alcuni:

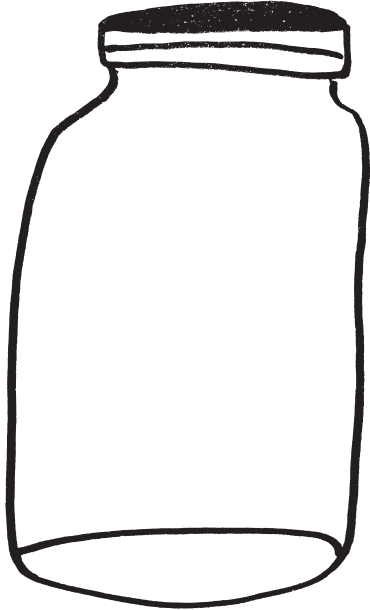


**APPICCIOSO, ACRE,  
 BOLLENTE, ALTO,  
 SOFFOCANTE, INCOLORE,  
 MELODIOSO, PICCOLO,  
 SAPORITO, PUZZOLENTE,  
 BASSO, LISCIO, PEPATO,  
 STOMATO, DURO, PICCANTE,  
 LARGO, ELASTICO, LUNGO,  
 AMARO, FREDDO, ASPRO,  
 SCORDATO, BRILLANTE,  
 GIGANTESCO, PROFUMATO,  
 MALEODORANTE, GHIACCIATO,  
 CIRCOLARE, TAGLIENTE,  
 TRIANGOLARE, UNTO,  
 VELLUTATO, SQUISITO,  
 MORBIDO, VELENOSO,  
 AGRODOLCE, RUMOROSO,  
 AROMATICO, COLORATO.**

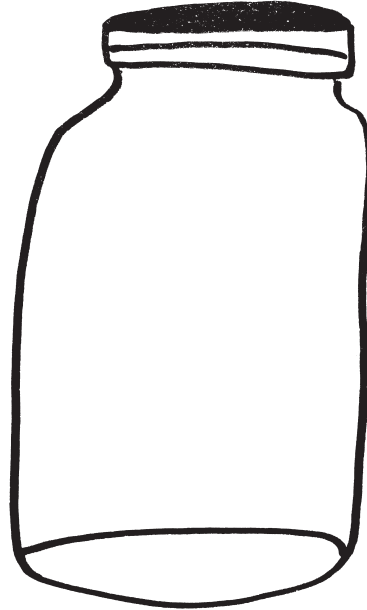
- A. A QUALE DEI CINQUE SENSI SI RIFERISCONO QUESTI AGGETTIVI? SCRIVI GLI AGGETTIVI NEI BARATTOLI CORRISPONDENTI.
- B. CONOSCI ALTRI AGGETTIVI LEGATI AI CINQUE SENSI? AGGIUNGLI NEI BARATTOLI.



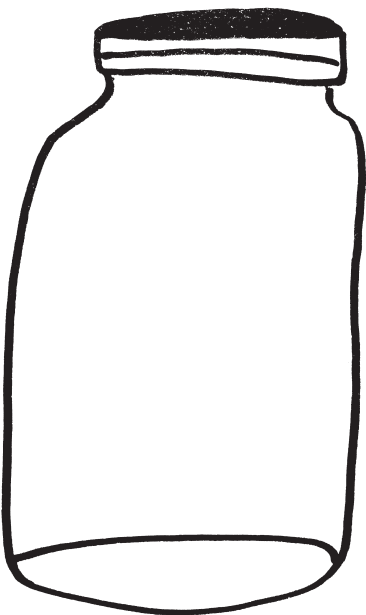
TATTO



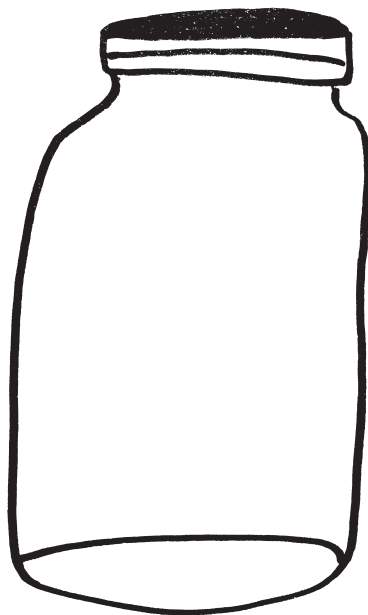
UDITO



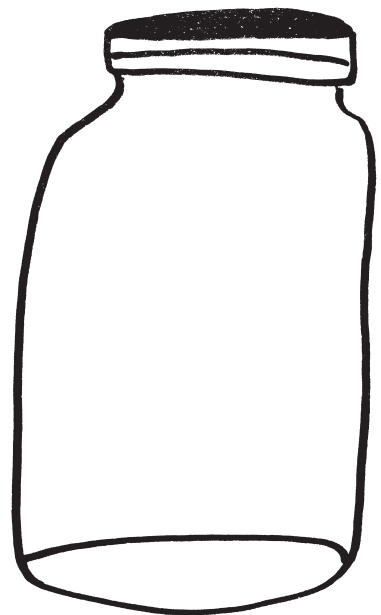
GUSTO



OLFATTO



VISTA



Che cosa possiamo descrivere attraverso i cinque sensi?



C. CHIUDI GLI OCCHI, ANNUSA UN CIBO, UN OGGETTO O UN LIQUIDO, DESCRIVILO E FAI UN DISEGNO. PUOI ANCHE SPRUZZARE SU QUESTA PAGINA UN PROFUMO!

CHIUDI GLI OCCHI, ASSAGGIA UN CIBO, DESCRIVILO E FAI UN DISEGNO.



CHIUDI GLI OCCHI, DESCRIVI UN SUONO E FAI UN DISEGNO.

PRENDI UNA FOTO O UN'IMMAGINE, DESCRIVILA E ATTACCALA QUI.



PRENDI IN MANO UN OGGETTO, DESCRIVILO E FAI UN DISEGNO. PUOI ATTACCARE QUI UN PEZZO DEL TUO OGGETTO O DEL TUO MATERIALE!

D. SCRIVI NELLA TABELLA I PRIMI TRE AGGETTIVI CHE TI VENGONO IN MENTE, IN ORDINE D'IMPORTANZA, PER DESCRIVERE LE DIECI COSE DELLA LISTA. POI ACCANTO ALL'AGGETTIVO SCRIVI TRA PARENTESI IL NOME DEL SENSO CHE USI, COME NELL'ESEMPIO.

**CONSIGLIO:** Non s'impara solo ascoltando e guardando, ma mettendo al lavoro tutti i sensi, come diceva Maria Montessori.

	1° aggettivo (senso)	2° aggettivo (senso)	3° aggettivo (senso)
arancia	arancione (vista)		
pioggia			
cannella			
treno			
dentifricio			
detersivo			
bicchiere			
marmellata			
cuscino			
uccelli			

E. I SENSI CHE USO DI PIÙ SONO:

TATTO  OL FATTO  VISTA  GUSTO  UDITO

**CONSIGLIO:** Per imparare una lingua straniera è importante usare tutti i sensi, quindi non bisogna solo guardare e ascoltare, ma anche fare. Prova a mettere in pratica il metodo di Confucio: "Vedo e dimentico. Sento e ricordo. Faccio e comprendo".

F. TROVA ALTRI DIECI OGGETTI, CIBI O SUONI E COMPLETA LA TABELLA.

	1° aggettivo (senso)	2° aggettivo (senso)	3° aggettivo (senso)

6. INDICA QUALI SONO I SENSI CHE USI PIÙ SPESSO. IL RISULTATO È LO STESSO DEL PUNTO E?

IL RISULTATO È LO STESSO     IL RISULTATO È DIFFERENTE

TATTO     OLFATTO     VISTA     GUSTO     UDITO

