



# Proteggere gli alberi vuol dire proteggere il futuro!

L'EMBLEMA  
DELLA  
REPUBBLICA  
ITALIANA È  
CARATTERIZ-  
ZATA  
DA TRE ELE-  
MENTI:  
-LA STELLA  
-LA RUOTA-  
DENTATA  
-I RAMI DI  
ULIVO E  
DI QUERCIA



A Camucia 20 novembre 2015

Per celebrare la giornata dei diritti dell'infanzia

ore 10.30 "Pianta un albero!" Messa a dimora di un albero di Tiglio nel Viale Regina Elena di Camucia in collaborazione con l'Ente Comunale e i bambini delle classi Quarte

ore 11:00-12:30 tutti in cortile per...

"Chi semina raccoglie..." sistemazione delle "aiuole" di bulbi a fioritura primaverile e aromatiche a cura dei bambini delle classi Prime

"Ci vuole un fiore" Musica con le classi Terze Le Studentesse dell'Istituto "G. Severini" proporranno ai bambini "Giochi al naturale"



alcune foto che  
"raccontano"

questa bellissima  
giornata.  
Continua a pag 16

Continua a  
pag 6

Perché il  
giornalino?

*Creare occasioni di confronto, collaborazione e crescita è il filo conduttore che unisce alunni, insegnanti, genitori. Attraverso il giornalino, si rendono palesi i vari momenti della vita scolastica, l'ordinarietà e la straordinarietà delle giornate, la valorizzazione delle attività degli studenti frutto delle competenze e delle risorse disponibili.*

*Un grazie sincero al nostro Dirigente Alfonso M. Letizia Corucci*

"Consegna del Patto di collaborazione per la cura e rigenerazione dei beni comuni"

L'Assessore all'Ambiente Andrea Bernardini consegna, ai bambini della classe Quinta a nome del Dirigente Scolastico Professor Alfonso Noto, la Per-

## Progetto Patto di collaborazione con Ente

# "Cura e rigenerazione dei beni comuni"

da Camucia

Testo scritto dopo esperienza

Alle 11:00 siamo tornati a scuola dove, in cortile, tutti i bambini del plesso U. Morra erano seduti per ascoltare le parole dell'Assessore Andrea Bernardini che consegnava un documento importante alla classe 5°. Dopo il discorso dell'Assessore e del nostro Direttore Alfonso Noto, i bambini delle terze hanno cantato "Ci vuole un fiore", devo dire che sono stati molto bravi e forse, per questo, dalle nuvole è uscito un raggio di sole che li ha illuminati tutti...In seguito siamo andati nel cortile dietro dove ci aspettavano le ragazze dell'Istituto Severini

di Cortona che avevano preparato molti giochi antichi: 1,2,3 stella, Campana e Ruba bandiera. Il gioco più bello, per me, lo avevano organizzato i signori del Ruzzolone: il tiro del Ruzzolone. E' stato veramente divertente giocare al ruzzolone, per me era la prima volta e mentre tiravo, pensavo: Uooooo...è davvero pesante questo disco di legno! Più tardi siamo tornati davanti alla scuola, dove Matteo Moretti, un mio compagno di classe, presentava l'esperienza della capillarità. Finalmente dopo la "lezione" degli amici della Quarta A, è stato



il mio turno e quello della mia amica Asia. Abbiamo parlato del suolo e dei suoi strati. All'inizio ero un po' emozionata ma mi sono ripresa subito: siamo state bravissime. Alla fine siamo rientrati in aula: è stata una giornata che ogni scolaro vorrebbe rifare!

Ginevra Tauci 4B

### SOMMARIO:

Stretching	2
Ri-cre-a-zio-ne	3
Con le bottiglie	4
Realizzazioni	5
Settimana Sport	6
Forme e Colori	7
Foto Ricordo	8
Disegni	9
Giocando	10
La natura	11
Colora Taglia ..	12
Ricci con foglie	13
Sport	14
Stagioni	15



In tutte le **classi terze** è iniziato il **Progetto Stretching** **in classe...importante progetto che la Regione Toscana ha attivato in centinaia di scuole primarie...**

“La pratica dello sport è componente essenziale nel processo educativo”  
Art. 5 Carta Etica dello Sport

i protagonisti:  
Marco e Silvia



# STRETCHING

in classe

Esercizi per una corretta educazione posturale per gli alunni della scuola primaria e secondaria



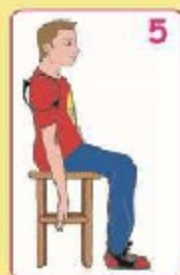
**ESERCIZIO N° 1 - 2 - 3**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Seduti, piedi paralleli, ginocchio e anche allineate.  
**ESECUZIONE:** 1 e 2 cavare e distendere alternativamente le schiena avanti e indietro.  
3 avvicinare le spalle, tenere la posizione.  
**INDICAZIONI:** 1 e 2 ripetere più volte mantenendo allineamento capo-colonna vertebrale, sguardo avanti, spalle basse, movimenti lenti accompagnati da caraffe respiratorie.  
3 ripetere 3 volte mantenendo la posizione per 5 secondi.



**ESERCIZIO N° 4**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti e in piedi, busto eretto, collo dritto in linea con la colonna vertebrale, spalle larghe, braccio rilassate lungo il corpo.  
**ESECUZIONE:** Sollevare e abbassare le spalle.  
**INDICAZIONI:** Ripetere più volte, lentamente, mantenendo la posizione alcuni secondi.



**ESERCIZIO N° 5**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Seduti piedi paralleli, ginocchio e anche allineate, busto eretto spalle rilassate.  
**ESECUZIONE:** Disegnare piccoli cerchi intorno con le spalle, circonduzioni.  
**INDICAZIONI:** Ripetere più volte, lentamente.



**ESERCIZIO N° 6**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti e in piedi, braccio distesi in alto, mani intrecciate.  
**ESECUZIONE:** Spingere le braccia verso l'alto, massimo allungamento, schiena dritta.  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 10 secondi, rilassare le braccia.  
Perse e il posizione si può accompagnare la cuffia frontale durante l'esecuzione.



**ESERCIZIO N° 7**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti e in piedi, braccio disteso davanti al petto con il polso all'esterno e il pollice in basso.  
**ESECUZIONE:** Spingere la braccia in avanti, flettendo la testa avanti, accentuando la curva dorsale (avvicinando la colonna vertebrale).  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 10 sec. per rilassarsi, ripetere più volte.



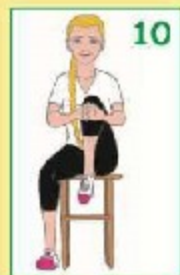
**ESERCIZIO N° 8**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti e in piedi, busto eretto, braccio lungo il corpo, spalle rilassate.  
**ESECUZIONE:** Flettere la testa di 45° mentre il braccio da spingere verso il basso.  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 20 sec. poi ripetere dalla parte opposta.



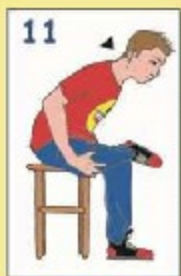
**ESERCIZIO N° 9**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti e in piedi, mani intrecciate dietro la schiena con il polso rivolto all'esterno e il pollice verso l'alto.  
**ESECUZIONE:** Allungare le braccia dietro la linea del bacino, mantenendo la schiena dritta.  
**INDICAZIONI:** Perse e il posizione si può accompagnare l'uso della cuffia con i parafreni lombare. Mantenere la posizione per 20 sec. poi rilassare la braccia.



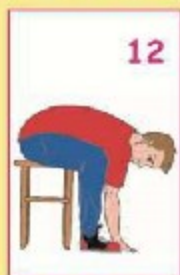
**ESERCIZIO N° 10**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti, afferrare la gamba all'altezza del ginocchio e portarla fissa al petto.  
**ESECUZIONE:** Flettere il collo in avanti, avvicinare il più possibile il collo al petto.  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 20 sec. poi ripetere con l'altra gamba.



**ESERCIZIO N° 11**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti, accendere la gamba appoggiando la caviglia sul ginocchio opposto.  
**ESECUZIONE:** Flettere il busto in avanti mantenendo il capo in linea con la colonna vertebrale.  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 20 sec. ripetere dalla parte opposta.



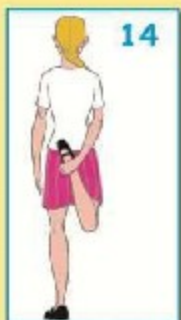
**ESERCIZIO N° 12**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Da seduti, flessione totale del busto in avanti.  
**ESECUZIONE:** Flettere il busto in avanti accentuando la curva dorsale (avvicinando la colonna vertebrale).  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 20 secondi.



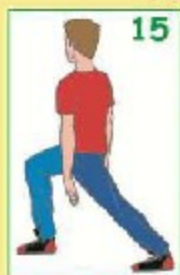
**ESERCIZIO N° 13**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** Un piede, mano in appoggio, busto eretto.  
**ESECUZIONE:** Sollevare la gamba estesa, appoggiare l'appoggio opposto e piccoli cerchi ruotando il piede.  
**INDICAZIONI:** Ripetere più volte ruotando in un senso e nell'altro, ripetere con l'altro appoggio.



**ESERCIZIO N° 14**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** In piedi, busto eretto.  
**ESECUZIONE:** Afferrare il piede con la mano corrispondente, flettere la gamba sulla coscia avvicinando il tallone al gluteo.  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 20 sec. Ripetere con l'altro appoggio.



**ESERCIZIO N° 15**

**POSIZIONE DI PARTENZA:** In piedi, busto eretto, piedi leggermente allargati (nella stessa linea) gamba avanti simpiegata, collo dritto, disteso, entrambi i talloni ben appoggiati e terra.  
**ESECUZIONE:** Flettere la gamba davanti, spostare il peso sull'arto anteriore con una spinta avanti del busto, senza sollevare e ruotare della gamba dietro.  
**INDICAZIONI:** Mantenere la posizione per 20 sec. Ripetere con l'altro arto.

**DA RICORDARE**  
SI RACCOMANDA UN CONTROLLO RESPIRATORIO ADEGUATO.  
UTILE PER MIGLIORARE LA QUALITÀ DEL MOVIMENTO.  
È POSSIBILE LAVORARE CON UNA MUSICA DOLECE DI SOTTOFONDO.

È IMPORTANTE FARLE UN PO' DI STRETCHING ANCHE A CASA, SE POSSIBILE PIÙ VOLTE AL GIORNO.

Questi esercizi sono consigliati a tutti gli alunni sotto la guida dell'insegnante. Provare per crederci.

REGIONE TOSCANA





## PROGETTO RI-CREAZIONE: la via delle 4 R:



Recuperare, Riciclare, Riutare, Ridurre,



Nel mese di gennaio, sono venute nella nostra classe Annamaria, Alessandra e Marianna di "Legambiente" per insegnarci a riutilizzare materiali che di solito gettiamo nel cassonetto dei rifiuti. Con le nostre maestre avevamo tenuto da parte

alcune bottiglie di plastica vuote, dei tappi, dei bicchierini di carta usati, delle riviste e le ragazze di "Legambiente" ci hanno aiutato a costruire con questi alcuni nuovi oggetti.

I bicchierini di carta, sono diventati dei piccoli scoiattoli che al posto degli occhi hanno i gusci delle ghiande, come naso i tappi di plastica e al posto della coda un pezzettino del filo dorato che mettiamo nell'albero di Natale.

Continua a pag. 4





**Con le bottiglie abbiamo creato un simpatico gioco; il "salta acchiappa".**







Con un cartoncino alcune mollette vecchie e dei ritagli di giornale abbiamo fatto una lista della spesa da utilizzare a casa .



Ci siamo tanto divertiti e abbiamo imparato che spesso le cose che buttiamo possono essere recuperate. In questo modo il mondo sarà meno inquinato .

PICCOLLAGE

Il nostro impegno continua anche adesso, ecco cosa abbiamo creato con materiali di recupero.







## Un tuffo in piscina



Lunedì 7 marzo, i ragazzi di quinta della scuola primaria "C. Venuti" di Sodo, hanno iniziato la settimana dello sport con un bel tuffo in piscina. Verso le 9:30 è arrivato il pulmino e i ragazzi insieme alla maestra si sono diretti verso la piscina comunale di Camucia.

Appena arrivati, gli alunni sono stati divisi in due gruppi maschi e femmine, per recarsi negli spogliatoi.

Prima di entrare in acqua i ragazzi hanno dovuto fare una piccola doccia. Poi l'istruttrice ha diviso gli

alunni in due gruppi in base a come sapevano nuotare.

Un gruppo nuotava con i tubi di spugna, l'altro faceva quasi tutti gli stili: delfino, rana, dorso, stile libero... e quasi tutti i tuffi: candela, bomba, testa...

Dopo che i ragazzi hanno finito di fare gli esercizi, sono ritornati negli spogliatoi a farsi la doccia, vestirsi e asciugarsi i capelli.

Una volta fatto, gli alunni si sono recati al bar per fare una piccola colazione e poi sono andati in giardino, do-

ve hanno giocato aspettando che il pulmino li riportasse a scuola.

Per loro è stata una giornata molto intensa e stancante ma sicuramente divertente!

Gli alunni hanno continuato la settimana con varie attività: rugby, taekwon-do e pallavolo.

Tutti sono rimasti entusiasti di questa esperienza e hanno capito che la scuola non è solo duro lavoro, ma anche divertimento e stili di vita.

VIVA LA SETTIMANA DELLO SPORT!

15/03/2016

## Viva il volley

Giovedì 10 Marzo, i ragazzi di 5° della scuola primaria "C. Venuti" di Sodo, hanno partecipato ad un torneo di volley. Gli alunni, verso le 10:45, sono partiti con il pulmino diretti verso la palestra di Camucia per fare un torneo di volley insieme ad altre scuole. Appena arrivati si sono

seduti in tribuna e l'istruttrice Diletta ha iniziato a chiamare le squadre, che dovevano giocare nei 5 campi diversi. Alcune squadre hanno giocato 2 partite, altre 3 o 4, ma tutte hanno giocato bene. I ragazzi, molto fieri di come hanno giocato, hanno chiesto all'allenatrice Carmen se potevano giocare di nuovo, ma lei disse che non c'era più tempo perché il pulmino li stava aspettando nel piazzale.

I ragazzi di 5° del Sodo hanno vissuto una giornata spensierata e divertente. Viva la settimana dello sport!!!

La scuola non è solo studiare e scrivere ma anche rispettare le regole e



saper perdere o vincere in modo corretto.

Questo sicuramente lo sport che lo insegna.

15/03/2016

I ragazzi della classe 5°

della Scuola Primaria "C. Venuti" di Sodo

NELLA  
SETTIMANA  
DELLO  
SPORT



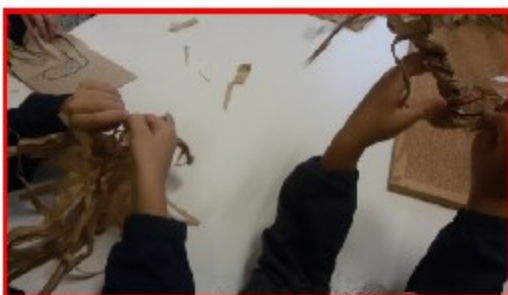


## Classi Senza Zaino 1<sup>^</sup> A e B della Scuola Primaria

**Attività laboratoriali interdisciplinari sulle stagioni e giochi con forme e colori . I bambini hanno sperimentato varie tecniche ludico- artistiche legate alle discipline previste dalle mappe generatrici della programmazione didattica del Senza Zaino.**



Vi invitiamo ad ammirare, nel nostro plesso di Sodo, queste meravigliose opere d'arte, che sono state inserite nelle pagine successive proprio per dare un'idea di quanto è bella la nostra scuola e quanti lavori creativi realizziamo.





I **colori freddi** sono: il verde, il blu, l'indaco e il violetto; ci suggeriscono calma, dolcezza, riposo, contemplazione, tristezza e diverse sfumature di questi stati d'animo.

I **colori caldi** sono: il rosso, l'arancione e il giallo, al contrario eccitano, suscitano gioia, forza, potenza, attività, passione

Nell'ambiente che ci circonda ritroviamo le stesse analogie: il sangue è rosso e caldo,

la fiamma gialla, il sole arancione e tutti ugualmente caldi. L'acqua, le piante, sono al contrario caratterizzati da colori freddi e dunque rilassanti.

Se entriamo in una stanza colorata di giallo avremo una sensazione

più gioiosa e vivificante di una blu o verde, che ispirano invece tranquillità.

I vari colori si possono mescolare tra loro secondo infinite possibilità. I colori primari giallo, blu e rosso, mescolati tra di loro, generano i colori

secondari **ARANCIONE, VIOLA E VERDE**, secondo lo schema illustrato nella

#### Filastrocca di Lina Schwarz

Noi siamo il rosso e il giallo, facciamo insieme un ballo, e per combinazione vien fuori l'arancione.

Noi siamo l'azzurro e il rosso, giochiamo a più non posso, uniti con affetto formiamo il violetto.



## GIOCHI D'AUTUNNO



"Si sta come d'autunno sugli alberi le foglie" diceva **Giuseppe Ungaretti** nella poesia "Soldati".

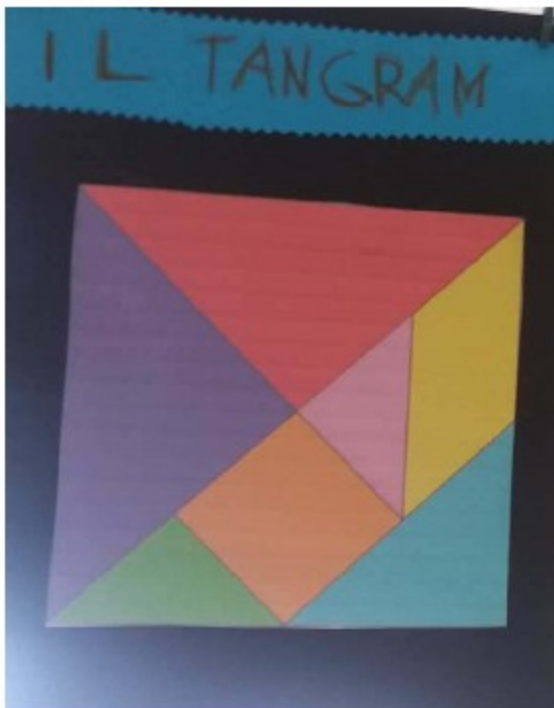
Le foglie in **autunno**, quando si avvicinano alla fine del loro ciclo vitale, si tingono di tanti colori, rosse, arancioni, gialle e marroni; le vediamo prima riempire i rami degli alberi di queste **tonalità**, poi dopo un po', si staccano, e cadono trasportate dal vento, rivestendo qualsiasi superficie.

Rendono molto belli i paesaggi, i **viali alberati**, i boschi ed anche i nostri disegni. Che ve ne pare?





## LO CONOSCETE IL TANGRAM ?



Il TANGRAM è un gioco millenario, che ci proviene dall'antica Cina, ottenuto dalla scomposizione di un quadrato in sette forme geometriche : 5 triangoli, un quadrato e un parallelogramma.

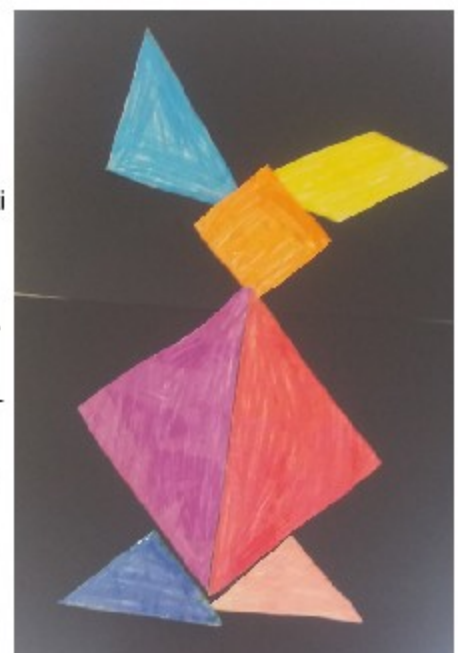
Il tangram è conosciuto come "le sette pietre della saggezza" perché si diceva che la padronanza di questo gioco fosse la chiave per ottenere saggezza e talento. Certamente il divertimento è assicurato !Infatti il gioco consiste nel comporre con

Le regole sono alquanto semplici:

1. usare tutti e sette i pezzi per comporre le figure;
2. non sovrapporre nessuno.

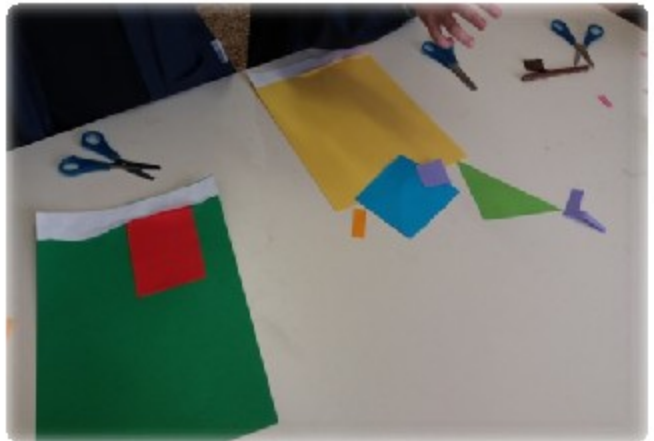
Cambiando opportunamente i pezzi del Tangram, è possibile ottenere un numero pressoché infinito di figure, alcune geometriche, altre che ricordano oggetti d'uso comune.

È un gioco che favorisce certamente la concentrazione e risulta un ottimo esercizio matematico, per la comprensione delle figure e dello spazio; avvia anche, attraverso una esperienza concreta, all'intuizione dei concetti di conservazione di area e di confronti





# GIOCANDO CON FORME E COLORI







# LA NATURA INTORNO A NOI





# COLORA, TAGLIA, INCOLLA





# RICCI CON LE FOGLIE







# tataekwondo e rugby

Classi prime di Camucia



Dal 7 all'11 Marzo si è svolta la settimana dello sport per tutti gli alunni della scuola primaria dell'Istituto Comprensivo Cortona 1.

CONTINUA DA PAG 6





Lunedì 7 Marzo gli alunni hanno partecipato ad una lezione di Taekwondo con l'esperto Santaniello Ernesto.

L'esperienza si è rivelata molto interessante ed utile al fine del rispetto delle regole.

Ha avuto molto successo anche la lezione di Rugby del 10 Marzo, durante la quale i bambini si sono divertiti moltissimo.

La società del Rugby Clanis Cortona si è resa disponibile ad effettuare ulteriori tre lezioni per classe.

A causa delle cattive condizioni metereologiche i bambini non si sono potuti recare alla struttura del Ruzzolone e si è dovuto rinviare il trekking.

La settimana dello sport ha riscosso molti consensi e sicuramente si riproporrà l'anno prossimo.

Ins. Gianfranca Bacianini



## LE QUATTRO STAGIONI

"Primavera", "Estate", "Autunno" e "Inverno".

**Sono quattro come i moschettieri**

**le stagioni scacciapensieri.**

**É fatta di fiori e frutti profumati,  
è la più sincera,  
il suo nome è primavera.**

**È esuberante e piena di belle giornate:  
è l'estate,  
con il sole che scotta  
e il mare che borbotta.**

**Tra i banchi di scuola come un alunno,  
a settembre torna l'autunno.**

**E l'inverno come un nonnetto,  
ci manda tutti presto a letto.**

**Fa buio, fa freddo, ma c'è la neve,  
e questo la rende una stagione lieve.**

**Sono quattro come le pareti della mia stanza,  
le stagioni vestite d'organza.**







**Lo conosci il significato dell'emblema della nostra REPUBBLICA ITALIANA ?**



La stella è uno degli oggetti più antichi del nostro patrimonio iconografico ed è sempre stata associata alla personificazione dell'Italia, sul cui capo essa splende raggianti.

La ruota dentata d'acciaio, simbolo dell'attività lavorativa, traduce il primo articolo della Carta Costituzionale: "L'Italia è una Repubblica democratica fondata sul lavoro".

Il ramo di ulivo simboleggia la volontà di pace della nazione, sia nel senso della concordia interna che della fratellanza internazionale;

la quercia incarna la forza e la dignità del popolo italiano.

Entrambi, poi, sono espressione delle specie più tipiche del nostro patrimonio

*conclusioni*

Siamo all'inizio. Il primo numero è uscito, ricco di immagini, disegni, fotografie, vere opere d'arte, articoli di cronaca e ricerche da internet. Gli alunni delle Primarie sono stati protagonisti entusiasti. Un grazie sincero alle classi che hanno partecipato e alle



**SIAMO SU INTERNET** *Istituto Comprensivo Cortona 1 -*  
 Via Di Murata, Cortona - 52044 (AR)  
**WWW.ICCORTONA1.IT** Tel. 0575603385

  
**Ins. Maria Letizia Corucci**