



ISTITUTO COMPRENSIVO
di scuola dell'infanzia, primaria e secondaria di 1° grado di San Damiano d'Asti
con sezione a indirizzo musicale



Via Cisterna, 13 www.icsandamiano.it - Tel. / fax 0141 975190 - E-mail: ATIC811002@istruzione.it - dirigente@icsandamiano.it

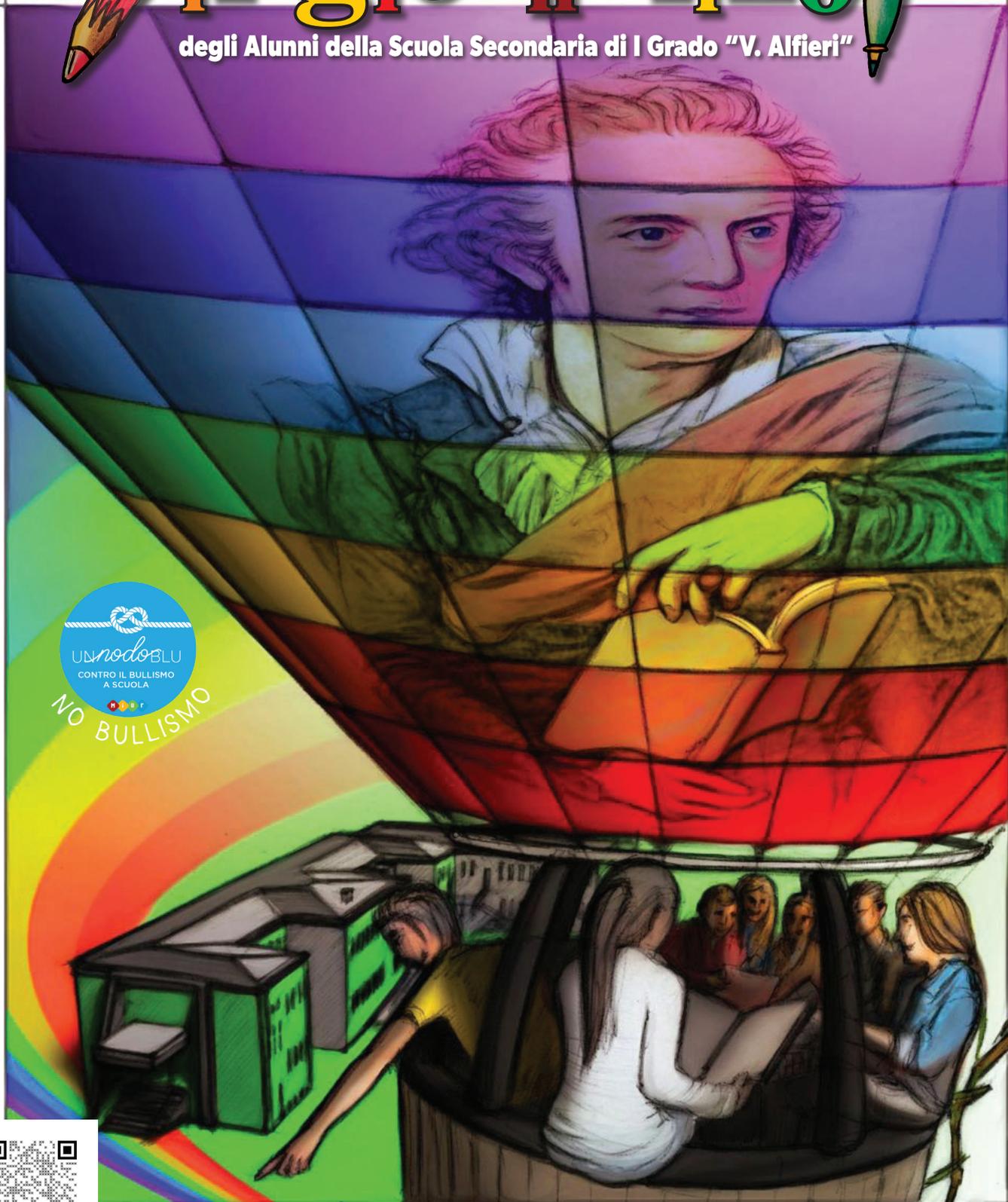


N° 8
MAGGIO 2022



il giornalino

degli Alunni della Scuola Secondaria di I Grado "V. Alfieri"



AUTORE DELLA COPERTINA: GIOVANNI ROPOLO



GIORNALISTI IN ERBA



La Redazione del nostro Giornalino Scolastico si è costituita nella prima riunione in presenza, il 18 ottobre a cui ha partecipato anche il giornalista de La Nuova Provincia Renato Romagnoli.

Ecco i partecipanti alla prima riunione in presenza: **1A** Sofia Kacbufi, Alessandro Gonella, Jacopo Marchisio; **1B** Elsa Kaceli, Gai Adele, Sofia Petrongeli; **1D** Rebecca Luka, Greta Prenga, Vittorio Vuocolo; **2A** Marta Cartello, Nicolo' Cotroneo, Matteo Marchisio; **2B** Asia Gulino, Silai Ege; **2D** Camilla Bruno, Alice Damasio, Dimitar Goshev, Gloria Priscornita Fiorilli; **3A** Sara Nanu, Denisa Gligor, Andrea Quaglino; **3C** Francesca Ponte, Costanza Lombardo, Giorgia Lano; **3D** Sara Gallo, Edoardo Porello, Alessia Ymerllari.

Nel corso dell'anno scolastico, mensilmente, la redazione si è riunita in videoconferenza per definire i vari articoli da svolgere e vari alunni e alunne hanno scritto personalmente gli articoli qui presenti. Buona lettura!

LEZIONE DI GIORNALISMO DI RENATO ROMAGNOLI



Renato Romagnoli 40 anni fa ha iniziato a scrivere sulla Nuova Provincia gli articoli del giornale ed ancora oggi è in piena attività. Lui ci ha spiegato che è molto diverso scrivere oggi

rispetto ad una volta perché prima si scriveva con la macchina da scrivere e per cancellare si usava una specie di bianchetto oggi è tutto molto più semplice. La cosa più brutta per lui è che doveva portare fisicamente l'articolo in tipografia, la domenica sera, che ci fosse qualsiasi tempo atmosferico e temperatura. Oggi lui usa il computer per scrivere e per cancellare inoltre non deve più portare l'articolo fisicamente ma con la posta elettronica e può anche posizionare da solo i pezzi che scrive in base agli spazi assegnati. Il giornale della Nuova Provincia ha circa 5000 abbonati ed è il settimanale che racconta i fatti dell'astigiano suddivisi in cronaca, attualità, spettacoli e feste, notizie sui vari paesi e la pubblicità; anche questo giornale ha subito dei cambiamenti.

La pubblicità è diminuita molto a causa della pandemia mondiale, ma è quella che permette ad un giornale di esistere e continuare nella sua missione, in quanto paga le inserzioni.

Inoltre si è passati dalla stampa bisettimanale del martedì e venerdì ad un'unica uscita settimanale con più pagine. Un'altra differenza che Romagnoli ha spiegato agli studenti è quella tra il giornale cartaceo e quello on line: nel primo è necessario sintetizzare (arrivare al succo) mentre nel secondo lo spazio è praticamente illimitato.

La lezione è proseguita con i consigli che ha dato agli studenti su come scrivere in modo sintetico, oggettivo e completo un articolo e sull'importanza delle immagini che servono per far capire come si è svolta la vicenda raccontata.

Dal racconto del giornalista è emersa la libertà di poter esprimersi senza condizionamenti inoltre egli deve essere sempre curioso, mirare alla verità per dare informazioni precise e corrette.

È stato molto bello poter conoscere il sig Renato Romagnoli in quanto ha colpito per la sua simpatia e professionalità. Gli studenti della Redazione lo ringraziano per la sua disponibilità.

Alessandro Gonella, Nicolo' Cotroneo

SESTA EDIZIONE DI #IO LEGGOPERCHÉ



Le nostre classi sono fiere di poter vantare il gemellaggio con le librerie del paese in occasione dell'iniziativa promossa dall'Associazione degli Editori con il patrocinio del MIUR **#ioleggo perché**, arrivata ormai alla sesta edizione che si è svolta dal 20 al 28 novembre 2021; un'occasione molto interessante per promuovere la lettura, come mezzo di sviluppo della conoscenza, della formazione e del benessere degli studenti/cittadini.



Il 16 novembre gli alunni della scuola media "V. Alfieri" hanno assistito in diretta streaming alla conferenza stampa tenutasi a Milano per il lancio del progetto

nazionale insieme ad altre 750 scuole collegate da tutta Italia. E' stata un'edizione con numeri da record: 3.410.023 alunni coinvolti, 20.388 scuole iscritte (circa il 35% delle scuole italiane, più di una scuola su tre) e 2.743 le librerie aderenti a questa grande iniziativa sociale che finora ha portato nelle biblioteche scolastiche italiane 1 milione e 400mila libri nuovi.

Dall'anno scorso, per la pandemia, è stato possibile donare libri anche a distanza, acquistandoli online.

Per incentivare le donazioni gli studenti hanno realizzato un video promozionale sulla lettura, diffuso alle famiglie attraverso il Blog della scuola; si ringraziano tutti coloro che, sensibili al valore della lettura, hanno contribuito all'esito più che soddisfacente dell'iniziativa.

LA NOSTRA NUOVA BIBLIOTECA!

Ultimati, finalmente i lavori interni al nostro edificio, si sta riallestendo la nostra nuova biblioteca bella, luminosa e colorata in cui troverete tantissimi libri nuovi di svariati generi: avventura, giallo, horror, lingue straniere... proprio grazie all'iniziativa di #ioleggo perché'.

CORSO DI FORMAZIONE: L'INTELLIGENZA EMOTIVA



Nei giorni 9 e 16 settembre i docenti della Scuola Secondaria di I° hanno partecipato al corso di formazione **"L'intelligenza emotiva"** tenuto dalla psicologa e psicoterapeuta dott.ssa Paola Cellerai.

Il primo incontro è stato preceduto da una salutare e piacevole **camminata** intrapresa da un bel gruppo di docenti insieme alla Dirigente Laura Franco che, partendo dal plesso della scuola media, ha raggiunto la Scuola Primaria di Gorzano camminando lungo strade e sentieri di campagna del nostro territorio sandamianese che costeggiano campi coltivati, vigne e noccioli e prati.

La psicologa ha guidato i corsisti alla scoperta delle proprie emozioni, primarie e secondarie che costituiscono la nostra **mente emozionale**, per poi imparare ad attivare l'autocontrollo e la gestione di essere. Molto importante è il cosiddetto "Vocabolario delle emozioni" perchè sarebbero ben 3000 i termini che le definiscono con precisione: con la **Ruota delle Emozioni** è stato possibile conoscere meglio le loro sfaccettature e il lessico specifico in modo da riuscire ad esprimere meglio ciò che si prova.

Questo corso sarà certamente utile per guidare gli alunni alla scoperta e alla consapevolezza della propria sfera emozionale (troppo spesso ridotta a delle emoji inviate sui social) al fine di favorire in loro una crescita interiore forte ed equilibrata. **I docenti ringraziano la dottoressa Cellerai per l'interessante corso.**

PIAZZA SANDAMIANESE INTITOLATA A UNA DONNA SANDAMIANESE



Domenica 10 ottobre a San Damiano d'Asti è stata inaugurata la "piazza del semaforo che si trova sotto la scuola media" intitolandola ad una donna nata e vissuta nella nostra città: Olga Idrame.

La cerimonia è iniziata alle ore 11 alla presenza del Sindaco Davide Migliasso, degli Assessori e del presidente del consiglio Comunale Martina Guelfo, di una rappresentanza degli alunni ed ex alunni della Scuola Media accompagnati dalla Dirigente Laura Franco e da alcuni Docenti. C'erano inoltre la Banda Musicale, la Protezione Civile, varie associazioni (CIF, ISRAT, Alpini e Associazione Toponomastica Femminile) e alcuni parenti della signora Idrame. Il Comune ha deciso di intitolare questa piazza ad Olga in seguito ad una ricerca storica svolta nell'a.s.2017-2018 dalle classi terze medie in collaborazione con l'Israt: gli studenti in quell'occasione avevano scoperto che questa donna ha svolto ruoli importanti e significativi nel territorio sandamianese perché è stata una staffetta partigiana e una sindacalista: nella fabbrica della Facis in cui lavorava ha lottato per ottenere la parità dei diritti delle operaie. Olga rappresenta ancora oggi per le attuali generazioni e per quelle che verranno un modello di donna impegnata, determinata e coraggiosa: **una cittadina attiva nella sua città.**

Classe 3A

4 NOVEMBRE 2021



Giovedì 4 novembre, si è svolta a San Damiano d'Asti la commemorazione in onore dei soldati caduti in guerra a difesa della Patria; cento

anni fa, per onorare i loro sacrifici, ebbe luogo la tumulazione del Milite Ignoto e da allora si celebra la Festa dell'Unità Nazionale. La manifestazione è iniziata con la Santa Messa presso la Chiesa di San Vincenzo e successivamente, dopo l'arrivo delle classi che hanno rappresentato la propria scuola, il Sindaco ha introdotto la cerimonia in piazza Libertà con il discorso sull'importanza della festività e sulla memoria, sul centenario che ricorre quest'anno e sul motivo per il quale si festeggia ancora oggi. Successivamente c'è stato un momento di raccoglimento con l'alzabandiera accompagnato dall'esecuzione del Silenzio, dopodiché, alcuni ragazzi che frequentano l'indirizzo musicale presso la Scuola Media, hanno suonato l'inno di Mameli con trombe/tromboni. Al termine della loro esecuzione, c'è stata la deposizione di fiori sotto la statua dedicata ai Caduti. Il Sindaco ha sottolineato, nel suo secondo discorso, l'importanza delle Forze Armate e della necessità di imparare dagli errori del passato per non commetterli nuovamente. "L'Italia siamo Noi" queste parole pronunciate nel discorso hanno avuto grande impatto sui presenti. Infine, gli alunni della scuola primaria, hanno cantato l'Inno di Italia. La sera stessa c'è stata la presentazione del libro "Piemontesi sul Fronte Occidentale" di G. Libert in Sala Consiliare.

Sara Nanu, Denisa Gligor, Ponte Francesca

PULIAMO INSIEME!!

L'iniziativa 'Puliamo insieme', promossa e sostenuta da Legambiente, ha come scopo quello di ripulire le strade cittadine dai rifiuti gettati dagli abitanti, sensibilizzando così la popolazione sul tema dell'ambiente e invitandola ad adottare abitudini sostenibili e rispet-

tose del territorio. L'iniziativa è in accordo con il progetto europeo dell'Agenda 2030, che si pone una serie di obiettivi ecologici e ambientali, tra cui la riduzione dell'inquinamento e del riscaldamento globale.



A fine settembre, diversi comuni italiani hanno partecipato a quest'iniziativa e anche le scuole hanno dato il loro contributo; infatti a ripulire le strade siamo stati anche noi alunni: ad ogni classe della scuola media (e delle scuole elementari) è stata affidata una zona precisa della città, da

pulire insieme agli insegnanti e alla protezione civile. A noi della 3B è stata assegnata Via Cartello: ad ognuno di noi è stato dato un paio di guanti (riutilizzabili!) per non sporcarci le mani; oltre ai guanti eravamo forniti di tre sacchetti che abbiamo utilizzato per la raccolta di carta (sacchetto azzurro), plastica (bianco) e rifiuti non riciclabili (nero). Alcuni di noi tenevano i sacchetti, mentre altri raccoglievano i rifiuti; dopo un po' facevamo cambio, per fare in modo che tutti dessero il proprio contributo. Abbiamo trovato di tutto e di più: mascherine, carte di caramelle, cannuccie, mozziconi di sigaretta a volontà e addirittura delle grucce! Questo è un progetto che dovrebbe essere fatto più spesso e infatti è stato nuovamente ripetuto sabato 7 maggio nel corso della mattinata scolastica di recupero.

Classe 3B

GENITORI SEMPRE PIU' DIGITALI

Nel corso del mese di febbraio si sono svolte varie iniziative nazionali promosse dal MIUR a contrasto del bullismo e cyberbullismo, fenomeni sempre più dilaganti tra i giovani in questo ultimo periodo. Nell'ambito del progetto d'Istituto "No al bullismo" è stato organizzato un corso di formazione on line destinato ai genitori (ma anche agli insegnanti) degli alunni della scuola primaria e secondaria di 1° di San Damiano dal titolo significativo: **Genitori Digitali**, tenuto da Giuseppe Masengo, media educator e formatore della cooperativa Ro&Ro (Canale) e del Centro Steadycam (Asl-Alba). Anche gli stessi studenti e studentesse, dalla 3ª primaria alla 3ª media sono stati coinvolti, rispondendo ad un sondaggio ad hoc sull'uso e la fruizione di piattaforme, app, social e videogiochi del momento: le statistiche ottenute sono state oggetto di riflessione nel corso dei due incontri delineando la fotografia del contesto digitale sandamianese (che poco si discosta dai dati nazionali). Un nutrito gruppo di genitori si è collegato ed ha interagito in modo costruttivo con il formatore, dando vita ad un attivo dibattito sull'uso dei vari spazi del web da parte di utenti sempre più piccoli e sul ruolo genitoriale. Ne sono emerse possibili strategie comuni da mettere in campo per consentire la costruzione di una saggezza digitale nell'uso quotidiano "on life" del digitale. Si ringrazia il sig. Masengo e i partecipanti per l'interesse dimostrato. Il progetto è proseguito nei mesi seguenti con il Corso di formazione per gli alunni delle terze **"Un patentino per lo Smartphone"** promosso dall'Ast-AT e dalla Regione Piemonte.

UN PATENTINO PER LO SMARTPHONE



Nel mese di aprile ha preso l'avvio sulle classi terze un corso di 5 ore (tenuto da docenti curricolari precedentemente formati) per il conseguimento del "Patentino per lo smartphone"; si tratta di un progetto di prevenzione per un uso consapevole di questo dispositivo, finanziato dalla Regione Piemonte ed organizzato da Arpa Piemonte, ASL Asti e Polizia di Stato / sezione di Asti. Nel corso delle lezioni gli studenti hanno ricevuto importanti informazioni legislative in merito a privacy, reati, rischi, pericoli ed anche notizie più specifiche riguardanti i danni sulla salute da onde elettromagnetiche e danni sull'ambiente da scorretto smaltimento. I ragazzi hanno seguito con vivo interesse e attiva partecipazione portando anche le proprie esperienze personali come oggetto di dibattito ma anche esponendo dubbi e interrogativi. Anche le famiglie sono state coinvolte mediante la condivisione di un vero e proprio "patto" con i propri figli: un impegno firmato da entrambe le parti per favorire il dialogo e la comunicazione. Il 10 maggio gli alunni hanno sostenuto un test finale e al termine dell'anno scolastico parteciperanno alla Cerimonia di consegna dei patentini, alla presenza della Dirigente e del Sindaco.



LE PAGINE DE

SALUTE E BENESSERE

Nelle varie classi, durante le ore di educazione fisica, gli alunni hanno svolto una lezione diversa dal solito ovvero un'ora in cui si doveva scrivere su "la salute e il benessere". Le varie classi sono rimaste incuriosita perchè nessuno si aspettava questo tipo di lezione e tutti hanno espresso opinioni e riflessioni diverse. Lezione interessante, che ha aiutato la classe a comprendere una tematica molto importante.

Sara Nanu

Ecco gli articoli scritti da alcuni componenti della Nostra Redazione

La salute e il benessere sono l'essenza del nostro buon vivere, ma oggi molte persone cercano di alterarla con sostanze e con stili di vita non buoni.



Come alterano la loro vita? Con: la droga, l'alcool ed il fumo. La droga può essere naturale o artificiale, genera dipendenza e alterazione della realtà.

L'alcool, se assunto con esagerazione, può avere effetti molto negativi sia psicologici e sia fisici in quanto altera le emozioni e le azioni. In Italia ci sono più di 13 milioni di fumatori e la nicotina, sostanza presente nelle sigarette, danneggia le vie respiratorie e cardiache in modo permanente.

Nessuna di queste tre sostanze ha mai migliorato la salute e il benessere delle persone. Queste tre sostanze non solo non portano benessere ma hanno da sempre distrutto i rapporti interpersonali e lo stato di salute.

Anche l'economia viene colpita da questi tre elementi perchè provoca per esempio un forte aumento della spesa sanitaria, giudiziarie e di ordine pubblico.

Oltre alle assunzioni di sostanze nocive ci sono altre dipendenze come la ludopatia e la dipendenza da internet: la prima distrugge la economia delle famiglie, la seconda distrugge la socialità delle persone creando solitudine e disagio.

Alessandro Gonella

Per il corpo il movimento è fondamentale, perchè se stiamo sempre fermi subiamo le conseguenze di non esserci mossi.

L'allenamento porta alla propria sicurezza mentale e fisica e a un miglioramento personale, infatti lo sport rende la tua personalità più forte facendoti essere più felice e sereno.

Per questo è importante allenarsi: per star bene fisicamente e per acquisire un maggiore benessere; bisogna, però, allenarsi costantemente così il nostro corpo ha il tempo di adattarsi.

Se si vuole l'adattamento del corpo è necessario **l'omeostasi** ovvero lo stato di equilibrio del corpo, che mette in moto dei meccanismi per rispondere agli stimoli che hanno lo scopo di ristabilire l'equilibrio. Il carico serve per controllare la quantità degli stimoli richiesti per l'allenamento.

Gli stimoli se sono al di sotto della soglia non producono effetti, al contrario, se sono eccessivi generano la sindrome da fatica. La fatica è come la "sirena di un'ambulanza": "suona" in caso di emergenza."

Damasio Alice.



La salute è uno stato di benessere fisico, psichico e sociale che dipende da molti fattori tra i quali la genetica, lo stile di vita e l'ambiente sociale e fisico in cui un individuo vive.

La salute fisica è molto importante e sono diversi ormai gli studi scientifici che confermano i vantaggi dello sport per la salute: ad esempio, riduce il rischio di morte prematura, riduce i sintomi dell'ansia, dello stress e della depressione. **Una passeggiata in mezzo alla natura**, oltre a fare bene

al nostro corpo, è anche un'opportunità per capire meglio noi stessi e per liberarsi dei pensieri negativi. Tantissime persone durante questa pandemia hanno riscoperto la bellezza del camminare come medicina contro la tristezza e le preoccupazioni. E' quindi molto importante prendersi cura di noi stessi e del nostro corpo. **Lo sport di squadra**, inoltre, ci insegna a fare del nostro meglio per far sì che tutta la squadra raggiunga la vittoria, proprio come succede nella vita dove ognuno deve fare bene il proprio dovere perchè la società funzioni al meglio. Una buona salute mentale è una parte essenziale della vita, proprio come una buona salute fisica. Il benessere della persona consiste nel sentirsi accolto, ascoltato, libero di esprimere le proprie idee; ciò porta la persona ad avere autostima. Molti disturbi alimentari come la bulimia e l'anoressia sono legati a un disagio psicologico collegato al non sentirsi accettati o amati. E' quindi fondamentale promuovere e discutere a scuola dei disagi che molti adolescenti provano nell'affrontare difficoltà famigliari o legate all'accettazione di se stessi, con i propri difetti, ma anche con i propri talenti. Ognuno è unico e irripetibile!

Un altro tema su cui è importante che i giovani si confrontino è quello dell'intolleranza e dei pregiudizi. Nonostante l'Italia sia un paese accogliente nei confronti delle persone più disagiate, accadono spesso episodi di razzismo e discriminazione nei confronti, per esempio, di persone di origine straniera o con disabilità. Proprio a scuola i ragazzi, guidati dall'esperienza degli insegnanti, possono imparare a rispettare le differenze di ciascuno e a vincere i pregiudizi che condizionano il nostro modo di vedere gli altri. Spesso proprio la paura di chi non è come noi ci porta ad atti di bullismo, ossia a prendere in giro chi è diverso da noi e con cui non abbiamo mai fatto amicizia. **La multiculturalità della nostra scuola di San Damiano** può essere una ricchezza per ciascuno di noi, perchè crescere e confrontarsi ogni giorno con compagni di etnie diverse può aiutarci ad aprire la nostra mente a modi nuovi di ragionare, di vedere la religione o il futuro, e quindi a mettere in discussione il nostro punto di vista che non per forza è quello giusto. Abbiamo la fortuna di vivere in un paese libero, in cui ognuno, ricco o povero, ha diritto alle cure mediche e all'istruzione, cioè a realizzare i propri sogni (impegnandosi seriamente nello studio, naturalmente). Dobbiamo essere grati di questo e ognuno di noi deve trovare la propria strada, quello cioè in cui è bravo per poter migliorare, anche se solo di poco, il nostro futuro. Tante piccole gocce formano un oceano e l'oceano non potrebbe esistere senza le nostre piccole gocce.

Marta Cartello

La salute e il benessere, possono essere di tipo fisico, di tipo psicologico e sociale.

Quando non si ha il benessere fisico è perchè, ad esempio, si soffre di obesità, anoressia, bulimia: disturbi alimentari che portano a problemi molto seri.

I disturbi fisici potrebbero essere causati anche da problemi psicologici causati ad esempio dai continui giudizi delle persone. Tutto questo potrebbe portare alla depressione, che è una malattia che colpisce molto i ragazzi.

I problemi sociali sono causati dall'ansia e timidezza che portano alla poca socializzazione con le persone e non riuscire ad aprirsi.

Sofia Kacbufi

L BENESSERE

L'OMS collega la nozione di salute a quella di benessere, non solo fisico ma anche mentale e sociale.

In questi ultimi tempi di pandemia abbiamo sentito parlare molto dell'OMS; ma che cos'è questo ente?

L'OMS, l'Organizzazione Mondiale della Sanità, è stata fondata il 12 Luglio 1946 ed è entrata in vigore il 7 Aprile 1947 con sede a Ginevra, in Svizzera.

Quest'ultimo punta al raggiungimento di tutto il mondo del più alto livello di salute possibile ma anche al raggiungimento del totale benessere fisico, mentale e sociale.

La salute e il benessere sono anche uno degli obiettivi dell'Agenda 2030.

Per la salute e il benessere fisico bisogna seguire un'alimentazione sana e bilanciata, fare allenamento o fare almeno 30 minuti di attività fisica al giorno, dormire un numero di ore adeguato ed evitare stili di vita dannosi come fumo, droga e alcool.

La salute mentale è una componente essenziale per la salute in generale, e quindi per il benessere della persona. Le dipendenze sono un grave danno per la salute mentale e sono generate dall'assunzione di sostanze dannose che possono generare uno stato di malessere fisico e psicologico.

Il benessere sociale consiste nella salute dei rapporti con gli altri e con la natura:

in altre parole si tratta di trovare un equilibrio e un'interazione con l'ambiente

esterno in qualsiasi momento della vita (lavoro, tempo libero, famiglia).

Nicolo' Cotroneo

Nello sport bisogna stare bene fisicamente: fare i dovuti controlli (esami, visite mediche...) cercare di avere un'alimentazione sana, allenarsi le giuste ore al giorno per non perdere il proprio ritmo.

Ovviamente subito ci vuole un riscaldamento prima di iniziare a fare ad esempio: gli ostacoli, la corsa, il lancio del peso...

Bisogna anche **stare bene col gruppo di compagni di squadra**, infatti lo sport aiuta a fare nuove amicizie e a raggiungere certi obiettivi che si desiderano.

"A me è capitato quest'estate di iniziare un nuovo sport.

Ma subito non mi trovavo per niente bene, ovviamente non parlavo con nessuno.

Dopo un paio di mesi iniziai a parlare anche solo con un:

"Ciao come va?"

Adesso sono sempre contenta quando ritorno a casa, e parlo con diverse ragazze, anche con quelle che non conosco o che sono più grandi di me.

Sono felice che ora ho delle nuove amiche e che ci rispettiamo."

Gloria Priscornita Fiorilli

Negli ultimi 58 anni la salute e il benessere sono diventati due dei pilastri fondamentali della vita quotidiana. L'OMS - svolge il proprio lavoro gestendo e coordinando tutte le attività riguardanti la salute, in modo che tutti gli esseri umani possano godere del massimo livello di benessere. Diceva il filosofo tedesco Arthur Schopenhauer: **"La salute non è tutto, ma senza salute tutto non è niente"**; infatti il pensatore tedesco, già nel 1788, sottolineava la sua importanza, affrontando uno dei temi più problematici nella nostra società odierna ossia l'obesità.

I numeri delle persone che oggi sono in sovrappeso lo dimostrano: il 15,3% della popolazione italiana è affetta da questa malattia dovuta a un eccessivo accumulo di tessuto adiposo che si sviluppa per diversi fattori quali quelli genetici, endocrini, metabolici o ambientali.

Quindi l'OMS consiglia di fare sport per mantenersi in forma sia fisicamente che mentalmente. Occorre inoltre seguire una dieta equilibrata ricca di frutta e verdura.

Jacopo Marchisio

Come dice L'O.M.S (Organizzazione Mondiale della Sanità) il benessere deve essere: **FISICO, PSICOLOGICO, SOCIALE.**

Non c'è cosa più vera, perchè se sei un po' in carne potresti avere dei problemi di salute, quindi a livello fisico non stai bene.

Alcuni popoli hanno tantissimo cibo e lo sprecano, altri addirittura non ne hanno e quest'ultimi a livello sociale hanno dei problemi.

Se si vuole davvero stare bene oltre a fare attività fisica e avere un sano equilibrio alimentare, bisogna impegnarsi tanto. Se si vuole, ad esempio, dimagrire non basta fare dieci minuti di esercizi e poi fermarsi, ma almeno venti minuti di allenamento e poi fermarsi circa cinque minuti. Una sana alimentazione è sicuramente molto molto importante, la parola d'ordine è VARIAZIONE: infatti non si può mangiare tutti i giorni un solo alimento.

Camilla Bruno

YOGA & NORDIK WALKING: UNA VINCENTE ACCOPPIATA



Quest'anno, per la prima volta, è stato attuato un nuovo Pon di educazione fisica dal titolo: "Camminare e Meditare", che è consistito nel praticare yoga, meditazione e nordic walking.

Ogni mercoledì da ottobre ad aprile, dalle 14,00 alle 16,00 gli alunni guidati dal professor di ed. fisica Lorenzo Cirillo e dall'insegnante di yoga Giulia Marcelli hanno svolto un'ora di camminata nelle strade centrali del paese o nei dintorni e, successivamente, hanno praticato un'ora di yoga in palestra o anche all'aperto.

"Facevamo molti esercizi, alcuni dei quali anche faticosi; ad esempio: "Il saluto al sole", cioè una sequenza di posizioni per dare il "benvenuto" alla primavera; "il fiore di loto" nella quale si protendono le braccia in avanti formando un fiore con le mani, che verrà poi riportato al petto; il "gatto-mucca", in cui si china la schiena in giù, con lo sguardo rivolto verso l'alto, e poi il contrario, cioè con la schiena verso l'alto e lo sguardo verso il basso; oltre a queste, abbiamo fatto molte altre posizioni."

Alice Damasio, Sara Gallo

Insegnante Marcelli, perchè avete pensato di abbinare lo yoga con il nordik walking?

Crediamo che lo yoga doni a questa disciplina sportiva "un'anima" in quanto attraverso la meditazione si possono percepire maggiormente i benefici apportati dal nordic walking; viceversa esso consente di assorbire quelli che sono i benefici dello yoga inoltre entrambi richiedono la presenza mentale e la consapevolezza dei movimenti che vengono svolti.

Come hanno risposto i ragazzi?

Gli studenti e le studentesse hanno reagito molto bene, all'inizio alcuni erano scettici, altri perplessi, con il passare delle lezioni tutti hanno via via dimostrato interesse, impegno e curiosità.

Quali sono, quindi, i benefici dello yoga in questa fascia d'età?

Lo yoga apporta benefici di tipo fisico e mentale: permette di mantenere una postura corretta, migliora le funzioni digestive, respiratorie e cardiache; inoltre potenzia le capacità di mantenere l'attenzione e dunque favorisce l'apprendimento. Nella pratica il corpo e la mente sono connessi: le posizioni calmano negli adolescenti le loro forti emozioni come rabbia, paura, ansia aiutando il loro autocontrollo generale e il rispetto per se stessi e gli altri.



ALFIERI,.....CHE PIZZA!



Mercoledì 2 marzo le classi 2^A e 2^D hanno accolto in aula Gianfranco Monaca, esperto conoscitore di Vittorio Alfieri, vicepresidente dell'Associazione Tempi di Fraternità, che è intervenuto parlando della **Vita** e delle **Satire**; da svariati anni la Scuola Media porta avanti un proprio progetto di valorizzazione della figura alfieriana proprio in collaborazione con il signor Monaca.

L'esperto ha illustrato vari episodi del nostro importante poeta astigiano: la vita nell'Accademia militare di Torino, l'incontro con il fratello dell'ambasciatore del Piemonte a Lisbona, le folli corse con i suoi otto cavalli, i viaggi in tutta l'Europa e le sue Satire.

Il sig. Monaca ha spiegato che la satira è un genere molto antico in cui si racconta la verità in un modo anche scherzoso ma senza offendere; è un miscuglio di argomenti che servono soprattutto a far riflettere. Alfieri nelle sue 17 Satire ha scritto e denunciato la verità della sua epoca, caratterizzata da vari problemi sociali. Nel corso della lezione poi Monaca, utilizzando delle frasi satiriche estratte da quelle alfieriane ed ispirandosi ad esse, ha mostrato agli studenti i propri disegni satirici per far comprendere come il genere sia attualmente molto utilizzato per porre in primo piano e comprendere i problemi del mondo che ci circonda, come lo sfruttamento del lavoro, la violenza, la corruzione.

Al termine dell'incontro Monaca ha spiegato agli alunni delle classi l'attività artistica che dovranno svolgere, intitolata **"Alfieri... che pizza!"** un audace accostamento tra la satira e la pizza, che è anch'essa un miscuglio di tanti ingredienti diversi come la satira.

I lavori realizzati saranno esposti dal 21 al 28 maggio in una mostra allestita nella Galleria Comunale di San Damiano.

CONCORSO PIAZZALFIERI 2021



Gli alunni della classe 3A della scuola media hanno lavorato nel corso del precedente anno scolastico su Vittorio Alfieri scoprendo aspetti curiosi ed

interessanti della sua vita e dei suoi svariati scritti, grazie all'intervento dell'esperto Gianfranco Monaca.

Il testo alfieriano con il quale i ragazzi si sono cimentati è l'*Esquisse du Jugement Universel*: dopo aver analizzato il passo e compreso la funzione della satira, gli alunni si sono cimentati nello scrivere il proprio Esquisse facendo un'autoanalisi satirica di se stessi.

Dopo una attenta selezione sono stati inviati alla Commissione Giudicatrice tre testi: due in versi e uno in prosa; nel corso della premiazione del 9 ottobre è stato apprezzato il testo di Tafili Trevis in cui lo studente, immaginando di trovarsi di fronte al Tribunale Divino, si descrive ironicamente come un alunno un po' discolo, chiacchierino ma nello stesso tempo sensibile e timido con gli adulti. Ancora una volta si evince che i testi dell'Alfieri possono essere fruibili anche dai nostri giovani adolescenti perché fanno da stimolo a riflessioni e ragionamenti davvero interessanti e attuali.

VINCITORI DEL PREMIO FELICE DANEO

Domenica 3 aprile al Foro Boario si è svolta la Cerimonia di premiazione dei vincitori del XXIV Concorso Letterario FELICE DANEO alla presenza di molte autorità e di un nutrito pubblico.

Anche quest'anno i vincitori della sezione Ragazzi sono tre alunni della nostra scuola.



Sara Nanu della classe 3A ha vinto il 3° premio con il racconto autobiografico *"Io corro contro le mie paure"* in cui narra episodi dove emergono incertezze e paure che affronta con forte coraggio e grande speranza per il proprio futuro.

Sara Gallo della classe 3D ha vinto il 2° premio con il racconto *"L'infinita strada dei sogni"*: una ragazza ha il sogno di diventare un'attrice, alla fine grazie a suoi migliori amici riceve una borsa di studio per Los Angeles; dopo momenti di incertezza, motivata dalle parole del nonno, decide di andare per realizzare il suo sogno.

Il 1° premio è stato vinto da Giacomo Tarabra della classe 2D con il suo elaborato dal titolo *"Il capitano dell'anima"*; è la storia di un capitano che comanda una nave detta Anima, incontra un amico e passano una serata insieme, viaggiano poi per strade diverse; il capitano viene attaccato da un'altra nave ma dopo varie avventure si salva.

Complimenti a tutti!!!

CULTURA DELLA LEGALITA'



Martedì 29 marzo è venuto nelle classi prime e seconde il Maresciallo Scola per parlarci del rispetto delle regole, della salute, del bullismo e del cyberbullismo. Non è una cosa che succede tutti i giorni: prima di tutto ci ha detto che il suo lavoro non serve per fare

un dispetto alle persone, ma per fare capire quanto sia importante la salute: ci ha fatto un esempio della cintura dell'auto, quando i genitori ci dicono di metterla è non perché ci siano i Carabinieri ma perché serve per il nostro bene e per la nostra salute.

Successivamente ha chiesto cosa sapevamo sul bullismo e se qualcuno avesse mai avuto un periodo in cui sia stato bullizzato in classe. Ne abbiamo parlato per un'ora intera e abbiamo capito che il bullismo è un atto di prepotenza nei confronti di una persona debole, timida che abbassa l'autostima e fa sentire sbagliati; molto spesso le persone che vengo bullizzate hanno paura e non riescono ad affrontare il bullo; principalmente però i bulli sono sempre più fragili, hanno molte insicurezze e cercano così di sfogarsi.

Come tutti sappiamo ormai, il mondo è praticamente dipendente da internet, molte persone attraverso uno schermo parlano di persone che probabilmente non conoscono neanche e giudicano il fisico altrui creando dei disagi: questo è il cyberbullismo. Prendere in giro un compagno davanti ad altri o in rete è reato di diffamazione. Il Maresciallo ha poi spiegato che cosa fare in queste situazioni e a chi rivolgersi: bisogna parlare con gli adulti, sfogarci in modo tale da riuscire a superare il problema. Mentre spiegava era molto chiaro e cercava di fare esprimere l'opinione agli studenti. Ha svolto una lezione davvero interessante.

Sofia Kacbuli, Greta Prenga, Rebecca Luka

SFIDE ARTISTICHE FRA STUDENTI

Durante il quasi terminato anno scolastico, gli alunni hanno partecipato a svariati concorsi riguardante l'arte, in tutte le sue forme e scopi. Tra questi, possiamo nominare: il disegno per dell'agenda 2030, il disegno per il diario, il fotocontest di carnevale (organizzato dal Comune) e, infine, il concorso "lo rispetto gli animali".

Queste "sfide artistiche", sono un'ottima metodologia per spronare giovani studenti ad esprimere la propria creatività e idee, talvolta aiutando e contribuendo a diffondere un buon messaggio (con lo scopo di influire positivamente sul pensiero altrui). Ci si augura che progetti simili continuino nel tempo affinché possa essere presente, nei giovani, una maggiore sensibilità verso tali importanti e contemporanei temi.

Giorgia Lano e Costanza Lombardo 3C



CORSO DI LATINO



Il 17 gennaio è iniziato, per le classi terze, un corso di avviamento al latino per far apprendere le prime basi di questa lingua.

I ragazzi che si sono iscritti al corso non sono soltanto coloro che si ritroveranno a studiare il latino alle scuole superiori, ma anche quelli che sono semplicemente curiosi di conoscere una lingua che ha dato origine al nostro Italiano.

Già fin dalle prime lezioni, il corso si è rivelato interessante, anche per merito della professoressa Giulia Gerbi che ha saputo spiegare in modo semplice i concetti, le regole e le declinazioni.

Il corso pomeridiano, gratuito, è terminato a marzo, non è stato previsto un esame finale ma ciò che è stato appreso dagli alunni tornerà loro sicuramente utile in futuro.

Francesca Ponte

CORSO KEY FOR SCHOOLS



Nel periodo da febbraio ad aprile 2022 si è tenuto, presso la nostra scuola, il corso di potenziamento di lingua inglese e di preparazione alla certificazione Key for Schools (KET). Dodici ragazzi e ragazze delle diverse classi terze si sono impegnati nell'attività pomeridiana per migliorare le loro abilità comunicative orali e scritte e la

comprensione del testo scritto. Il corso, iniziato in modalità DAD, è presto proseguito in presenza su richiesta stessa degli alunni, desiderosi di mettersi in gioco dal vivo.

Il giorno 12 aprile, alla presenza delle esaminatrici madrelingua, si è tenuto l'esame. Ora non ci resta che aspettare gli esiti. Fingers crossed!

PON INGLESE E FRANCESE



Durante la "Scuola d'Estate": dal 30 agosto al 9 settembre 17 allievi delle classi seconde e terze hanno partecipato al percorso "We learn English...et on parle Français!" Ogni giorno dalle 9.00 alle 12.00 sono state affrontate attività nelle due lingue straniere. La giornata è sempre

iniziata con un gioco in lingua, a seguire un'attività di tipo laboratoriale

e, per concludere, un'ulteriore attività ludica in lingua straniera. Per quanto riguarda i laboratori di inglese, gli alunni si sono cimentati con ricette, canzoni, barzellette e attività di scrittura creativa. Durante le giornate dedicate al francese, gli allievi hanno affrontato attività relative a diversi ambiti lessicali: le vacanze, la casa, un tipico piatto francese: le crepes e i gerghi utilizzati dai giovani in Francia. Le ultime due giornate sono state dedicate ad attività pratiche: i ragazzi hanno realizzato dei biglietti di benvenuto per i compagni che sarebbero di lì a poco rientrati dalle vacanze e hanno creato dei segnalibri di diverse forme.

Gli alunni hanno mostrato interesse, partecipazione e hanno sempre risposto con entusiasmo alle attività proposte.

PON SPAGNOLO



Nell'ambito del PIANO ESTATE promosso dal Ministero dell'Istruzione, destinato a recuperare apprendimenti e socialità perduti negli ultimi tempi di pandemia, dad e chiusure, la nostra scuola ha organizzato dal 17 al 30 giugno 2021 il primo PON estivo: un corso inerente le lingue straniere e il canto dal titolo:

"English? Espanol?...cantando mejor"

Il prof. Dario Tudisco e la prof.ssa Alessia Sposato hanno scelto alcune canzoni in lingua spagnola e inglese da far ascoltare e cantare ai 15 ragazzi che hanno partecipato al corso.

Tra una cantata e l'altra, un video e l'altro - un po' al parco e un po' in classe - abbiamo ripassato un po' di inglese e spagnolo a partire proprio dai testi di quelle canzoni! E..... udite, udite....ci siamo proprio divertiti!

TEATRO DI SPAGNOLO CON LE QUINTE DELLA PRIMARIA

Giovedì 2 dicembre, la classe 3A, nell'ora di lingua spagnola, si è svolta una videochiamata con le classi quinte di diverse scuole primarie durante la quale c'è stata una recita in lingua spagnola.

La classe era emozionata ma anche imbarazzata perché tutti i ragazzi che dovevano partecipare alla scena erano entrati nella propria parte, non solo nel parlare ma anche nel vestirsi (un alunno era vestito da vecchietto, un'altra da bambina piccola, ecc). Alcune classi delle primarie erano in DAD altre invece a scuola, ma in entrambe i bambini erano super attenti ad ascoltare la recita. Nella prima parte dell'ora la professoressa di spagnolo Alessia Sposato ha spiegato ai bambini cosa avrebbe fatto la classe delle medie e ha raccontato la trama della divertente scenetta per permettere ai bambini di seguire lo svolgimento nonostante la lingua straniera: c'è una famiglia disperata in campo economico, un ragazzo che deve consegnare la pizza ma non riesce a trovare l'indirizzo giusto e arriva per sbaglio a casa loro e infine la cosiddetta "cobradora" che sarebbe colei che deve raccogliere i soldi dell'affitto del loro appartamento (ma loro non hanno un soldo). Alla fine il ragazzo della pizza se ne andrà senza essere riuscito a riscuotere i soldi ma, intenerito, regalerà una fetta di pizza alla bimba affamata.

Una buona parte degli alunni della classe 3A ha svolto la scenetta di teatro; al termine i bambini di quinta primaria hanno iniziato a fare alcune domande sullo spettacolo e altre sulla scuola media; la 3A, ormai esperta, ha risposto tranquillizzandoli perché la scuola media non è altro che un passo in più per crescere e andare avanti con gli studi così come dalle medie sarà per il passaggio alle superiori.

Nanu Sara



AMICIZIA NELLA MIA CLASSE



Da quando mi sono trasferita qua in Italia ho fatto molte amicizie, ma le prime sono state quelle di quando sono entrata per la prima volta nell'aula. L'anno scorso non litigavamo così tanto però ci sono state delle volte in cui abbiamo dovuto risolvere dei piccoli problemi. Invece quest'anno ci sono stati dei momenti in cui litigavamo proprio tanto e c'era quell'aria "tossica" nella classe; forse abbiamo litigato per via dello stress oppure perché dovevamo scaricare tutta la rabbia; ma ho capito che litigare non porterà mai a qualcosa di buono. Qualche mese fa è arrivata nella nostra classe una nuova compagna: l'amicizia con lei è meravigliosa ed auguro a tutti di provare un'amicizia come la nostra.

Mi è venuta l'idea di fare quest'articolo perché volevo trasmettere agli alunni che staranno ancora in questa scuola che devono apprezzare ogni momento passato con i compagni e di non litigare mai tra di loro. Se mettessimo da parte l'odio e provassimo ad essere più buoni senza paura del giudizio degli altri, arriveremmo a tanti cambiamenti sociali.

Denisa Gligor

ESSERE AMICI DI TUTTI PUO' ESSERE DIFFICILE

Secundo me l'amicizia non è una cosa come passarsi i compiti a scuola, uscire o mandare infiniti messaggi al cellulare. L'amicizia è il voler bene a una o più persone, dimostrando che potrai esserci in qualsiasi momento, non parlo solo delle amicizie di scuola ma anche quelle che ti puoi fare in qualsiasi altro momento. L'amicizia nella scuola è particolare, soprattutto nella mia perché alle medie non riesci mai ad essere amico o amica di tutti, perché ci sarà sempre qualcuno che te lo impedirà. Nella mia classe io riesco ad essere abbastanza amica di tutti, ma noto che alcuni non ci riescono perché appena si inizia a parlare di un argomento c'è sempre qualcuno che fa qualche battutina ironica o che non la capiscono e iniziano a urlare, insultare o a fare il muso senza motivo. Un'altra cosa che secondo me non ha senso sono le "migliori amiche" perché penso che se un giorno la tua "migliore amica" se ne va, ci starai malissimo perché sei troppo legata solo a lei.

All'inizio di quest'anno ho avuto qualche problema con i miei compagni ma alla fine sono riuscita ad affrontare tutto e adesso sono più forte di prima perché ho avuto il sostegno da parte dei miei veri amici, dai professori e ovviamente dalla famiglia che mi ha aiutato a ragionare e soprattutto a reagire.

Una cosa importantissima che ho capito è quella legata al bullismo perché se qualcuno ti bullizza e tu ti metti a piangere e fai il debole, quel bullo continuerà ad "attaccarti"; invece devi stare con la testa alta e far finta di niente, far passare le offese da un orecchio all'altro, in questo modo non verrà più da te e potrai stare sereno; ovviamente non devi diventare tu il bullo ma devi imparare a far ragionare chi ti ha bullizzato e capire il motivo; magari riesci a far diventare il bullo una persona migliore!

Gli amici se non li tratti in modo "pulito", ti riempiranno di macchie che farai fatica a mandare via, come una maglia bianca sporca di vino: puoi lavarla quante volte vuoi ma non verrà mai pulita del tutto.

Sara Nanu

L'AMICIZIA IN SEMPLICI "SE"

Se sei un chitarrista tratta i tuoi amici come fossero chitarre.

Se sei un cantante tratta i tuoi amici come fossero canzoni.

Se sei un bambino tratta i tuoi amici come fossero giochi.

Se sei un lettore tratta i tuoi amici come fossero libri.

Se sei un fotografo tratta i tuoi amici come fossero foto.

Se sei un fioraio tratta i tuoi amici come fossero piante.

Se sei un ragazzo tratta i tuoi amici come fossero la tua più grande passione.

Se sei un artista tratta i tuoi amici come fossero pennelli.

Se sei una normale persona, che svolge qualsiasi altro tipo di lavoro, o sei un bambino piccolo impara a trattare i tuoi amici come si deve, perché senza loro sarebbe impossibile vivere!

Sara Nanu

La mia classe, la 3D, è molto particolare: siamo tutti diversi, ma nel complesso ci equilibriamo. All'inizio, lo ammetto, non c'era un grande legame tra noi, magari anche a causa del cambiamento dei compagni della scuola; ma dopo varie risate e discorsi, all'inizio timidi, si è formato un grande legame tra noi. Prima era una classe distinta: alcuni non parlavano con tutti, ma via via il "legame di classe" ha iniziato a farsi sentire e ora non è più come prima. Credo che avremmo potuto fare di meglio, in fatto di legame, e a volte di studio. A volte manca un confronto fra di noi, anche verso i professori, e questo penso l'abbiamo ormai capito tutti. Sono passati tre anni e, se tutto va bene, finisce questo ciclo scolastico per noi; tre anni vivaci e in alcuni tratti sperimentati, tre anni passati velocemente. Forse con alcuni miei compagni non ho stretto un legame forte come con altri, ma penso sia nata, nonostante tutto, e da parte di qualcuno, un bel legame tra di noi, con insicurezze e buffonate e ognuno ha fatto da compagno di viaggio per tutti. Io sono una ragazza timida, e penso che questo ormai sia stato compreso da molti, perciò per me è stato un po' difficile farne parte di questo complesso, per le mie insicurezze, ma ogni tanto bisogna abbatterlo qualche muro che ci distacca da qualcosa, o qualcuno, e così penso di aver fatto, con difficoltà, come qualunque altra cosa, ma ce l'ho fatta, e ne sono felice.

Come fare? Pian piano bisogna mettere da parte le proprie paure di conoscersi perché alla fine può nascere un'amicizia che non immaginavi. In genere ogni classe è divisa tra persone che si mettono in mostra e altre che fanno l'opposto, e la maggior parte delle volte si è più amici con le persone che si mettono in mostra ma, per esperienza personale, vi posso assicurare che anche chi non si mette in mostra è simpatico e divertente, e questo sarebbe un altro muro da scavalcare: cercare di fare amicizia con tutti, anche con chi è più timido. I momenti felici di classe cerco sempre di ricordarmeli, perché stiano sempre nella mia mente e mi accompagnino durante i successivi percorsi; ma ricorderò anche alcuni brutti, perché mi hanno insegnato molte cose, e continuano tutt'ora a darmi cose nuove e importanti. Sto capendo che ciò che ti insegna la scuola nel suo insieme è, oltre allo studio, il rispetto per gli oggetti, l'ambiente, le persone, l'importanza dell'aiuto verso gli altri, ed è questo che, spesso, determina i legami tra le persone. Sono felice che la nostra amicizia si sia creata nonostante questo periodo difficile per ognuno, e in solitudine per qualcuno, tra lockdown, distanziamenti e dad. La cosa che dico è di buttarsi, lasciare indietro le paure, le insicurezze, senza di quelle sarai più felice, più libero.

Gallo Sara

LA NOSTRA ESPERIENZA NELLA SCUOLA

Noi siamo due ragazze della terza media, questi tre anni sono stati pieni di cambiamenti, ma passati in modo sereno. All'inizio può sembrare difficile, ma con il tempo si creano nuove amicizie e le lezioni diventano più interessanti. Vi auguriamo di passare questi tre anni in tranquillità, di legare con compagni e professori. Ma soprattutto vi auguriamo il meglio, godetevi le medie nel migliore dei modi, poiché negli ultimi mesi della terza vi renderete conto del percorso che avete fatto e delle vere amicizie che si sono create

Arianna Ferraro e Francesca Ponte

CONTINUITA' TRA PRIMARIA MEDIE PER TUTTO L'ANNO



Il progetto Continuità si è svolto lungo tutto l'anno scolastico, con vari momenti, incontri e progetti di tipo anche diverso.

Purtroppo causa pandemia e lavori in corso nella nostra scuola, non si sono svolti incontri di persona tra bambini e ragazzi ma ci sarà uno scambio di alcune cartoline scritte dai ragazzi delle seconde per i compagni di quinta ai primi di giugno in Via Cici. Per ovviare alla situazione dell'emergenza sanitaria sono stati fatti degli incontri via Meet tra alcune classi delle medie e le quinte della primaria: tra il 30 novembre e il 7 di dicembre ognuna delle quinte ha avuto modo di effettuare un incontro virtuale con i compagni di 1A, 1B, 1D, 2A e 3A, classi abbinate, appunto, ciascuna ad una classe quinta. I bambini hanno preparato molte domande mostrando curiosità ed estrema attenzione alle risposte dei compagni più grandi, che stanno già vivendo l'esperienza della scuola media e che hanno spiegato e tranquillizzato i futuri "primini". Alcuni ragazzi delle prime hanno anche realizzato dei disegni che hanno mostrato ai compagni in videochiamata. I ragazzi di 3A hanno recitato in spagnolo una scenetta su cui stavano lavorando, mostrando così ciò che si può arrivare a fare dopo tre anni di studio di una lingua straniera alle medie. Inoltre tutti i docenti dell'Indirizzo Musicale si sono prodigati per far conoscere i vari strumenti agli alunni delle quinte andando in presenza nelle loro classi con prove attitudinali alla scoperta della bellezza della musica.

In due venerdì di dicembre si è anche svolto l'**open school**, nuovamente online, in modo da permettere la più ampia partecipazione delle famiglie. Durante l'incontro la Dirigente e i docenti hanno presentato la scuola, la sua filosofia e i suoi progetti principali e hanno poi risposto alle domande dei genitori. E' stato poi pensato e messo in piedi il "**Green Pass...i**" nome scherzoso di un sotto-progetto legato alla tematica comune del progetto Continuità: "**Mi nuovo green**".

Lo scopo del progetto è sensibilizzare bambini e ragazzi a muoversi di più a piedi, per la propria salute e benessere e per il rispetto dell'ambiente e si inquadra perfettamente anche nella cornice di progetti più ampi promossi nel nostro Istituto Comprensivo e/o di didattica outdoor.

I docenti hanno scaricato sul proprio cellulare una APP che permette al dispositivo di diventare all'occorrenza un vero e proprio contapassi durante le passeggiate didattiche, visite d'istruzione, lezioni all'aria aperta ecc.; i passi così documentati verranno sommati e alla fine dell'anno avremo un totale relativo a tutto l'Istituto comprensivo. Speriamo sia solo l'inizio di una buona pratica che diventi presto sana abitudine e, perchè no? Tradizione.

Le docenti Referenti della Continuità

ORIENTAMENTO NELLE CLASSI CLASSI TERZE

Nel corso dell'anno scolastico sono stati organizzati vari incontri sia con le classi terze e sia con le classi seconde per favorire l'Orientamento scolastico in vista delle iscrizioni. Il giorno 17 novembre gli alunni delle classi di terza hanno partecipato ad una prima lezione di orientamento per approcciarsi al mondo della scuola superiore.



L'incontro è stato tenuto da una referente regionale, che ha aiutato i ragazzi, attraverso la compilazione di schede e moduli, a riflettere su se stessi e

sui propri interessi, passioni e preferenze.

Una scheda proposta è stata particolarmente significativa perchè dai risultati della loro compilazione veniva fuori la scuola superiore adeguata al profilo dell'alunno.

Il 15/12/2021 c'è stato il secondo incontro in cui i ragazzi dovevano indicare le proprie medie nella varie discipline con lo scopo di riflettere sul proprio andamento scolastico.

Al termine sono stati presentati due video; il primo per far capire che non bisogna mollare nè arrendersi ma che bisogna andare avanti per i propri obiettivi, il secondo era un video, divertente, che aiutava nella scelta della scuola superiore.

Sara Gallo, Francesca Ponte

CULTURA IN MOVIMENTO ORGANIZZA UN INCONTRO



Anche quest'anno scolastico gli alunni della 2A e 2D proseguono con il progetto "Cultura In Movimento" organizzato dagli educatori del "Cinema Vekio" di Corneliano d'Alba in collaborazione con il Comune di San Damiano.

Il progetto è iniziato nel 2018 con l'utilizzo dello spazio in Via Cici; nel primo incontro del 28 ottobre gli alunni hanno discusso riflettendo su che cosa realizzare in questo spazio ed è nato il desiderio di poter incontrare in primavera i compagni delle classi quinte della primaria, per la realizzazione di giochi e di laboratori di socializzazione per conoscersi meglio ed "accompagnarli al loro futuro ingresso in prima media".

Nel secondo incontro gli alunni hanno avuto il compito di creare delle cartoline da distribuire alle classi quinte per invitare e coinvolgere i ragazzi all'incontro a giugno proprio in via Cici.

Marta Cartello, Matteo Marchisio, Nicolo' Cotroneo

CULTURA IN MOVIMENTO A CORNELIANO D'ALBA



Venerdì 8 aprile un gruppo di alunni, rappresentanti delle due classi seconde, si sono recati nel pomeriggio proprio al Cinema Vekio di Corneliano d'Alba ed hanno incontrato gli altri gruppi di studenti delle scuole aderenti per raccontarsi i rispettivi progetti territoriali di "Cultura in movimento" e partecipare insieme ai laboratori organizzati da Alberto e da Caludio: fumetto, teatro, filosofia e video. E' stato un momento molto importante che ha favorito la condivisione, la socializzazione e la partecipazione attiva dei ragazzi.



NUOVI AMICI A SCUOLA

“Ok ragazzi, adesso potete sapere cosa abbiamo ospitato qui a scuola e sono... udite udite....” ... bene, ora facciamo un passo indietro. Alcune settimane prima la professoressa di arte ci aveva comunicato il fatto che la scuola avrebbe accolto **un ospite speciale** che avrebbe dormito e mangiato a scuola, che potevamo “intervistare” e se possibile fotografarlo; noi compagni eravamo

stupiti e avevamo iniziato ad abbozzare qualche teoria, chi pensava fosse una scimmia, chi un serpente, chi un uccellino e addirittura chi fosse una persona. I giorni passarono e finalmente la professoressa di arte Luisa Franco e il professore di tecnologia Giancarlo Ingui ci hanno svelato la sorpresa: la nostra scuola accoglieva nel laboratorio di arte degli... **insetti stecco!** I docenti ci hanno fatto riflettere sull'uso delle parole e su come possano condizionare le persone, infatti la descrizione e gli “indizi” che ci avevano dato non ci avrebbero mai fatto arrivare a capire che si trattava di insetti così particolari. Spesso ciò che è sconosciuto può incutere paura, incertezza e timore. Si tratta di pregiudizi che dobbiamo superare. Ma torniamo a noi, questi insetti sarebbero stati fino a fine mese nel laboratorio di arte, il professore di tecnologia ci ha spiegato la parte più “scientifica” di questi animali, come vivono, di cosa si nutrono, le loro caratteristiche e cosa mangiano, li possiamo trovare in tutta l'area del Mediterraneo nord occidentale, e in Italia, sia al nord sia al sud anche se dalle nostre parti ci sono pochi maschi. La femmina può riprodursi per partenogenesi. Come curiosità aggiungiamo che praticano la tanatosi, cioè possono far ricrescere la propria zampa, oscillano come delle foglie per mimetizzarsi al meglio e riescono anche a cambiare colore. Sono animali che possono sopravvivere in media 1 anno, si nutrono di rovi e di foglie di rosa (non trattate) e di nocciolo. I docenti ce li hanno fatti toccare e prendere in mano, per alcuni è stato divertente altri compagni invece non ce l'hanno fatta. Ringraziamo il professor Ingui che ci ha regalato questa esperienza indimenticabile.

Francesca Ponte

IO, CITTADINO NEL MIO COMUNE

Tutta la scuola media ha partecipato al concorso/progetto di Educazione Civica “Io cittadino nel mio comune”. In verità il concorso è stato esteso a tutto l'Istituto comprensivo: sia l'Infanzia che la scuola Primaria dei vari comuni. Ogni alunno ha osservato il proprio luogo (paese o frazione) per individuare carenze e pregi. Intanto ci ha sorpreso, alzando gli occhi dal suolo, scoprire angoli, portali, finestre, alberi, mai osservati prima. Quindi è stata fatta un'indagine di tipo urbanistico, progettando in seguito di fare una proposta scritta, in qualche caso anche disegnata, per individuare un intervento per migliorare i punti deboli e valorizzare i punti di forza dei luoghi pubblici. Nei brainstorming in classe abbiamo capito che “cittadino” vuol dire sentire il proprio luogo di residenza come se fosse la propria casa, volersi occupare, con rispetto dell'ambiente naturale e storico, di rendere questa casa bella, piacevole, funzionale, accogliente; desiderare di portare migliorie, fosse anche una luce per illuminare meglio una via buia, una striscia pedonale per favorire l'attraversamento delle strade, un marciapiede o una pista ciclabile, una fioriera,...

Le proposte sono state centinaia.

È stato bello capire che, con le nostre segnalazioni, il Comune potrà attuarne qualcuna, così come è già avvenuto negli scorsi anni, grazie alla preziosa collaborazione tra Amministrazione Comunale e Scuola.

Gli alunni e i docenti, inoltre, ringraziano il Comune per aver dotato di LIM tutte le classi della nostra scuola.

CORSO DI FOTOGRAFIA

Si è svolto un corso di fotografia, quest'anno tenuto dalla Prof.ssa Franco Luisa, nelle classi terze. Sono state proiettate alla LIM numerosi scatti della fotografa Chiara Sacchetto, quali esempi sui quali comprendere le regole della composizione fotografica, le luci,

il chiaroscuro. Abbiamo capito come la fotografia abbia un forte impatto comunicativo, per il suo linguaggio immediato; può suscitare tanti tipi di emozione e, a questo scopo, si possono usare ritocchi con filtri e rendering. Abbiamo anche riflettuto sul fuoco e il punto di vista, molto importante soprattutto nei ritratti di figure umane.

Al termine gli studenti hanno partecipato ad un concorso “interno” alla scuola, suddiviso in tre categorie:

- **foto di dettaglio, foto di persona** (attenzione, chiedere sempre il permesso prima di scattare la foto ad una persona), **foto di paesaggio**.

Quando sarete in terza, pronti con la vostra macchina fotografica o smartphone eCLICK!!!!

Quaglino Andrea

Ecco i vincitori del Concorso:

1° premio foto paesaggio Fara Andrea

1° premio foto ritratto Mancuso Giulia

1° Premio foto dettaglio Valle Lorenza

Menzione speciale a Gligor Denisa, Ferraro Arianna, Franco Angelica, Leon Marcu

LA MIA MUSICA NEL POMERIGGIO



Ho iniziato a suonare la tromba appena ho incominciato la prima media. All'inizio non ero sicuro, in realtà non volevo farlo, volevo uscire dalla scuola e urlare “finalmente sono libero” e non suonare

nè rimanere un intero pomeriggio a scuola. Ma tutto ciò non è accaduto, mi sono iscritto all'indirizzo musicale, i primi mesi abbiamo imparato a conoscere le note, e poi un po' prima di Natale ho iniziato a provare e a suonare, ero uno “schifo totale”, non ero capace, ma poi con un po' di impegno sono riuscito a fare una nota, poi un'altra fino a ora, in cui sto cercando di suonare le note più alte, è molto difficile, perché bisogna avere molto fiato, però penso che prima della fine dell'anno scolastico riuscirò a farle. Io ho lezione 2 volte a settimana, una che dura 40 minuti e l'altra dura 2 ore ma sono insieme ad altri miei compagni, con cui suoniamo brani e ci divertiamo insieme al nostro professore Giampiero Malfatto, lui è un professore molto bravo, con lui ci sono momenti in cui puoi scherzare e altri dove ti devi impegnare al massimo. Come dicevo, all'inizio non riuscivo a suonare perché il mio problema era quello che non facevo uscire l'aria dalla bocca, quindi non usciva nessun suono...come dice lui, “sembra la catena di una bici quando non metti l'olio”. Anche se all'inizio non volevo andare all'indirizzo musicale, adesso, lo consiglio a tutti, perché è bello imparare cose nuove e suonare brani come l'Inno di Mameli, il Gatto e la volpe, il Bullo Citrullo...

Edoardo Porello

L'INDIRIZZO MUSICALE

Nel lontano 2018 decisi di iscrivermi a questa scuola sia perché vicino a casa, sia perché sapevo che avrei avuto tante opportunità: tra queste, una in particolare che subito mi colpì, fu quella dell'indirizzo musicale. Per gli studenti che scelgono di frequentarlo, sono previste ore di lezione musicale in più al pomeriggio, per imparare a suonare uno strumento a scelta tra flauto traverso, tromba, trombone, pianoforte e chitarra. Io ho frequentato il corso di pianoforte, uno strumento che mi ha da sempre colpito e che, perciò, ho subito scelto. Purtroppo, con la pandemia, in questi due anni non si sono più potute svolgere alcune lezioni miste con i vari strumenti nè organizzare saggi e concerti di fine anno. Ovviamente, prima di iscriversi, bisogna essere consapevoli che non si potrà più cambiare idea o strumento per i successivi tre anni e che è un impegno di tempo e di studio in quanto si tratta di una vera e propria materia di scuola con tanto di voto in pagella. Scegliere di iscriversi all'indirizzo musicale non significa solamente imparare uno strumento ma anche avere la possibilità di conoscere e fare amicizia con studenti di altre sezioni, approfondire la conoscenza della musica in generale e capire se si è portati a seguire quella strada, mettersi alla prova con esibizioni in pubblico, avere un impegno ulteriore da portare a termine, crescere.

Francesca Ponte

LA BATTAGLIA DI CISTERNA



Il 4 e 11 marzo, l'insegnante Laura Mo è venuta a far vedere alle classi terze il documentario sulla Battaglia di Cisterna, che si è svolta il 6 marzo del 1945; nel documentario, realizzato da Mario Benotto con il contributo di Laura Mo, sono stati intervistati diversi anziani che abitavano a Cisterna o nei dintorni, che durante la battaglia erano dei ragazzi, o anche dei bambini, testimoni oculari della vicenda. Sono poi state ricostruite delle scene degli eventi realmente accaduti come la cattura e la fucilazione del giovane partigiano Rino Rossino, a cui sono intitolate varie piazze e vie dell'Astigiano. I testimoni hanno narrato molte cose interessanti come ad esempio il fatto che Cisterna fosse il "rifugio ideale" per i partigiani in lotta contro i fascisti, in quanto un luogo sicuro, su un'alta collina. Con tutte le informazioni storiche ricevute, gli studenti e le studentesse delle classi terze non vedevano l'ora di recarsi a Cisterna, per camminare sui "sentieri partigiani" e per osservare con i propri occhi tutto quello che hanno visto nel docufilm.

Sara Gallo e Denisa Gligor

LE CLASSI TERZE SUI SENTIERI PARTIGIANI



Martedì 5 aprile e giovedì 7 aprile gli alunni delle classi terze guidati da Laura Mo e Mario Benotto si sono incamminati per le vie e i sentieri del territorio di Cisterna d'Asti, Verzeglio, Ronchesio e Valmellana per esplorare i luoghi percorsi dai partigiani nel marzo

1945, e in particolare il 6 marzo in cui ci fu la battaglia di Cisterna tra i partigiani della 21ª brigata San Damiano e i fascisti. Nello stesso giorno (come già visto dagli alunni nel documentario presentato nelle classi) il partigiano Rino Rossino stava percorrendo la strada che conduce alla Valle Botassa quando incontrò dei fascisti che lo catturarono mentre stava portando un biglietto con informazioni sconosciute ai partigiani delle brigate Matteotti, guidati da Gino Cattaneo, stanziati a Bricco Scaglia. Una volta portato nella piazza centrale, il giovane partigiano rifiutò di passare dalla parte fascista e ingoiò il biglietto: così fu fucilato. Sul muro della piazza di Cisterna intitolata proprio a Rino Rossino, sono rimasti i fori dei proiettili che lo hanno ucciso. Il percorso è continuato sotto la lapide di Adrian Alexander Hope, maggiore inglese delle Missioni Alleate, che fu ucciso per errore dai partigiani in una stanza vicino alla attuale scuola materna; le classi si sono successivamente spostate al cimitero dove furono anche fucilati alcuni fascisti per mano partigiana. La camminata è proseguita sulle colline dalle quali è stato possibile vedere varie case che erano ex basi partigiane tra Verzeglio e Ronchesio. L'itinerario è terminato a Valmellana dove i fascisti il 7 marzo 1945, per vendicarsi della sconfitta subita il giorno prima a pochi passi da lì, avevano incendiato le cascine di questo piccolo borgo. Gli alunni e i docenti ringraziano l'insegnante Laura Mo e Mario Benotto che con molta pazienza e preparazione hanno guidato gli alunni alla conoscenza di eventi di storia locale che si innestano nel contesto storico più ampio della Resistenza tra il '43 e il '45.

Andrea Quaglino

DONNE RESISTENTI

Nella settimana seguente alle celebrazioni del 25 aprile, la ricercatrice storica dell'ISRAT Nicoletta Fasano ha tenuto 4 incontri nelle rispettive terze per approfondire con i ragazzi la tematica della Resistenza e delle donne partigiane. Dopo aver fatto un inquadramento storico introduttivo del periodo fascista e dei principali eventi della IIª guerra mondiale in Italia, l'esperta ha chiarito il significato di "Resistenza" come fenomeno europeo di opposizione ad un nemico invasore e,

nel caso dell'Italia, di contrasto al Fascismo. Nella lotta civile tra il '43 e il '45 molte **donne "resistenti"** del nostro territorio astigiano hanno preso una decisione coraggiosa e difficile come quella di entrare a far parte delle brigate partigiane. Nella società maschilista del tempo erano considerate donne scandalose per convivere clandestinamente a fianco di partigiani uomini, per indossare pantaloni e imbracciare armi. Hanno dato il loro importante contributo ma molte di loro sono state fucilate o arrestate, torturate e poi deportate a **Ravensbruck**, un campo di concentramento interamente femminile in Germania. La dott.ssa Fasano ha poi citato i nomi di partigiane sopravvissute come le sorelle Ombra, Margherita Mo, Nicoletta Soave che a piedi o in bicicletta facevano le staffette per portare i messaggi ai partigiani anche fino in Liguria.

Anche la sandamianese **Olga Idrame**, che lavorava alla Facis, faceva da staffetta in vari paesi dell'astigiano ed avvisava dei rastrellamenti, i suoi nomi di battaglia erano Neva e Paola. A conclusione degli incontri la ricercatrice ha parlato dell'importante conquista ottenuta dalle donne cioè' il **DIRITTO DI VOTO il 2 giugno 1946**.



ESPERIMENTI SCIENTIFICI IN 2A

Lo scopo del primo esperimento, svolto nella classe 2ªA, è quello di comprendere la digestione enzimatica grazie all'osservazione delle modificazioni che la

bromelina (un enzima presente nell'ananas fresco) produce sulla colla di pesce (gelatina di origine animale). Innanzitutto gli alunni hanno immerso i fogli di colla di pesce in un contenitore con un po' d'acqua; dopodiché hanno posto su ogni foglio inumidito dei pezzetti di ananas tagliati precedentemente. Infine hanno richiuso l'ananas andando a creare dei "fagottini" e li hanno messi in piatti, coperti, per una notte. Il giorno seguente hanno osservato che la colla di pesce era stata "sciolta" dall'ananas, proprio come avviene durante la digestione delle proteine nello stomaco (l'azione digestiva dell'ananas è nota, per questo è consigliato per concludere un pasto abbondante). Il secondo esperimento serve per verificare la presenza dell'enzima antiossidante **catalasi** nel campione di fegato. Gli alunni hanno aggiunto dell'acqua ossigenata (H2O2) al campione di fegato e hanno osservato l'effetto che ha su di esso; hanno notato la presenza di effervescenza dovuta all'ossigeno derivante della reazione chimica di decomposizione dell'acqua ossigenata in acqua e ossigeno operata dall'enzima.

Marta Cartello, Nicolo' Cotroneo, Matteo Marchisio

LAP BOOK

Noi ragazzi della 2 D abbiamo lavorato a un progetto di scienze dal titolo **UNA SETTIMANA SENZA PLASTICA**.

La professoressa ci ha divisi in gruppi e dovevamo creare un lap book dove scrivevamo le notizie trovate sul web. All'esterno abbiamo scritto i nostri nomi e la classe, come facciamo anche per i temi:

- la prima cosa che si vede è una catena alimentare che parla di come le microplastiche arrivano al mare e le mangiano i pesci, che vengono poi serviti nei nostri piatti;
- subito accanto si trova una busta riferita alla catena delle microplastiche in cui al suo interno si trovano dei piccoli bigliettini numerati, con essi si può giocare per ricreare un gioco per ricomporre la catena;
- sotto a sinistra abbiamo attaccato con la colla, un foglio piegato a metà con cui puoi capire come fanno le microplastiche ad arrivare in mari ed oceani.
- vicino a quel foglio piegato si trova una girandola, dove ci sono diverse informazioni sulle **microplastiche** infatti nel 2017 l'ONU ha dichiarato che ci sono troppe microplastiche nel mondo, sia quelle PRIMARIE sia e SECONDARIE.
- infine per ultima cosa c'è una linguetta da tirare, con alcuni consigli da poter seguire per sprecare meno plastica, come ad esempio utilizzare di più le borse di stoffa o riciclare la plastica per fare cose utili.

Gloria Priscornita Fiorilli, Alice Damasio, Camilla Bruno





CLASSE
1B





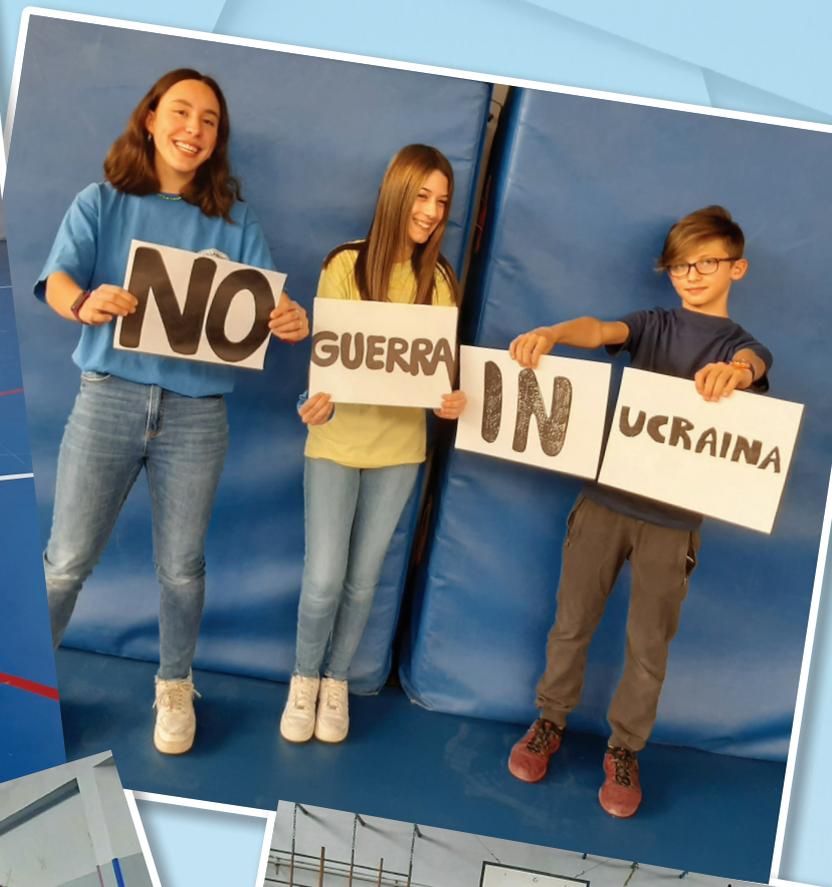
CLASSE
1D





CLASSE
2A

















CLASSE
3B









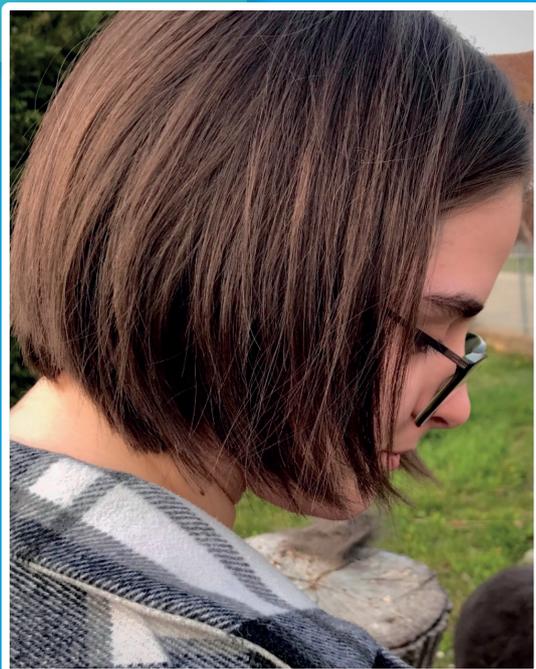




Le foto che hanno vinto il Concorso di Fotografia



Paesaggio – FARA ANDREA



Ritratto – MANCUSO GIULIA



Dettaglio – VALLE LORENZA

