

1

ITALIANO

BASE ★

POTENZIAMENTO ★★

LE LETTERE

Scrivi la **lettera iniziale** di ogni immagine.





















RICORDA!

Ogni parola inizia
con un **suono**.



2

ITALIANO SILLABE

BASE ★

POTENZIAMENTO ★★

Unisci ogni immagine alla sillaba iniziale.

MA



SO



LU



PA



MI



LEGGI LE SILLABE
E COLLEGA!



3

ITALIANO

BASE ★

POTENZIAMENTO ★★

COMPLETA LA PAROLA

Completa le parole con la sillaba mancante.



CA

— — —

MA



TA

— — —

PE



PE

— — —

SA



MA

— — —

CA



NA

— — —

TO



TRASCINA
la sillaba giusta
e **SCRIVI!**



LE FRASI

Riordina le parole e scrivi la frase giusta.

1

mangia

la

mela

bambina

la



2

cane

il

corre

nel

giardino



3

gioca

bambino

il

palla

con

la



USA LA MAIUSCOLA
E IL PUNTO FINALE!

Leggi bene la frase
che hai scritto. ♥



5

ITALIANO

BASE ★

POTENZIAMENTO ★★

SCRIVI UNA STORIA

Osserva l'immagine e scrivi una breve storia.





USA LA TUA FANTASIA!

Inizia, continua e dai un titolo alla tua storia. ♥



TITOLO:

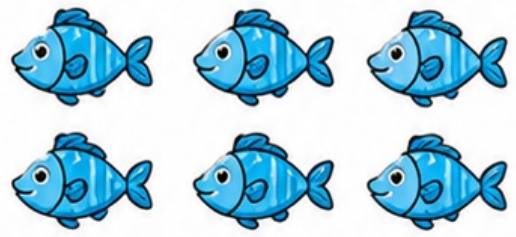
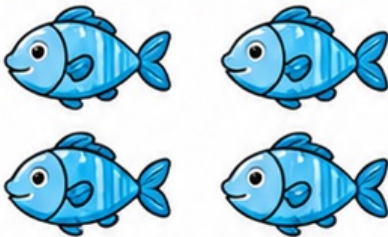
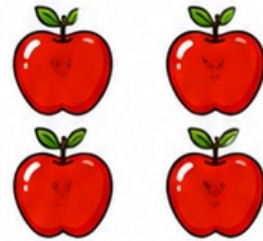
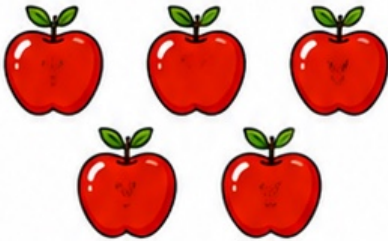
PIÙ, MENO O UGUALE?

Conta gli elementi e scrivi il segno giusto.

> PIÙ DI

< MENO DI

= UGUALE A



OSSERVA BENE
e usa il segno corretto!



CONTA E SCRIVI

Conta gli oggetti in ogni riquadro e scrivi il numero giusto.



.....



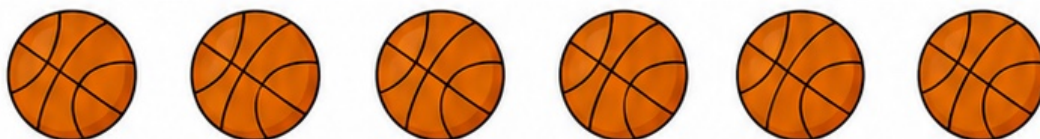
.....



.....



.....



.....



.....



.....



CONTARE è FACILE
se sei ATTENTO!
Bravissimo! ♥

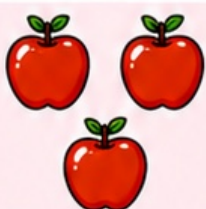


ADDIZIONI IN GIOCO!

Conta gli oggetti in ogni gruppo,
scrivi l'addizione e il risultato.



+



=

+

=



+



=

+

=



+



=

+

=



+



=

+

=



+



=

+

=



+



=

+

=

**BRAVO MATEMATICO!**

Conta con attenzione
e divertiti a sommare! ♥



PROBLEMI IN AZIONE!



Leggi, capisci e risolvi i problemi.
Scrivi l'operazione e la risposta.



RICORDA:

Leggi con attenzione, fai il disegno,
scegli l'operazione e scrivi la risposta!



- 1 Nel giardino ci sono 7 farfalle rosa e 5 farfalle azzurre.

Quante farfalle ci sono in tutto?

OPERAZIONE

RISPOSTA

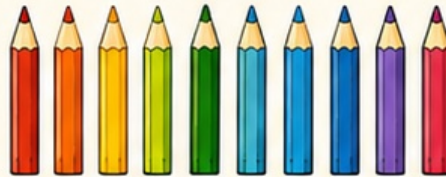


- 2 Giulia ha 12 matite.
Ne regala 4 alla sua amica.

Quante matite le rimangono?

OPERAZIONE

RISPOSTA



- 3 Nel cesto ci sono 15 mele.
Se ne mangio 6,
quante mele restano?

OPERAZIONE

RISPOSTA



Controlla sempre il tuo risultato
e... non dimenticare il disegno:

TI AIUTA A CAPIRE! ♥



CONFRONTIAMO!

Conta gli elementi in ogni riquadro
e scrivi il segno corretto.



>

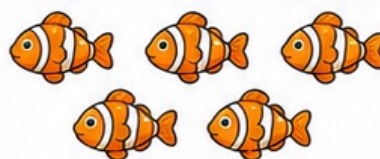
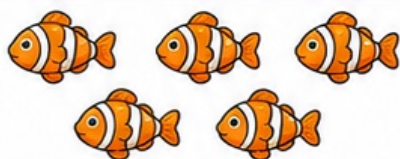
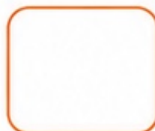
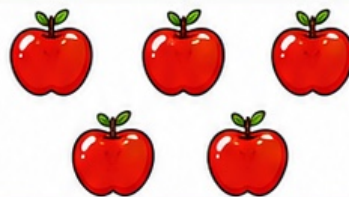
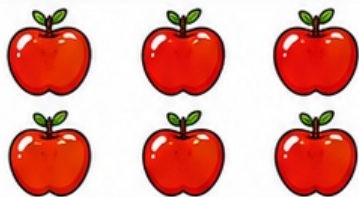
MAGGIORE DI
(più grande)

<

MINORE DI
(più piccolo)

=

UGUALE A
(stessa quantità)



CONTA CON ATTENZIONE
e scegli il segno giusto!
Ogni elemento conta! 😊

HAI FINITO?

Prova a inventare tu
altre tre coppie di oggetti
e confrontale!



DECINE E UNITÀ

Conta gli oggetti. Completa la tabella scrivendo quante decine, quante unità e il numero totale.



RICORDA!



10 unità formano 1 decina.

1 decina = 10 unità

2 decine = 20 unità

1 DECINA



= 10

1 UNITÀ



= 1

	DECINE (da 10)	UNITÀ (da 1)	NUMERO TOTALE

SCRIVI IL NUMERO IN PAROLE!

★ 12 →

★ 25 →

★ 34 →

★ 47 →

★ 56 →



OSSERVA E RISPONDI!



Quante decine e quante unità ci sono nelle mele?



Quante decine e quante unità ci sono nelle stelle?



Quale numero è composto da 2 decine e 7 unità?



OGNI OGGETTO CONTA... TU SEI UN CAMPIONE! ❤️



SOTTRAZIONI IN AZIONE!

Osserva, conta e completa le sottrazioni.

Scrivi il risultato.

TOGLIERE

serve anche a risolvere!



RICORDA!

Sottrarre significa **TOGLIERE** una quantità da un'altra.

Esempio: $5 - 2 = 3$

$$5 - 2 = 3$$

1

Ci sono 8 caramelle.
Ne mangio 3.

Quante caramelle restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

2

Ci sono 10 palloncini.
Si volano via 4.

Quanti palloncini restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

3

Ci sono 9 matite colorate.
Ne regalo 2.

Quante matite restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

4

Ci sono 7 stelle.
Si spengono 3.

Quante stelle restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

5

Ci sono 6 pesciolini.
2 nuotano via.

Quanti pesciolini restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

6

Ci sono 12 biscotti.
Ne mangio 5.

Quanti biscotti restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

7

Ci sono 11 fiori.
Ne colgo 4.

Quanti fiori restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

8

Ci sono 15 cuori.
Ne regalo 6.

Quanti cuori restano?

$$\boxed{\quad} - \boxed{\quad} = \boxed{\quad}$$

Complimenti!

Ogni volta che provi,
cresci e diventi più forte! 💪



Sei un piccolo
matematico!





SEQUENZE IN ORDINE!



Osserva la sequenza. Completa ciò che manca e scrivi il numero che viene **PRIMA** e quello che viene **DOPO**.



Attenzione all'ordine dei numeri!

PRIMA
il numero che
viene prima



NUMERO
dato



DOPO
il numero che
viene dopo



PRIMA

NUMERO

DOPO

1



.....

18

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

2



.....

35

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

3



.....

42

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

4



.....

57

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

5



.....

69

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

6



.....

83

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

7



.....

94

.....



PRIMA

NUMERO

DOPO

8



.....

100

.....



BRAVO MATEMATICO!

Ogni numero ha un posto preciso:
continua così! ♥



SFIDA EXTRA! ★

Scegli un numero della tabella
e scrivi: **PRIMA** - **NUMERO** - **DOPO**



ADDIZIONI IN AZIONE!



Conta gli elementi in ogni gruppo.
Esegui l'addizione e scrivi il risultato.



RICORDA!



L'addizione serve per **UNIRE** due quantità.

Esempio: $3 + 2 = 5$

1 Quante mele ci sono in tutto?



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

..... + =

2 Quante farfalle ci sono in tutto?



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

..... + =

3 Quanti palloncini ci sono in tutto?



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

..... + =

4 Quanti fiori ci sono in tutto?



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

..... + =

5 Quanti pesci ci sono in tutto?



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

..... + =

6 Quanti libri ci sono in tutto?



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

..... + =

SFIDA!

Risolvi questa addizione!



..... + =

Ce la puoi fare!



Ogni problema risolto è un passo verso di te: continua così!



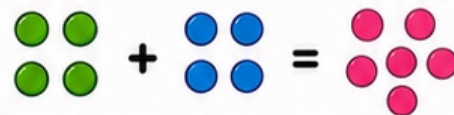
SOMMIAMO INSIEME!

Conta gli elementi in ogni gruppo,
esegui l'addizione e scrivi il risultato.

**RICORDA!**

L'addizione serve per UNIRE due quantità.

Esempio: 2 + 3 = 5



1



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

2



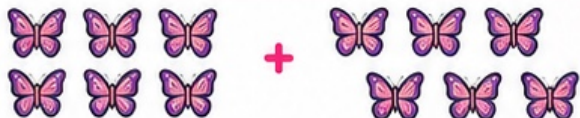
PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

3



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

4



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

5



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

6



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

7



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

8



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

9



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =

10



PRIMO GRUPPO

SECONDO GRUPPO

TOTALE

 + =
SFIDA
EXTRA!

Completa le addizioni.

6 + 7 = =

9 + 5 = =



Come ti è andata?

Colora la stellina!



OGNI PROBLEMA RISOLTO È UN PICCOLO SUCCESSO!



ADDIZIONI CON IL CAMBIO!

Conta, aggiungi e scrivi il risultato.
Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!



RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina



10 unità



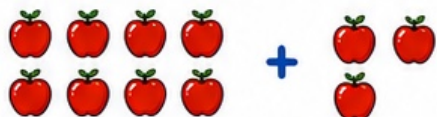
1 decina

Esempio:

$7 + 5 = 12$

1 decina e 2 unità

1 $8 + 4 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

2 $7 + 6 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

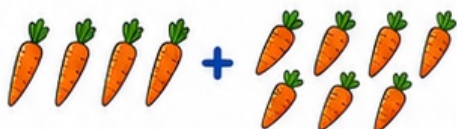
3 $9 + 3 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

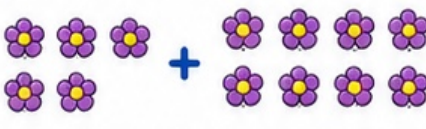
4 $6 + 7 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

5 $5 + 8 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

6 $4 + 9 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

7 $8 + 5 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

8 $9 + 6 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

9 $7 + 8 = \dots\dots$



DECINE (da 10)

UNITÀ (da 1)

SFIDA
EXTRA!Completa le addizioni
e scrivi il risultato.

$9 + 7 = \square$

$8 + 8 = \square$

$6 + 9 = \square$

Piccoli calcoli, grandi risultati! Continua così! ★

Ogni decina che formi
è un grande passo
avanti! 🍌

BRAVO/A!



ADDIZIONI CON IL CAMBIO!

Osserva, conta, aggiungi e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!

RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina



10 unità

1 decina

Esempio:

$$6 + 7 = 13$$

1 decina e 3 unità

1 $8 + 6 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

2 $7 + 5 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

3 $9 + 4 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

4 $6 + 8 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

5 $5 + 7 = \dots\dots$

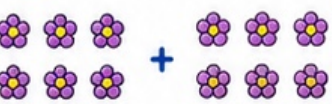


DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

6 $9 + 6 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

7 $8 + 7 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

8 $7 + 6 = \dots\dots$

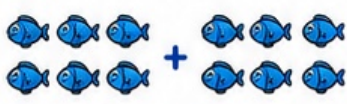


DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

9 $9 + 8 = \dots\dots$

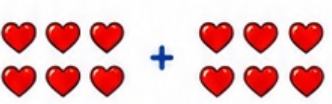


DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

10 $6 + 9 = \dots\dots$

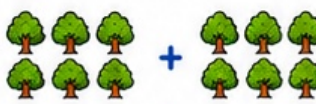


DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

11 $7 + 7 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:

12 $8 + 5 = \dots\dots$



DECINE

UNITÀ

RISULTATO:



SFIDA EXTRA!

Completa queste addizioni.
Ricorda il cambio! ★

$9 + 9 = \square$

DECINE

UNITÀ

$8 + 6 = \square$

DECINE

UNITÀ

$7 + 9 = \square$

DECINE

UNITÀ

$6 + 7 = \square$

DECINE

UNITÀ

OGNI ADDIZIONE È UN PASSO IN AVANTI!
Continua così, sei un campione! ★

SOTTRAZIONI CON IL CAMBIO!

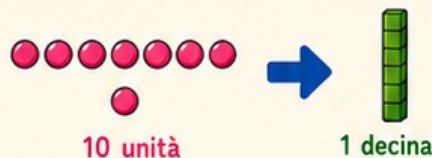
Osserva, conta, toglì, scambia e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!

RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina



Esempio:

$$13 - 7 = 6$$

Scambio 1 decina:

13 = 1 decina e 3 unità

1 $14 - 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

2 $15 - 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

3 $12 - 5 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

4 $13 - 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

5 $16 - 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

6 $17 - 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

7 $18 - 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

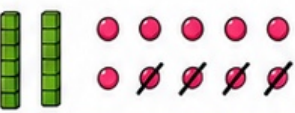
8 $14 - 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

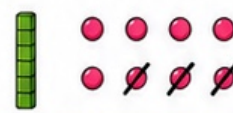
9 $15 - 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

10 $12 - 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

11 $17 - 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

12 $13 - 4 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

SFIDA EXTRA!

Completa queste
sottrazioni con
il cambio!

$16 - 7 =$

$15 - 9 =$

$14 - 8 =$

$18 - 7 =$

$13 - 5 =$

$17 - 6 =$

Ogni cambio è un passo avanti!
Bravissimo! Continua così!

SOTTRAZIONI CON IL CAMBIO!

Osserva, conta, toglie, scambia e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!

RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina



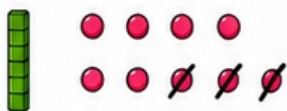
Esempio:

$$14 - 6 = 8$$

Scambio 1 decina:

14 = 1 decina e 4 unità

1 $13 - 5 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

2 $16 - 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

3 $15 - 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

4 $12 - 5 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

5 $17 - 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

6 $14 - 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

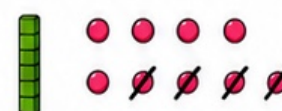
7 $18 - 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

8 $13 - 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

9 $11 - 3 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

10 $16 - 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

11 $12 - 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

12 $15 - 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

SFIDA!

Completa queste
sottrazioni con
il cambio!

$17 - 8 = \square$

$14 - 6 = \square$

$18 - 7 = \square$

$13 - 9 = \square$

$16 - 9 = \square$

Ogni calcolo è un piccolo traguardo!

Continua così, sei bravissimo/a!



SOTTRAZIONI CON IL CAMBIO!



Osserva, conta, toglie, cambia e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!



RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina



Esempio:

$$15 - 7 = 8$$

Scambio 1 decina:

15 = 1 decina e 5 unità

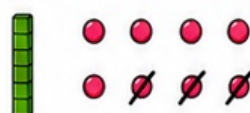
★ 14 - 8 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 13 - 6 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 16 - 9 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

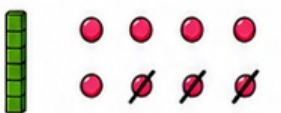
★ 15 - 8 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

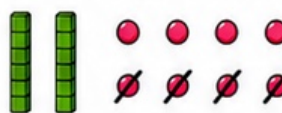
★ 12 - 4 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 17 - 9 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 18 - 7 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 13 - 5 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 14 - 9 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 16 - 8 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

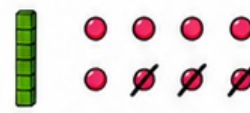
★ 12 - 6 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

★ 15 - 6 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

--	--	--

SFIDA
EXTRA!

Completa queste
sottrazioni con
il cambio!

$$17 - 8 =$$

--

$$14 - 7 =$$

--

$$18 - 9 =$$

--

$$16 - 7 =$$

--

$$13 - 8 =$$

--

Ogni calcolo è un piccolo traguardo!
CONTINUA COSÌ, SEI UN CAMPIONE!



ADDIZIONI CON IL CAMBIO!



Conta, aggiungi e scrivi il risultato.

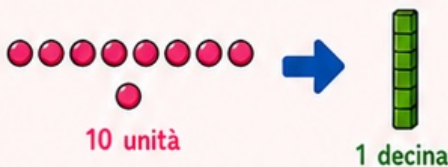
★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!



RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina



Esempio:

$$17 + 5 = 22$$

1 decina e 7 unità + 5 unità
= 2 decine e 2 unità

★ 16 + 7 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

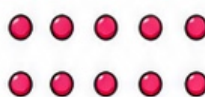
★ 18 + 5 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 17 + 6 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 19 + 4 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 15 + 8 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

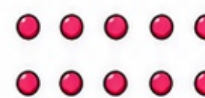
★ 14 + 9 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

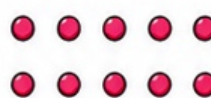
★ 18 + 6 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 16 + 9 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 17 + 8 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 19 + 7 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 15 + 9 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ 18 + 8 =



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

SFIDA
EXTRA!



Completa queste
addizioni!

$$19 + 6 =$$

$$14 + 7 =$$

$$17 + 9 =$$

$$16 + 8 =$$

$$15 + 7 =$$

Ogni addizione è un piccolo passo avanti!
CONTINUA COSÌ, SEI FORTISSIMO/A!



ADDIZIONI CON IL CAMBIO!

Osserva, conta, aggiungi e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!



RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina

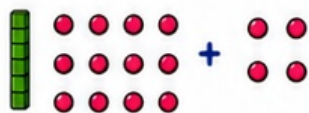


Esempio:

$$19 + 4 = 23$$

1 decina e 9 unità + 4 unità
= 2 decine e 3 unità

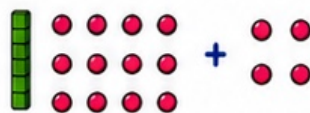
1 $18 + 5 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

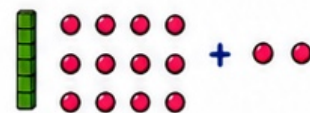
2 $17 + 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

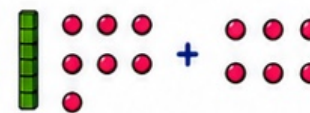
3 $19 + 3 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

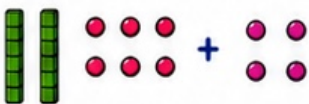
4 $16 + 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

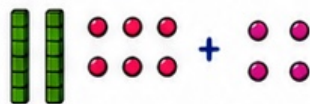
5 $27 + 5 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

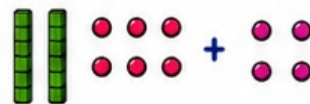
6 $25 + 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

7 $28 + 4 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

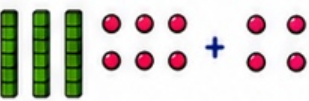
8 $26 + 9 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

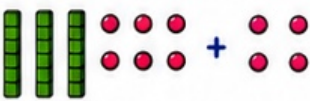
9 $37 + 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

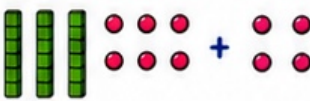
10 $45 + 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

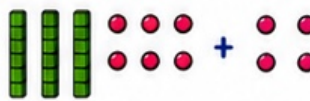
11 $36 + 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

12 $49 + 5 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

----------------------	----------------------	----------------------

★ SFIDA EXTRA!

Completa queste addizioni
con il cambio!

$29 + 6 = \square$

$38 + 7 = \square$

$47 + 5 = \square$

$28 + 9 = \square$

$39 + 4 = \square$



RICORDA: OGNI CAMBIO TI AIUTA A CONTINUARE!
SEI CAPACE E OGNI PASSO TI FA MIGLIORARE!



ADDIZIONI CON IL CAMBIO!

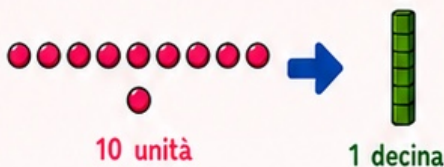
Osserva, conta, aggiungi e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!

RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina

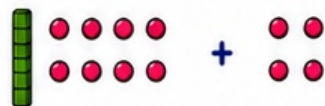


Esempio:

$$17 + 6 = 23$$

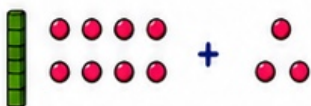
1 decina e 7 unità + 6 unità
= 2 decine e 3 unità

★ 1 $18 + 6 = \dots$



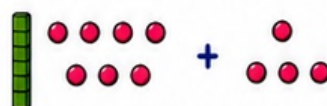
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 2 $19 + 4 = \dots$



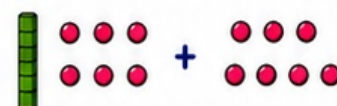
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 3 $17 + 5 = \dots$



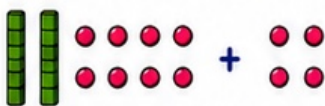
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 4 $16 + 8 = \dots$



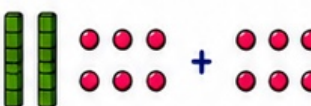
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 5 $28 + 5 = \dots$



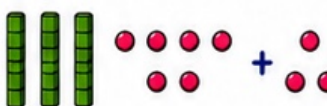
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 6 $26 + 7 = \dots$



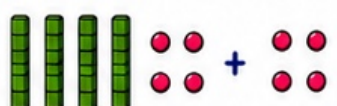
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 7 $37 + 4 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 8 $45 + 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 9 $38 + 7 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 10 $47 + 5 = \dots$



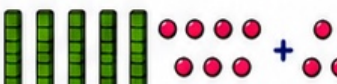
DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 11 $56 + 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

★ 12 $69 + 4 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

SFIDA EXTRA!

Completa queste
addizioni con
il cambio!

$29 + 6 = \square$

$38 + 5 = \square$

$46 + 7 = \square$

$57 + 6 = \square$

$68 + 6 = \square$

Ogni addizione è un piccolo traguardo!
CONTINUA COSÌ, SEI UNA STAR!

ADDIZIONI CON IL CAMBIO!

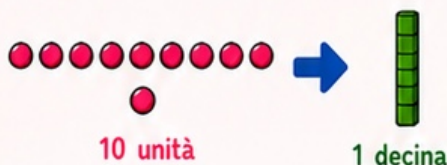
Osserva, conta, aggiungi e scrivi il risultato.

★ Quando le unità sono 10 o più,
scambia 10 unità con 1 decina!

RICORDA!

1 decina = 10 unità

10 unità = 1 decina

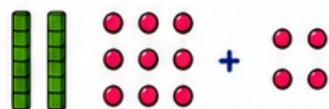


Esempio:

$$18 + 5 = 23$$

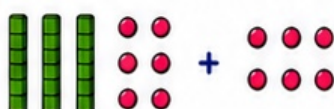
1 decina e 8 unità + 5 unità
= 2 decine e 3 unità

1 $29 + 4 = \dots$



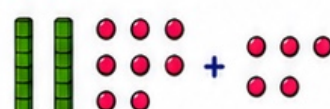
DECINE UNITÀ RISULTATO

2 $36 + 7 = \dots$



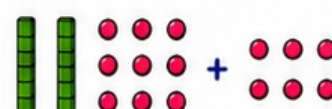
DECINE UNITÀ RISULTATO

3 $27 + 5 = \dots$



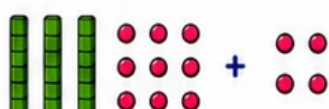
DECINE UNITÀ RISULTATO

4 $39 + 6 = \dots$



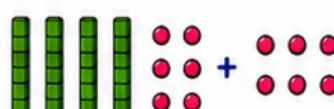
DECINE UNITÀ RISULTATO

5 $48 + 5 = \dots$



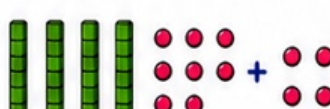
DECINE UNITÀ RISULTATO

6 $57 + 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

7 $68 + 4 = \dots$



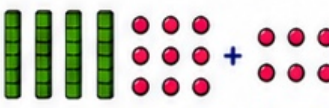
DECINE UNITÀ RISULTATO

8 $76 + 5 = \dots$



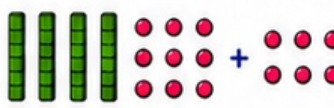
DECINE UNITÀ RISULTATO

9 $67 + 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

10 $58 + 7 = \dots$



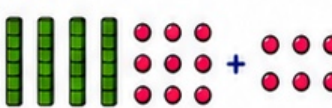
DECINE UNITÀ RISULTATO

11 $49 + 6 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

12 $59 + 8 = \dots$



DECINE UNITÀ RISULTATO

 SFIDA
EXTRA!Completa queste
addizioni
con il cambio!

$28 + 6 = \square$

$47 + 6 = \square$

$38 + 5 = \square$

$69 + 8 = \square$

$57 + 7 = \square$

Ogni addizione è un passo avanti!

CONTINUA COSÌ, SEI FANTASTICO/A!

RICONOSCO LE EMOZIONI!



Osserva i volti e leggi i nomi delle emozioni.
Ritaglia le etichette in basso e incollale sotto
ad ogni volto **giusto**.

Tutte le emozioni
sono importanti:
ascoltarle ci
aiuta a crescere!



✂ RITAGLIA QUI



GIOIA



TRISTEZZA



RABBIA



SORPRESA



PAURA



VERGOGNA



CALMA



NOIA



Non esistono emozioni "buone" o "cattive". Esistono solo emozioni da capire e gestire!

CONOSCO LE MIE EMOZIONI, CONOSCO ME STESSO!



QUANTO È INTENSA?

TERMOMETRO DELLE EMOZIONI



Tutte le emozioni sono importanti.

Nessuna è giusta o sbagliata,
cambiano solo per intensità!

Ogni emozione
ha un'intensità
diversa!
Impariamo a
misurarla!



ESEMPI

RABBIA



5 ☐
4 ☒
3 ☐
2 ☐
1 ☐

PAURA



5 ☐
4 ☐
3 ☐
2 ☒
1 ☐

TRISTEZZA



5 ☐
4 ☐
3 ☒
2 ☐
1 ☐

GIOIA



5 ☐
4 ☒
3 ☐
2 ☐
1 ☐

COME SI USA?



Osserva il termometro.



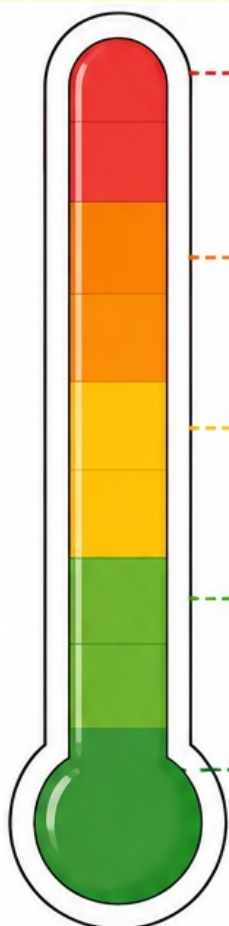
Pensa all'emozione
che stai provando.



Segna con una X
il livello che hai
raggiunto.



Rifletti su cosa
puoi fare per
gestirla al meglio.



5

MOLTO INTENSA

È fortissima!
Ho quasi perso
il controllo.



4

INTENSA

È molto forte!
Mi sento sopraffatto.



3

MEDIA

È presente ma
posso gestirla.



2

LEGGERA

È leggera!
È facile da gestire.



1

MOLTO LEGGERA

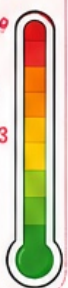
È appena percettibile.
La sento poco.



ORA PROVA TU!

Indica quanto intensa è l'emozione che stai provando in questo momento.
Segna con una X sul termometro.

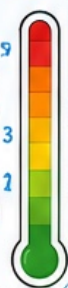
RABBIA



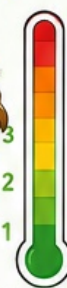
PAURA



TRISTEZZA



GIOIA



CALMA



SORPRESA



Ascoltare le nostre emozioni è il primo passo per prenderci cura di noi stessi
e degli altri. **ANDIAMO A COLORARE LE EMOZIONI DELLA NOSTRA VITA!**



DOVE LA SENTO NEL CORPO?

Le emozioni non sono solo nella mente:
il nostro **corpo** ci parla!

Osserva, ascolta e **colora** dove senti ogni emozione.

Ogni corpo
è diverso:
ascolta il tuo
e prenditene
cura!

ISTRUZIONI



Osserva l'espressione
e il colore.



Pensa a quando provi
quell'emozione.



Colora sul corpo dove
la senti di più.



Non ci sono risposte
giuste o sbagliate!

1 RABBIA



Quando sono arrabbiato/a
sento tensione in...



2 PAURA



Quando ho paura
sento...



3 TRISTEZZA



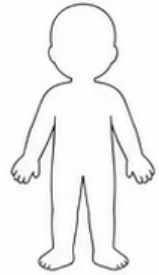
Quando sono triste
sento...



4 GIOIA



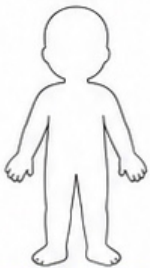
Quando sono felice
sento...



5 CALMA



Quando sono calmo/a
sento...



6 SORPRESA



Quando sono sorpreso/a
sento...



7 DISGUSTO



Quando provo disgusto
sento...



8 ORGOGLIO



Quando sono orgoglioso/a
sento...



Le emozioni cambiano,
come le onde del mare.
Ascoltatele, accoglietele e
vivi a colori!



RIFLETTI SU DI TE



Quale emozione
senti più spesso?



Quale emozione
ti è più difficile
gestire?



Quale emozione
vorresti sentire
di più?



Il tuo corpo è la casa delle tue emozioni. **RISPETTALO E AMA TE STESSO/A** ogni giorno!



COSA POSSO FARE QUANDO...?

LE MIE STRATEGIE DI AUTOREGOLAZIONE



Tutte le emozioni sono importanti,
ma possiamo scegliere come gestirle!
Quando mi sento male, posso usare le mie strategie
per tornare in equilibrio.

Ogni strategia
è un superpotere
che ho già
dentro di me!



Scegli la strategia giusta quando provi queste emozioni.
Colora la strategia che useresti!

1 RABBIA
Mi sento arrabbiato/a
per qualcosa.



POSSO PROVARE:

- 123 Contare fino a 10 ☐
- Respirare piano 3 volte ☐
- Stringere un cuscino ☐
- Disegnare ciò che provo ☐

2 TRISTEZZA
Mi sento triste
per qualcosa.



POSSO PROVARE:

- Parlare con qualcuno ☐
- Scrivere ciò che sento ☐
- Ascoltare musica che mi fa stare bene ☐
- Fare un abbraccio ☐

3 PAURA
Ho paura di qualcosa
o di qualcuno.



POSSO PROVARE:

- Respirare piano e lentamente ☐
- Pensare a qualcosa di bello ☐
- Immaginare un posto sicuro e felice ☐
- Chiedere aiuto ☐

4 ANSIA
Mi sento agitato/a
o preoccupato/a.



POSSO PROVARE:

- Respirare con il respiro a fiore ☐
- Fare stretching del corpo ☐
- Scrivere i miei pensieri ☐
- Fare qualcosa di creativo ☐

5 GIOIA
Mi sento felice
e pieno/a di energia!



POSSO PROVARE:

- Condividere la gioia con qualcuno ☐
- Ringraziare per qualcosa di bello ☐
- Fare qualcosa che amo ☐
- Continuare a sorridere! ☐

6 SORPRESA
Mi sento sorpreso/a
da qualcosa.



POSSO PROVARE:

- Fermarmi e osservare ☐
- Fare domande ☐
- Accettare il cambiamento con calma ☐
- Ridere e divertirmi! ☐

7 DISGUSTO
Qualcosa non mi piace
o mi fa senso.



POSSO PROVARE:

- Allontanarmi se posso ☐
- Respirare dal naso piano piano ☐
- Pensare a qualcosa di piacevole ☐
- Lavarmi e cambiarmi se serve ☐

8 CALMA
Mi sento tranquillo/a
e in equilibrio.



POSSO PROVARE:

- Continuare a respirare con calma ☐
- Meditare o rilassarmi ☐
- Essere gentile con me e con gli altri ☐
- Godermi il momento presente ☐

RIFLETTO SU DI ME!



Qual è la strategia che
funziona di più per me?

★ _____

Quale emozione è più
difficile da gestire?

☁ _____

Quale nuova strategia
vorrei provare?

🌱 _____

RICORDA:
Non esistono emozioni
"sbagliate".
Esistono solo modi
intelligenti per
gestirle al meglio!



OGNI PICCOLO PASSO VERSO LA CALMA È UNA GRANDE VITTORIA!



CHIEDO AIUTO E LAVORIAMO INSIEME!

Chiedere aiuto
non è una debolezza:
è un gesto di coraggio
e di fiducia!

Insieme possiamo
sentirci meglio
e trovare soluzioni
più facili!

Quando provi un'emozione difficile,
chiedere aiuto e lavorare insieme può
farti stare meglio. Scopri come!

QUANDO CHIEDERE AIUTO?

Quando...



Va bene
chiedere aiuto!



Non riesco
a calmarmi.



Ho paura o
mi sento triste.



Non capisco
qualcosa.



Ho un problema
con un amico/a.



Ho bisogno di sentirmi
ascoltato/a e capito/a.

COME CHIEDERE AIUTO

1 FERMATI
E ASCOLTA
COSA SENTI.



2 TROVA
UNA PERSONA
DI CUI TI FIDI.



3 PARLA CON CHIAREZZA
E SPIEGA COME
TI SENTI.



4 ASCOLTA
I SUGGERIMENTI
DELL'ALTRA
PERSONA.



5 PROVATE
INSIEME UNA
SOLUZIONE.



LAVORIAMO INSIEME



Insieme possiamo...

- ♥ Capirci meglio
- ★ Trovare nuove idee
- 💡 Risolvere i problemi
- 🌸 Aiutarci a vicenda
- 🌈 Farci sentire meno soli

PROVA TU!

Scegli una situazione e scrivi a chi potresti chiedere aiuto.



Mi sento arrabbiato/a



Ho paura di qualcosa



Non capisco un compito



Ho un problema con un amico/a



Ho bisogno di parlare



RIFLETO SU DI ME!



Completa
le frasi.

Chiedere aiuto mi fa sentire
più...



Io posso aiutare gli altri
quando...



Quando lavoriamo insieme,
riusciamo a...



La persona a cui
chiedo aiuto può essere...



CHIEDERE AIUTO E LAVORARE INSIEME RENDE TUTTI PIÙ FORTI!
INSIEME SIAMO UNA SQUADRA MERAVIGLIOSA!



30

EMOZIONI

RICONOSCO LE EMOZIONI ★★★★★
VIVO LE EMOZIONI ★★★★★

LA MIA MISSIONE EMOTIVA

GENTILEZZA, CALMA E CONSAPEVOLEZZA ♥



Ogni giorno possiamo scegliere come vivere le nostre emozioni e lasciare un'impronta positiva nel mondo! ♥

Io scelgo di essere
GENTILE,
CALMA
CONSAPEVOLE
ogni giorno!



I TRE SUPERPOTERI DELLE EMOZIONI

♥ GENTILEZZA



Tratto gli altri con rispetto, ascolto, aiuto e parole gentili. Faccio sentire bene chi mi sta vicino.

♥ CALMA



Quando mi sento agitato/a, mi fermo, respiro e scelgo di stare calmo/a.

♥ CONSAPEVOLEZZA



Riconosco ciò che provo, capisco cosa mi serve e faccio scelte che mi fanno stare bene.

★ LA MIA MISSIONE DI OGGI E DI OGNI GIORNO ★

Scegli un'azione per ogni superpotere e scrivila nella tua missione!

AZIONE GENTILE ♥

Oggi scelgo di...



AZIONE CALMA ♥

Oggi scelgo di...



RESPIRO... MI FERMO...
SCELGO LA CALMA!

AZIONE CONSAPEVOLE ♥

Oggi scelgo di...



RIFLETTO SU DI ME!



Quale superpotere mi viene più facile usare?



Quale superpotere posso allenare di più?



Quando usarli insieme mi fa stare meglio?



Che impronta positiva voglio lasciare nel mondo?



IO SONO IL CAPITANO DELLE MIE EMOZIONI
E OGNI GIORNO SCELGO DI FARE LA DIFFERENZA!

