



A1.22 Parti del corpo

- Get to know the basic body parts.
- Basic phrases to describe your health.

Il corpo	<i>(the body)</i>	La schiena	<i>(the back)</i>
La testa	<i>(the head)</i>	La pancia	<i>(the belly)</i>
La faccia	<i>(the face)</i>	Le braccia	<i>(the arms)</i>
Gli occhi	<i>(the eyes)</i>	La mano	<i>(the hand)</i>
Le orecchie	<i>(the ears)</i>	Il dito	<i>(the finger)</i>
Il naso	<i>(the nose)</i>	Le gambe	<i>(the legs)</i>
La bocca	<i>(the mouth)</i>	I piedi	<i>(the feet)</i>
I capelli	<i>(the hair)</i>	Descrivere	<i>(to describe)</i>
Il collo	<i>(the neck)</i>		

1. Dialogue: La personal trainer mostra a Riccardo degli esercizi per il mal di schiena (QR: Audio)



- Riccardo:** Oggi ho lavorato molte ore al computer e la mia schiena mi fa davvero male. *(Today I worked many hours at the computer and my back really hurts.)*
- Personal trainer:** Capita spesso. Vuoi che ti mostri alcuni esercizi per la zona lombare? *(It happens often. Do you want me to show you some exercises for the lower back?)*
- Riccardo:** Sì, grazie. Posso farli da seduto? Oggi sono davvero stanco. *(Yes, thanks. Can I do them sitting down? Today I'm really tired.)*
- Personal trainer:** Certo! Siediti sulla panca, apri un po' le gambe e piega il busto in avanti. *(Of course! Sit on the bench, spread your legs a little and bend your torso forward.)*
- Riccardo:** Così va bene? Sento tirare dietro le ginocchia. *(Is this okay? I feel it pulling behind my knees.)*
- Personal trainer:** Perfetto, significa che funziona! Ora appoggia il gomito destro sul ginocchio sinistro e ruota piano il busto. *(Perfect, it means it's working! Now rest your right elbow on your left knee and slowly rotate your torso.)*
- Riccardo:** Ok, adesso sento tirare un po' anche le braccia. *(Ok, now I feel it pulling a bit in my arms too.)*
- Personal trainer:** Benissimo. Respira cinque volte e poi ripeti tutto dall'altro lato. *(Great. Breathe five times and then repeat everything on the other side.)*

1. Perché Riccardo ha male alla schiena? *(Why does Riccardo's back hurt?)*
 - a. Perché ha lavorato molte ore al computer.
 - b. Perché ha mangiato troppo e gli fa male la pancia.
 - c. Perché ha corso e gli fanno male i piedi.
 - d. Perché ha dormito poco.
2. Cosa dice la personal trainer di fare sulla panca? *(What does the personal trainer say to do on the bench?)*
 - a. Mettere la mano sulla testa e guardare in alto.
 - b. Chiudere le gambe e alzare le braccia.
 - c. Aprire un po' le gambe e piegare il busto in avanti.
 - d. Stare in piedi e toccare le orecchie.

1-a 2-c



2. Grammar: The plural of nouns

Let's learn how to form the different types of plural nouns in Italian.

1. The article tells us whether the noun is singular or plural.

Singolare (Singular)		Plurale (Plural)
-o -> -i	Il naso (<i>The nose</i>)	I nasi (<i>The noses</i>)
-a -> -e	La gamba (<i>The leg</i>)	Le gambe (<i>The legs</i>)
-e -> -i	Il piede (<i>The foot</i>)	I piedi (<i>The feet</i>)

Some nouns change gender from singular to plural: il dito -> le dita; la mano -> le mani; il braccio -> le braccia.

Some irregular plurals: l'uomo -> gli uomini; la faccia -> le facce; la pancia -> le pance

- Oggi ho mal di testa e mi fanno male _____ occhi. (*Today I have a headache and my eyes hurt.*)
 a. le b. l' c. i d. gli
- Dottore, da ieri mi fanno molto male _____ gambe e _____ piedi. (*Doctor, since yesterday my legs and feet have been hurting a lot.*)
 a. i / i b. gli / i c. le / le d. le / i
- Non vengo in ufficio perché ho _____ braccia e _____ schiena molto stanche. (*I'm not coming to the office because my arms and back are very tired.*)
 a. i / la b. gli / la c. le / le d. le / la
- Il medico guarda _____ mani e conta _____ dita. (*The doctor looks at the hands and counts the fingers.*)
 a. i / i b. le / le c. le / i d. gli / le

1. gli 2. le / i 3. le / la 4. le / le

3. Exercises

1. Match each beginning with its correct ending.

- | | |
|-------------------------------------|--|
| 1. Oggi mi fa male | a. preferisco restare seduto in ufficio. |
| 2. Ho le gambe molto stanche, | b. ho male alla pancia e ai piedi. |
| 3. Mi gira un po' la testa, | c. la schiena, posso andare a casa? |
| 4. Scrivo alle risorse umane perché | d. posso lavorare da casa oggi? |



1-c: Today my back hurts, can I go home? **2-d:** My legs are very tired, can I work from home today? **3-a:** I feel a bit dizzy, I'd rather stay seated in the office. **4-b:** I'm writing to human resources because my stomach and feet hurt.



2. Company gym flyer (QR: Audio)

Fill in the gaps: collo, faccia, corpo, testa, mano, gambe, braccia, dito, pancia, schiena

Hai mal di schiena dopo molte ore al computer? La palestra della tua azienda offre una lezione gratuita di ginnastica dolce per la (1) _____ e le (2) _____. La lezione è il martedì e il giovedì, dalle 18:00 alle 18:30.

L'istruttrice mostra esercizi facili da seduti: muovi le (3) _____, la (4) _____ e il (5) _____, allunghi la (6) _____ e rilassi la (7) _____. Se senti dolore alla (8) _____ o al (9) _____, puoi fermarti e respirare. Alla fine della lezione puoi parlare con l'istruttrice e descrivere il tuo (10) _____ indicando dove hai dolore.

*Do you have back pain after many hours at the computer? Your company's gym offers a free gentle exercise class for the **back** and the **legs**. The class is on Tuesday and Thursday, from 18:00 to 18:30.*

*The instructor shows easy seated exercises: move your **arms**, your **head** and your **neck**, stretch your **stomach** and relax your **face**. If you feel pain in your **hand** or **finger**, you can stop and breathe. At the end of the class you can talk with the instructor and describe your **body**, indicating where you have pain.*

(1) schiena, (2) gambe, (3) braccia, (4) testa, (5) collo, (6) pancia, (7) faccia, (8) mano, (9) dito, (10) corpo



3. Listen to the audio fragments and choose the correct solution. (QR: Audio)

- Qual è il problema principale della donna? (*What is the woman's main problem?*)
 - Ha soprattutto dolore alle braccia.
 - Ha soprattutto dolore alla schiena.
 - Ha soprattutto male alla testa.
- Perché l'uomo resta a casa? (*Why is the man staying home?*)
 - Perché è ammalato e ha la febbre.
 - Perché ha mal di schiena.
 - Perché ha la pancia e la testa in salute.

1-b 2-a

4. Choose the correct solution

- Quando parlo con il medico, _____ il dolore alla schiena. *(When I talk to the doctor, I describe the back pain.)*
a. descrivono b. descrivi c. descrivo d. describe
 - Il fisioterapista _____ gli esercizi per le braccia e per le gambe. *(The physiotherapist describes the exercises for the arms and for the legs.)*
a. descrivi b. describe c. descriviamo d. descrivo
 - Noi _____ i sintomi: mal di testa, dolore alla pancia e alle mani. *(We describe the symptoms: headache, stomachache and pain in the hands.)*
a. descrivete b. descriviamo c. descrivono d. describe
1. descrivo 2. describe 3. descriviamo



5. Roleplay - dialogues (QR: Audio)

a. In ufficio: mal di schiena

- Marco, impiegato:** *Lucia, scusa, oggi non mi sento bene: ho molto dolore alla schiena.*
(Lucia, sorry, today I don't feel well: my back hurts a lot.)
- Lucia, capo ufficio:** *Mi dispiace, hai anche dolore alla testa o solo alla schiena?*
(I'm sorry, do you also have a headache or only back pain?)
- Marco, impiegato:** *Solo la schiena e un po' la pancia; vorrei andare a casa a riposare.*
(Only my back and a bit of stomach pain; I'd like to go home to rest.)
- Lucia, capo ufficio:** *Va bene, torna a casa e domani dimmi come stai.*
(All right, go home and tomorrow tell me how you are.)

- Dove ha dolore Marco?
-

b. In farmacia: mal di gola

- Anna, cliente:** *Buongiorno, mi fa male la gola e anche un po' la testa.*
(Good morning, my throat hurts and also my head a bit.)
- Sara, farmacista:** *Capisco, hai anche dolore alle orecchie o mal di pancia?*
(I understand, do you also have ear pain or a stomachache?)
- Anna, cliente:** *No, solo gola e testa; inoltre la bocca è molto secca.*
(No, only throat and head; also my mouth is very dry.)
- Sara, farmacista:** *Ti do uno sciroppo per la gola: prendi due cucchiaini al giorno e riposa.*
(I'll give you a syrup for your throat: take two teaspoons a day and rest.)

- Quale parte del corpo fa male ad Anna?
-

6. Practice in pairs or with your teacher. (QR: AI+)

1. Sei al lavoro in Italia. Hai mal di schiena dopo molte ore al computer. Vai dal tuo responsabile e spieghi il problema. Chiedi di alzarti, fare una pausa o lavorare in piedi. (Usa: la schiena, mal di, posso)



2. Sei in palestra con colleghi italiani. L'istruttore ti chiede: "Come stai?". Spiega che hai un po' di dolore alle gambe e che oggi fai esercizi leggeri. (Usa: le gambe, un po' di dolore, oggi)

7. Writing: Email (QR: AI+)

Ciao,
sono **Sara**, la tua **personal trainer**.
Ieri mi hai detto: "Ho **mal di schiena**, sto molte ore al **computer**".
Come va oggi la **schiena**? Hai ancora **dolore** alla **schiena** o alle **gambe**?
Posso mandarti una **scheda** con tre **esercizi** semplici, da fare **da seduto** a casa o in ufficio.
Scrivimi: come stai oggi? Vuoi gli esercizi?
A presto,
Sara



Write an appropriate response: *Oggi mi sento... / Ho dolore a... / Vorrei ricevere...*

Important verbs

Descrivere (to describe)

	Presente
io	descrivo
tu	descrivi
lui/lei	descrive
noi	descriviamo
voi	descrivete
loro	descrivono