

b E tu che cosa ne pensi? Completa con il congiuntivo le risposte alle opinioni che hai letto.

1. È vero che gli italiani hanno un bel senso dell'umorismo, sono simpatici, ma non penso che (*essere*) sempre tutti contenti.
2. Certamente in Italia si mangia più pasta che in altre nazioni, ma credo che gli italiani (*amare*) mangiare un po' di tutto.
3. Sicuramente gli stilisti italiani sono famosi nel mondo, ma non mi sembra che in Italia tutti (*vestirsi*) all'ultima moda!
4. È vero che a molti sembra che gli italiani (*parlare*) a voce troppo alta, ma di solito non gridano se non sono sordi!
5. Sicuramente sono famosi per i loro gesti, ma non penso che (*muovere*) le mani più degli altri!
6. Non mi sembra che (*comprare*) solo FIAT! Nelle città italiane ci sono automobili di tutte le marche!





3 Lorenzo e Gianna si incontrano al parco il giorno dopo. Leggete il dialogo e completate con i verbi dati.

creda ❖ garantisca ❖ ricominci ❖ scopra ❖ corra

Lorenzo: Ciao Gianna! Allora, qual è il programma di oggi?

Gianna: Facciamo una mezz'oretta di corsa e poi un po' di addominali.

Lorenzo: Cosa?? Mezz'ora?! Ma sei pazza?... Io non so proprio come facciate a correre così tanto...

Gianna: Ma dai Lorenzo, sei sempre il solito! Penso che sia solo una questione di allenamento. Senti, perché hai deciso di venire a correre con me? E voglio la verità!

Lorenzo: Come ti ho detto al telefono... è necessario che io (1) a fare un po' di sport perché credo che possa farmi bene...

Gianna: Certo, come no... E tu pensi che io ci (2)?!

Lorenzo: E va bene... Ho conosciuto una ragazza, si chiama Stefania, e pare che (3) quasi tutti i giorni... per 30 minuti!!! Ovviamente le ho detto che anche io corro, ma ho paura che (4) la mia bugia e ora, se non voglio fare una figuraccia, devo allenarmi per rimettermi in forma.

Gianna: Beh, allora siamo molto lontani dall'obiettivo! Forse è meglio che tu le dica di andare a correre insieme tra un mese...

Lorenzo: Tra un mese?! No no, impossibile... Voglio che tu mi (5) che sarò pronto per questo fine settimana!

Gianna: Ma perché così tanta fretta? Ah... hai già preso un appuntamento? Ecco perché sei così motivato!

Congiuntivo presente: verbi irregolari

	fare	potere	dire
io	faccia	dica
tu	faccia	dica
lui, lei	faccia	possa
noi	facciamo	possiamo
voi	possiate	diciate
loro	possano	dicano

duca

https://www.google.com/search?sca_esv=28539f6bd3358b60&sca_upv=1&q=duca%3F+dica&tbm=vid&source=Inms&prmd=ivnbz&sa=X&ved=2ahUKEwiLgbzI9bmFAxXIRvEDHWR9AMcQ0pQJegQIDhAB&biw=1536&bih=695&dpr=1.25#fpstate=ive&vld=cid:2cec6b0c,vid:WPD2WeIw-vA,st:0

Congiuntivo presente: verbi irregolari

	dare	stare	dovere
io	dia	stia	debba
tu	dia	stia	debba
lui, lei	dia	stia	debba
noi	diamo	stiamo	dobbiamo
voi	diate	stiate	dobbiate
loro	diano	stiano	debbero



5 Completate le frasi con i verbi dati a destra.

1. Penso che Chiara l'esame di Diritto a giugno.
2. I miei non vogliono che noi tardi stasera. Domani dobbiamo andare a scuola.
3. Giulio ha paura che non nessuno alla sua festa di laurea.
4. È meglio che voi alla posta a spedire il pacco. Io non ho tempo oggi.
5. Non credo che Luigi e Sara vedere la partita con noi. A loro non piace il calcio.
6. Non penso che alla fine Stefania con Lorenzo.

- a. vogliano
- b. andiate
- c. dia
- d. esca
- e. facciamo
- f. venga



es. 5-7

<https://wordwall.net/it/resource/23119401/italiano/completa-le-frasi-aggiungendo-il-verbo-al-congiuntivo>

<https://wordwall.net/it/resource/39327740/italiano-l2/b1-b2-chiacchiere-in-congiuntivo>

Verbi irregolari al congiuntivo presente

Infinito	Congiuntivo presente			
andare	vada	andiamo	andiate	v <u>a</u> dano
bere	beva	beviamo	beviat <u>e</u>	b <u>e</u> vano
dare	dia	diamo	diat <u>e</u>	d <u>i</u> ano
dire	dica	diciamo	diciat <u>e</u>	d <u>i</u> cano
dovere	debba	dobbiamo	dobbiate	d <u>e</u> bbano
fare	faccia	facciamo	facciate	f <u>a</u> cciano
morire	muoia	moriamo	moriat <u>e</u>	mu <u>o</u> giano
piacere	piaccia	piacciamo	piacciate	pi <u>a</u> cciano
porre	ponga	poniamo	poniate	po <u>n</u> gano
potere	possa	possiamo	possiate	po <u>s</u> sano
rimanere	rimanga	rimaniamo	rimaniate	ri <u>m</u> angano
salire	salga	saliamo	saliat <u>e</u>	sa <u>l</u> gano
sapere	sappia	sappiamo	sappiate	sa <u>p</u> piano
scegliere	scelga	scegliamo	scegliat <u>e</u>	sc <u>e</u> lgano
sedere	sieda	sediamo	sediate	si <u>e</u> dano
stare	stia	stiamo	stiat <u>e</u>	st <u>i</u> ano
tenere	tenga	teniamo	teniate	te <u>n</u> gano
togliere	tolga	togliamo	togliat <u>e</u>	to <u>l</u> gano
tradurre	traduca	traduciamo	traduciate	tra <u>d</u> ucano
udire	oda	udiamo	udiate	o <u>d</u> ano
uscire	esca	usciamo	usciate	u <u>s</u> cano
venire	venga	veniamo	veniate	ve <u>n</u> gano
volere	voglia	vogliamo	vogliat <u>e</u>	vo <u>g</u> liano

Uso del congiuntivo presente e passato (I)

Usiamo il congiuntivo per esprimere un dubbio, un'incertezza, un'opinione, mentre l'indicativo è il modo della realtà e della certezza.

Usiamo il congiuntivo semplice e passato soprattutto nelle **frasi secondarie**, dipendenti da una frase principale (cioè due parti della frase che hanno due soggetti e due verbi), quando:

- il verbo della principale* esprime un'opinione soggettiva (*credere, dubitare, giudicare, immaginare, negare, pensare, prevedere, ritenere, sembrare, supporre* ecc.): *Credo/Penso/Ritengo che Elena non sia venuta perché non le sono simpatica. / Sembra che lo yoga aiuti a mantenersi giovani.*
*Nella frase principale possiamo trovare anche espressioni come: *avere l'impressione che, avere il dubbio che, avere il sospetto che, l'opinione è che, l'ipotesi è che* ecc.: *Hanno il dubbio che tu non dica la verità. / L'ipotesi è che si parta venerdì e si torni domenica sera.*
- il verbo della principale* esprime una volontà, come una preghiera, una richiesta, un ordine ecc. (*chiedere, decidere, domandare, impedire, lasciare, ordinare, pregare, preoccuparsi, proporre, suggerire* ecc.): *Luisa chiede all'insegnante che le spieghi il congiuntivo un'altra volta. / Lascia che siano loro a decidere.*
*Nella frase principale possiamo trovare anche espressioni come: *avere bisogno che, c'è bisogno che, il consiglio è che, il desiderio è che, la regola è che, lo scopo è che* ecc.: *C'è bisogno che qualcuno resti con la nonna. / Lo scopo è che voi vinciate.*

- il verbo della principale* esprime uno stato d'animo (aspettare, augurare, augurarsi, desiderare, dispiacere, dispiacersi, preferire, sperare, temere, volere ecc.): *Mi auguro che tu guarisca presto. / Sono le 18, temo che abbiate perso il treno.*
- Nella proposizione principale possiamo trovare anche espressioni come: avere voglia che, avere il desiderio che, avere paura che, fare finta che, avere speranza che, c'è speranza che ecc.: *Facciamo finta che tutto questo sia un sogno. / Abbiamo paura che il regalo non le sia piaciuto.*
- abbiamo un verbo impersonale nella frase principale (bisogna/occorre che, può darsi che, si dice che, dicono che, pare/sembra che): *Occorre che si riduca lo stress per stare in salute.*
- abbiamo un'espressione impersonale (verbo essere + aggettivo/nome + che) nella frase principale (è necessario/importante che, è opportuno/giusto che, è meglio che, è normale/naturale/logico che, è strano/incredibile che, è possibile/impossibile che, è probabile/improbabile che, è facile/difficile che, è preferibile che, è un peccato che, è ora che, è bene che): *È probabile che Ugo e Giulia partano ad agosto per le vacanze. / Meglio che scegliate un albergo vicino al mare. / È un peccato che te ne vada così presto.*

6 Completa le frasi come nell'esempio.

- es. • La settimana prossima vado in montagna. • È probabile che la settimana prossima vada in montagna.
- Io ho invitato anche Elisa, ma non so se può venire. • Spero che Elisa venire.
 - Cesare sta organizzando un viaggio a Cuba. • Credo che Cesare un viaggio a Cuba, ma non ci ha detto ancora nulla.
 - Quando dico che mi sono divertito alla sua festa, sono sincero. • Sandra crede che io che mi sono divertito alla sua festa per non offenderla!
 - Se faccio una festa per il mio compleanno, ti avviso. • È difficile che io per il mio compleanno perché il giorno dopo ho un esame.
 - Forse domani non avrò la macchina per venire a lezione. • È probabile che io non a lezione domani.
 - Roberto non dà molta importanza alla sua relazione con Federica. • Penso che Roberto non molta importanza al suo rapporto con Federica.



1 In coppia, inserite nella tabella cosa fa invecchiare e cosa aiuta a rimanere giovani. Poi confrontate le vostre scelte con quelle dei compagni e riportate il risultato finale in una simile tabella alla lavagna.

dormire almeno 7 ore a notte | fumare | ansia | consumare frutta e verdura di stagione
 consumare troppe bevande alcoliche | solitudine | camminare almeno un'ora al giorno | annoiarsi
 vita sedentaria | mangiare poca carne | muoversi molto in macchina | fare yoga
 saltare la prima colazione | vivere in montagna o in campagna | non avere degli hobby
 fare una piccola vacanza | bere almeno 2 litri di acqua al giorno | stress | consumo di cibo spazzatura

cosa fa invecchiare

cosa fa rimanere giovani



7 Completa il testo con le parole date.

alcoliche ♦ almeno ♦ cominciate ♦ limitate ♦ mangiate ♦ necessario
 notte ♦ piedi ♦ ritmi ♦ sedentaria ♦ seguite ♦ stress

ALIMENTAZIONE E SALUTE NELLO SPORT

Una buona salute dipende da uno stile di vita sano: per averla è sufficiente che (1) delle semplici regole quotidiane. Vediamo qualche consiglio.

In primo luogo è (2) che facciate un po' di movimento ogni giorno. La vita (3) è una vera nemica della salute e spesso è la causa principale del mal di schiena.

Cercate di camminare (4) un'ora al giorno: andate al lavoro a (5), in bicicletta o con i mezzi pubblici. (6) la giornata con una sana colazione.

Prendete almeno un'ora di pausa per il pranzo. In ufficio è meglio che non (7) panini e che (8) i caffè.

Cercate di evitare lo (9). È importante che abbiate (10) regolari e che dormiate almeno sette ore a (11). Ovviamente, evitate il fumo e le bevande (12).

