

ČEŠTINA

IL METODO FSI

Il ceco per italiani — Livelli A1–A2

Impara come i diplomatici del Dipartimento di Stato USA: dialoghi, pattern drill e ripetizione a intervalli

Corso pratico con drill e soluzioni

Indice

Sezione	Livello
Il metodo FSI: perché funziona	Introduzione
Unità 0 — Suoni e pronuncia	Fondamenta
Unità 1 — Primo contatto	A1
Unità 2 — Essere e provenienza	A1
Unità 3 — Avere e il genere	A1
Unità 4 — I verbi al presente	A1
Ripasso A — Checkpoint 1-4	Ripasso
Unità 5 — L'accusativo	A1-A2
Unità 6 — Numeri, ora e giorni	A1-A2
Unità 7 — Il locativo	A2
Unità 8 — Famiglia e possessivi	A2
Ripasso B — Checkpoint 5-8	Ripasso
Unità 9 — Il passato	A2
Unità 10 — Il futuro e i verbi di moto	A2
Unità 11 — Cibo e genitivo	A2
Ripasso C — Checkpoint 9-11	Ripasso
Unità 12 — Ripasso e auto-test	A2
Fraasi di sopravvivenza	Appendice
Conversazioni complete	Appendice
Grammatica in tabelle	Riferimento
Glossario tematico A1-A2	Lessico
Test finale simulato A2	Valutazione
Il tuo piano in 8 settimane	Appendice

Ogni unità segue sempre lo stesso ciclo FSI: ① Dialogo da memorizzare • ② Note essenziali • ③ ④ Consolidamento • ⑤ Drill intensivi • ⑥ Comprensione • ⑦ Esercizi scritti • 🔄 Ripasso spaziatto.

La tua griglia dei progressi

Stampa questa pagina o ricopiala. Ogni volta che completi un passaggio di un'unità, **coloralo**. Vedere i progressi è parte del metodo: tiene alta la costanza.

Unità	① Dialogo (×3)	⑤ Drill intensivi	🔄 Ripasso fatto
Unità 0	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 1	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 2	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 3	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 4	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 5	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 6	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 7	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 8	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 9	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 10	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 11	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐
Unità 12	☐ ☐ ☐	☐ ☐ ☐ ☐	☐

Regola della costanza

Una casella al giorno è meglio di dieci una volta a settimana. Il cervello impara una lingua con la frequenza, non con l'intensità. 20 minuti ogni giorno battono 3 ore la domenica.

PARTE I

Il metodo

Leggi questa parte una volta. Poi tornaci ogni volta che perdi la motivazione.

Da dove viene questo metodo

Il **Foreign Service Institute (FSI)** è la scuola del Dipartimento di Stato americano, fondata nel 1947 per preparare diplomatici e funzionari da inviare all'estero. Il problema era pratico: un diplomatico doveva **parlare**, e in fretta — non superare un esame scritto.

Così gli linguisti dell'FSI svilupparono un approccio radicale per l'epoca: niente lezioni frontali di grammatica, ma **ore di pratica orale guidata**. Dialoghi registrati da memorizzare, pattern drill ripetuti fino all'automatismo, un istruttore madrelingua che correggeva in tempo reale. I corsi — centinaia di ore per lingua — furono poi pubblicati e oggi sono di **pubblico dominio**.

Perché è ancora valido oggi

1. Si fonda su come il cervello automatizza una lingua: ripetizione, non spiegazione.
2. Mette la produzione orale al centro — esattamente ciò che manca a chi studia "sui libri".
3. È misurabile: l'FSI classifica le lingue per difficoltà e ore necessarie. Il ceco è categoria III (~1100 ore per la fluenza piena); l'A2 ne richiede una frazione.

Cosa questo libro prende dall'FSI

I dialoghi da memorizzare, i pattern drill a sostituzione, la ripetizione ad alta voce e il ripasso a intervalli. Quello che NON prende: le centinaia di ore con un istruttore. Per questo la **tua disciplina quotidiana**, qui, è l'istruttore.

Il metodo FSI: perché funziona

Questo libro non si studia: si **pratica ad alta voce**. È costruito sul metodo del **Foreign Service Institute (FSI)**, l'istituto con cui il Dipartimento di Stato americano addestra da decenni diplomatici e funzionari a parlare una lingua in pochi mesi. I corsi FSI originali sono di pubblico dominio: qui ne trovi l'impianto, adattato all'italiano e al ceco.

I 4 principi che userai in ogni unità

- 1. Prima la bocca, poi la testa.** Ripeti e memorizza un dialogo reale *prima* di studiarne la grammatica. La regola la capisci dopo, sugli esempi.
- 2. Pattern drill.** La stessa struttura ripetuta e variata decine di volte, finché la risposta esce **senza pensare**. È il cuore del metodo.
- 3. Microstep + overlearning.** Un passo piccolissimo alla volta, ripetuto oltre il "so già": l'automatismo nasce dalla sovra-ripetizione.
- 4. Ripasso spaziatto.** Rivedi a intervalli crescenti (1 giorno, 3 giorni, 1 settimana). Ogni unità finisce con una scheda di ripasso.

Come lavorare su ogni unità (20–30 min)

- A. Leggi il dialogo ad alta voce 3 volte guardando la traduzione.
- B. Rileggilo coprendo l'italiano. Poi coprendo il ceco e ricostruendolo.
- C. Fai i DRILL ad alta voce, coprendo la colonna "risposta". Ripeti finché scorre.
- D. Il giorno dopo, rifai solo i drill. Segui la scheda 🔄 di ripasso.

Una regola d'oro FSI

Non leggere in silenzio. Se non stai muovendo la bocca, non stai usando questo metodo. La lingua si installa nell'orecchio e nei muscoli, non negli occhi.

PARTE 2

Il corso — 12 unità

Qui si lavora. Ogni giorno, ad alta voce, un microstep alla volta.

Suoni e pronuncia

Nel metodo FSI la pronuncia viene **prima di tutto**: l'orecchio e la bocca si allenano insieme. Dedica a questa unità 2-3 giorni, ripetendo ogni suono ad alta voce finché è automatico. Il ceco ha un grande vantaggio: **si scrive come si legge**. Impari queste regole una volta e leggi qualsiasi parola.

0.1 Le vocali

Brevi e lunghe (la lunghezza cambia il significato!)

5 vocali brevi: **a e i o u** — come in italiano, ma più secche.

5 vocali lunghe (con accento): **á é í ó ú / ů** — stessa vocale, **tenuta più a lungo**. L'accento **non** sposta la forza della voce.

ě = "ie" (**dě, tě, ně** si leggono dje, tje, nje).

Esempio minimo: **byt** (appartamento) ≠ **být** (essere). La sola lunghezza cambia la parola.

▶ DRILL — Vocali: breve vs lunga

Di' le coppie ad alta voce, esagerando la durata della lunga.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	pas / pás	pas (passaporto) / pás (cintura)
2	byt / být	byt (casa) / být (essere)
3	dal / dál	dal (ha dato) / dál (oltre)
4	mesto / město	(errato) / město (città) — ě = je

0.2 Le consonanti che non esistono in italiano

Lettera	Suono	Come in...	Esempio ceco
č	c dolce	cena	čaj (tè)
š	sc	scena	škola (scuola)
ž	j francese	jour	žena (donna)
ř	rzh (unico!)	— (r + j insieme)	řeka (fiume)
c	z sorda	zio / pizza	cena (prezzo)
ch	c gutturale	(ted.) Bach	chléb (pane)
j	i breve	ieri	jak (come)
h	h aspirata	(ingl.) house	hodina (ora)

Il suono ř: il mito del ceco

È il suono più difficile ma non spaventarti: all'A2 **basta avvicinarsi**. Prova a dire una **r** arrotolata e subito dopo una **ž** (j francese), fuse insieme. Parole chiave: **řeka, tři** (tre), **Dvořák**.

Lettera	Suono	Come in...	Esempio ceco
▶ DRILL — Pronuncia le consonanti nuove <i>Leggi ad alta voce. Copri la colonna destra.</i>			
#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)	
1	čaj	chái (tè)	
2	škola	shkóla (scuola)	
3	žena	jéna (donna)	
4	cena	tséna (prezzo)	
5	chléb	chléb (pane, c gutturale)	
6	ahoj	áhoi (ciao)	
7	dobrý	dóbrii (buono)	

0.3 L'accento e il ritmo

Regola unica e senza eccezioni

In ceco l'accento tonico cade **SEMPRE sulla prima sillaba** della parola. Non devi mai chiederti dove va: è sempre all'inizio.

PRA-ha, DO-brý, NA-shledanou, ČE-ština.

Le preposizioni "attirano" l'accento: **DO centra, NA stole.**

▶ DRILL — Metti l'accento sulla 1ª sillaba

Batti la mano sulla prima sillaba mentre leggi.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	Praha	PRA-ha
2	dobrý den	DO-brý DEN
3	děkuji	DĚ-kuji
4	na shledanou	NA-shledanou
5	čeština	ČE-ština

0.4 Consonanti sonore e sorde a fine parola

Una regola che ti fa suonare autentico

A fine parola le consonanti sonore diventano sorde: **-b→p, -d→t, -z→s, -v→f, -ž→š.**

chléb si legge "chlép" • **Bůh** → "búch" • **muž** → "muš" (uomo).

🔄 Ripasso spaziato — Unità 0

Ripassa dopo...	Cosa fare
Oggi e domani	Rileggi tutte le tabelle ad alta voce, 2 volte.
Tra 3 giorni	Leggi 10 parole a caso del libro applicando le regole.
Tra 1 settimana	Registrati mentre leggi un dialogo e riascoltati.

Primo contatto

① Dialogo da memorizzare

Leggilo ad alta voce. La riga blu è la pronuncia all'italiana (l'accento cade sempre sulla 1ª sillaba).

Petr: Dobrý den! Jak se máte?

dóbrii den, yak se máate

Buongiorno! Come sta?

Anna: Dobře, děkuji. A vy?

dóbrzhe, nyékuyi. a vi?

Bene, grazie. E Lei?

Petr: Taky dobře. Jmenuji se Petr.

táki dóbrzhe. menuyi se petr

Anch'io bene. Mi chiamo Petr.

Anna: Těší mě. Já jsem Anna.

nyéshii mnye. yaa sem áнна

Piacere. Io sono Anna.

② Note essenziali (solo quello che serve)

Pronuncia: le lettere che ingannano

c = z di zio • **č** = c di cena • **š** = sc di scena • **ž** = j francese

ř = suono rzh (unico del ceco) • **j** = i di ieri • **ch** = c aspirata gutturale

ě = ie • l'accento (á é í ó ú ý) **allunga** la vocale, non sposta la forza di voce.

▶ DRILL — Sostituisci il nome

Modello: — Jmenuji se Petr. → ripeti cambiando il nome.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	Jmenuji se Petr.	Jmenuji se Petr.
2	(Anna)	Jmenuji se Anna.
3	(Marco)	Jmenuji se Marco.
4	(Eva)	Jmenuji se Eva.
5	(Jan)	Jmenuji se Jan.

▶ DRILL — Domanda → risposta

Rispondi sempre positivamente. Copri la colonna destra.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	Jak se máte?	Dobře, děkuji.
2	A vy?	Taky dobře.
3	Jak se jmenujete?	Jmenuji se... (il tuo nome)
4	Těší mě.	Těší mě.

Mini-lessico

ano = sì • ne = no • prosím = per favore/prego • děkuji = grazie

dobrý den = buongiorno • ahoj = ciao (inf.) • na shledanou = arrivederci

🔄 Ripasso spaziato — Unità 1

Ripassa dopo...	Cosa fare
Stasera	Rileggi il dialogo coprendo l'italiano.
Domani	Rifai i 2 drill ad alta voce, senza guardare.
Tra 3 giorni	Ricostruisci il dialogo a memoria.
Tra 1 settimana	Presentati ad alta voce per 1 minuto.

③ Drill di consolidamento

▶ DRILL — Formale ↔ informale

Trasforma il saluto nel registro opposto.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	Dobrý den! (→ inf.)	Ahoj!
2	Na shledanou! (→ inf.)	Ahoj! / Čau!
3	Ahoj! (→ form.)	Dobrý den!
4	Jak se máte? (→ inf.)	Jak se máš?

▶ DRILL — Traduzione rapida IT→CS

Copri il ceco. Di' la frase in meno di 3 secondi.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	Buongiorno!	Dobrý den!
2	Mi chiamo Marco.	Jmenuji se Marco.
3	Piacere.	Těší mě.
4	Grazie, e Lei?	Děkuji, a vy?
5	Arrivederci!	Na shledanou!

④ Secondo dialogo

Eva: Ahoj! Jak se máš?

áhoi! yak se máash

Ciao! Come stai?

Marco: Ahoj! Mám se dobře. A ty?

áhoi! mám se dóbrzhe. a ti?

Ciao! Sto bene. E tu?

Eva: Taký dobře. Jak se jmenuješ?

táki dóbrzhe. yak se menuyesh

Anch'io bene. Come ti chiami?

Marco: Jsem Marco. A ty?

sem márko. a ti?

Sono Marco. E tu?

Eva: Já jsem Eva. Čau!

yaa sem éva. cháú

Io sono Eva. Ciao!

⑤ Drill intensivi

Il cuore del metodo: ripeti ogni drill 3 volte di fila, ad alta voce, coprendo la risposta. Fermati solo quando esce senza pensare.

▶ DRILL — Sostituzione: «Těší mě, já jsem...»

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	(Petr)	Těší mě, já jsem Petr.
2	(Anna)	Těší mě, já jsem Anna.
3	(Marco)	Těší mě, já jsem Marco.
4	(Eva)	Těší mě, já jsem Eva.
5	(Jan)	Těší mě, já jsem Jan.
6	(Lucie)	Těší mě, já jsem Lucie.

▶ DRILL — Catena saluti giorno→sera

Di' il saluto giusto per l'ora.

#	Stimolo (senti/leggi)	Risposta (di' ad alta voce)
1	(mattina)	Dobré ráno!
2	(giorno)	Dobrý den!
3	(sera)	Dobrý večer!
4	(congedo form.)	Na shledanou!
5	(congedo inf.)	Ahoj! / Čau!

⑥ Comprensione

Mini-testo

Dobrý den! Jmenuji se Pavel. Jsem z Prahy. Těší mě.

- Come si chiama?
- Da dove viene?

Soluzioni

Si chiama Pavel.

È di Praga.