

REPORT

Anno Scolastico

2020
2021

Un programma di Aspiag Service S.r.l.
concessionaria dei marchi:
Despar, Eurospar, Interspar nel Nordest,
dell'Emilia-Romagna e della Lombardia



Le Buone Abitudini 2020-2021: sostenersi per ritrovarsi. E ripartire.



INTRODUZIONE

.....

Un anno nuovo insieme, un anno *di nuovo* insieme. Di nuovo perché Le Buone Abitudini, sostenendo il lavoro degli insegnanti, ha dovuto ri-prendere attività ed esperienze laddove sono state interrotte a causa dell'emergenza Covid-19; ha dovuto ri-trovare rapporti, sinergie e contatti, anche se non sempre in presenza e in vicinanza; ha dovuto ri-inventare attività e modalità di comunicazione per andare avanti con più grinta ed entusiasmo di prima.

Un anno nuovo insieme, un anno di nuovo insieme. Insieme, perché la relazione si conferma come vero fondamento del nostro progetto, come quel valore aggiunto che, oltre i distanziamenti e al di sopra delle difficoltà, ci permette ancora di poter dire a tutti voi *grazie!* perché continuate a credere ne Le Buone Abitudini e a esserne parte indispensabile.

I NOSTRI NUMERI	5	SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE
VALUTAZIONE SCIENTIFICA DE LE BUONE ABITUDINI	7	VENETO
LE BUONE ABITUDINI ON WEB	9	PADOVA 19
SUPPORTO IN DAD	13	TREVISO 71
CENTRI DIURNI E SCUOLA ITALIANA ALL'ESTERO	15	VENEZIA 77
LA VERA SCUOLA SI FA INSIEME	17	VERONA 103
		VICENZA 109
		EMILIA ROMAGNA
		FERRARA 117
		FRIULI VENEZIA GIULIA
		TRIESTE 121
		TRENTINO
		TRENTO 125

#UnAnnoInsieme

questi progetti producono
dei cambiamenti

un valido supporto al
lavoro con i bambini

sicuri in una prossima
collaborazione

interesse non solo a scuola
ma anche in famiglia

è stato un anno molto
complesso

attività valutabili nell'ambito
della nuova disciplina
dell'Educazione Civica

materiale molto utile,
ben strutturato e fruibile

stimolante e apprezzata
opportunità formativa

rispetto delle norme
anticovid

I NOSTRI DATI

33
COMUNI

55
ISTITUTI SCOLASTICI

6300
STUDENTI

282 CLASSI
250 INSEGNANTI

185
INIZIATIVE

137 LABORATORI
27 INCONTRI FORMATIVI
21 ATTIVITÀ

282
PERCORSI DIDATTICI
CONSEGNATI ALLE CLASSI

70 AROMATICHE - SPEZIE:
PERCORSO SENSORIALE
73 VERDURA E FRUTTA:
CARBOIDRATI INDISPENSABILI
35 LEGUMI:
PROTEINE VEGETALI
40 FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI:
LIPIDI ESSENZIALI
52 CEREALI INTEGRALI:
CARBOIDRATI INDISPENSABILI

196
VIDEO CON GLI ESPERTI

42
EXTRA

10 PILLOLE IGIENICO - SANITARIE
9 RICETTE PER VIVERE BENE
10 DO IT YOURSELF
7 FAI IL TUO GIOCO
6 LE ESPERIENZE NELLE SCUOLE

#RicercaSalute



VALUTAZIONE SCIENTIFICA DE LE BUONE ABITUDINI

IN UNIONE
CON:



UNO STUDIO IN EVOLUZIONE

La Valutazione Scientifica del progetto Le Buone Abitudini all'interno delle scuole primarie della Provincia di Padova, iniziata nel 2018 dall'Unità Operativa di Igiene e Sanità Pubblica del Dipartimento di Scienze Cardiologiche, Toraciche, Vascolari e Sanità Pubblica¹, ha dovuto conformarsi inevitabilmente agli arresti e alle limitazioni subiti dalla Scuola durante l'emergenza Covid-19.

Tuttavia, **considerato l'alto valore dei risultati raccolti e della ricerca, in quanto risorsa per la salute della popolazione, è stato stabilito di non interrompere lo studio ma di continuare la collaborazione con Le Buone Abitudini Despar, estendendo l'oggetto di indagine**, al fine di comprendere anche come la pandemia abbia contribuito a modificare lo stile di vita delle famiglie e dei bambini.

PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE

BUJA A, GROTTI G, ZAMPIERI C, BARDIN A, MACULAN P, BROCADELLO F, BOLDA R, BALDO V (2021) **Socio-economic factors and behavioral traits associated with overweight in primary-school children: Risk factors of children's poor adherence to the Mediterranean Diet.** «Infant Behavior and Development»,

I NUMERI DELLO STUDIO:

COMUNI	5
DUE CARRARE	
MASERÀ DI PADOVA	
MONTEGROTTO TERME	
PADOVA	
TORREGLIA	
.....	
SCUOLE	14
.....	
CLASSI	21
INTERVENTO	13
CONTROLLO	8
.....	
ALUNNI	399
INTERVENTO	233
CONTROLLO	166
.....	

¹ [Le Buone Abitudini Despar \(2020\), Valutazione Scientifica de Le Buone Abitudini in Report 2019-2020, pp. 6,7.](#)

#FareRete

non solo un momento di lettura e di pausa

si può imparare anche giocando

una meraviglia, evviva la frutta e la verdura



grazie di cuore per le vostre Buone Abitudini

ottimi consigli per migliorare il livello di igiene delle mani

buono devo provare

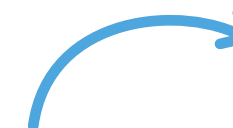


LE BUONE ABITUDINI ON WEB

.....

Le misure di distanziamento e l'evoluzione della pandemia, che ancora oggi determinano il nostro agire quotidiano, hanno rafforzato nelle singole persone, nelle famiglie e all'interno delle diverse realtà sociali sentimenti di solitudine e disorientamento. Da una parte emerge un forte desiderio di ripresa, di progressione e di rinnovamento, dall'altro c'è il bisogno di rallentare per recuperare il tempo, le relazioni e le attività che sono state interrotte.

Conciliare queste due spinte contrarie ma ugualmente importanti non è sempre facile, per questo Le Buone Abitudini ha scelto di **rafforzare il sostegno agli educatori e alle famiglie con contenuti web e suggerimenti specialistici che aiutino a riappropriarsi delle occasioni formative perdute e, allo stesso tempo, a reinventarsi più forti e uniti nel proprio ruolo educativo.**



**inquadra il QRcode
per vedere tutti i video
delle nostre rubriche!**



**con Francesca Munegato
psicoterapeuta dell'età evolutiva**

Una serie di video per accompagnare genitori, educatori e tutti gli adulti di riferimento a comprendere il mondo emotivo dei bambini, e a sostenerli per una crescita sana e serena.



con Luciano Franceschi
pedagoga e formatore CEMEA

Luciano Franceschi, pedagoga de Le Buone Abitudini, accompagna insegnanti, educatori e genitori a rafforzare le occasioni di relazione e alleanza per sostenere al meglio il percorso di crescita dei bambini.



di Vincenza Gianfredi
medico specialista in igiene e medicina preventiva

Preziosi consigli e informazioni per scoprire l'importanza di una corretta igiene, alla scoperta delle scelte che influiscono sulla nostra salute e dei comportamenti da adottare in famiglia, per un corretto stile di vita che aiuti ad evitare malattie croniche e infettive.



con Daniele Nucci
dietista

Una serie di video, realizzati con la presenza di un ospite molto speciale, mostrano ai genitori e ai più piccoli come realizzare tante ricette: merende semplici, golosissime e sane, per nutrirsi con gusto, divertimento e consapevolezza.



con Francesca d'Este
attrice

Attraverso una serie di video-racconti e alla voce narrante di un'attrice professionista, accompagniamo i bambini alla scoperta di storie, favole, filastrocche, poesie e indovinelli. Un'occasione per promuovere la lettura e l'ascolto a scuola e in famiglia, facendo nascere importanti attimi condivisi, scambi di idee, impressioni, emozioni, momenti di gioco, di svago e creatività.

#OltreLeDistanze

lezione condotta
egregiamente anche se
"a distanza"

supporto alle attività che
da sempre proponiamo

una lezione "da grandi"

grande successo in tutte
le classi



una bellissima lezione
interattiva

esperienza assolutamente
da riproporre e da rifare

continua e mai scontata
collaborazione/disponibilità

protagonisti del loro sapere

SUPPORTO IN DAD

Da sempre, dare supporto per noi significa ascoltare le richieste di educatori e insegnanti e, quindi, cercare di offrire loro risposte, attività e strumenti finalizzati a facilitare il compito formativo verso i più piccoli attraverso modalità sempre nuove e aggiornate.

In un anno in cui non è stato possibile coinvolgere i bambini in attività di gruppo, in contesti di aggregazione e in presenza, abbiamo rivisitato alcune tra le nostre proposte più apprezzate

per garantire ugualmente a tutti coloro che stanno vivendo la scuola in questo periodo difficile, grandi e piccoli, un'esperienza extra-ordinaria, un tempo e un modo da condividere insieme, anche se a distanza, per imparare e crescere ma anche per fare, divertirsi, meravigliarsi.

LAB: DALLA CELLULA VEGETALE ALLA CELLULA UMANA

Grazie all'utilizzo di una telecamera digitale il microscopio si può osservare on-line! Un viaggio affascinante in cui gli alunni, guidati da un biologo, conoscono e scoprono una realtà estremamente vitale e ricca di forme e colori diversi: un micro-mondo popolato da quei "mattoncini" che sono alla base della sana alimentazione per il nostro corpo e la nostra vita.



VISITA AL MUSME (Museo di Storia della Medicina in Padova)

Una visita guidata interattiva alle sale del museo, un itinerario virtuale alla scoperta del corpo umano e di sorprendenti esperienze didattiche, multimediali, e tecnologiche. Ma non solo, la nostra visita al MUSME è un'occasione unica per approfondire in diretta, con operatori qualificati, l'alimentazione, la digestione e l'apparato digerente.



SPRECONTROLLORI

Spreco di acqua, cibo ed energia. Tre video tra cui scegliere, o da proporre nel loro insieme, per spiegare in modo divertente e coinvolgente l'importanza di non sprecare e del mettere in pratica ogni giorno comportamenti responsabili e consapevoli. Piccoli consigli che trasformano i bambini in controllori dello spreco.



#VersoTutti

connessioni con la comunità

attività di inclusione

maggior consapevolezza

necessità di intraprendere percorsi di consapevolezza rispetto all'alimentazione



collaborazione con le realtà territoriali

grande interesse nei nostri ospiti

occasione di partecipazione e crescita collettiva

rapporto diretto con l'Italia

CENTRI DIURNI E SCUOLA ITALIANA ALL'ESTERO

La salute è un diritto di tutti. Scuola, famiglia e società sono per questo chiamate a intervenire unitamente per diffondere la cultura dei corretti stili di vita e per accompagnare i più piccoli, ma non solo, verso un reale miglioramento della qualità del proprio vivere, presente e futuro.

È con questa consapevolezza che noi de Le Buone Abitudini **abbiamo scelto di rispondere anche ad alcune preziose realtà, che ci hanno conosciuto tramite passaparola o per esperienza diretta, aprendo il nostro progetto al di fuori dell'ambiente scolastico a cui principalmente ci rivolgiamo e offrendo il sostegno, i contenuti e l'esperienza che ci caratterizzano.**

SOLARIS, COOPERATIVA SOCIALE

CENTRO DIURNO IL NODO – Albignasego
CENTRO DIURNO LA TENDA – Montegrotto Terme

La Cooperativa Sociale Solaris gestisce servizi diurni per persone con disabilità, in cui sono inseriti utenti, di età, complessità e risorse diverse, tutti accomunati *"dalla necessità di intraprendere percorsi di consapevolezza rispetto all'alimentazione. In modo particolare, negli ultimi anni il lavoro è stato incentrato sulla qualità di vita, quindi con particolare attenzione ad aspetti come quello motorio, la cura di sé, cui è strettamente legato quello di una corretta alimentazione."* (D.ssa Alice Cavinato)

AULSS 6

COMUNITÀ TERAPEUTICA RIABILITATIVA PROTETTA (CTRP)

CENTRO DIURNO in carico al D.S.M. – Psichiatria 3, Monselice

La Comunità Terapeutica Riabilitativa Protetta – CTRP ospita pazienti che necessitano di un trattamento terapeutico continuativo con copertura assistenziale a tempo pieno e che, per vari motivi, non possono continuare la loro vita in famiglia.

Il Centro Diurno riabilitativo ha l'obiettivo di sviluppare l'autonomia degli utenti e la riappropriazione di abilità personali e sociali compromesse dalla malattia. L'utenza per cui è stato richiesto il progetto Le Buone Abitudini è quella di *"persone adulte, alcune con ottimo livello cognitivo, che necessitano di un percorso di educazione alimentare che parta proprio dalle basi e che possa restituire loro un adeguato livello di consapevolezza."* (Matteo Tognin, educatore professionale)

SCUOLA STATALE ITALIANA DI MADRID

La Scuola Statale Italiana di Madrid è parte della rete delle Scuole Italiane all'estero istituite dal Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale. Si tratta di una delle più antiche e grandi realtà scolastiche fuori dal territorio nazionale, che si contraddistingue in quanto centro formativo di eccellenza per la diffusione della lingua e della cultura italiana all'interno di un contesto italo-spagnolo. *"Siamo stati contenti del collegamento sia per il valore disciplinare, sia per noi, essendo una scuola italiana all'estero, come rapporto diretto con l'Italia."* (Francesca Genuzio, insegnante nella Scuola Statale Italiana di Madrid, che ha partecipato a Le Buone Abitudini con la scuola Slataper di Trieste negli anni scolastici 2017/2018 e 2018/2019).



#NelleScuole

attività ben calibrate per gli
alunni della scuola primaria

cambiamento in mensa e
nella pausa merenda

un mare di scoperte

anche noi genitori abbiamo
imparato cose nuove

collaborazione concreta

un modo coinvolgente e
propositivo di fare scuola

occasione di confronto
e riflessione

materiali preziosi anche per
favorire l'inclusione di alunni
con difficoltà

è stato tutto davvero magico

LA VERA SCUOLA SI FA INSIEME

Condividere il cammino fatto insieme a insegnanti, educatori, alunni e genitori ci dà ogni anno grande soddisfazione. Insieme compiamo di volta in volta un passo in avanti verso la cultura della salute.

Insieme affrontiamo difficoltà e ci confrontiamo per continuare più forti e uniti di prima. Insieme riscopriamo e mettiamo in atto una nuova buona abitudine: stupirsi di fronte alla bellezza di compiere un percorso educativo.

**EDUCAZIONE
ALIMENTARE
E CORRETTI
STILI DI VITA:
PEDAGOGIA DEL FARE
E VERA ALLEANZA**



SCUOLE SEGNALATE

Quest'anno scegliamo di condividere una selezione delle testimonianze ricevute, fatta tenendo in considerazione la completezza e l'attenzione con cui insegnanti e educatori ci hanno resi partecipi del loro prezioso lavoro, durante lo svolgimento del progetto Le Buone Abitudini o al termine dello stesso.

Fra tutte le testimonianze, vogliamo dare merito e visibilità con la nostra coccarda a quelle scuole che si sono distinte per l'alto valore delle esperienze realizzate, per la qualità delle attività educative proposte e per l'accuratezza con cui le stesse sono state condivise con noi de Le Buone Abitudini.

SCUOLA D'ANNUNZIO

di Terradura, Due Carrare, Padova

SCUOLA GIOVANNI XXIII

Padova

SCUOLA PETRARCA

Padova

SCUOLA PASCOLI

Rubano, Padova

SCUOLA MANZONI

Veggiano, Padova

SCUOLA VOLTA

di Sandon, Fossò, Venezia

SCUOLA DA FELTRE

Noale, Venezia

SCUOLA SANTA BARBARA

Venezia

SCUOLA NICOLODI

Trento



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

Albignasego
Bagnoli di Sopra
Due Carrare
Maserà di Padova
Mestrino
Monselice
Montegrotto Terme
Padova
Piove di Sacco
Ponte San Nicolò
Rubano
Saonara
Torreglia
Tribano
Veggiano

PADOVA

.....

15
EDIZIONI

32
SCUOLE

173
CLASSI

15
COMUNI

centro diurno IL NODO

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI EDUCATORI

Anna Curtarello

Essendo un Centro Diurno per persone adulte con disabilità, il materiale ricevuto aderendo al progetto è stato da noi educatrici adattato al target di utenza che frequenta i nostri servizi.

Nel corso di quest'anno all'interno dell'attività Educazione alla Salute che aveva l'obiettivo di sensibilizzare all'importanza della sana alimentazione e promuovere la cultura della salute abbiamo utilizzato il kit "Verdura e frutta, carboidrati indispensabili" e:

- 1 Approfondito il tema dell'importanza della stagionalità delle verdure, costruendo assieme ai nostri ospiti una tabella ad hoc (semplificando quindi la bellissima scheda-cartellone presente nel kit)
- 2 Aperto una riflessione condivisa e partecipata sull'importanza di una sana alimentazione, costruendo per e con ogni ospite una piramide alimentare che li orienti nella scelta di un menù giornaliero (adattando così la scheda ogni giorno cinque pasti contenuta nel kit).

Gli argomenti affrontati hanno riscosso grande interesse nei nostri ospiti e si è osservata una maggiore consapevolezza nelle scelte alimentari. È stata molto apprezzata anche l'attività di supporto al progetto "Gli Sprecontrollori" che ha permesso di aprire una riflessione e un confronto sul tema e ha portato alla realizzazione di un memorandum per evitare inutili sprechi all'interno del centro diurno.

Vi ringrazio per l'opportunità offerta con l'adesione al progetto



scuola UNGARETTI

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Maria Francesca Zatta

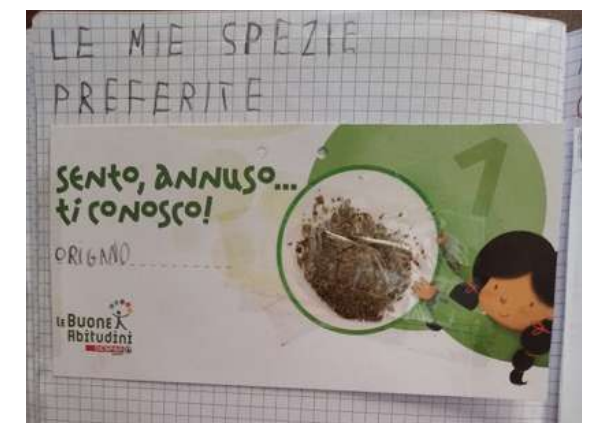
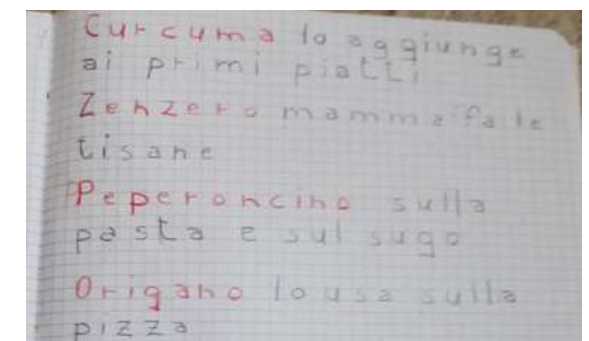
CLASSE I A

Il progetto è iniziato con l'osservazione e la conoscenza di alcune spezie partendo dalla sostanza aromatica intera, o fresca dove è stato possibile: rilevando il colore, la forma, toccando e annusando e alcune volte assaggiando ciò che era possibile. Si è chiesto ai bambini se nella loro alimentazione la mamma facesse uso di alcune spezie tra quelle nominate; o se fossero a conoscenza di qualche rimedio per il mal di pancia, mal di testa, per la digestione...

Come compito per casa ognuno di loro si è impegnato a far crescere un'erba aromatica e prendersene cura e, grazie alla collaborazione delle mamme, i bambini si sono sentiti coinvolti ed entusiasti nel riportare le loro esperienze.

Gli alunni, sempre grazie ai vostri materiali, hanno espresso la loro preferenza riguardo alle spezie; abbiamo inoltre individuato nel mondo da dove originassero alcune e con stupore, pur essendo paesi a loro non conosciuti, memorizzavano facilmente le zone.

Con scienze ho colto l'occasione di confrontarci sui loro pasti durante la giornata, di ciò che mangiano, di cosa fa bene, cosa ridurre o evitare, e naturalmente ho cercato di far collaborare le famiglie anche nei compiti per casa, rileggendo il lavoro fatto a scuola e parlando delle loro abitudini alimentari.



LA VOCE DEI BAMBINI

Gli alunni sono stati molto coinvolti nel lavoro fatto in classe, si è lavorato anche sull'aspetto della merenda sana e del preferire cibi freschi e non confezionati. Gli alunni stranieri si sono sentiti molto coinvolti ad approfondire questo progetto sulle spezie, soprattutto quelli provenienti dall'India.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno collaborato e hanno accolto le proposte dell'insegnante, aiutando molto i loro figli, mostrando e facendo osservare a casa le spezie che hanno in cucina, trasferendo le loro esperienze, permettendo che a scuola raccontassero e trasferissero usi e abitudini riguardo ad esse o rivelando alcuni usi del passato, ancora molto attuali.

Le famiglie hanno collaborato e sperimentato assieme ai loro propri figli ricette e abitudini e usi durante i pasti, riportando le loro esperienze di gusti e profumi.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Il progetto e i materiali hanno portato a una partecipazione attiva e stimolante in classe e a casa. C'è stato un cambiamento significativo nei confronti della merenda sana e di una sana alimentazione.

A scuola, mantenendo le regole anticovid, ho portato del pane fresco con delle spezie perché mi sono accorta che nessuno degli alunni mangiava pane fresco, ma usavano solo pane da toast o da tramezzini. Da quel momento a casa hanno chiesto ai loro genitori di scegliere quello per la merenda, perché era profumato e buono.

Inoltre, **ho inviato a casa delle proposte per sperimentare delle alternative più sane alla merenda che solitamente vedevo mangiare a scuola.**

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Rosaria Furin

CLASSE I B

Ho effettuato il percorso come da voi suggerito in cinque lezioni di circa due ore ciascuna. Sono risultate particolarmente efficaci le manipolazioni e i profumi delle aromatiche/spezie, il poster ammirato e odorato in tutte le occasioni, le narrazioni, il gioco effettuato scrivendo ai compagni una parola del vocabolario delle spezie e le schede compilate a casa con l'aiuto dei genitori. Tutto è servito a consolidare l'interesse verso un'alimentazione più sana.

Al termine del percorso ho effettuato un questionario online al quale tutti hanno risposto con molto entusiasmo, ovviamente coinvolgendo la famiglia.



PIANTE AROMATICHE E SPEZIE

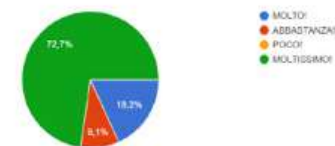
PROGETTO "LE BUONE ABITUDINI" - DESPAR

*Campo obbligatorio



TI È PIACIUTO FARE QUESTO PROGETTO?

22 risposte



QUALE ATTIVITÀ TI È PIACIUTA TANTISSIMO? SONO POSSIBILI PIÙ RISPOSTE.

22 risposte



LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini hanno fatto numerosi interventi per raccontare le loro esperienze, ciò che fanno i loro genitori quando cucinano, le aromatiche coltivate negli orti dei nonni.

Una bambina quando ha ricevuto il diplomino ha detto: "Sono molto emozionata! Questo è il secondo diploma che ricevo, dopo quello della scuola dell'Infanzia!"

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno collaborato nel progetto completando a casa ciò che veniva richiesto. È evidente l'apporto dei genitori anche nelle risposte del questionario.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Senza altro è risultato evidente un cambiamento di atteggiamento in mensa e nella pausa merenda. I bambini hanno sicuramente acquisito maggiore consapevolezza della necessità di nutrirsi in modo più sano e sono interessati a capire come si deve fare.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Daniela Neri

CLASSE III A

Il materiale delle "Buone Abitudini" è stato utilizzato per un approfondimento della storia del Neolitico: grazie anche alle informazioni ricavate dall'opuscolo i bambini hanno verificato l'importanza dei cereali nell'alimentazione dell'uomo e quali importanti cambiamenti ha portato l'assunzione di questo tipo di alimento nello sviluppo fisico e neurologico del genere umano. Le scatole con i cereali sono state poi un ottimo esempio concreto di come si trova in natura questa fonte di nutrimento e della varietà. Sono poi stati individuati i primi cereali coltivati nel Neolitico ed è stato costruito un breve testo con rappresentati i quattro cereali originariamente coltivati.



LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Maria Francesca Zatta

CLASSE V A

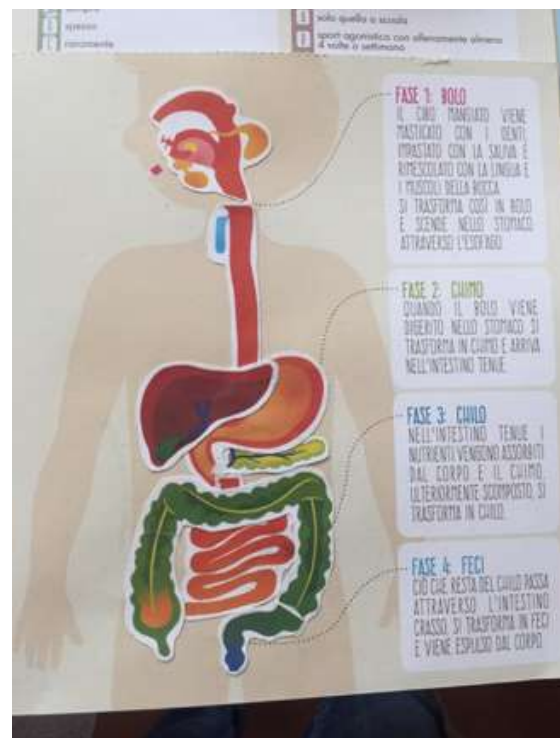
Il vostro percorso frutta a guscio e semi oleosi ci ha permesso di approfondire l'aspetto dei lipidi, che negli anni precedenti avevamo visto in modo generale, e come e in che quantità inserirli nell'alimentazione quotidiana. Abbiamo inoltre riflettuto sulle abitudini e sull'uso dei grassi saturi e idrogenati che ognuno introduceva con la merenda.

Essendo la digestione argomento di scienze in quinta è stato interessante ripassare e consolidare come il cibo venga assorbito dal nostro organismo e come sia fonte energetica per mantenere in salute il corpo e la nostra mente.

Colgo l'occasione per ringraziarvi per la possibilità che avete offerto ai nostri alunni di poter partecipare da scuola alla visita guidata al Museo di Storia della Medicina di Padova. È stata un'esperienza formativa ed educativa, simpatica e divertente, grazie ai vostri interpreti che evocavano e ricordavano i protagonisti del passato. Essi ci hanno permesso di riflettere sul percorso e l'evoluzione che la storia della medicina ha avuto dal Cinquecento ad oggi. Il valore di questa esperienza fa capire agli alunni il pensiero del tempo e l'impegno di molti studiosi e medici che hanno contribuito a rendere l'università di Padova un punto di riferimento fino ai giorni nostri.

L'esperimento che ci avete proposto ha colto l'interesse della classe e li ha coinvolti nel riflettere sull'importanza della loro salute e di quello che introduciamo con la dieta. Abbiamo poi approfondito con delle lezioni sulle buone abitudini alimentari e su quanto queste siano fondamentali per la nostra digestione. È mancata sicuramente una visita e un laboratorio in presenza per poter cogliere e toccare il valore più profondo di questa evoluzione storica, la possibilità di vedere le sale con i pannelli interattivi, le proiezioni e la costruzione del corpo umano.

Sicuri in una prossima collaborazione vi ringraziamo per la vostra disponibilità e il vostro materiale.



LA VOCE DEI BAMBINI

Gli alunni hanno dimostrato sensibilità e partecipazione verso l'argomento, cambiando la loro scelta nella merenda, preferendo cose fresche e anche la frutta secca che non avevano mai sperimentato. Hanno inoltre chiesto di poter approfondire per ogni frutto a guscio e seme oleoso le caratteristiche nutrizionali, perché erano interessati a consigliare ai loro famigliari alcune sostanze che sapevano di dover integrare.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori sono stati soddisfatti perché hanno visto i loro figli molto coinvolti e collaborativi nella scelta della merenda, nelle conoscenze acquisite con questo percorso.

Si sono, inoltre, resi disponibili a sostenere i loro figli cucinando assieme alcune ricette proposte nel fascicolo; confrontandosi, favorendo e migliorando le abitudini di vita quotidiana; preferendo i mezzi come la bicicletta alla macchina, cercando di cucinare cose fresche (pane, merende, scegliendo condimenti salutari) piuttosto di cibi in scatola e precotti; scegliendo assieme i prodotti durante la spesa.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Gli alunni hanno cucinato, fatto la spesa assieme ai loro genitori, collaborato nello scegliere i pasti in alcune giornate, migliorato la consapevolezza di ciò che si può preferire e cosa ridurre come cibi, aumentato le loro attività, riferendomi che camminavano di più e sceglievano di spostarsi in bicicletta o a piedi dove possibile.

Alcuni hanno imparato a ridurre l'uso di merende confezionate, tanto che si presentavano con snack o dolci fatti in casa, frutta, yogurt e desideravano che l'insegnante si prendesse nota dei loro progressi nella scelta della merenda.

scuola D'ANNUNZIO di Terradura

PERCORSI RICHIESTI:
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI



DUE CARRARE

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Cosima Damiana Raho

I materiali forniti sono stati molto utili per l'apprendimento, suggeriscono percorsi davvero interessanti e una più facile memorizzazione dei vari tipi di legumi avendo modo di vederli e toccarli. La semina e l'osservazione della crescita delle piantine, i benefici apportati dal loro consumo al proprio organismo, e all'ambiente stesso, rispetto alle proteine di origine animale hanno reso i bambini consapevoli dell'importanza di questi vegetali.

Sono state proposte in linea di massima le attività suggerite che sono poi state adeguate nelle diverse classi ai livelli e agli interessi dei bambini. Ne riportiamo alcune:

CLASSE I: Grande entusiasmo nell'assumere il ruolo di sprecontrollori aiutanti di Jenny e Ric, con le palette realizzate individualmente. Tutti insieme i piccoli hanno poi costruito una maxi palette murale su cui sono state raccolte tutte le loro indicazioni per evitare gli sprechi.



CLASSE II: Abbiamo osservato i legumi, visto quali sono le loro caratteristiche e come possono essere utilizzati nella nostra dieta in sostituzione alle proteine animali, rendendola estremamente varia e salutare. Per coinvolgere non solo i bambini ma anche le loro famiglie, abbiamo realizzato un ricettario in cui ciascuno ha potuto dare il proprio contributo personale, scrivendo una ricetta suggerita dalla propria tradizione familiare. Per arricchire il ricettario, i bambini hanno realizzato dei mandala usando i legumi.



CLASSE III: Dopo aver trattato le caratteristiche dei vegetali, sono stati presentati ai bambini i legumi. Hanno osservato la struttura delle piante, la forma dei semi e la caratteristica di essere chiusi in un baccello. Abbiamo focalizzato l'attenzione sull'importanza dei legumi nella dieta quotidiana per il loro apporto proteico, perché contribuiscono alla composizione dei muscoli e sul fatto che utilizzare proteine di origine vegetale diminuisce l'impatto ambientale rispetto alla produzione delle proteine di origine animale. È stata fatta un'indagine statistica sulle preferenze dei legumi tra i bambini e costruito un istogramma. Con la collaborazione delle famiglie sono state raccolte alcune ricette e composto un cartellone appeso poi in classe. Siamo infine passati alla semina in bicchieri di plastica delle varie tipologie di legumi: abbiamo osservato la germinazione e lo sviluppo delle nuove piantine che abbiamo poi piantato nel nostro piccolo orto e ne abbiamo controllato la crescita. Tutta l'attività è stata seguita con grande entusiasmo da parte dei bambini.



CLASSE IV: Con grande interesse i bambini hanno seguito la lezione di microscopia "Dalla cellula vegetale alla cellula umana" condotta egregiamente dal dr. Marco Picarella anche se "a distanza".

Sono stati apprezzati i video Gli Sprecontrollori a supporto delle attività che da sempre proponiamo agli alunni cercando di stimolare il loro senso civico e di promuovere comportamenti virtuosi (le buone abitudini!) per il rispetto e la salvaguardia dell'ambiente. Abbiamo riflettuto su "Cosa posso fare io", "Cosa posso NON fare io", "Cosa possono fare i grandi".



CLASSE V: Abbiamo approfondito non solo l'importanza dei legumi, ma anche quali sono in generale le componenti nutrizionali di cui abbiamo bisogno (proteine, carboidrati, zuccheri, grassi, ...) e quali sono gli alimenti in cui possiamo trovarle. In questo modo, abbiamo lasciato spazio anche al racconto delle tradizioni culinarie di ciascuno.

Oltre ad una riflessione di ordine alimentare, con i ragazzi abbiamo riflettuto sull'importanza delle fonti energetiche di cui disponiamo, come l'acqua, l'energia solare, l'energia elettrica, focalizzandoci su quali sono le azioni possibili, nel nostro piccolo, affinché questo consumo diventi più ponderato e intelligente. In vista di ciò, come campagna di sensibilizzazione all'interno della scuola, i ragazzi hanno costruito dei cartelli da attaccare in ogni aula e nei bagni che avessero un'immagine e un messaggio di richiamo e attenzione. I cartelli suggerivano di illuminare le aule con la luce solare, piuttosto che con i neon, servivano a ricordare di spegnere la luce, a chiudere l'acqua in bagno mentre ci si insaponava le mani e a spegnere le prese di Lim e PC quando inutilizzati.

Hanno riscosso grande successo i tre video Gli Sprecontrollori in tutte le classi, la visita virtuale al Musme e il laboratorio di microscopia.



LA VOCE DEI BAMBINI

CLASSE III: I bambini conoscevano solo alcune varietà di legumi, quelle consumate in famiglia, c'è stata quindi molta curiosità nel toccare i semi e nel cercare di memorizzarne i nomi. Quando poi le piantine sono nate e dai fiori delle fave hanno iniziato a uscire i baccelli, i bambini li osservavano crescere con stupore e li accarezzavano delicatamente come fossero cuccioli di animali. Quando nel menù della mensa c'era pasta con legumi, io (la maestra) li incitavo a mangiare dicendo che gli sarebbero cresciuti i muscoli, che sarebbero diventati più forti, allora si controllavano i bicipiti prima e dopo il pasto; chi non ne voleva sapere di mangiarli mi guardava sconsolato dicendo: "Si vabbè maestra, però poi dopo..." riferendosi al fatto che avrebbero fatto tante "puzzette" provocando una risata generale.

CLASSE IV: Il momento della lezione di microscopia era molto atteso; i bambini erano talmente eccitati all'idea di una lezione "da grandi" che appena è suonata la campanella di fine intervallo erano tutti sulla porta <<Eccoci, siamo pronti!>> e lo erano davvero. Hanno seguito la lezione con molto interesse e il loro entusiasmo è salito ad alti livelli quando hanno potuto vedere, osservando le cellule dell'epitelio boccale, dei piccoli bastoncini che si muovevano allontanandosi dalla cellula: erano batteri. Si sono sentiti privilegiati perché, come ha spiegato Marco, non gli era ancora capitato che si vedessero così chiaramente e con loro è successo!

CLASSE V: Le informazioni date dalla guida del Musme hanno stimolato la curiosità dei bambini che, tra tante notizie interessanti, ne hanno trovate alcune particolarmente divertenti. <<Sono rimasta colpita dalla visione d'insieme degli organi ... pensavo fossero diversi>>, <<Mi ha fatto ridere la stadera medica, questa grande bilancia che serviva per confrontare la quantità di alimenti che una persona mangiava con la quantità di cacca che faceva>>, <<Che forte: per curare le malattie del cuore, sceglievano piante a forma di cuore!>>.

LA VOCE DEI GENITORI

Le famiglie hanno dimostrato interesse al progetto svolto sostenendo l'entusiasmo dei loro figli. Hanno collaborato con la descrizione delle ricette dei piatti preferiti dai bambini e spesso all'uscita della scuola erano lì con i loro figli che si soffermavano ad ascoltare i bimbi che con orgoglio raccontavano delle loro scoperte e dell'evoluzione delle piantine del nostro orto.

Certamente utile è stata la collaborazione concreta di quei genitori che hanno ascoltato i nostri "sprecontrollori" e concordato con i propri figli piccoli impegni quotidiani per promuovere un utilizzo sempre più consapevole e corretto delle risorse.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Nel menu proposto nella nostra mensa compaiono spesso i legumi, come minestra o come contorno e, a dir la verità, incontrano poco i gusti dei nostri bambini. Grazie alle attività realizzate in ogni classe, noi maestre abbiamo potuto insistere con maggior convinzione sulla necessità di assaggiare i cibi che non rientrano nei propri gusti e qualche successo c'è stato, anche se non possiamo ancora dire di aver convinto i più.

Abbiamo notato nei bambini una crescente consapevolezza del fatto che ognuno di noi può contribuire, con un comportamento attento e corretto, al benessere di tutti. Spegnere la luce quando non serve, chiudere il rubinetto dell'acqua, tenere pulito il giardino, piccoli gesti quotidiani che stimoliamo continuamente e rileviamo con sempre maggior frequenza. Racconta un alunno: <<Sai maestra, io e una mia compagna ieri abbiamo messo i guanti e abbiamo ripulito la nostra strada dalle cartacce. Abbiamo riempito due sacchetti. Era da un anno che qualcuno non puliva!>> Il senso del tempo a volte è soggettivo :).

MASERÀ DI PADOVA

scuola MAZZINI

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Tiziana Legnaro

CLASSE I B

Gli alunni hanno mostrato vivo interesse nell'affrontare il percorso di scoperta di erbe aromatiche e spezie attraverso i cinque sensi. Si è registrata una partecipazione attiva nelle varie fasi dell'esperienza, in particolare in quelle inerenti il riconoscimento tramite vista, tatto e olfatto delle erbe aromatiche e spezie fornite, permettendo a ciascuno di entrare in contatto diretto con questi prodotti. Le sollecitazioni emerse da questo percorso hanno inoltre favorito discussioni collettive, realizzazione di disegni e sviluppo di conoscenze in campo alimentare.

Si ringrazia pertanto Despar per aver offerto questa stimolante e apprezzata opportunità formativa.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Isabella Polonio

CLASSE I C

Il percorso è stato molto coinvolgente per tutti gli alunni, che hanno avuto l'opportunità di scoprire e conoscere, attraverso i cinque sensi, le diverse varietà di spezie. Molto utile è risultato il materiale didattico fornito dalla Despar, soprattutto la cassetta contenente le spezie e erbe aromatiche in polvere. Uno strumento che ha permesso agli alunni di "fare esperienza"! Infatti, annusando, assaggiando e toccando essi hanno sperimentato il contenuto dell'intero percorso.

Inoltre è stata una bella occasione di confronto e riflessione. Gli alunni hanno riportato le esperienze personali e l'utilizzo delle spezie in cucina da parte dei loro genitori.

L'intero "viaggio" ha visto i bambini entusiasti di conoscere l'importanza di una sana cultura alimentare.



LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Alina Bertagnon

CLASSE III A-B

In una scuola a tempo pieno ci si rende conto facilmente quali sono le abitudini alimentari dei ragazzi: durante il pasto della mensa, frutta e verdura, vengono lasciate sistematicamente nel piatto dalla maggior parte dei ragazzi. Abbiamo così ripreso le attività del progetto "Verdura e frutta" iniziato in classe seconda e interrotto a causa della chiusura della scuola. Da un'indagine sulle abitudini alimentari della prima colazione svolta dagli alunni, emerge chiaramente il consumo massiccio di alimenti industriali confezionati. Si passa quindi al diario settimanale: ogni giorno i bambini devono scrivere quello che hanno mangiato nei pasti principali della giornata. Dai dati raccolti e visualizzati in un istogramma emerge,

ad esempio, che 6 bambini su 19 mangiano la frutta una volta o al massimo 3 volte alla settimana.

Perché è importante mangiare 5 volte al giorno frutta e verdura? Passiamo quindi allo studio delle vitamine presenti in abbondanza in questo tipo di alimenti. Utilizziamo il cartellone che appendiamo in classe e completiamo le pagine del libretto de Le Buone Abitudini. I bambini scoprono che le vitamine ci aiutano ad avere energia, proteggono il nostro sistema immunitario, ci aiutano a rimanere concentrati. Allora prepariamo dei cartelloni da appendere in mensa, perché vogliamo condividere le nostre conoscenze anche con le altre classi.



LA VOCE DEI BAMBINI

Quando nel piatto della mensa arrivano le carote ecco che qualcuno si alza e va a controllare nel cartellone quale vitamina contengono e a cosa serve. **L'insalata verde prima era l'intoccabile ora invece qualcuno sa che contiene vitamina E che aiuta il cervello a funzionare meglio. Ecco allora che nella tavolata anche i più reticenti assaggiano qualche foglia.**

Per non parlare dei fagiolini, degli asparagi, delle arance ... Sono piccoli passi in avanti, deboli segnali di un importante cambiamento in atto nelle abitudini alimentari.

LA VOCE DEI GENITORI

Nel tentativo di far cambiare le abitudini alimentari durante la merenda della mattinata scolastica, i bambini hanno dovuto portare a scuola un frutto per tutto il mese di maggio. Per dare più importanza alla merenda le maestre hanno predisposto un tabellone per registrare ogni giorno la percentuale degli alunni, di ogni classe terza, che aveva portato a scuola un frutto. I numeri aumentavano giorno per giorno fino ad arrivare al 100 % merenda con frutta. I genitori hanno collaborato, sebbene nel momento iniziale della gara della merenda qualcuno abbia avuto qualche perplessità, superate successivamente dai risultati ottenuti: ogni giorno un frutto per merenda!

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

A casa molti bambini hanno realizzato alcune ricette contenute nelle schede del fascicolo personale. Molti altri alunni hanno espresso l'intenzione di realizzarle durante l'estate insieme ai lavoretti proposti nella stessa sezione.

DOPO L'INCHIESTA: 100% DI FRUTTA ALLA MERENDA			
10 CLASSE TERZA			
CLASSE	FRUTTA	PERCENTUALE	NOTA
1	5	100	100
2	5	100	100
3	5	100	100
4	5	100	100
5	5	100	100
6	5	100	100
7	5	100	100
8	5	100	100
9	5	100	100
10	5	100	100
11	5	100	100
12	5	100	100
13	5	100	100
14	5	100	100
15	5	100	100
16	5	100	100
17	5	100	100
18	5	100	100
19	5	100	100
20	5	100	100

MESTRINO

scuola DE AMICIS di Lissaro

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Elena Facco

Quest'anno non abbiamo fatto molto, spero tanto che torneremo ad essere più attivi perché siamo stati molto limitati e penalizzati dal regolamento e non abbiamo fatto molte attività esperienziali di gruppo e in condivisione. La mia classe poi è stata più volte in quarantena. Chissà che si possa tornare in fretta e il più possibile alla normalità. Ho tante idee, adesso poi che c'è l'insegnamento dell'educazione civica, l'educazione alimentare rientra a pieno titolo e può essere affrontata non solo in scienze. Spero di contribuire di più in futuro, grazie!!!

Le visite virtuali al Musme per le due quinte di Lissaro sono state coinvolgenti e interessanti. I ragazzi hanno apprezzato la modalità che alternava momenti di spiegazione con le interpretazioni degli attori che impersonavano gli studiosi dell'università di Padova nella storia. La recitazione era simpatica e frizzante. Interessante la possibilità di interagire con la guida, anche se solo tramite chat di YouTube. Attraverso di essa i ragazzi erano chiamati a rispondere ad alcuni quiz. Abbiamo avuto un solo problema sulla prima data concordata perché dal museo ci hanno avvisato di un loro problema tecnico... Comunque abbiamo recuperato la settimana successiva.

Esperienza assolutamente da riproporre e da rifare, anche se credo che in presenza assuma maggior valore e rimanga più impressa nella memoria dei ragazzi coinvolti. Grazie mille!

centro uno spazio in cui riflettere sulla propria salute e sul proprio benessere psicofisico. In particolar modo, tenendo conto dell'avanzare dell'età e della sempre maggiore sedentarietà dell'utenza, noi educatori abbiamo creato un'attività di educazione all'alimentazione.

In nostro supporto abbiamo adottato il progetto promosso dalla DESPAR denominato "Le Buone Abitudini". Quest'anno abbiamo terminato il tema "La frutta e la verdura" che l'anno precedente era stato interrotto a causa dell'emergenza Covid-19. Il laboratorio si è svolto da novembre 2020 a luglio 2021. Per motivi organizzativi solamente un gruppo di utenti del centro è stato coinvolto e tutti hanno dimostrato impegno ed interesse relativamente alle proprie possibilità.

Nella prima fase siamo partiti dalle conoscenze e dalle abitudini alimentari di ciascuno per arrivare a conoscere la classificazione degli alimenti, la piramide alimentare e l'importanza dei cinque pasti giornalieri. In seguito ci siamo addentrati sempre più nel tema frutta e verdura e di come sia importante assumere questi alimenti quotidianamente per il benessere del nostro organismo e per la nostra salute allacciandolo ad un discorso più ampio inerente al Covid-19.

Sicuramente questo percorso sull'alimentazione che parte dal concetto che 'siamo ciò che mangiamo' è molto utile agli utenti per acquisire consapevolezza della propria persona in termini di autodeterminazione. Alcuni, infatti, hanno manifestato la volontà di seguire una dieta, altri hanno cambiato qualche piccola abitudine, mangiando un frutto a merenda e limitando gli zuccheri, in altri casi la stessa famiglia ha compreso e attivato alcuni comportamenti come una passeggiata al giorno o l'assunzione di maggiori quantità di frutta e verdura.

Prendendo sempre spunto dal materiale offerto dal progetto, abbiamo dedicato uno spazio per educare a evitare gli sprechi del cibo, acqua ed energia. In supporto, oltre ai video Gli sprecontrollori, abbiamo utilizzato delle schede da compilare e colorare avviando delle discussioni sugli argomenti, partendo sempre dalle singole abitudini per arrivare alla condivisione di comportamenti più ecologici, ricordandoci che tutti siamo responsabili delle generazioni future e della sopravvivenza della Terra.

MONTEGROTTO TERME

centro diurno LA TENDA

PERCORSI RICHIESTI:

LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI EDUCATORI

Alice Cavinato

Solaris è una cooperativa sociale che gestisce servizi socio-educativi per persone adulte con disabilità nella provincia di Padova. La cooperativa attiva percorsi individuali finalizzati alla realizzazione di un progetto di vita della persona considerandone esigenze, capacità, aspettative e desideri, in sinergia con la famiglia. Solaris, in collaborazione con le realtà territoriali, favorisce attività di inclusione, generando connessioni con la comunità,

offrendo occasione di partecipazione e crescita collettiva. I soci, le famiglie, i volontari e i lavoratori, condividendo i valori della cooperativa contribuiscono al raggiungimento degli obiettivi e delle finalità di Solaris.

La cooperativa è formata da tre centri diurni la cui finalità principale comune è la salvaguardia e la promozione del miglioramento della qualità della vita della persona disabile in una prospettiva che tenga presente il bene-essere nell'arco di vita della persona.

In questa prospettiva, il centro diurno La Tenda di Montegrotto Terme (Padova) ha attivato il laboratorio di Educazione alla Salute che nasce dall'esigenza di offrire agli utenti del

scuola RUZZANTE

PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Annamaria Magro

CLASSE I A

Ho cominciato ad utilizzare tutto il materiale dopo aver affrontato in scienze l'argomento dei viventi e dei vegetali e aver ragionato con i bambini su quali parti mangiamo delle piante (il frutto, il fusto, le foglie, la radice). Essendo una scuola a tempo pieno con la mensa ho effettuato semplici indagini "Mi piace/non mi piace" inerenti alla verdura e la frutta che viene proposta a pranzo e a merenda nei diversi momenti dell'anno. Per la stagionalità ho proposto anche varie storie sull'argomento. Ho concluso il lavoro con un impegno individuale ad assaggiare qualcosa di mai assaggiato prima (diverso per ogni bambino).

LA VOCE DEI BAMBINI

Più di un bambino ha collegato la sua difficoltà ad assaggiare frutta e verdura alla mancanza di "coraggio": "Assaggerò quando sarò diventato più coraggioso".

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Monica Wiel

CLASSE V A-B

Nelle classi V abbiamo utilizzato i materiali da voi forniti e abbiamo approfondito l'argomento sui CEREALI con delle ricerche. Inoltre i bambini hanno realizzato dei mosaici utilizzando i cereali.

LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini hanno apprezzato molto i fascicoli da completare e le ricette. Qualche bambina ha provato a realizzare dei piatti suggeriti nei fascicoli.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno apprezzato molto il progetto. Alcuni hanno acquistato dei cereali meno comuni per utilizzarli nel loro menù settimanale.

collegio DIMESSE

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI EDUCATORI

A causa delle restrizioni imposte dalle norme di sicurezza anti Covid non abbiamo potuto utilizzare al meglio tutto il materiale. Quest'anno abbiamo utilizzato il kit solo seguendo alcune attività da voi proposte.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Sicuramente c'è stato un cambiamento significativo nelle classi che hanno utilizzato come materiale le "Spezie", molti bambini, se non tutti, non conoscevano l'argomento e si sono appassionati tant'è che per i corridoi si sentivano i profumi provenienti dalle piante di spezie che sono state comprate per approfondire l'argomento. Per gli altri argomenti è comunque aumentata la sensibilizzazione da parte dei bambini.

scuola GIOVANNI XXIII

PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Giovanna Meggiorin

CLASSE III A - Report "Verdura e frutta: carboidrati indispensabili"

Nello svolgimento del percorso "Le Buone abitudini Despar - Verdura e frutta: carboidrati indispensabili" ho seguito il prospetto delle attività suggerite dalla guida per l'insegnante e il materiale presente nella scatola. Sono partita con un brainstorming basato sull'esperienza quotidiana degli alunni: quanti e quali pasti fanno nel corso della giornata, in cosa consistono principalmente le loro merende e spuntini, quanto spazio hanno frutta e verdura nella loro dieta, ecc. In particolar modo abbiamo discusso su quest'ultimo punto e sui motivi per cui quando la merenda della mensa scolastica consiste in un frutto, spesso viene rifiutato dai bambini.



Dopo questo preambolo riflessivo ho presentato la scatola delle "Buone abitudini" invitando i bambini a pensare cosa potesse esserci dentro. Dopo aver ascoltato le varie ipotesi, abbiamo iniziato il percorso proposto nella guida e nei quaderni, cercando sempre di collegare le attività, da un lato, al nostro vissuto quotidiano e, dall'altro, al programma di alcune materie scolastiche. Ad esempio, affrontando il tema della stagionalità di frutta e verdura molti alunni sono intervenuti parlando di cosa cresce nell'orto dei loro nonni e in quale periodo dell'anno, mentre altri hanno semplicemente constatato che al supermercato si trova tutto (o quasi) durante tutto l'anno.

Per quanto riguarda i possibili collegamenti interdisciplinari delle attività, invece, il completamento del poster "Calendario della

stagionalità” e della locandina “Sotto, sopra... in alto” ha ad esempio permesso un ripasso in lingua inglese, rispettivamente, di mesi/stagioni e di alcune preposizioni di luogo.

Parlando di frutta e verdura, gli stessi alunni hanno posto il problema dell’uso talvolta improprio di questi termini e sono rimasta sorpresa nel constatare che molti bambini sapessero portare esempi corretti al riguardo (es.: pomodoro come frutta e non verdura). Per alcuni casi, visto che le curiosità dei bambini al riguardo si moltiplicavano, abbiamo effettuato ricerche online per assicurarci che un certo vegetale fosse effettivamente un frutto o una verdura. In generale, gli argomenti proposti nel percorso della guida hanno attirato molto l’attenzione e l’interesse dei bambini che, nel periodo di svolgimento del progetto (primavera 2021), attendevano con impazienza il giorno dedicato alle “attività della scatola verde”. Addirittura, l’ultima settimana di scuola, facendo con la classe un riepilogo delle attività e dei laboratori svolti durante l’anno, una bambina mi ha confidato il suo dispiacere per non aver ultimato insieme ai compagni il percorso sulle “Buone abitudini” poiché era stata malata proprio nelle due settimane conclusive del progetto.

Su alcune attività del quaderno ci siamo soffermati un po’ più del previsto: la scheda col testo “Nonno Pino racconta”, ad esempio, è stata non solo un momento di lettura e di pausa dal taglia-incolla in cui consistono molte attività. Essendo una prosa rimata, gli alunni si sono divertiti a trovare le rime ed hanno inoltre insistito per rappresentare una breve scenetta coi due personaggi (bambina Matilde, nonno Pino) e la voce narrante.

I bambini si sono impegnati molto durante le attività, anche se non sempre il proposito di aumentare il consumo di frutta e verdura e di curare di più l’alimentazione è stato mantenuto. A mensa qualche bambino ha effettivamente iniziato a consumare con più piacere la verdura, qualcun altro ha almeno iniziato ad assaggiarla (che di per sé è già un bel passo) e questi stessi bambini poi rimproveravano i compagni che, a discapito dei buoni propositi, continuavano a lasciare nei piatti fagiolini e zucchine.

I genitori hanno apprezzato lo svolgimento di questo progetto su una sana alimentazione e so che alcune famiglie hanno sperimentato a casa qualche ricetta presente nel quaderno e hanno iniziato ad inserire, specie a colazione e nella merenda pomeridiana, qualche porzione di frutta al posto di snack magari sfiziosi ma meno salutari.

Nel complesso, il percorso e il kit offerti sono stati preziosi anche per arricchire percorsi di educazione civica centrati sul secondo nucleo concettuale delle “Linee guida” ministeriali, dedicato allo sviluppo sostenibile e all’educazione alimentare.



CLASSE V A-B “Frutta a guscio e semi oleosi: lipidi essenziali”

Le due sezioni hanno avuto tempi scuola diversi: la sezione A è a tempo normale per cui gli alunni si portano a scuola la merenda e pranzano a casa, mentre la sezione B è a tempo pieno e quindi la dieta è già stabilita per tutti.

Nella classe a tempo normale ha operato una docente prevalente totale che ha potuto lavorare in un’ottica interdisciplinare completa, mentre nella classe a tempo pieno ha operato un docente che insegnava matematica, scienze e inglese ed era presente a pranzo in mensa.

Come insegnanti di due classi molto diverse ci siamo coordinati cercando di procedere con una base comune partendo nel primo bimestre dal modulo 1 Alla scoperta di frutta a guscio e semi oleosi. Siamo partiti da un brainstorming per capire quali erano le conoscenze in merito da parte dei bambini. È stato molto interessante per gli alunni il lavoro su “provenienza, parte che mangiamo, curiosità” collegato all’esperienza concreta di toccare con mano tutti i semi e i frutti. Le noci Macadamia e del Brasile non erano proprio conosciute mentre per tutti gli altri c’era già una conoscenza ed un discreto uso in famiglia. Dopo l’esperienza visivo-tattile è stato facilissimo per tutti fare il lavoro sul quaderno e sul poster che poi è rimasto appeso per tutto l’anno scolastico.

Essendo entrambe le classi formate da 12 bambini ognuno ha scelto un frutto o seme ed ha svolto una piccola ricerca che poi ha presentato alla classe. Nella classe a tempo normale sono state fatte diverse merende speciali con questi frutti o semi. In particolare durante le feste di compleanno degli alunni, al posto di “patatine in sacchetto”, ogni volta l’insegnante ha portato frutta a guscio o semi oleosi. In particolare pistacchi, noci, mandorle e semi di zucca sono stati assai apprezzati e a poco a poco anche individualmente i bambini hanno iniziato a portarli per merenda consapevoli dell’alto valore nutritivo.

Nel secondo bimestre (dicembre-gennaio) poiché il programma di scienze di 5a prevedeva lo studio del corpo umano e dei vari apparati, abbiamo deciso di affrontare il terzo modulo: digestione. Partendo dallo studio sul libro di testo di scienze è stato molto utile il rinforzo ricevuto dal supporto del quaderno. I bambini hanno imparato perfettamente ed in modo giocoso

l’apparato digerente con tutta la nomenclatura e le funzioni dei vari organi. È stato un periodo in cui ci siamo dedicati molto anche al ripasso di quanto già studiato sull’alimentazione e tutti i principi nutritivi. Nel periodo di Natale, collegando con lo studio della geografia regionale, ogni alunno ha ricercato una ricetta della tradizione veneta o del proprio paese d’origine che ha trascritto, provato a preparare in famiglia e poi esposto alla classe. Da qui è partito anche un gemellaggio con una classe di Milano alla quale sono state inviate le nostre ricette, mentre noi abbiamo ricevuto delle ricette tipiche della Lombardia. È stata un’esperienza molto positiva che consiglio vivamente.

Durante il secondo quadrimestre, in particolare con l’inizio della primavera abbiamo lavorato sull’importanza dell’attività fisica, del movimento. La maggior parte dei bambini ha iniziato a venire a scuola a piedi ed è stata avviata nella scuola la prima linea Pedibus. Inoltre le classi hanno iniziato a zappare per creare aiuole fiorite e prendersi cura dell’orto della scuola quotidianamente. In questa fase è stato proposto il test “Mi muovo e sto bene”. È piaciuto tantissimo ai bambini. I risultati sono stati condivisi in classe e con soddisfazione nessuno è risultato “bradipo”. I pochi “gatti” sono stati incoraggiati dai compagni e si sono accordati per incontrarsi dopo la scuola nel parco per fare giochi di movimento. Tutti hanno compreso che il tempo per i videogiochi deve essere limitato e questo è un grande risultato.

Collegato a questo abbiamo ripreso il lavoro sull’importanza dei lipidi giusti per un corretto stile di vita soffermandoci soprattutto sull’uso dell’olio extra vergine di oliva. Avendo la fortuna di avere nel parco un grande ulivo già a fine ottobre avevamo fatto una grande raccolta di olive con i metodi tradizionali e trattato l’argomento.



Abbiamo provato anche a scuola la merenda "fetta di pane e olio evo". Praticamente tutte famiglie usano solo questo olio e i bambini lo apprezzano.

Verso fine aprile abbiamo preparato a scuola il ricettario "Facciamo merenda" che è stato poi donato per la Festa della MAMMA con l'impegno di provare a fare insieme le varie ricette proposte. Poi verso fine maggio ogni alunno/famiglia ha scelto una ricetta e l'ultimo giorno di scuola è stata fatta una grande festa dove ciascuno ha portato la propria preparazione.

Nel corso del mese di maggio abbiamo ripreso il lavoro sui vari tipi di cellula già approfondito in precedenza, perché il giorno 19 ci attendeva la giornata speciale di "Laboratorio di microbiologia con il biologo" per entrambe le classi. È stato un evento tanto desiderato e tutti gli alunni sono stati davvero catturati dal biologo che spiegava e dall'uso del microscopio che sperimentavano per la prima volta. È stato per noi insegnanti un importante momento di verifica e una soddisfazione nel vedere la serietà, la preparazione e la maturità raggiunta. Per tutti è stata una giornata meravigliosa e consigliamo a tutti i docenti di proporlo.

La settimana seguente, sempre collegato all'alimentazione ed alle buone abitudini, la classe 5 A ha partecipato a un laboratorio di lettura animata dal titolo "Gustavo" con l'attore A. Riello nell'ambito di Informambiente. Anche questo è stato un importante momento di verifica su tutto il lavoro di educazione alimentare svolto nei cinque anni dalla classe.

È stato eseguito il lavoro "la settimana in famiglia" l'ultima settimana di maggio e al termine c'è stato un proficuo scambio di esperienze. In quest'occasione gli alunni si sono anche accordati per realizzare in piccolo gruppo (due massimo tre) le ricette per la festa finale dell'ultimo giorno di scuola. È stata una festa speciale per concludere i 5 anni. È iniziata con una partita a calcio a squadre miste. Poi a seguire la consegna dei cappelli, dei diplomi per tornei e con la presenza della responsabile delle Buone Abitudini del diploma di partecipazione all'intero percorso delle Buone Abitudini Despar davanti a tutte le mamme che si sono date molto da fare per realizzare al meglio la parte del party nel parco nel rispetto delle norme anti covid. È stato tutto davvero magico.





LA VOCE DEI BAMBINI

Abbiamo avuto molte domande da parte dei nostri alunni, sempre desiderosi di imparare cose nuove. In particolare nel fare merenda dicevano spesso: "Noi ci nutriamo di cose sane mettendo in pratica le buone abitudini!"

LA VOCE DEI GENITORI

Tutti i genitori delle tre classi sono apparsi molto contenti del progetto, anzi in riunioni di plesso alcuni rappresentanti dei genitori di altre classi hanno manifestato il loro interesse chiedendo se fosse possibile allargarlo alle sezioni dei loro figli. Chiaramente abbiamo dovuto rispondere che dipende dalla disponibilità manifestata dai docenti che operano nelle classi. Possiamo dire che si nota molto la differenza nei bambini che sono stati abituati fin dalla prima classe ad alimentarsi con cibi sani e tanta frutta e verdura rispetto a chi non ha fatto un percorso di educazione alimentare.



UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Sicuramente per i bambini di classe quinta a tempo normale che già negli anni passati avevano imparato a fare merenda con cibi sani, quest'anno è iniziata la merenda con la frutta secca e i semi oleosi dopo che l'insegnante ha organizzato un primo "Party di compleanno" in cui c'erano noci, nocciole, anacardi, mandorle, semi di girasole, pistacchi, ecc. È stato davvero significativo vedere che bambini non molto avvezzi allo studio teorico, nella pratica sono stati i primi a portare da casa gherigli di noce e/o mandorle per ricaricarsi a merenda seguiti dal resto della classe. Le mamme sono state delle ottime alleate ed hanno fatto tesoro di quanto i figli riportavano per proporre una sana alimentazione. In occasione di festività o nell'affrontare lo studio delle regioni sono sempre state ricercate le ricette tipiche e in molti casi sono state sperimentate a casa.



scuola SANTA RITA

PERCORSI RICHIESTI:

LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Barbara Ferrari

Essendo ancora in periodo Covid ho evitato i lavori di gruppo. Ho utilizzato il vostro libro, quello dedicato all'insegnante, trovato all'interno dello scatolone per preparare un PowerPoint di presentazione dei legumi con caratteristiche, proprietà e immagini di ogni singolo legume.

I bambini hanno lavorato, individualmente, sul libretto a loro consegnato, completandolo. Abbiamo parlato dell'importanza della sostenibilità, di diminuire il consumo di carne (mangiare meno carne ma biologica) e di pesce perché i mari si stanno impoverendo, per un consumo maggiore di proteine vegetali.

Ceci, fagioli e fave: contengono amido?

Con un coltello tagliamo dei fagioli tenuti precedentemente in acqua per alcune ore

1

Ripetiamo la stessa operazione con fagioli tenuti a germinare per alcuni giorni su del cotone idrofilo bagnato con acqua. Tali fagioli presentano una radichetta che si è sviluppata grazie all'umidità.

2

Poniamo i fagioli in un pentolino con acqua e facciamoli cuocere per qualche minuto su un fornellino.

3

Poniamo i fagioli appena cotti senza radichetta in un piattino e versiamo su di essi qualche goccia di tintura di iodio, noteremo che si colorano di rosso-scuro perché in essi è presente amido e la tintura di iodio lo evidenzia.

4

scuola VOLTA

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Cristina Prendin

CLASSI IV

La pandemia ha fortemente condizionato l'anno scolastico appena passato, modificando profondamente lo svolgimento delle attività laboratoriali. I materiali forniti sono ottimi spunti per approfondimenti importanti sull'alimentazione e dintorni. In minima parte sono stati integrati alle lezioni svolte in scienze e tecnologia, con la promessa che l'anno prossimo si sarebbero maggiormente approfonditi gli argomenti.

Gli alunni hanno poi usufruito dell'iniziativa interattiva con il Musme, esperienza che li ha coinvolti e resi partecipi di una bellissima lezione, corredata alla fine anche da un esperimento. Questa attività ha riscosso molto successo tra gli alunni che vi hanno partecipato e anche tra le famiglie.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

L'attività iniziata ormai da qualche anno ha fatto maturare un atteggiamento più positivo nei confronti del cibo, che non è più rifiutato a priori perché non si conosce ma al quale ci si approccia in modo curioso, come un gioco rivolto a scoprire nuovi sapori.

scuola MANIN

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Elena Barbieri

CLASSI I A-B

Avendo svolto il percorso verso la fine dell'anno scolastico mi sono attenuta ai Vostri consigli, cercando ovviamente di pensare agli alunni, alla loro curiosità e ai loro interessi.

Il cercare i rimedi naturali usati in casa e in famiglia è stata un'attività molto coinvolgente e interessante per tutti i bambini.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori mi hanno riportato a voce quanto i bambini fossero divertiti e impegnati a sperimentare con le spezie e le erbe aromatiche sia a scuola sia a casa.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Maria Capuzzo

CLASSI II A-B

Agli alunni ho presentato molte attività suggerite nel vostro materiale, a partire da queste abbiamo prodotto semplici testi collettivi e personali ed elaborati grafico-pittorici. Gli alunni hanno dimostrato interesse e partecipazione alle attività proposte, buoni sono stati i risultati ottenuti.

LA VOCE DEI BAMBINI

Mi ha colpito particolarmente l'interesse dimostrato dagli alunni nei confronti delle vitamine contenute nei vari alimenti. Alcuni bambini mi hanno raccontato di aver sperimentato con la mamma alcune ricette presenti nel "libretto" consegnato agli alunni.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Antonella Montaruli

CLASSI III A-B

Nelle mie classi ho fatto visionare "No allo spreco di acqua" inserendolo come fase conclusiva di un percorso legato all'acqua e alle 4 R (Riduzione - Riutilizzo - Riciclo - Recupero). I bambini hanno trovato molto divertente sia il video che la realizzazione della paletta de "Gli Sprecontrollori".

LA VOCE DEI BAMBINI

L'attività ha fatto riflettere i bambini su molte abitudini sbagliate che loro non credevano di avere. Molti bambini hanno raccontato che il lavoro di "Sprecontrollore" in casa è stato difficile a causa di molte abitudini sbagliate dei genitori o/e dei fratelli.

LA VOCE DEI GENITORI

L'interesse dei genitori è stato palesato durante l'ultima assemblea in cui hanno richiesto di proseguire con questa iniziativa anche nel prossimo anno scolastico.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Maddalena Valandro

CLASSI IV A-B

Le attività proposte sono ben calibrate per gli alunni della scuola primaria e sono state sviluppate seguendo i suggerimenti allegati. Inoltre sono state integrate con l'esperienza dell'orto a scuola per cui cereali e ortaggi sono stati piantati e accuditi "dal vero".

Il materiale fornito ha aiutato gli alunni a comprendere l'importanza di una corretta alimentazione. Abbiamo consultato il menù settimanale della mensa scolastica e i bambini hanno compreso meglio l'importanza di certi cibi presenti nella loro dieta e si sono sforzati ad assaggiarli.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Paola Pinna

CLASSE IV C

I materiali ricevuti sono stati svolti parzialmente per mancanza di tempo a causa della pandemia e della quarantena. Le attività si sono ridotte al minimo ma accolte con entusiasmo. I bambini hanno mostrato impegno a mangiare i cibi che di solito non assaggiavano.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Valentina Scaldaferrò

CLASSI V A-B

Causa Covid, il percorso che si era già predisposto con il supporto di una tirocinante di scienza della formazione primaria, non si è potuto svolgere. Abbiamo usato i semi dei legumi della vostra scatola per confrontarli, in occasione del lavoro sul progetto orto e, in seguito, abbiamo lavorato sulla corretta alimentazione, parlando della digestione e della piramide alimentare. Il materiale avrebbe richiesto un lavoro più lungo e il tempo non c'è più stato. Despar ci ha permesso di collegarci con il Musme di Padova, un'occasione speciale molto gradita ai ragazzi. Grazie!

PADOVA**scuola
LAMBRUSCHINI****PERCORSI RICHIESTI:**

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Mariele Mulas

CLASSI I A-B

Il percorso è stato introdotto dal "progetto orto a scuola" di informambiente, ogni anno un agronomo incontra i bambini e dopo aver descritto le caratteristiche delle piante si procede alla piantumazione.

Purtroppo quest'anno, causa Covid, l'incontro è stato posticipato a maggio, perciò i bambini non hanno potuto raccogliere i frutti della semina: timo limone, basilico, rosmarino, menta, lattuga, zucchine.

**LA VOCE DEI BAMBINI**

Durante la piantumazione uno dei bambini è stato in grado di riconoscere il timo limone mentre veniva presentato dall'agronoma: "lo riconosco perché durante il lockdown ne abbiamo piantati tanti nell'orto del nonno".

**PADOVA****scuola
PETRARCA****PERCORSI RICHIESTI:**

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

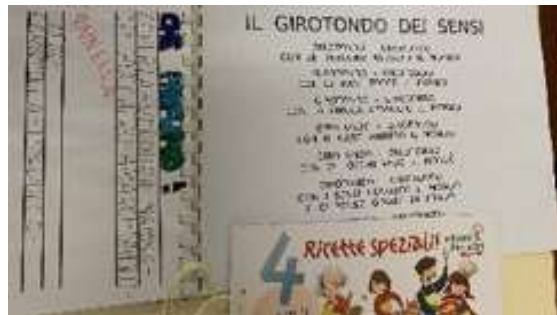
Nicoletta Cognolato

Alcune classi in seguito alla situazione particolare dell'anno (Emergenza Covid) sono entrate in DAD per alcuni periodi e quindi non hanno utilizzato completamente i materiali della scatola. Hanno comunque svolto il percorso online a distanza, con suggerimenti e seguendo la traccia del percorso della guida, con strumento digitale e la piattaforma dell'istituto.



Le altre classi hanno usato i materiali ricevuti con la scatola abbinata al percorso. Il materiale è stato molto utile perché ben strutturato e fruibile dagli alunni anche per lavori da svolgere a casa coinvolgendo le famiglie.

Le spezie e le erbe aromatiche: il progetto in classe 1a è stato inserito prevalentemente all'interno delle attività curriculari di scienze e in parte in quelle di Italiano, e integrato nel "laboratorio dei 5 sensi" che ha visto, come prodotto finale, attraverso la raccolta delle



proposte didattiche presentate gradualmente, la creazione del "libro dei 5 sensi di...".

I materiali agli alunni di classe terza sono stati proposti:

- 1 In presenza usando le scatole fornite e facendo sperimentare il canale sensoriale (nel rispetto delle norme di sicurezza del periodo Covid). Partendo dai suggerimenti della guida utilissimi, si sono poi progettate e realizzate nuove attività con gli alunni ad esempio:

a) la realizzazione di maschere rappresentanti i vari cereali indossate dagli alunni per una piccola rappresentazione teatrale in classe, documentata poi attraverso un libro digitale.

b) Un disegno comune "Cerealopolis" una città ideale fatta con i cereali

- 2 A distanza usando l'applicazione Teams della piattaforma Microsoft for Education, proponendo spiegazioni e presentazioni dell'insegnante, ricerche in coppia e ricette da provare in famiglia.

"A CACCIA DI CEREALI MANIA..."
GRAZIE ALLE BUONE ABITUDINI.

CLASSE 3 A
SCUOLA PETRARCA
A.S.2020/21

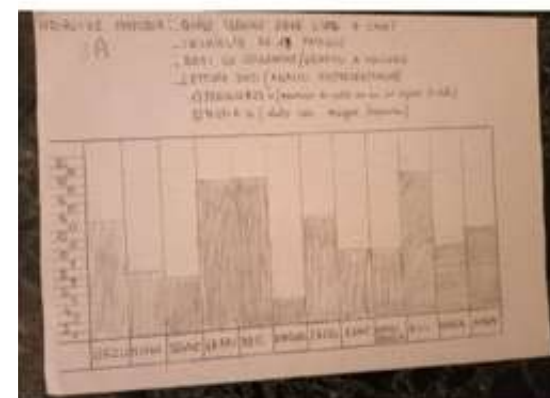


Prima di aprire la SCATOLA sono partite le nostre CURIOSITA'... attraverso le tante domande:
Quando possiamo aprirla?
Cosa immaginiamo ci sarà dentro?

.....
Le conversazioni in classe



Le indagini fatte ai compagni di classe quarta.
Alle nostre famiglie!!!!
Le nostre conversazioni in classe:
Cosa sappiamo dei cereali?
Quali cereali usiamo?
Quali sono i principi nutritivi dei cereali?



piccolo tesoro da esplorare e scrutare.
Sono partite così le ricerche sui cereali, ognuno di noi ha scelto un cereale e abbiamo condiviso insieme come svolgere le nostre ricerche.

COSI' VIA...TUTTI AL LAVORO PER PRODURRE RICERCHE RICCHE DI INFORMAZIONI
E...DOVEVANO ESSERE CHIARE ,POI DOVEVAMO ESPORRE AI COMPAGNI ...

L'IDEA DELLE MASCHERE ASSOCIATE AL CEREALE...è stata improvvisa e accolta da tutti
grande entusiasmo, è stato solo l'inizio...
ci siamo divertiti a costruirle e poi a indossarle.



IL COPIONE PER LO SPETTACOLO: "MI PRESENTO SONO...IL CEREALE..."
Abbiamo deciso su quale canovaccio preparare la parte da recitare...
ognuno di noi è diventato attore, ha recitato la sua parte e ci siamo cimentati ognuno mettendo in atto la sua mimica, la sua gestualità il suo ESTRO...ci sono state delle sorprese inaspettate... qualcuno potrebbe diventare un attore... qualcuno ha vinto la solita timidezza... insomma è stato insolito e divertente.

Ecco un piccolo assaggio di quella rappresentazione ...il nostro piccolo teatro immortalato in queste immagini parlanti:



LA VOCE DEI GENITORI

Le famiglie sono state coinvolte prima attraverso inchieste/sondaggi, poi attraverso la realizzazione in cucina di varie ricette da sperimentare a seconda dei percorsi delle classi (Spezie, cereali, legumi).



Per le classi che sono coinvolte nella sperimentazione scientifica (classi terze A-B), le famiglie hanno continuato a contribuire al progetto, attraverso la compilazione del questionario online previsto a metà di questa indagine.

La rappresentante di classe terza durante l'interclasse ha chiesto esplicitamente informazioni in merito al progetto scientifico avviato all'inizio della classe prima per indagine sulle abitudini alimentari, per capire se si sarebbe proseguito fino alla classe quinta.

La richiesta mostra interesse e approvazione verso un lavoro di sensibilizzazione da parte della scuola verso comportamenti più consapevoli e sani.

Sono stati inoltre riconosciuti nell'occasione la valenza e la buona fruibilità dei materiali forniti dall'organizzazione delle Buone Abitudini e al nostro plesso per i percorsi svolti.

"Gentile maestra Nicoletta, Grazie di cuore! Ritengo che il progetto Le Buone Abitudini sia davvero molto importante ed interessante. Come Le dicevo ieri in interclasse, da ex ricercatrice, pensavo a quanto sarebbe una perdita, ai fini dello studio in cui le classi terze sono inserite, in termini di risorse e valore dei risultati. Credo anche che il materiale fornito da Le Buone Abitudini sia sempre molto interessante e stimolante, l'hanno scorso, con il lockdown, ne ho avuto grande riprova perché le mie nipotine, che vivono in provincia di Belluno, hanno voluto il materiale che ci era stato fornito in copia. Grazie davvero del suo grande impegno e del grande entusiasmo con cui racconta una materia così bella e difficile come le scienze. Cordialmente"

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Ci sono stati cambiamenti significativi nell'atteggiamento degli alunni verso il cibo: dopo alcune indagini fatte su alcune classi con dati registrati su tabella dopo il pranzo in mensa si sono osservati comportamenti più favorevoli ad assaggiare il cibo proposto e maggior consapevolezza verso la sana alimentazione.



PIOVE DI SACCO

scuola dell'infanzia MARIA IMMACOLATA di Arzerello

PERCORSI RICHIESTI:

CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Chiara Stivanello

Continua anche quest'anno la preziosa collaborazione con Despar: il progetto Le Buone Abitudini è stato adottato dagli insegnanti per arricchire l'esperienza di conoscenza e sperimentazione di alimenti sani e genuini, attraverso la cura del nostro orto e **laboratori attivati con il gruppo del doposcuola dell'infanzia, in sinergia con la scuola primaria.**

I materiali e le proposte da voi fornite sono stati preziosi/e anche per favorire l'inclusione di alunni con difficoltà. Quest'anno in particolare i percorsi sono stati utili per avviare attività poi valutabili nell'ambito della nuova disciplina dell'EDUCAZIONE CIVICA.

GRAZIE INFINITE PER LA CONTINUA E MAI SCONTATA COLLABORAZIONE/ DISPONIBILITÀ E IL VALIDO SUPPORTO.





Nel doposcuola, durante l'ultimo laboratorio Despar sulle buone abitudini giochiamo con i cereali e, infine, una buona merenda a tema proposta dalla cuoca... i pop corn!



scuola GIULIANI

PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Franca Giorio

CLASSE V

Abbiamo costruito un lapbook di educazione alimentare utilizzando il fascicolo da voi fornito sui cereali.



scuola PASCOLI

PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Francesco Orazio Schiavone

Il materiale fornito è stato esaustivo e consono a tutte le attività svolte con gli alunni. Le attività proposte agli alunni sono partite dagli spunti offerti dalle schede di lavoro del Vostro opuscolo per poi approfondire gli argomenti a livello interdisciplinare. Gli alunni hanno prodotto, quindi, elaborati di diversa natura in base alle discipline d'interesse, rimanendo comunque focalizzati sui temi da Voi proposti.

In alcuni casi è stato anche possibile coinvolgere le famiglie che hanno trovato motivante il completamento delle schede del fascicolo insieme ai loro figli e la realizzazione di lavori aggregativi.

Il feedback da parte degli alunni è stato vario: attività ludiche in motoria, filastrocche a tema, cartelloni e manufatti di carta, disegni, diagrammi a torta da ricostruire, osservazioni e monitoraggio dal vivo della crescita delle piante, tabelle Word di raccolta dati sulle piante, coding con Scratch (storytelling), ricettario dei cibi sani...

CLASSI I A-B

Tania Donadello, Giulia Castro, Elisa Rizzi

Nelle fasi iniziali, dopo aver introdotto l'argomento sulla varietà di verdura e frutta e svolto in classe l'attività sul calendario della stagionalità, gli alunni hanno riprodotto sul quaderno il proprio calendario.

Nella seconda fase si è introdotto il tema dell'importanza delle vitamine, del ruolo che hanno nel nostro organismo, in quali tipi di frutta e verdura le troviamo e di che tipologia sono, sottolineandone gli aspetti benefici.



RUBANO

"Ogni tipologia di verdura è più o meno ricca di una particolare vitamina, per questo è bene consumarne in quantità".

Nella terza fase, si sono svolte varie attività di sensibilizzazione alla giusta alimentazione che hanno coinvolto trasversalmente altre discipline. Per esempio, in italiano, abbiamo proposto una filastrocca sulla sana alimentazione e l'abbiamo fatta imparare ai bambini.

In motoria, abbiamo costruito dei percorsi ad ostacoli, unendoli al gioco del bowling, in cui bisognava abbattere i cibi poco salutari.

Classi 1 A, 1 B

Percorso: Verdura e frutta
Nelle fasi iniziali, dopo aver introdotto l'argomento sulla varietà di frutta e verdura e svolto in classe l'attività sul calendario della stagionalità, gli alunni hanno riprodotto sul quaderno il proprio calendario.



Nella seconda fase, si è introdotto il tema dell'importanza delle vitamine, del ruolo che hanno nel nostro organismo, in quali tipi di frutta e verdura le troviamo e di che tipologia sono, sottolineandone gli aspetti benefici.

"Ogni tipologia di verdura è più o meno ricca di una particolare vitamina, per questo è bene consumarne in quantità."



In motoria, abbiamo costruito dei percorsi ad ostacoli, unendoli al gioco del bowling, in cui bisognava abbattere i cibi poco salutari.



Insegnanti
Tania Donadello
Giulia Castro
Elisa Rizzi

CLASSI II A-B

Percorso "Verdura e frutta" per la sensibilizzazione al consumo di frutta e verdura di stagione e a km zero. In alto, sopra, sotto:

- 1 I bambini hanno ritagliato e incollato al posto giusto le immagini della frutta e verdura presenti nel fascicolo.
- 2 Conversazione collettiva sulle conoscenze dei bambini relativamente alle loro conoscenze ed esperienze con orti dei nonni, genitori, orti urbani. Consultazione immagini da internet.
- 3 Completamento della scheda "Dove cresce?"
- 4 Dopo discussione e confronto di classe, inserimento nella tabella di frutta e verdura conosciuta dai bambini secondo il criterio "Dove cresce".
- 5 Rappresentazione grafica dell'inseminazione e della trasformazione del fiore in frutto.

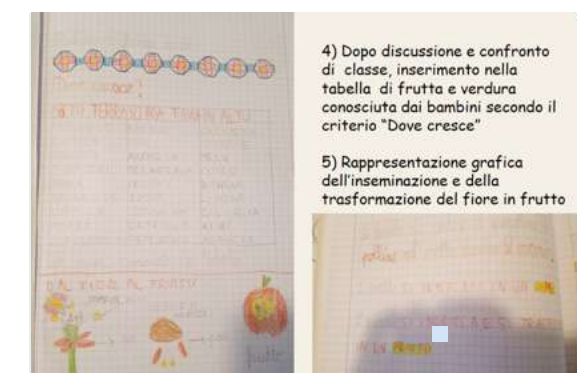
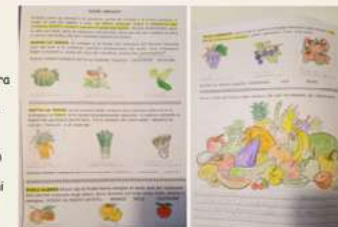
Ai bambini è stata consegnata la scheda dei nutrienti e delle giuste proporzioni per una sana alimentazione. I bambini hanno classificato gli alimenti secondo frutta, verdura, cereali, proteine. Ciascun bambino ha poi disegnato il suo piatto sano. I bambini hanno poi riflettuto

e rappresentato i vantaggi del consumo della frutta di stagione: consumo di prodotti italiani, a km zero, con minore inquinamento e rispetto dei tempi della natura.

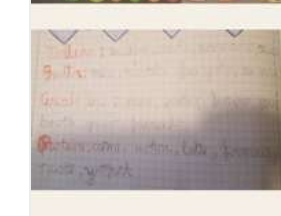
Classi 2 A, 2 B

Percorso "Verdura e frutta" per la sensibilizzazione al consumo di frutta e verdura di stagione e a km zero.

DOVE CRESCONO?
In alto sopra sotto
1) I bambini hanno ritagliato e incollato al posto giusto le immagini della frutta e verdura presenti nel fascicolo
2) Conversazione collettiva sulle conoscenze dei bambini relativamente alle loro conoscenze ed esperienze con orti dei nonni, genitori, orti urbani: consultazione immagini da internet
3) Completamento della scheda "Dove cresce?"



AI BAMBINI È STATA consegnata la scheda dei nutrienti e delle giuste proporzioni per una sana alimentazione. I bambini hanno classificato gli alimenti secondo frutta, verdura, cereali, proteine. Ciascun bambino ha poi disegnato il suo piatto sano.



I bambini hanno poi riflettuto e rappresentato i vantaggi del consumo della frutta di stagione: consumo di prodotti italiani, a km zero, con minore inquinamento e rispetto per i tempi della natura.



CLASSI III A-B

Francesco Schiavone

Gli alunni hanno iniziato con una fase di brainstorming sulla frutta e la verdura in generale. Si è poi passati alla realizzazione del "Calendario della Stagionalità" e allo svolgimento della prima scheda: Conosci e riconosci verdura e frutta.

Nella seconda fase ci si è concentrati sul ciclo vitale delle piante, sensibilizzando i bambini alla cura delle stesse attraverso la lettura presente nella scheda n. 2: Nonno Pino racconta! "...l'uomo, come gli altri prodotti della natura, ha bisogno di tanto tempo e tanta cura per crescere sano e forte!"

Gli alunni hanno poi disegnato l'intera storia di Nonno Pino, suddividendosi le scene e registrando la propria voce per la realizzazione di uno storytelling composto con il software Scratch.

Terza fase: dal racconto alla pratica! In questa terza fase gli alunni hanno sperimentato sul campo, in prima persona, cosa significa seminare, avere pazienza, prendersi cura delle piante e osservarle crescere. Abbiamo piantato lenticchie, fagioli e piselli, e i bambini se ne sono presi cura a turno.

I bambini hanno monitorato e misurato la crescita delle piante; in seguito, hanno riportato i dati raccolti in alcune tabelle appositamente disegnate in Word. Infine, hanno rappresentato sul quaderno la crescita delle piante in base alle misurazioni effettuate. Dopo la visione dei video, hanno prodotto dei disegni in cui raffiguravano lo spreco in atto e, di fianco, l'atteggiamento corretto da seguire per evitarlo.

Nell'ultima fase gli alunni, dopo aver discusso insieme sul tema dell'acqua come bene prezioso, hanno realizzato un libricino a forma di goccia, contenente alcune regole di "buone abitudini" per evitarne lo spreco.



Gli alunni hanno poi disegnato l'intera storia di Nonno Pino, suddividendosi le scene e registrando la propria voce per la realizzazione di uno storytelling composto con il software Scratch.



Terza fase: Dal racconto alla pratica! In questa terza fase gli alunni hanno sperimentato sul campo, in prima persona, cosa significa seminare, avere pazienza, prendersi cura delle piante e osservarle crescere.

Abbiamo piantato lenticchie, fagioli e piselli, e i bambini se ne sono presi cura a turno.

Alcune fasi del monitoraggio della crescita:



I bambini hanno monitorato e misurato la crescita delle piante; in seguito, hanno riportato i dati raccolti in alcune tabelle appositamente disegnate in Word. Infine, hanno rappresentato sul quaderno la crescita delle piante in base alle misurazioni effettuate.



Nell'ultima fase, gli alunni, dopo aver discusso insieme sul tema dell'acqua come bene prezioso, hanno realizzato un libricino a forma di goccia, contenente alcune regole di "buone abitudini" per evitarne lo spreco.



CLASSE IV B

Maria Catoio, Ilaria Fassina

Gli alunni, dopo aver discusso insieme di cibi sani, apporto energetico e di corretto equilibrio tra carboidrati, proteine e vitamine, si sono divertiti, coinvolgendo le famiglie, ad elaborare ricette a base di alimenti sani, con procedimenti di cottura salutari per l'organismo. Tutte le ricette sono state poi raccolte ed è stato realizzato un ricettario con l'aiuto delle insegnanti.



CLASSI IV A, V A-B

Alessandro De Nard, Selene Salerno

Nella prima fase si è letto e compreso insieme il racconto di Nonno Pino e la nipotina Matilde. Successivamente, gli alunni hanno realizzato un cartellone con gli insegnamenti tratti dal racconto, disegnando le scene della storia accompagnate da alcune riflessioni personali sui temi della pazienza, della cura della natura e dell'importanza del cibo che non deve mai essere sprecato. Infine, abbiamo inventato e scritto una filastrocca sui temi affrontati e l'abbiamo trascritta sul cartellone come filo conduttore dei disegni.

**Classi 4 A, 5 A, 5 B**

Percorso: Verdura e frutta
Nella prima fase, si è letto e compreso insieme il racconto di nonno Pino e la nipotina Matilde. Successivamente, gli alunni hanno realizzato un cartellone con gli insegnamenti tratti dal racconto, disegnando le scene della storia accompagnate da alcune riflessioni personali sui temi della pazienza, la cura della natura e dell'importanza del cibo che non deve mai essere sprecato. Infine abbiamo inventato e scritto una filastrocca sui temi affrontati e l'abbiamo trascritta sul cartellone come filo conduttore dei disegni.

Insegnanti
Alessandra De Nard 4 A, 5 A
Selene Salerno 5 B

**LA VOCE DEI BAMBINI**

I bambini hanno apprezzato moltissimo il fascicolo delle buone abitudini sia per le attività proposte molto operative, sia per i racconti e i personaggi illustrati. La mensa scolastica è diventata vera occasione e opportunità per molti bambini di assaggiare frutta e verdura perché erano sensibilizzati dalle attività proposte dal progetto. Sono piaciuti tantissimo i video "No allo spreco di cibo" e "No allo spreco d'acqua" con la realizzazione della paletta degli Sprecontrollori e gli adesivi correlati. I bambini si sono immedesimati molto come "cacciatori dello spreco" e hanno raccontato le loro esperienze quotidiane in casa. Si è notato un maggior consumo di frutta nella merenda del mattino fornita dalle famiglie.

**scuola
GALILEI
di Villatora****PERCORSI RICHIESTI:**

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

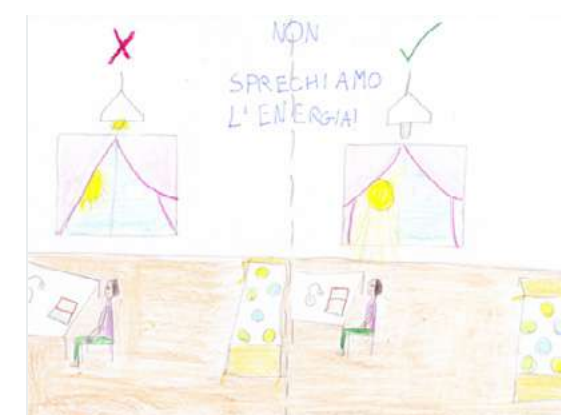
Rosa Masi

Abbiamo visto i 3 video sugli Sprecocontrollori e prima ne abbiamo parlato in classe e poi i bambini hanno realizzato dei disegni. I bambini sono stati molto attenti e partecipi e alla fine dei video hanno detto che avrebbero raccontato ai genitori e che avrebbero messo in atto i consigli.



La filastrocca per non SPRECARE
L'acqua è un bene prezioso
devi essere parsimonioso.
Con l'elettricità non esagerare
se l'ambiente vuoi aiutare.
Il cibo non va sprecato
a te non manca mai...ritorniti fortunato!

Filastrocca dello spreco
Se l'acqua non riusciamo
non sprechiamola.
Se la luce sembra lasciarsi
male facciamo.
Se il cibo è da buttare,
noi lo possiamo anche mangiare.
Ogni giorno tutti noi una missione:
completa dobbiamo
perché la natura adoriamo.
GRAZIE "SPRECONTROLLORI"



TORREGLIA

scuola
DON BOSCO

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Erika Crescenzo

Le varie classi si sono attenute alle attività suggerite, alcuni hanno inviato link per accedere ad attività online, ma a causa del sovraccarico della DAD e del periodo, molte famiglie hanno preferito non accedere.

Nel plesso sono stati distribuiti i materiali, ma vista la criticità anche per effettuare lavori di gruppo e manipolare materiali condivisi, non sono stati prodotti cartelloni, né si è pensato di fotografare attività svolte nel quaderno. Gli opuscoli forniti sono stati utili e apprezzati anche dagli alunni, che hanno dimostrato curiosità nell'osservare i materiali forniti (scatoline con semi, cereali, legumi, erbe aromatiche, ecc.) e nell'esplorarne le caratteristiche con i cinque sensi.

TRIBANO

scuola
DE AMICIS

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

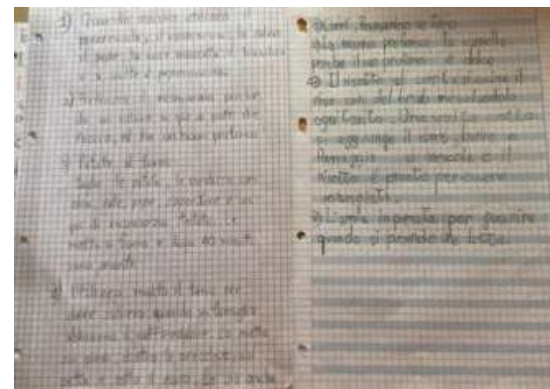
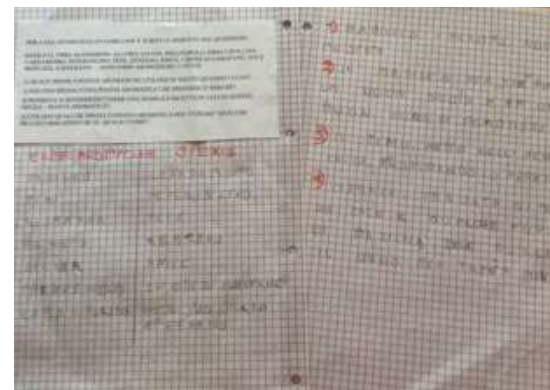
LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Marta Piccolo

CLASSI I A-B

I materiali "cartacei" (poster, schede...) sono stati utilizzati come spunti per dare vita ad un percorso adatto alle esigenze e alle peculiarità della classe. Per stimolare l'interesse, si è trasformato il kit delle spezie in un regalo da parte dei personaggi guida del libro di testo; l'esplorazione, prima del regalo incartato, poi delle singole erbe/spezie ha permesso ai bambini di esprimere/raccontare i loro vissuti alimentari; alcune attività sono state unificate, ad esempio, sul quaderno sono stati

incollati i "bollini" del percorso vista e, a fianco, sono stati incollati i pezzettini, i semi... della spezia/erba; partendo da immagini di piatti pronti (riviste di cucina, pubblicità...) si è discusso su come vista, olfatto influenzino per prime le nostre scelte alimentari e qualche volta bisogna imparare ad andare oltre per riuscire ad arrivare a scoprire la bontà di un cibo; è stata realizzata una piccola intervista ai genitori o ai nonni e perfino all'educatrice del doposcuola.

UN PICCOLO GESTO ...
UN GRANDE CAMBIAMENTO

Onestamente non so dire se questo progetto abbia portato a delle modifiche nel modo di approcciarsi al cibo da parte dei bambini e delle loro famiglie. Tuttavia, dagli interventi dei bambini, è emerso che hanno sviluppato una maggiore attenzione alla realtà che li circonda: **sono andati nel loro orto e/o in giardino a vedere se c'erano piante aromatiche; hanno osservato i "piatti" con maggior attenzione per cercare di riconoscere qualche erba/spezia.**

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Cristina Targa

CLASSE II A

Date le circostanze legate all'andamento della pandemia in corso, che ha colpito anche alunni e insegnanti della classe in oggetto, è stato necessario adottare misure prevalentemente limitative per qualsiasi tipo di attività che potessero prevedere laboratori, uscite didattiche o altri tipi di esperienze dirette da realizzare in classe. Per questo non è stato possibile ampliare e diversificare le iniziative didattiche, come l'argomento avrebbe invece richiesto, restando pertanto entro le proposte suggerite dalla guida per l'insegnante, presenti nel programma del progetto, e utilizzare i materiali in esso contenuti, che fortunatamente sono stati risorse molto utili e interessanti.

Abbiamo seguito le indicazioni descritte nella guida del progetto, e abbiamo consultato i quaderni operativi dai quali abbiamo ricavato importanti spunti per impostare le attività. A partire dalla stagione in corso, si sono presentati i tipi di frutti stagionali per sollecitare la curiosità dei bambini e favorirne la conoscenza, invitandoli poi ad assaggiare a casa, i frutti presentati a scuola. Al termine poi gli alunni hanno provveduto alla compilazione del calendario.

LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini hanno partecipato con entusiasmo alle attività proposte. Si sono divertiti a indovinare il contenuto del pacco regalo e, quando si sono resi conto che avevano indovinato almeno un profumo (quasi tutti hanno riconosciuto il profumo dello zenzero e/o della cannella, collegati alle tradizioni del Natale), sono esplosi di gioia. È stata poi sorprendente la loro reazione quando hanno capito che potevano tenere il grano di pepe, il chiodo di garofano, i semi: il tesoro più prezioso che potessero ricevere!

L'uso dei materiali forniti ha favorito una importante rete comunicativa tra gli alunni e uno scambio di idee molto proficuo, sulle tematiche inerenti al percorso affrontato (Verdura e frutta: carboidrati). Ciò ha ulteriormente stimolato la curiosità degli alunni, promuovendo la loro capacità espositiva circa le preconoscenze sulla materia.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Barbara Zogno

CLASSE III A

Quest'anno a causa dell'emergenza sanitaria, che ci ha portato ad affrontare alcuni periodi in DAD, non è stato possibile sviluppare il percorso in classe con attività specifiche o lavori di gruppo. Ci siamo quindi attenuti alle attività suggerite accompagnando gradualmente gli alunni alla scoperta della "frutta a guscio", per conoscere i cibi che fanno bene al nostro organismo perché ricchi di grassi buoni.

Abbiamo seguito il percorso suggerito nella guida e visionato i quaderni attivi con le diverse attività proposte. Successivamente abbiamo realizzato "l'angolo della semina", dove ciascun alunno ha seminato nel proprio vaso. In attesa del primo germoglio, i bambini si sono dedicati alla cura, innaffiando e osservando ogni mattina i vari cambiamenti. Con grande stupore e meraviglia hanno fatto esperienza diretta della germinazione.

LA VOCE DEI BAMBINI

Tutti gli alunni hanno dimostrato una viva curiosità e un buon entusiasmo nelle conversazioni e nelle riflessioni in classe.

Dopo la germinazione i bambini hanno pensato di realizzare un testo narrativo dal titolo "Voce di un albero Amico" per evidenziare l'importanza di rispettare e di vivere la natura "più verde e pura sarà la nostra terra, solo così insieme saremo migliori...perché NOI siamo NATURA!".

Gli alunni hanno illustrato il testo scritto in varie sequenze e hanno realizzato un grande albero dove ogni foglia verde dava voce a un messaggio.

Infine sono stati scritti diversi acrostici e semplici testi poetici personali. Per concludere, tutto il materiale è stato raccolto in un video dove la voce narrante dei bambini accompagna la narrazione e la visione...

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Il progetto ha rappresentato un'esperienza importante per una sana sensibilizzazione verso il cibo e la buona alimentazione, maturando una certa consapevolezza verso le abitudini alimentari quotidiane necessarie per una crescita completa e in buona salute.

Inoltre gli alunni hanno compreso quanto la natura sia fondamentale per il benessere di ogni persona. Ci insegna il rispetto e la gioia di vivere, l'arte di prendersi cura di un tenero essere vivente, come può essere un piccolo germoglio, diventa così consapevolezza e responsabilità nel rispetto dell'ambiente e nella salvaguardia del nostro pianeta. Riconnettersi con la natura diventa "linfa vitale" per ciascuno di noi.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Rossella Caterina Burgo

CLASSI IV

Sono stati presentati i cereali partendo da un excursus storico sull'introduzione di questo alimento nell'alimentazione dell'uomo. Ci si è attenuti alle attività suggerite nella guida per l'insegnante, e a partire da esse ci si è soffermati sulla condivisione dell'utilizzo dei cereali nella propria alimentazione, e a riflettere sulle diverse trasformazioni dei cereali. Sono stati presentati i chicchi e poi ricondotti alla pianta d'origine. I bambini hanno partecipato con viva curiosità, hanno

conosciuto dei cereali nuovi (amaranto, miglio, quinoa, segale) e sono stati invitati a ricercare il loro possibile utilizzo. Hanno sperimentato le ricette trovate nei libretti consegnati coinvolgendo le famiglie, ma non abbiamo ricevuto materiale di ritorno.

LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini all'inizio del percorso sono stati invitati a riflettere sulla modalità di consumo dei cereali nella propria alimentazione; ha sorpreso come non si rendessero conto che in realtà li troviamo in vari prodotti (pasta, pane, biscotti, ecc.), a partire da questo ci siamo soffermati sulla trasformazione dei cereali.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Questo progetto ha rappresentato una nuova esperienza, sono state apprese diverse modalità di trasformazione di un prodotto, sono state sperimentate ricette che hanno visto coinvolti vari membri della famiglia (una bambina ha coinvolto anche la nonna). Sono diventati consapevoli dell'importanza di una sana alimentazione, fondamentale per il benessere fisico e la salute.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Maria Beatrice Limena

CLASSI V A-B

Seguendo le indicazioni della guida fornita, è stato sviluppato un laboratorio sui legumi: abbiamo visto le origini, osservato e incollato i vari legumi sul libretto, analizzato le caratteristiche nutrizionali. Gli alunni ne hanno parlato in famiglia e hanno chiesto ai genitori di preparare almeno un piatto tipico della tradizione familiare a base di legumi in modo da sperimentarne le proprietà organolettiche.

LA VOCE DEI BAMBINI

Gli alunni si sono dimostrati curiosi. Più di uno ha considerato importante, dal punto di vista della sostenibilità ambientale, la possibilità di sostituire, almeno in qualche pasto settimanale, le proteine animali con quelle dei legumi.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Alcuni genitori hanno riferito che il/la loro figlio/a ha assaggiato (e scoperto piacevolmente) per la prima volta una zuppa di legumi, o il risotto coi piselli o l'hummus di ceci e altre varie preparazioni. Ciò ha permesso di introdurre nuove "buone abitudini" alimentari per tutta la famiglia.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno apprezzato il progetto ed il materiale proposto e hanno partecipato volentieri quando coinvolti. Hanno risposto volentieri alle domande per i questionari dei bambini (*classe prima*). Si sono messi all'opera con le ricette proposte ed è stato un momento di condivisione con la famiglia (*classe quarta*).

scuola
MANZONI**PERCORSI RICHIESTI:**

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

**VEGGIANO**

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Monica Massaro

CLASSI I A-B

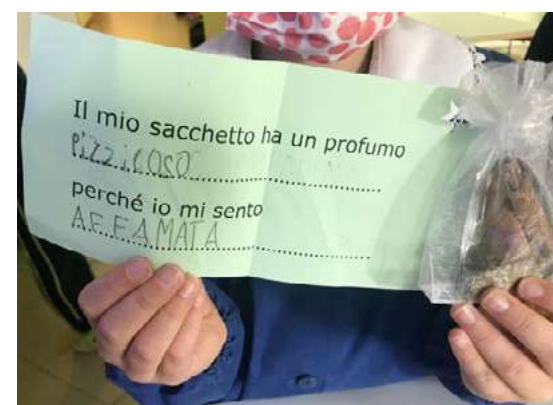
Il percorso descritto nel manuale dato ai docenti è molto esaustivo e presenta tantissimi spunti che possono essere ampliati in modo personale seguendo le caratteristiche della classe.

Nelle classi prime i materiali sono stati proposti in classe, utilizzando i fascicoli legati ai 5 sensi; poi alcune attività, soprattutto quelle legate all'olfatto, sono state svolte anche a casa. I bambini sono stati particolarmente attivi e curiosi. Forse stanchi della monotonia di lezioni obbligate a seguire un rigido protocollo, hanno riscoperto attraverso le attività legate al percorso "spezie e aromatiche" un modo coinvolgente e propositivo di fare scuola.



Ciascuno di loro si è sentito attore attivo nelle dinamiche messe in atto per scoprire le spezie e le erbe aromatiche. Dato il delicato periodo non sono state sviluppate tutte le proposte suggerite, ma si è cercato di predisporre delle modalità in cui ogni singolo bambino potesse sentirsi coinvolto. Molto spazio è stato lasciato al racconto delle emozioni provate nello sviluppare le proposte, al racconto delle attività legate al senso dell'olfatto e alla storia di Luigino e dei suoi genitori.

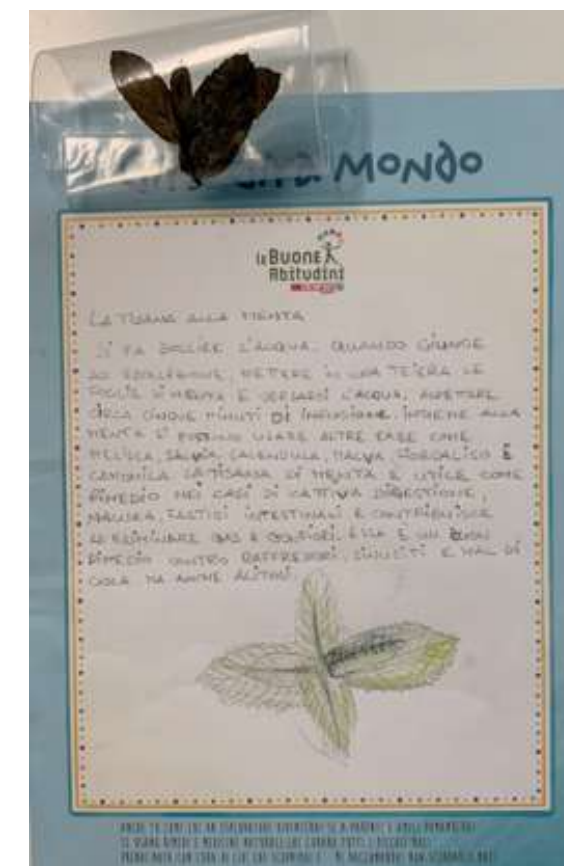
Le ricette portate a scuola relative all'aspetto "curativo" delle spezie sono state poi messe insieme e inserite in Classroom. Questo modo di coinvolgere anche le famiglie è stato molto apprezzato, i genitori dopo il difficile periodo trascorso avevano bisogno di sentirsi accolti e coinvolti in attività meno scolastiche, riscoprendo lo stare insieme ai figli in modo leggero ma con uno scopo ben preciso.

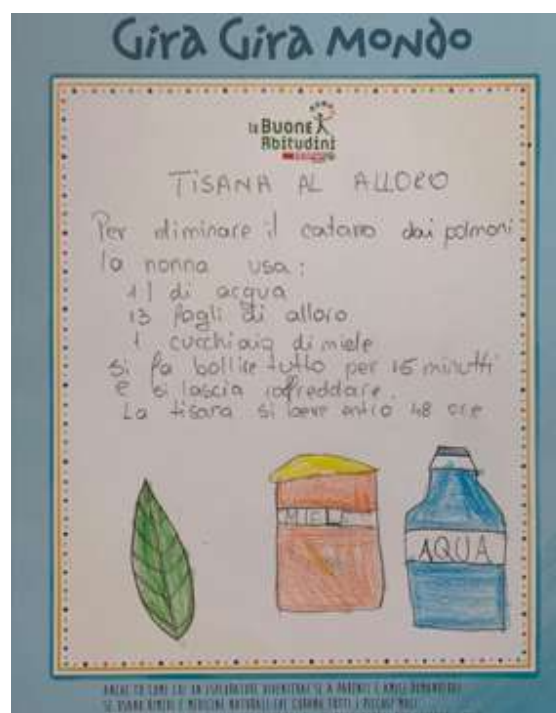


LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini di prima hanno apprezzato tantissimo le scatoline con le spezie e sono stati molto recettivi nell'imparare i nomi presenti. In classe hanno conosciuto in modo particolare lo zenzero "fresco" nel senso che era proprio "freschino" a differenza della polvere molto più morbida e leggera. Qualcuno poi ha chiesto come si ottiene la polvere di zenzero e un bambino ha dato come risposta che secondo lui grattugiano la buccia dello zenzero perché la polvere ha lo stesso colore.

In mensa le cuoche hanno preparato il risotto allo zafferano e sono state disponibili ad aggiungere alle pietanze le spezie presenti nella scatola così i bambini hanno potuto sentire la differenza di sapore tra un piatto senza spezie e uno invece insaporito dall'aggiunta di qualche aromatica (lo stesso ragù è sembrato molto più "gustoso"). Dopo questa esperienza molti di loro chiedevano alle cuoche se nel cibo ci fossero delle spezie particolari e cercavano di capire e di dire quale aroma fosse stato aggiunto o quale spezia avesse dato il particolare





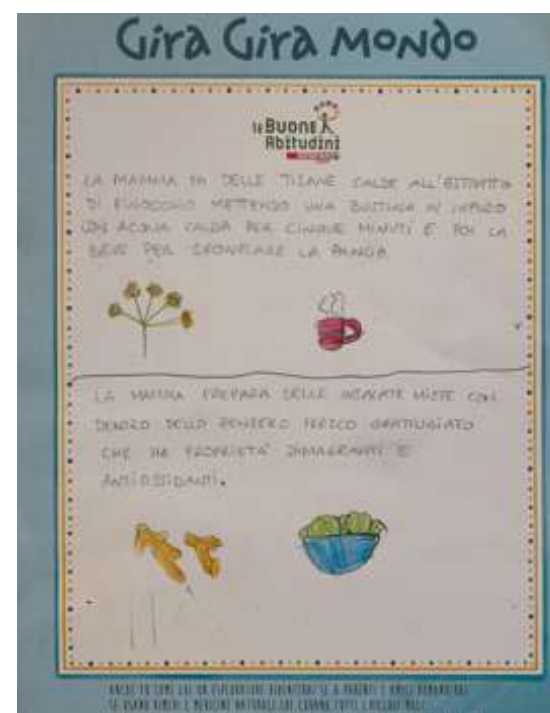
LA VOCE DEI GENITORI

L'attività della mensa è stata molto apprezzata dai bambini a scuola ma anche dai genitori a casa che hanno gradito questo modo di avvicinare i piccoli a sapori diversi e particolari. Alcuni genitori hanno poi riportato che al supermercato i bambini andavano a cercare le spezie per vedere se ce ne fossero di nuove, chiedendo loro di acquistarle per poterne conoscere il profumo o il sapore.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Sicuramente i bambini delle classi prime hanno capito che si possono insaporire i piatti con alcune spezie e che il sapore è piacevole. Hanno apprezzato il fatto di assaggiare le tisane preparate a casa dai genitori. In classe abbiamo parlato molto e dopo alcune discussioni abbiamo deciso di realizzare un sacchettiino profumato con le spezie che ciascun bambino gradiva di più. Questi sacchettiini sono stati realizzati con la **collaborazione dei genitori che hanno aiutato i propri figli ad esprimere le emozioni legate al profumo delle spezie scelte**.

In classe poi i bambini hanno letto e spiegato ai compagni come mai hanno scelto proprio quel tipo di composizione aromatica. Preparare e descrivere poi ai compagni il sacchettiino è stata l'attività che maggiormente hanno gradito, **il potersi raccontare attraverso un profumo o un odore particolare li ha molto entusiasmato e gratificati**.



CLASSI IV A-B

Anche quest'anno le classi quarte della scuola "Manzoni" di Veggiano hanno partecipato al Programma di Educazione Alimentare promosso e sostenuto da Despar, che in collaborazione con gli enti pubblici e le istituzioni scolastiche, promuove l'importanza della prevenzione e della sana alimentazione. Durante il mese di aprile, i bambini sono stati dunque, protagonisti di questo "viaggio verso un'alimentazione corretta ed equilibrata".

Il percorso educativo si è svolto principalmente in classe, ma alcune delle attività contenute nel quaderno consegnato a ciascun alunno ha previsto anche il coinvolgimento delle famiglie, per cui alcune schede sono state assegnate come compiti da svolgere a casa.

La prima parte del progetto ha coinvolto le classi alla scoperta di alcuni nutrienti fondamentali per la nostra salute, ovvero i lipidi presenti nella frutta a guscio e nei semi oleosi. Come suggerito nella guida riservata agli insegnanti, gli alunni sono stati sollecitati ad alcune riflessioni e considerazioni che hanno sicuramente alimentato la loro curiosità, creando quindi un clima di sorpresa. Sono state fatte delle domande guida, del tipo: "Cos'è la frutta a guscio?", "Cosa sono i semi oleosi?", "Avete mai sentito la parola lipidi?". Quasi tutti i bambini hanno mostrato un forte entusiasmo alla discussione, aumentato poi con la presentazione della scatola delle buone abitudini. Dopo aver mostrato le dodici scatoline e il loro contenuto, i bambini che riconoscevano i semi e la frutta a guscio di volta in volta mostrati, scrivevano nell'apposito spazio dell'etichetta il nome corrispondente. La maggior parte dei bambini ha avuto difficoltà soprattutto nel riconoscere alcuni semi, mentre hanno dimostrato di conoscere ed apprezzare di più la frutta a guscio. L'insegnante ha dunque letto le caratteristiche e alcune curiosità contenute nella guida, suscitando un notevole interesse.



In un secondo momento, sono stati consegnati agli studenti i quaderni del progetto. Il fatto di ricevere un libretto personale, ha rappresentato per i bambini un momento di gioia. Anche durante la prima e seconda scheda del quaderno, i bambini hanno manifestato interesse e curiosità, creando un momento di confronto e condivisione di idee ed esperienze. Successivamente è stato appeso il poster "Dal seme al frutto, dal frutto all'albero" e alcuni bambini hanno incollato i dischi negli appositi spazi. La discussione è poi continuata, sostenendo l'importanza di alcuni grassi, per l'appunto i lipidi che non solo, essendo grassi, non sono dannosi per la salute ma sono addirittura fondamentali per la vita dell'uomo. Come compito per casa, gli alunni hanno compilato la scheda n.3 "Impariamo a leggere le etichette" e in classe poi, si sono confrontati con le informazioni ricavate dalle etichette dei prodotti da loro scelti. La settimana successiva, è stata quella in cui i bambini sono stati coinvolti nella scheda n.4 relativa alla masticazione e all'apparato digerente. Dopo aver appeso in aula il poster e introdotto l'argomento, i bambini con la guida dell'insegnante hanno compilato la

scheda. Il consiglio di masticare ogni cibo dalle 25 alle 35 volte, li ha piacevolmente sorpresi. La scheda n.5 relativa al test, è stata molto apprezzata in quanto si è poi riflettuto sull'importanza dell'attività fisica come stile di vita. A quanto detto dai bambini, questa attività ha coinvolto anche le famiglie, riuscendo quindi a creare un momento di riflessione anche a casa. L'ultima scheda è stata assegnata solo in maniera facoltativa, in quanto prevedeva la preparazione di alcune merende sane da fare con l'aiuto dei genitori. La maggior parte dei bambini, non è riuscito a coinvolgere la famiglia, altri invece hanno documentato le ricette realizzate addirittura con delle fotografie mostrate in seguito ai compagni e all'insegnante. Nei giorni successivi si è cercato dunque, di favorire il consumo di cibi sani anche per la merenda a scuola. Alcuni bambini hanno portato spesso frutta a guscio. A completamento di questa prima fase del progetto, i bambini hanno compilato il diploma delle Buone Abitudini con molta contentezza per il percorso educativo effettuato.



La seconda parte del progetto, avvenuta il 20 maggio, è stata quella relativa al laboratorio "Dalla cellula vegetale alla cellula umana", presentata alle due classi dal biologo Marco Picarella. L'incontro, che si è tenuto in presenza, si è rivelato davvero emozionante per ciascun bambino che ha avuto la possibilità di diventare "scienziato per un giorno" attraverso un viaggio affascinante!! Gli alunni, nelle settimane precedenti, come da programmazione disciplinare, hanno avuto modo di studiare le principali caratteristiche della cellula vegetale e animale e questo li ha sicuramente agevolati alla partecipazione attiva del laboratorio. L'esperto, inoltre è riuscito a mantenere viva l'attenzione e l'interesse dei bambini, per tutta la durata dell'incontro, sottoponendoli, con l'aiuto di domande guida e di spunti di riflessione, anche a scambi di reciproca conoscenza ed esperienze personali, facendoli sentire protagonisti del loro sapere. Il pezzo forte del laboratorio, è stato comunque il microscopio, che molti di essi non avevano mai visto. La scoperta di un micro-mondo e di una realtà vitale ricca di forme e colori diversi all'interno di ogni cellula, è stata per loro un momento che ricorderanno

sicuramente con stupore e meraviglia. All'inizio, il fatto di riguardare le immagini studiate del libro e poi metterle a confronto con quelle visualizzate dal microscopio, che a seconda dei casi proiettava immagini di cellule vegetali e animali, ingrandite fino a 40 volte, per molti dei bambini è stata quasi una "magia" ...diventata poi, grazie alle spiegazioni del biologo, realtà!

Il laboratorio, svoltosi nel rispetto delle norme anticovid, purtroppo non ha potuto prevedere il consueto "sfregamento" del bastoncino all'interno delle guance dei bambini, che posto poi al microscopio avrebbe mostrato loro le cellule della mucosa boccale.



Complessivamente, l'intero progetto educativo delle Buone Abitudini, ha pienamente soddisfatto le aspettative dell'insegnante e dei bambini che hanno partecipato in maniera attiva e con entusiasmo.



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

TREVISO

**A solo
Preganziol**

TREVISO

.....

7
EDIZIONI

2
SCUOLE

8
CLASSI

2
COMUNI

scuola CITTÀ DI ASOLO

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Miriam Tasca

CLASSE I C

Purtroppo le normative anticovid hanno limitato molto i lavori di gruppo, ma le attività svolte attraverso i cartelloni e le schede operative sono stati accolti con entusiasmo da parte degli alunni e delle loro famiglie.



LA VOCE DEI BAMBINI

Grazie al lavoro sulle spezie ci siamo soffermati sulle ville venete di cui è ricco il nostro territorio, parlando dei mercanti di spezie veneziani e in particolare di Marco Polo.

"Ho scoperto le spezie a scuola"; "Le spezie sono come le medicine di una volta". Queste sono state le espressioni più utilizzate dagli alunni.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno apprezzato molto il lavoro che abbiamo svolto sui rimedi naturali, raccogliendo tutte le varie ricette di famiglia.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Donatella Marin

CLASSE II B

Il quaderno delle "Buone abitudini" è stato accolto con grande entusiasmo da parte dei bambini, così come i cartelloni. Quest'anno il nostro tema era "Verdura e frutta". Siamo partiti dalla storia "Nonno Pino racconta" proposta nel quaderno. Su questo racconto ho preparato una comprensione scritta per la classe che ha permesso di dare l'avvio ad una discussione approfondita sull'atteggiamento che spesso i bambini stessi hanno verso alcuni tipi di frutta e di verdura. Nel dialogo è emersa la consapevolezza degli alunni che un'alimentazione corretta è preziosa per loro per crescere sani e forti.

Poiché molti dei loro nonni hanno un orto, i bambini hanno portato ciascuno la propria esperienza familiare. Poi abbiamo parlato dell'importanza di consumare la frutta e la verdura di stagione e abbiamo realizzato attraverso un gioco un cartellone della stagionalità. Infine ci siamo collegati all'argomento delle vitamine ed al ruolo che esse hanno per il nostro corpo e alla necessità di assumerle con la nostra dieta per stare bene ed in salute per tutta la nostra vita.

Le ore dedicate al progetto hanno visto la partecipazione di tutti gli alunni, così come le attività svolte inerenti ad esso. I bambini hanno sempre partecipato con gioia ed entusiasmo. Desiderosi, quasi tutti, di portare il proprio contributo all'attività.



LA VOCE DEI BAMBINI

"A me piace l'insalata, mi fa bene alla pancia. Me lo dice sempre il mio papà", "Fragole gnam, gnam".

Dopo la visione delle scenette registrate della rappresentazione Gli sprecontrollori.: "Adesso sono anch'io uno sprecontrollore, evviva la sprepaletta!". Lo spettacolo è stato molto accattivante ed è veramente piaciuto ai bambini.

Il progetto è stato svolto verso la fine dell'anno scolastico. Tutti i bambini hanno riportato sia esperienze nell'orto con i loro nonni, sia esperienze di raccolta delle ciliegie che stavano facendo in quei giorni con i loro familiari. Un buon numero di alunni ha dimostrato di attendere il periodo delle vacanze e l'estate come un momento carico di "tesori" e di cose che a loro piacciono: ciliegie, fragole, meloni, anguria, albicocche, piselli, spinaci, insalate, pomodori...



scuola GIOVANNI XXIII

PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Silvia Ramoti

CLASSI I C-D

Abbiamo impiegato i materiali ricevuti per avviare ed arricchire percorsi di apprendimento promossi in ambito scientifico e il loro uso ha costituito un valido sostegno al nostro lavoro. In particolare, abbiamo utilizzato le proposte della scatola "Aromatiche - spezie" a conclusione di esperienze di sperimentazione delle capacità degli organi di senso e per promuovere la consapevolezza della complementarietà dei cinque sensi. Attraverso l'esperienza dell'orto, abbiamo, infine, attuato i consigli indicati nel primo modulo del progetto "Verdura e frutta: carboidrati indispensabili".

Per quanto riguarda il percorso sensoriale, abbiamo sviluppato tutti i suggerimenti forniti. Abbiamo integrato l'esperienza con la coltura di alcune piante aromatiche. È stata realizzata una semplice applicazione per associare l'immagine al nome delle spezie prese in considerazione

► <https://bit.ly/3H2JXun>

Abbiamo adottato un approccio sensoriale anche per promuovere la scoperta di frutta e verdura. L'esperienza si è articolata nelle seguenti fasi:

- 1 Attività di osservazione e riconoscimento di frutta e verdura.
- 2 Coltura di frutta e verdura con attenzione alle stagionalità dei prodotti.
- 3 Attività di manipolazione e assaggio di verdure. Importanti, ai fini della realizzazione, sono state le collaborazioni con una biofattoria didattica e sociale del territorio, per la prima e la terza fase, e con l'insegnante di storia per lo sviluppo del concetto di stagionalità.

L'orto ha rappresentato un'occasione per promuovere anche atteggiamenti di cura e rispetto dell'ambiente.

Le famiglie sono state coinvolte attraverso la richiesta di una merenda sana, un frutto, e la sperimentazione e condivisione di ricette.

LA VOCE DEI BAMBINI

Attraverso queste esperienze, i bambini hanno scoperto nuovi sapori e preso maggiore consapevolezza di quelli noti. È stata riscontrata, inoltre, una maggiore disponibilità ad assaggiare quanto proposto in mensa e una maggiore curiosità verso l'origine dei prodotti.



**Fossò
Noale
Spinea
Venezia**



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

VENEZIA

.....

7
EDIZIONI

8
SCUOLE

43
CLASSI

4
COMUNI

scuola VOLTA di Sandon

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

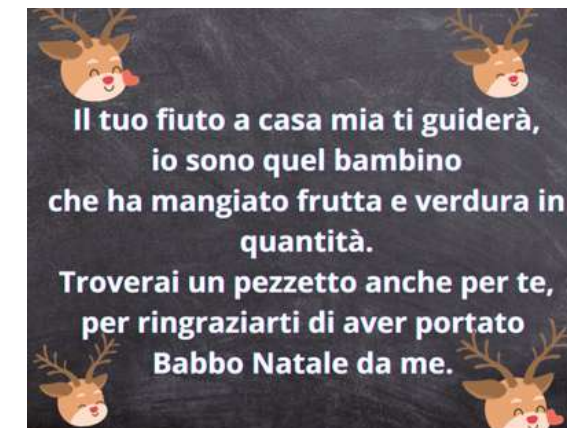
Wilma Ferrarese

CLASSI II A, III A

I materiali inviati, ossia le rappresentazioni teatrali degli Sprecontrollori - tramite link - sono stati condivisi attraverso Classroom con le famiglie affinché i bambini potessero rivederle a casa e le famiglie stesse potessero comprendere e conoscere la tipologia di attività svolta in classe. Da parte delle famiglie non si è ricevuto alcun ritorno di gradimento, ed i bambini che hanno riferito di averle riviste a casa con i genitori sono stati pochissimi. Dopo aver approfondito la tematica dello spreco in generale ci si è soffermati sullo spreco alimentare che solitamente si riscontra in mensa. A tal proposito si è proposto ai bambini di inventare e realizzare, a casa, una ricetta che contenesse una verdura poco o per niente gradita finalizzata a far fare esperienza di assaggio. In alcuni momenti dell'anno scolastico invece si è trasformata la frutta (mandarino, banana, fragola, mais) per invogliarli a consumare più frutta e verdura preparando merende salutari con le proprie mani. A tal proposito si è cercato di far leva sul potere della sprepaletta che li designava del ruolo di controllori circa l'individuazione di eventuali sprechi, sia in ambito scolastico che extra-scolastico, ma anche di modelli di esempio per convincere i coetanei a cambiare idea.



FOSSÒ



LA VOCE DEI BAMBINI

Le risposte pervenute dai bambini attraverso le famiglie che a sua volta hanno risposto al quesito posto.

- Mi è piaciuto molto preparare la mia verdura, vorrei fare altre ricette, così buone e gustose. (Emma)
- Mi è piaciuta questa verdura perché così cucinata è molto più buona. (Sofia)
- Mi è piaciuto molto preparare la mia verdura, e mi sono anche divertito, il pomodoro è diventata un'altra delle verdure mie preferite. (Alessandro)
- È stato divertente, con l'aiuto della mamma, usare il coltello grande. (Gloria)
- Sono rimasta soddisfatta del mio esperimento perché è piaciuto a me e a tutta la mia famiglia e il sapore sgradito della melanzana, che inizialmente non mi piaceva, non si sentiva più. (Sophie)
- Mi è piaciuto fare questa torta perché ho potuto inventarla però quando l'ho assaggiata non mi è piaciuta. (Giacomo)
- All'inizio ho avuto paura di tagliarmi le dita con il pelapatate e mi sono un po' scottato le dita quando le ho affettate però è stato bello mangiarle sapendo che le avevo cotte e preparate io! La mamma mi ha aiutato a scolarle dall'acqua bollente e mi è piaciuto tanto stare in cucina vicino a lei. (Nicola)
- Mi sono divertito a fare questa esperienza con mia mamma perché anche se cuciniamo spesso insieme è sempre bello provare ricette nuove, e in questa ho scoperto che quando strizzi gli spinaci con le mani sembra di giocare con lo slime. (Denny)

**scuola
BATTISTI****PERCORSI RICHIESTI:**

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

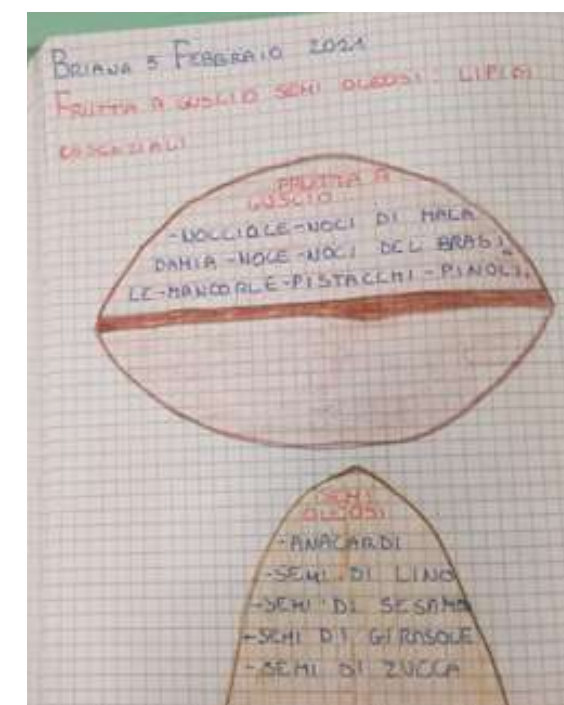
LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Silvia Rocco

Parte delle attività è stata svolta in classe, con il supporto delle famiglie per la parte delle esperienze pratiche (ricette, ecc...).

LA VOCE DEI BAMBINI

I ragazzi sono stati entusiasti dell'attività svolta sulla cellula. Molto affascinante e coinvolgente. Esperto molto preparato.



**scuola
CALVI
di Briana**

PERCORSI RICHIESTI:

CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Francesca Libralato

Siamo partite dagli spunti proposti, cercando di svilupparli in base alle richieste dei ragazzi e al programma svolto in scienze. I bambini si sono lasciati coinvolgere iniziando a consumare alimenti che prima non avevano mai assaggiato (cereali integrali e frutta a guscio).

L'attività proposta è stata un punto di partenza per affrontare argomenti previsti per il prossimo anno scolastico (la digestione, il benessere psico-fisico). Molto interessante la discussione inerente alla piramide alimentare (argomento non presente nel libro di testo della classe).

Abbiamo predisposto alcune attività inerenti "La storia delle buone abitudini": ogni bambino ha riferito in classe, attraverso un cartellone di gruppo, la "Buona abitudine" più difficile e che ha richiesto più impegno nel portarla a termine.

Le famiglie hanno condiviso il progetto preparando con i bambini alcune delle ricette proposte.





Le discussioni sui report settimanali (spezie usate in casa) hanno portato ad un lavoro sulle emozioni.

I contenuti del laboratorio degli "Sprecontrollori" (bravissimi!!!!) sono diventati parte del programma di educazione civica in particolare per la settimana dedicata all'educazione civica (Adesione alla rete delle Scuole di Pace). Ne è venuto un video con il quale abbiamo partecipato ad un concorso della Veritas (ditta della nostra provincia che si occupa dell'ambiente, rifiuti, ...). A questo si aggiunge uno "scambio culturale" dentro la classe che poi è diventato un documento pdf a disposizione delle famiglie.

PAESE CHE VAI... SAPORI CHE TROVI!! BRASILE!!!



Guaraná pianta tropicale della foresta Amazzonica. Si usa per tante cose in cucina, per fare i biscotti, frullati, ecc. È una pianta energizzante.



Albero del Jabuticaba, originario del Brasile.



Frutto e albero del Acerola
L'Acerola è il frutto di alcune specie originarie dell'America Centrale che hanno trovato nel Nordest del Brasile una regione ideale dove crescere.
Ha un alto contenuto conosciuto di vitamina C.



Albero e frutto del Açaí
Le bacche di açaí sono i frutti di una palma ampiamente diffusa nei territori settentrionali del Sud America, in particolare nella Foresta.

UN BALZO IN UN ALTRO CONTINENTE:

L'AFRICA!!!



IN MAROCCO E TUNISIA!!!

LA VOCE DEI BAMBINI

Ribadisco che il momento più interessante è stato lo scambio delle emozioni che suscitavano gli aromi e le spezie e quello "culturale": ci sono bambini che hanno portato il mix delle spezie che si usa nel loro paese e hanno spiegato come andava impiegato...bellissimo... Inoltre l'esperienza sensoriale ha permesso di realizzare un percorso di inclusione concreta anche per l'alunno con disabilità grave. Credo che avrei continuato questo lavoro all'infinito per le mille idee che suscita.

I bambini e le famiglie sono stati contenti.





LA VOCE DEI GENITORI

In ogni caso ho scoperto che sono sempre più le famiglie attente alla qualità dell'alimentazione dei propri figli: questi progetti producono dei cambiamenti se non si molla! Serve continuità di proposta per un cambiamento reale. Ho fatto un sondaggio sui progetti della classe che ho condotto.

ESITI QUESTIONARI (10 RISPOSTE SU 18 ALUNNI)

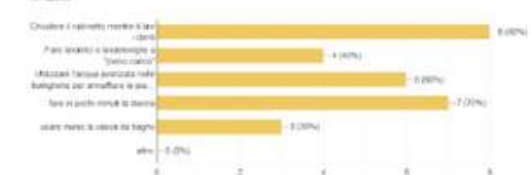
Tema dello SPRECO (in particolare quello dell'ACQUA). I vostri ragazzi ne hanno parlato a casa?

10 risposte



Quali, fra le regole discusse in classe, avete messo in pratica?

10 risposte



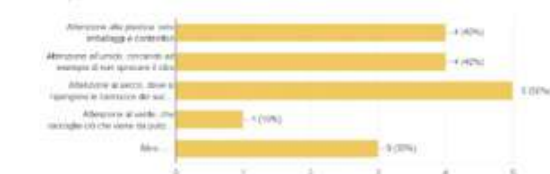
Tema "Raccolta differenziata": i vostri ragazzi ne hanno parlato a casa?

10 risposte



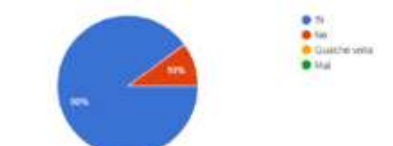
Quali, tra le indicazioni elaborate in classe, avete messo in pratica o migliorato?

10 risposte



Tema "Spezie e piante aromatiche": i vostri ragazzi ne hanno parlato a casa?

10 risposte



Avete modificato qualche abitudine in cucina rispetto all'utilizzo di spezie o aromi non conosciuti?

10 risposte



I vostri ragazzi vi hanno citato qualche aroma o spezia scoperta tra compagni di classe e utilizzata in altri paesi?

no
Si, ma non ricordava bene i nomi...
Cardamomo
No
No
Purtroppo non ancora sono lontano...
Si mi ha detto che i bambini a scuola hanno portato le spezie dei loro paesi, davvero un bel espediente per avvicinare i bambini e le famiglie... G. si ricorda del jabuticaba Anche se non sono sicura si scrive così...
Cardamomo
Jabuticaba
Preziosello

Riguardo a questi temi esprime un vostro parere (Sono stati utili? Vi hanno complicato la vita? Vi siete sentiti partecipi delle attività scolastiche? Quale vi ha interessato di più?...): state sinceri!

siamo stati molto coinvolti nei temi affrontati, soprattutto quello relativo allo spreco dell'acqua e piacevolmente sorpresi per come Matteo ha messo in pratica e ha condiviso con noi le regole apprese a scuola.

Questi progetti sono stati molto utili! I bambini hanno cominciato a imparare quanto importante è rispettare la natura, evitare di inquinare l'ambiente e apprezzare di più quello che ci offre la natura (per esempio l'acqua, le erbe aromatiche, ecc) Queste attività sono state piacevoli e interessanti per entrambi i bambini e i genitori.

A. entusiasta del lavoro sulle spezie e vigile attento sullo spreco acqua

È stato divertente scoprire quante cose possiamo fare con piante e spezie dentro e fuori della cucina, mi è venuto fuori il ricordo di quando la mia nonna faceva delle medicine naturali usando piante e erbe e anche il frutto per fare svariate medicine e addirittura pastiglie per mal di testa. Ho raccontato a B. e lei è rimasta incantata e mi riempiva di domande. Questa cosa è stata passata anche alla mia mamma e purtroppo io penso tante cose. Per noi a casa e in speciale per B. è stato un mare di scoperte.

Sono stati utili

"Siamo stati molto coinvolti nei temi affrontati, soprattutto quello relativo allo spreco dell'acqua e piacevolmente sorpresi per come M. ha messo in pratica e ha condiviso con noi le regole apprese a scuola."

"È stato divertente scoprire quante cose possiamo fare con piante e spezie dentro e fuori della cucina, mi è venuto fuori il ricordo di quando mia nonna faceva delle medicine naturali usando piante e erbe e anche il frutto per fare svariate medicine e addirittura pastiglie per mal di testa. Ho raccontato a B. e lei è rimasta incantata e mi riempiva di domande. Questa cosa è stata passata anche alla mia mamma e purtroppo io ho perso tante cose. Per noi a casa e in speciale per B. è stato un mare di scoperte."

"Credo che tutti i temi trattati siano di importanza presente e soprattutto futura (quando saranno adulti) per quanto mi riguarda sono assolutamente favorevole ad un eventuale approfondimento se in programma, certamente farò da parte mia opera di sensibilizzazione ulteriore delle tematiche trattate. Ci è piaciuta molto l'attività sullo spreco dell'acqua, ne abbiamo sempre parlato molto a casa ma l'attività fatta a scuola ci ha permesso di discuterne con più interesse a casa. Anche l'attività sulle spezie è stata molto interessante... Anche noi genitori abbiamo imparato cose nuove, spezie e sapori nuovi, e i bambini hanno apprezzato con meno scetticismo nuove ricette a casa visto che l'ha proposto la maestra."

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Intanto in mensa alcuni alunni più restii all'assaggio di novità si sono fatti più coraggiosi: la cosa buona è che sono loro ad aver evidenziato questo cambiamento.

Il tema dello spreco del cibo e dell'acqua ha avuto influenza anche fuori dall'ambiente scolastico. Lo riportano i genitori e i bimbi stessi che riportavano le loro esperienze a casa, nel parco giochi.

SPINEA

scuola GOLDONI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

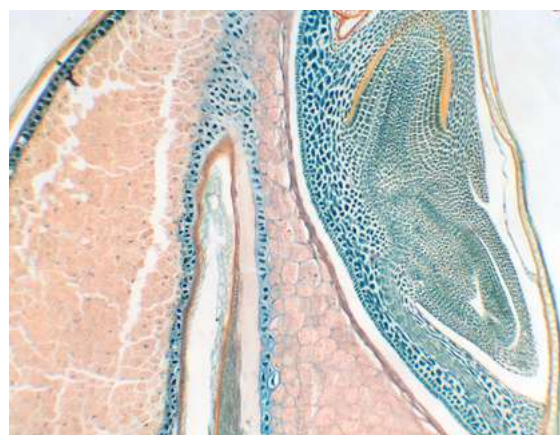
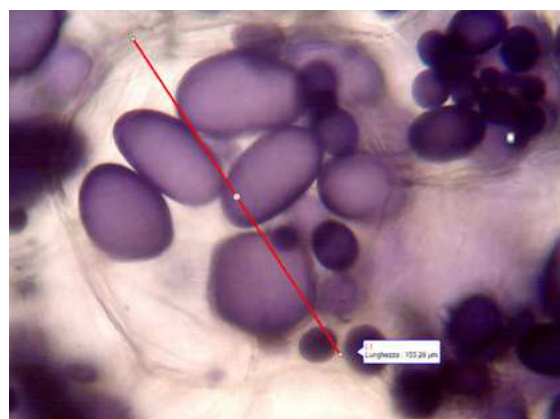
Moira Masiero

L'esperienza è stata, come sempre, costruttiva e positiva: gli alunni hanno apprezzato le immagini delle cellule vegetali ed animali rese assai chiare ed esplicative grazie sia agli ottimi strumenti usati dal dottore che per la sua competenza descrittiva.

Ho caricato alcune delle foto in Classroom, nella nostra classe digitale nel corso di Scienze: i ragazzi hanno potuto vederle ed avere uno spunto per ripercorrere la lezione fatta. Sono seguiti numerosi commenti positivi sulla lezione.

Dalla discussione collettiva svolta nei giorni seguenti è emerso che:

- 1 Tutti hanno compreso meglio il viaggio del glucosio all'interno del nostro organismo.
- 2 La cellula vegetale e animale, e i loro componenti, risultano più chiare.
- 3 Hanno riscosso gradimento le attività sull'amido della patata e sulla pianta acquatica sud americana.



scuola COLOMBO

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Flavia Musaragno

Sono stati proposti i materiali didattici attraverso percorsi senso-motori di scoperta (il cestino dei tesori, per le classi prime), completati da immagini e video trovati online e poi riportati su cartelloni o sul quaderno. Sono state fatte alcune "classificazioni" e ricerche a tema.

Per quanto riguarda le classi terze, l'utilizzo del materiale didattico e le proposte in modalità telematica (link), sono state inserite nella programmazione della disciplina di Educazione Civica, trattando l'ampio tema del rispetto dell'ambiente, del riciclo, del riutilizzo.

Sono stati prodotti disegni, cartelloni, elaborati grafici sul quaderno, altro materiale da appendere in aula. Il materiale da voi proposto è stato utilizzato da tutte le classi. Più che positivo il feedback ricevuto da colleghi e alunni.

LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini si sono dimostrati tutti attenti e curiosi rispetto ai materiali proposti in classe e alle attività collegate ad essi. Molto apprezzati i collegamenti degli "Sprecontrollori".



scuola SANTA BARBARA

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Giuliana Nalon

Grande soddisfazione per il plesso Santa Barbara che ha ricevuto una menzione di merito da Despar. Ringraziamo di cuore per l'apprezzamento ricevuto.



I materiali sono molto validi. I quaderni operativi e i poster hanno una grafica pulita e accattivante e si sono rivelati in questi anni estremamente utili. Nella prima pagina del nostro sito istituzionale, abbiamo inserito un lungo video di presentazione dei nostri plessi (Colombo, Santa Barbara e Povoledo) e ai minuti 11.35 e 17.10 viene descritto il Progetto Despar nel plesso Santa Barbara.

► <https://bit.ly/3EdaVxv>



Le guide sviluppano i temi proposti in modo ampio ed approfondito. Molto coinvolgenti anche i video riguardanti "Gli Sprecocontrollori" che sono stati molto graditi dai bambini.

CLASSI I: I A e I B VERDURA E FRUTTA CARBOIDRATI INDISPENSABILI.

(Tutti i lavori più significativi sono stati caricati anche nella piattaforma Classroom)

L'attività è iniziata nel mese di gennaio con la lettura della storia di "Nonno Pino e i fagiolini" ed è stato presentato il cartellone con le varie tipologie di frutta e verdura inserendo i dischetti di cartoncino del primo mese dell'anno e così a seguire nei mesi successivi e lo completeremo il prossimo anno scolastico per i mesi che mancano. Il cartellone della frutta presente nel kit, ha permesso di affrontare diverse discipline: la storia attraverso l'introduzione dei concetti di mese, stagione e anno; la matematica con i numeri cardinali e ordinali (primo, secondo, terzo, mese dell'anno ecc. oppure mese numero uno, due, tre ecc); ha dato la possibilità di introdurre in scienze il concetto di frutta e verdura presentando correttamente il loro nome in lingua italiana; inoltre durante le ore di matematica è stato eseguito un grafico sulle merende e in una classe nemmeno un alunno aveva portato un frutto o una verdura.

È stato interessante il cambiamento avvenuto già dopo poche settimane grazie al progetto sulle buone abitudini alimentari.

Ispirati dalla storia di Nonno Pino, i bambini hanno provato a piantare dei fagioli, ognuno con un proprio bicchiere e del cotone bagnato. Dopo aver osservato i primi germogli per alcune settimane e piantato un germoglio anche in un vaso che abbiamo tenuto a scuola, è stato proposto il cartone animato "Jack e la pianta di fagioli"

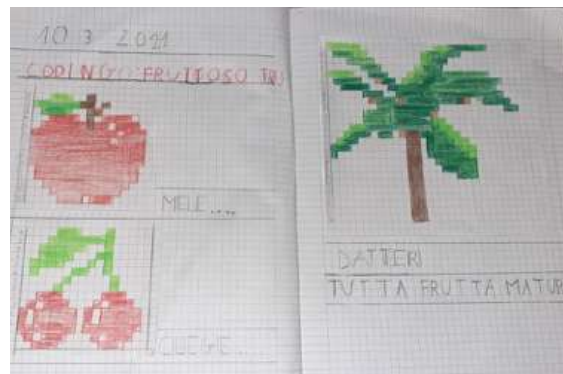
► <https://bit.ly/3GWLwd9>

e tutti sono stati invitati a continuare l'attività a casa mandando con regolarità le foto delle loro piantine sempre attraverso la piattaforma Classroom.



In matematica e poi in geografia, è stato prima introdotto il concetto di reticolo e poi proposta un'attività di coding intitolata "CODING FRUTTUOSO" dove i bambini sono andati alla scoperta di un frutto o di una verdura di stagione seguendo un codice.

Sono stati proposti l'arancia, la zucca, il carciofo, la mela, le ciliegie, la fragola e la palma dei datteri. Tutto ciò aveva un collegamento con quanto fatto nelle altre discipline, in particolare la musica.



Sono stati proposti e analizzati diversi canti con a tema la frutta e la verdura. Purtroppo a causa del Covid non è stato possibile cantare, i testi sono stati quindi presentati in forma recitata, come delle filastrocche o come letture animate in un mini teatrino con i personaggi; le musiche e i video sono stati caricati nella piattaforma Classroom per cantarli poi a casa. Eccoli in ordine.

"Quel bulletto del carciofo" dello Zecchino d'Oro, ha toccato sia il tema delle verdure che quello del bullismo. L'insegnante ha creato i personaggi della canzone con delle palette fatte di cartoncino e cannuce colorate e ha svolto una lettura animata utilizzando le parole del testo. È stato visto il video con il cartone animato ed infine sono state analizzate tutte le verdure protagoniste della canzone

► <https://bit.ly/3q8IVpP>



Il secondo brano proposto è stato "Gli alberi" di Carlo Pastori che ci ha permesso di conoscere le parti dell'albero e tre frutti in particolare: mele, ciliegie e datteri. Molto avvincente ed impegnativa l'attività di coding affrontata e in particolare la palma dei datteri che purtroppo abbiamo dovuto fare a distanza perché nel frattempo il Veneto era entrato in zona rossa. Questo è un canto molto allegro e prevede anche dei movimenti del corpo per caratterizzare meglio le varie strofe e quindi è stato molto divertente per i bambini.

► <https://bit.ly/3qdABFi>



Il terzo brano è stato "Massimiliano l'ortolano messicano" che racconta le avventure di un ortolano un po' pasticcione; il testo presenta dei tipici modi di dire che si utilizzano in lingua italiana con protagonisti frutta e verdura. Anche in questo caso oltre alla visione del simpatico video con Carlo Pastori e Walter Muto (autori del brano), sono stati analizzati i numerosi ortaggi e frutti nominati nel testo.

► <https://bit.ly/32e6RAZ>

Il quarto canto è stato proposto durante la didattica a distanza: "La bella tartaruga" in abbinata ad un'attività di italiano e storia svolta dalle colleghe.

I bambini hanno evidenziato nel testo le parole riguardanti le verdure (un bosco di carote, due foglie di insalata ecc) e le hanno poi rappresentate graficamente.

► <https://bit.ly/3EbhrET>

La tecnologia è stata una disciplina protagonista del progetto perché ha consentito ai bambini di realizzare mensilmente vari oggetti legati alle attività proposte per esempio "La casetta dei nutrienti". Lo scopo dell'attività è stato di far capire che il cibo ha diverse funzioni indispensabili per il funzionamento del corpo e comprendere l'importanza di adottare un'alimentazione il più possibile varia per il giusto apporto dei nutrienti. Sicuramente realizzare con le proprie mani un tale oggetto ha consentito agli alunni di comprendere meglio questi concetti.

Un'altra interessante creazione realizzata con la carta, è stata la piramide alimentare tridimensionale costruita e decorata completamente dagli alunni. Infatti mentre erano in fila per andare a casa con le loro piramidi in mano erano super orgogliosi; per la verità qualche piramide ha rischiato di fare una brutta fine nell'entusiasmo generale, però sono arrivate tutte intere a destinazione.



Un ultimo oggetto che ha preso forma tra le mani dei bambini è stato il ricettario e le famiglie sono state invitate a provare a realizzare i piatti proposti. Bravissimi i genitori super creativi che si sono cimentati in cucina con i loro figli nel piatto che ha avuto più successo: le fragole al cioccolato realizzate in diverse versioni molto creative (anche con le banane) e che sono diventate protagoniste di una merenda sana anche a scuola, infatti diversi bambini le hanno portate orgogliosi in classe.

Nella piattaforma Classroom sono state caricate molte foto dei vari piatti e anche qualche video; un bambino di sei anni non può mettersi da solo ai fornelli, quindi è stata fondamentale la collaborazione dei genitori che hanno deciso di dedicare un tempo prezioso per svolgere un'attività con i loro figli in continuità con la scuola.



Complici la zona rossa e le vacanze di Pasqua, è stato dato quasi un mese per svolgere a casa l'attività finale intitolata "Mi prendo cura di te". Ai bambini è stato proposto di fare un gesto gentile per una persona cara donandole una coccarda di cartoncino. A sua volta questa persona veniva invitata a fare un bel gesto e a donare la coccarda ad una terza persona dando avvio ad una catena di "buone azioni".



È interessante che la risposta delle famiglie sia stata molto buona soprattutto alla luce di quanto vissuto nell'ultimo anno e mezzo. È stato infatti un tempo molto complicato soprattutto per noi insegnanti dei più piccoli di classe prima che, però, come dei veri soldati hanno combattuto coraggiosamente la loro battaglia armati di grande entusiasmo, curiosità e voglia di conoscere. È stato difficile mantenere il distanziamento, tenere la mascherina, fare le lezioni a distanza e seguire tutte le faticose norme anticovid. Molti di noi hanno dovuto fare i conti con la malattia, la paura, la preoccupazione, ma su tutto ha prevalso il desiderio di vincere questa battaglia, di imparare, conoscere cose nuove e un progetto come quello sulle Buone Abitudini ci ha permesso di ritagliarci degli ampi spazi di libertà, di scoprire cose nuove, di stupirci ancora una volta, dopo anni di insegnamento, di fronte a un germoglio che sboccia, e di essere contagiati dallo stupore

dei nostri alunni e dalla loro infinita sete di conoscenza.

L'ultima attività proposta è stata la video proiezione dello spettacolo "Gli Sprecocontrollori" che è stata accolta con molto entusiasmo da tutti i bambini. Per finire questa carrellata sulle classi prime, introduciamo una nuova buona abitudine: stupirsi di fronte alle cose belle e davanti agli occhi luminosi dei nostri bambini che grazie alle mascherine abbiamo notato molto di più.



CLASSI II

II A: CEREALI INTEGRALI: I 12 DONI DELLA NATURA

Il progetto è stato svolto in parte e verrà completato all'inizio del prossimo anno scolastico.

Sono state scelte le attività più mirate alla nuova disciplina *educazione civica*, soprattutto per quanto riguarda l'obiettivo sullo sviluppo sostenibile per educare i bambini ad un'alimentazione sana e completa.

Sono state svolte attività riguardanti:

- 1 La piramide alimentare.
- 2 Il piatto unico.
- 3 Importanza di una dieta variata.
- 4 Valore nutritivo dei cereali.
- 5 Importanza delle vitamine.
- 6 Attività di riconoscimento dei cereali nel quaderno e utilizzando il cartellone.

II B: AROMATICHE- SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE

Sono state eseguite delle lezioni di scienze mirate per ognuno dei cinque sensi svolgendo delle attività nel quaderno seguendo le indicazioni dei libretti del kit e completando le schede.

CLASSI III: CEREALI INTEGRALI: I 12 DONI DELLA NATURA

Gli alunni hanno osservato, riconosciuto e toccato (seguendo sempre tutte le norme di sicurezza anticovid) i diversi cereali contenuti nei contenitori del kit utilizzando il poster messo a disposizione. Ogni alunno ha svolto una breve ricerca riguardante un cereale. È stata studiata la sezione del chicco di grano contenuta nel quaderno delle attività a disposizione degli alunni.

I bambini hanno provato a svolgere a casa delle azioni per fare proprie alcune buone abitudini come per esempio mangiare lentamente masticando bene, aiutare in casa i genitori in piccole attività quotidiane, spostarsi con la bicicletta oppure leggere un buon libro piuttosto che guardare la tv.

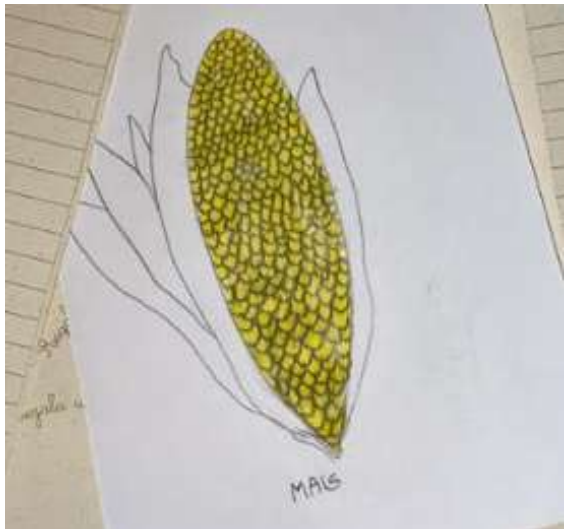
È stata eseguita l'attività riguardante la piramide alimentare e poi è stato assemblato il ricettario contenuto nel kit. È stata proposta anche un'attività legata alla semina che ha generato molto interesse tra i bambini.

CLASSI IV

IV A: CEREALI INTEGRALI: I 12 DONI DELLA NATURA

Nella classe IV A sono state avviate delle attività relative ai cereali utilizzando la nutrita confezione messa a disposizione da Despar.

Attraverso riferimenti storici già affrontati, abbiamo ricostruito una breve linea del tempo dell'alimentazione dell'uomo dall'australopiteco ai giorni nostri, con



particolare riguardo alle prime coltivazioni del cereale integrale, più ricco di sostanze nutritive.

Sono stati toccati e osservati da vicino i cereali a disposizione e conservati in ogni quaderno di scienze.

È stata disegnata la piramide alimentare e si è discusso sull'importanza delle buone abitudini quotidiane con riferimento all'assunzione specifica dei cereali nella dieta quotidiana.

In collegamento con arte poi, ognuno ha realizzato con pennello e tempera una copia del dipinto di Van Gogh "Campo di grano con cipressi". Lavoro interdisciplinare di scienze, storia e arte!



I bambini inoltre hanno eseguito con molto entusiasmo un crucipuzzle sull'alimentazione e i cereali inventato dall'insegnante; la frase da trovare era la seguente: EVVIVA LA BUONA ALIMENTAZIONE CON I CEREALI SANI!

Sono state anche svolte con gli alunni delle attività di semina e osservazione della crescita dei fagioli, nelle foto si vedono la semina effettuata in classe e poi la crescita progressiva delle piante a scuola.

IV B: LEGUMI PROTEINE VEGETALI

Nella classe IV B sono state svolte delle attività relative ai legumi servendoci della scatola che ha messo a disposizione la Despar "le Buone Abitudini".

I bambini hanno toccato e osservato da vicino i legumi del kit.

È stata disegnata una mappa concettuale e si è discusso sull'importanza delle buone abitudini di questo alimento antico, semplice, gustoso e ricco di proprietà salutari. Inoltre gli alunni hanno seguito con curiosità e interesse una ricerca su un legume a loro scelta insieme a una ricetta tipica del proprio paese o regione di origine; in seguito sono state confrontate con i compagni di classe e unite assieme in un prezioso ricettario di classe intitolato "Ricette dal Mondo".

Per concludere hanno seminato dei fagioli prendendosi cura con responsabilità, facendo interessanti scoperte riguardanti la graduale crescita delle piantine.



LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno collaborato al nostro progetto e quando la collega di scienze ha proposto di mandare le foto delle piante di fagioli attraverso la piattaforma Classroom, abbiamo ricevuto regolarmente le immagini che testimoniavano la crescita delle piantine. Inoltre una mamma ha girato un video dove la figlia illustrava con grande orgoglio tutte le piantine del suo piccolo orto. Molti genitori hanno collaborato attivamente nella realizzazione di piatti e bevande del ricettario costruito dai bambini, caricando foto e video nella piattaforma Classroom.

Questo è stato un anno molto complesso però nonostante le restrizioni, si è trovato il modo di poter svolgere molte attività sia a casa che a scuola utilizzando nuove strategie e aguzzando l'ingegno. Distanziati sì, ma sempre curiosi e attenti alla bellezza della natura in tutte le sue forme.



LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini hanno partecipato molto volentieri al progetto. In particolare i nuovi arrivati delle classi prime hanno preso molto seriamente la proposta di fare una merenda sana e ogni giorno facevano a gara per mostrare orgogliosi a maestre e compagni le varie merende a base di frutta e qualche verdura. Questo ha creato un circolo virtuoso e molti hanno provato a cambiare almeno un po' le loro abitudini alimentari sostituendo la classica merendina industriale con un frutto o più frutti.

UN PICCOLO GESTO ...
UN GRANDE CAMBIAMENTO

Quando abbiamo iniziato il progetto nelle due classi prime, abbiamo fatto un grafico per vedere la tipologia delle merende e in una classe in particolare, nessuno aveva portato un frutto. **Dopo poche settimane, già l'atteggiamento era cambiato** e molti bambini, come detto precedentemente, mostravano orgogliosi le loro merende sane e anche creative perché qualcuno ha fatto anche dei mix di più frutti. Il giudizio che nasce da questa esperienza è che se siamo noi adulti a credere nella bontà (in tutti i sensi) di una proposta, i bambini poi ci seguono. I nostri alunni ci guardano sempre, ci osservano attentamente e notano se per esempio anche in mensa noi insegnanti mangiamo volentieri la verdura o la frutta. Proponendo questi alimenti con entusiasmo, convinzione, ma anche con rispetto dei tempi dei bambini che spesso faticano ad accettare un nuovo gusto, ci accorgeremo che **nel tempo, gradualmente le abitudini alimentari possono cambiare**. Tutto deve partire da una curiosità, un entusiasmo e una disponibilità ad accettare una proposta.

Alcuni hanno disegnato spontaneamente frutta e verdura sui alcuni post-it che sono poi stati attaccati sulla porta della classe.

**Belfiore
Caldiero**



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

VERONA

.....

6
EDIZIONI

2
SCUOLE

19
CLASSI

2
COMUNI

scuola ALIGHIERI

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Nadia Padovanello

CLASSI I

Per noi insegnanti questo è stato un anno molto impegnativo sotto tanti punti di vista. Ciononostante, pur con le limitazioni del caso, abbiamo fatto del nostro meglio per offrire ai nostri alunni esperienze valide, stimolanti ed arricchenti.

Il percorso sensoriale aromatiche-spezie, affrontato con le mie due classi prime, è stato davvero molto utile ed accattivante e certamente si è rivelato molto positivo per i bambini.

Collegandoci alla programmazione didattica di scienze, abbiamo avuto l'opportunità di conoscere e scoprire la realtà utilizzando i cinque sensi. I nostri piccoli esploratori hanno osservato, annusato e toccato con mano i semi e le polveri contenute nelle scatoline dei kit forniti. Molte spezie si sono rivelate una vera scoperta! Colori, odori e sapori del tutto nuovi che hanno destato la curiosità e l'interesse non solo a scuola ma anche in famiglia.

Ciascun bambino ha rappresentato graficamente la sua spezia preferita, ne ha descritto le caratteristiche specifiche ricavate dall'esperienza sensoriale in classe e l'ha associata poi al disegno di una pietanza o alla descrizione di una ricetta che ne prevedesse l'utilizzo (in questa fase è stata preziosa anche la collaborazione delle famiglie). Con i diversi elaborati raccolti abbiamo quindi realizzato il nostro libro delle spezie con tanto di ricettario; ripercorrendolo insieme ci è proprio venuta l'acquolina in bocca!

Ai genitori abbiamo poi chiesto un feedback sull'esperienza fatta; ci hanno raccontato di essere stati piacevolmente sorpresi dalla richiesta dei figli di accompagnarli a fare la spesa per vedere con i propri occhi dove acquistare le spezie che più li avevano colpiti e poterle usare poi a casa per la preparazione di diversi piatti, anche mai provati prima; molti bambini sono diventati così degli ottimi e volenterosi aiuti cuochi. Dai racconti condivisi in classe è anche emerso che alcuni di loro già utilizzavano in famiglia le erbe e le spezie per i rimedi, il benessere e per la "buona cucina". Essendo poi presenti in classe anche alcuni alunni provenienti da paesi diversi, abbiamo avuto la possibilità di scoprire le tante culture alimentari e la provenienza dei principali prodotti conosciuti.

I preziosi spunti ricevuti hanno permesso a noi insegnanti di affrontare e di diffondere tra i nostri bambini tematiche importantissime come quelle legate al benessere e alla sana alimentazione; sicuramente ci sarebbe piaciuto poter lavorare maggiormente in un'ottica laboratoriale e con attività cooperative di gruppo ma quest'anno le restrizioni non ce lo hanno permesso. Auspichiamo che si possa tornare ad un minimo di normalità, potendo anche ospitare di nuovo le entusiasmanti e coinvolgenti rappresentazioni teatrali che, anche negli anni scorsi, i nostri alunni hanno particolarmente gradito ed apprezzato.

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Elisabetta De Rossi

CLASSI III

Per prima cosa vi voglio ringraziare per tutto il materiale che ci avete inviato. Noi come terze abbiamo scelto la frutta e la verdura. Al vostro progetto abbiamo dedicato circa 20 minuti ogni settimana, durante la mensa del giovedì (giorno del rientro). Come team docenti abbiamo pensato a questo giorno perché così si poteva prendere spunto da quello che i ragazzi portavano a scuola per il loro pranzo, discutendo poi con loro sul concetto di alimenti "sani". I ragazzi, grazie al vostro libretto guida hanno potuto apprendere quali siano la frutta e la verdura di stagione, scoprendo l'importanza della stagionalità. Si è anche discusso sull'importanza di consumare alimenti legati al nostro territorio. Abbiamo così scoperto i mercatini settimanali a Km 0 del nostro Comune e di quelli vicini a noi; parlato delle casette-bancarelle che si trovano sempre nel nostro Comune o che si vedono a bordo strada in tanti viaggi in macchina che si fanno per andare a trovare amici e parenti. Abbiamo riflettuto sul sistema di trasporto e sull'impatto ambientale che può avere un frutto e/o una verdura coltivato e raccolto in loco e la differenza di un prodotto che proviene dall'Estero e magari non di stagione.

Oltre a questi importanti momenti di discussione-riflessione, che si sono svolti utilizzando i vostri materiali (divertendoci tantissimo con piccoli quiz e/o indovinelli), abbiamo anche affrontato l'importanza della frutta e della verdura nella nostra dieta giornaliera, l'apporto di vitamine di questi alimenti e della loro importanza per il nostro sistema immunitario.

Come vedete da alcune foto, i ragazzi hanno lavorato divertendosi, acquisendo in modo ludico delle abitudini corrette per uno stile di vita sano ed equilibrato. Abbiamo poi costruito un ricettario per la mamma e raccolto alcune ricette.

Abbiamo scoperto che per la merenda di ogni giorno "hanno vinto" l'acqua, i cracker e a pari merito frutta, panini, taralli.



scuola EDERLE

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Giovanna Millocca

CLASSE I C

Attraverso attività in piccolo gruppo sono state fornite agli alunni occasioni di apprendimento che hanno trovato accoglimento e ciò è stato dimostrato anche dal cambio di cibo da parte dei bambini, che hanno portato a scuola di volta in volta cibi più sani e variegati. Gli alunni della 1^C hanno realizzato un cartellone finale sulle tipologie di piante aromatiche e uno relativo ai piatti più consumati che prevedono l'utilizzo di varie spezie. Molti di loro non conoscevano l'aspetto di molte piante e spezie di cui avevano sentito il nome.



LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Ilaria Pandolfo

CLASSE II

Abbiamo utilizzato i materiali da voi proposti, non un uso completo in quanto abbiamo unito alle attività proposte dal quadernino un lavoro soprattutto orale e basato sull'esperienza. Attraverso semplici domande e osservazioni abbiamo provato a capire come anche l'alimentazione possa influire sul nostro benessere (ciò che mangiamo può farci sentire più o meno stanchi, affaticati?). Tutto ciò partendo dall'esperienza dei bambini, coinvolgendoli e chiedendo anche le loro preferenze. I bambini hanno dimostrato interesse e curiosità nei confronti delle attività proposte, riportando, oralmente, il loro pensiero e le loro abitudini. Nella fase finale ci siamo divertiti con un gioco sulla frutta, un semplice cruciverba.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Il team docenti ha notato, con particolare piacere, un **miglioramento nelle abitudini alimentari dei bambini rispetto all'inizio dell'anno**. Un cambiamento riscontrato sia nel momento della merenda mattutina, sia nel pranzo (infatti i bambini una volta a settimana portavano il pranzo da casa per il rientro pomeridiano). **I bambini prestano più attenzione a ciò che mangiano**. Non abbiamo coinvolto direttamente i genitori ma, alla luce del miglioramento visto in classe, ho riscontrato grande collaborazione da parte delle famiglie.



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

VICENZA

.....

5
EDIZIONI

3
SCUOLE

10
CLASSI

3
COMUNI

VICENZA

Lonigo
Montecchio Maggiore
Vicenza

scuola SCORTEGAGNA

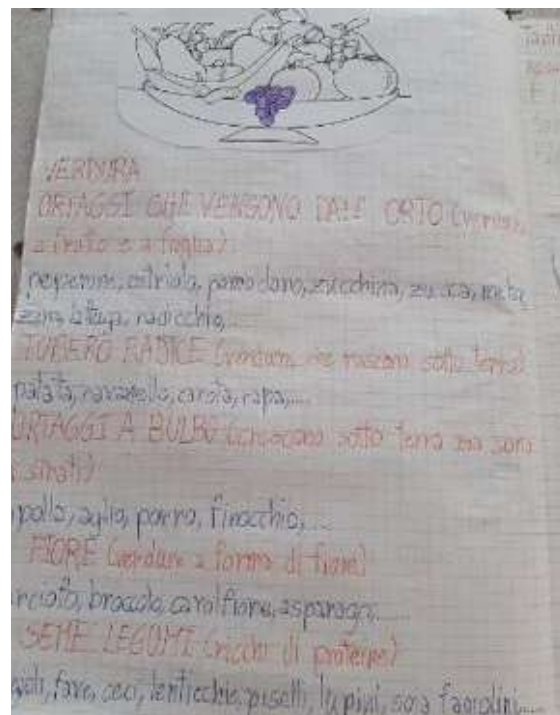
PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Flavia Vielmo, Giulia Allocca

I bambini hanno avuto modo di portare a casa i materiali per completare alcune attività, hanno coltivato dei semini di cereali e di ortaggi; le piantine sono state portate a casa perché durante l'estate i bambini dovranno prendersene cura. L'attività con i cereali è stata un'esperienza significativa integrandosi con il lavoro di storia sul neolitico.



Osservando la foto del **calendario della stagionalità** completa lo schemino.

	FRUTTA	VERDURA
GENNAIO	LIMONE, ARANCIA, FRAGOLE	SPINACI, SERRAVALLO, CAVOLI, CAVOLINI
FEBBRAIO	ARANCE, MANDARINI, LIMONI	BROCCOLI, SPINACI, CAVOLI, CAVOLINI
MARZO	ARANCE, MANDARINI, LIMONI	FITTO, CAVOLI, CAVOLINI
APRILE	ARANCE, MANDARINI, LIMONI	RADICCHI, CAVOLI
MAGGIO	PERE, LIME, SINGOLI PERE, LIME, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	MAIOLI, CAVOLI
GIUGNO	LIME, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	MAIOLI, CAVOLI
LUGLIO	LIME, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	MAIOLI, CAVOLI
AGOSTO	LIME, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	MAIOLI, CAVOLI
SETTEMBRE	UVA, PERE, PERE, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	ZUCCHINE, CAVOLI, CAVOLINI
OTTOBRE	PERE, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	ZUCCHINE, CAVOLI, CAVOLINI
NOVEMBRE	PERE, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	ZUCCHINE, CAVOLI, CAVOLINI
DICEMBRE	LIME, MANDARINI, CAVOLI, CAVOLINI	ZUCCHINE, CAVOLI, CAVOLINI



LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini hanno partecipato con molto entusiasmo. Il laboratorio proposto di microscopia li ha molto incuriositi, tuttavia l'attenzione verso esperienze indirette deve tener conto di un tempo limitato rispetto l'agire diretto e in presenza, il laboratorio sarebbe stato più coinvolgente. Comunque il dott. Picarella ha realizzato una super lezione!

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori sono stati partecipativi e hanno condiviso con i bambini le esperienze che venivano riportate a casa, hanno collaborato alle richieste di attività che i bambini dovevano svolgere (come la ricerca di materiali).

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

I genitori dopo l'esperienza in classe sono stati più attenti a rispettare la nostra richiesta (iniziata a ottobre di quest'anno scolastico) dei due giorni della settimana, il martedì e il giovedì di merenda con frutta.

scuola MANZONI

PERCORSI RICHIESTI:

VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Katia Masiero, Elena Frigo

I materiali sono stati utilizzati all'interno di un progetto (Orto didattico) che coinvolge più classi e che già da diversi anni realizziamo nel nostro plesso Manzoni. I materiali del kit che abbiamo utilizzato quest'anno scolastico, hanno rappresentato, quindi, per noi, un valido supporto al lavoro con i bambini, offrendo la possibilità di approfondire e potenziare le proposte. Siamo riuscite infatti ad unire l'aspetto pratico svolto nell'orto con la parte teorica ed esperienziale. Di conseguenza non ci siamo attenuti esclusivamente alle attività suggerite, ma le abbiamo inglobate in un percorso più articolato. Il ritorno da parte di alunni e famiglie è sempre stato positivo e le attività sono state accolte con entusiasmo.



LA VOCE DEI BAMBINI

In mensa alcune verdure venivano assaggiate dai bambini perché avevano imparato che contengono le vitamine e dicevano che servivano al loro cervello per far meglio e bene l'interrogazione! Anche a casa alcune verdure, che prima erano "inassaggiabili", ora vengono in parte mangiate perché maggiormente consapevoli della loro utilità. Tanti bambini erano inoltre orgogliosi di avere i nonni che curavano un orto a casa e per questo si sentivano gli esperti della classe.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Come già detto sopra, il fatto di poter sperimentare e scoprire insieme il ciclo vitale e le proprietà di frutta e verdura, ha aiutato i bambini ad avvicinarsi ad alcuni cibi che prima non assaggiavano e questo si è visto sia in mensa, sia a casa. Alcune mamme hanno anche provato a realizzare alcune delle ricette del libricino; un'alunna ha realizzato a casa la marmellata con i frutti del melo cotogno che abbiamo nel nostro orto.

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

Filomena Gullo

In particolare ha riscosso molto interesse l'esperienza diretta con le spezie. I bambini hanno scoperto spezie che non conoscevano e riconosciuto spezie che abitualmente vengono utilizzate in casa. Quasi tutti gli alunni hanno portato a scuola le spezie presenti in casa e con queste è stato completato il cartellone.

Le esperienze sensoriali, legate in particolare alla vista e all'olfatto, sono state riassunte in un libretto personale costruito da ogni alunno.

Il percorso è stato integrato nell'UDA di ed. civica "promuovere l'importanza di una sana alimentazione sostenibile e corretti stili di vita.

Obiettivo: ridurre lo spreco alimentare nella nostra mensa. I bambini osservano lo spreco in mensa, lo annotano in alcune griglie e indagano sulle abitudini e sui comportamenti alimentari dei compagni con un questionario. Successivamente si analizzano i dati insieme e si riflette. Si individuano le "azioni di miglioramento". Utilissima la paletta dello "Spre controllore".

Molti bambini hanno cominciato a portare a scuola la merenda fatta con i cereali integrali.



- SI ASSAGGIA TUTTO!
- SE QUALCOSA PROPRIO NON CI PIACE, NE PRENDIAMO POCO.
- IL PANE E LA FRUTTA CHE NON CONSUMIAMO, LI PORTIAMO A CASA.
- L'ACQUA LA PORTIAMO NELLE NOSTRE BORRACCHE COSI' NON SI SPRECA E SOPRATTUTTO EVITIAMO LE BOTTIGLIETTE DI PLASTICA.

[illegible]

- IL CIBO E' PREZIOSO E NON VA SPRECATO!
- OGNI VOLTA CHE MANGIAMO UNA VERDURA, PENSIAMO AL NOSTRO PICCOLO ORTO ... CON QUANTO AMORE ABBIAMO SEMINATO I FAGIOLINI, POMODORI, INSALATE ... E QUANTA CURA PER VEDER CRESCERE LE NOSTRE PIANTINE CON LA SPERANZA CHE PRESTO SPUNTERANNO BUONISSIMI FRUTTI. DOPO TANTO LAVORO SICURAMENTE IMPAREMO AD APPREZZARE DI PIU' OGNI VERDURA ...

- TUTTI MANGIANO VOLENTIERI LA PASTA CON IL SUGO O IN BIANCO.
- LA PIZZA E' BUONISSIMA.
- LE VERDURE COTTE NON SONO MOLTO GRADITE.
- LE VERDURE CRUDE PIACCIONO UN POCHINO.
- I SECONDI DI CARNE NON SEMPRE SONO BUONI.
- I BASTONCINI DI PESCE SONO OTTIMI!
- LA FRUTTA FRESCA E' BUONISSIMA.
- IL DESSERT E' BUONISSIMO
- IL GELATO E' OTTIMO.

Gli alunni di terza e quarta hanno scoperto insieme alle loro mamme ottime ricette, anche facili da realizzare. Anche i genitori hanno potuto conoscere attraverso le attività dei propri figli molte informazioni utili sull'alimentazione e soprattutto sul valore nutrizionale di alcuni cibi in particolare.



A pink poster titled "GEEBIE AILE" (Gibberish) featuring a collage of various banknotes and coins from different countries, including the United States, Canada, and the United Kingdom. The collage is dense and covers most of the poster's surface. The title is written in a stylized, hand-drawn font at the top. The background is a solid pink color. The collage includes US dollar bills (e.g., \$100, \$50, \$20, \$10, \$5, \$1), Canadian dollar bills (e.g., \$100, \$50, \$20, \$10, \$5, \$1), and British pound sterling bills (e.g., £100, £50, £20, £10, £5, £1). There are also various coins visible, including US quarters, dimes, and nickels, as well as Canadian and British coins. The collage is arranged in a somewhat chaotic but organized manner, with the bills and coins overlapping each other. The poster is displayed on a wall, and the lighting is even. The overall appearance is that of a handmade or student-made project.

Copparo



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

FERRARA

.....

8
EDIZIONI

1
SCUOLE

1
CLASSI

1
COMUNI

scuola MARCHESI

PERCORSI RICHIESTI:

FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Paolo Occhi

Seguendo il percorso proposto dal manuale allegato sono stati presentati i frutti e semi oleosi puntualizzando le proprietà e i benefici di questi alimenti. Come di consueto ho chiesto agli alunni e alle loro famiglie, per un maggior coinvolgimento, di preparare le ricette proposte nell'opuscolo, che come si può vedere nelle foto di seguito, sono state eseguite in modo personalizzato.

Importante e soddisfacente è stata l'attività di laboratorio relativa alla cellula vegetale ed animale egregiamente condotta dal professor Marco Picarella. Gli alunni si sono mostrati molto attenti ed incuriositi facendo oltremodo interventi pertinenti.



Trieste



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

TRIESTE

.....

4
EDIZIONI

1
SCUOLE

5
CLASSI

1
COMUNI

scuola **ISTITUTO BEATA VERGINE**

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Ilaria Boschetti

Attività svolte in classe con proposte suggerite sviluppando anche attività ed elaborati aggiuntivi. In quest'anno scolastico con le restrizioni anticovid non si è potuto sfruttare al meglio la parte dei laboratori di gruppo che si spera in un futuro di poter proporre.

LA VOCE DEI BAMBINI

I bambini, molto coinvolti nelle attività, hanno interagito riportando anche esperienze fatte in contesti familiari.

LA VOCE DEI GENITORI

I genitori hanno apprezzato il progetto svolto, contribuendo con approfondimenti a casa con ricette o informazioni utili al progetto.

UN PICCOLO GESTO ... UN GRANDE CAMBIAMENTO

Affrontare la tematica dell'alimentazione in età della scuola primaria porta i bambini ad avere maggior attenzione sul cibo, sulle sue funzionalità. Emerge sicuramente come molte famiglie prestino attenzione a una sana alimentazione. Per valutare cambiamenti nell'atteggiamento bisognerebbe proseguire con il progetto negli anni successivi in modo da approfondire le diverse tematiche.

**Pomarolo
Trento
Vallarsa**



SELEZIONE DELLE ESPERIENZE RICEVUTE

TRENTO

.....

5
EDIZIONI

4
SCUOLE

17
CLASSI

3
COMUNI

scuola GALVAGNI

PERCORSI RICHIESTI:

CEREALI INTEGRALI: 12 DONI DELLA NATURA

LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Patrizia Luzzi

Con la mia classe quest'anno ho partecipato solo alla visita al Musme di Padova. La visita è stata molto interessante e ben organizzata. Gli esperti poi sono stati molto disponibili anche nel superare dei nostri problemi tecnici. I momenti interattivi super graditi da ragazze e ragazzi, se fossero stati di più sarebbe stato ancora più coinvolgente. Nel complesso ritengo la proposta assolutamente valida e la consiglieri di sicuro ai colleghi. Grazie di questa opportunità che ci avete offerto.



scuola NICOLODI

PERCORSI RICHIESTI:

AROMATICHE - SPEZIE: PERCORSO SENSORIALE
VERDURA E FRUTTA: CARBOIDRATI INDISPENSABILI
FRUTTA A GUSCIO - SEMI OLEOSI: LIPIDI ESSENZIALI
LEGUMI: PROTEINE VEGETALI



LA VOCE DEGLI INSEGNANTI

Luciana Cafagna

CLASSI I

L'argomento è stato affrontato partendo dai concetti topologici per poter individuare le posizioni che i frutti occupano quindi sotto, sopra e in alto. Ciò è stato fatto attraverso giochi di gruppo, con individuazione di vari elementi nello spazio classe, in palestra e nell'atrio della scuola. Inoltre si sono svolte attività con le iniziali dei nomi di frutta e verdura per poter imparare e consolidare la conoscenza di nuove parole, con giochi quiz, indovinelli e indizi per far individuare ai compagni il tipo di frutta e verdura.

Utilizzo dei cinque sensi, osservando, toccando, gustando. Per es. un gioco con bicchieri in cui all'interno venivano messi dei piccoli pezzi di frutta, che dovevano riconoscere dal gusto e aspetto. I bambini hanno disegnato, individuando i concetti e posizionando correttamente frutta e verdura che preferivano. Inoltre i bambini hanno compreso, prendendosi cura a loro volta di un bulbo, che ci vuole tanta cura, tempo e pazienza per fare in modo che una pianta cresca e dia frutti.



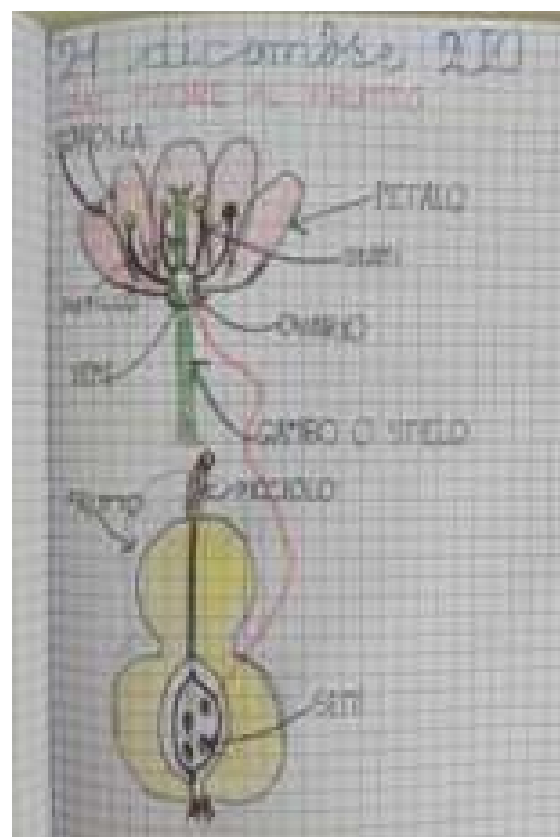
CLASSI II

Sono state svolte attività con l'uso dei cinque sensi, i bambini hanno toccato e manipolato vari tipi di frutta a seconda della stagione, individuando tutte le parti da cui sono composti, studiando le varie parti dell'albero e del fiore, per poi approfondire i frutti nel dettaglio.

Con i frutti ci si è soffermati sui colori, la buccia, i semi; il mordere una mela, gustarla e dopo non avere più sete, visto l'elevato contenuto d'acqua. Con l'arancia hanno toccato e annusato la buccia, manipolato la polpa, fatto una spremuta manuale che ha fatto scoprire, anche a bambini a cui l'arancia non piaceva, quanto fosse buona. Inoltre, alle varie esperienze sono seguite delle rappresentazioni grafiche della pianta, fiore e frutto.

Dei frutti si è valutato il possibile uso culinario nel diventare un contorno, o far parte di ricette diverse e variegate che venivano raccontate dai bambini e venivano preparate nelle loro famiglie, collegate alle varie nazionalità e culture.

Le attività sono state anche supportate dalla visione di video, immagini con la Lim, e sono state realizzate assieme agli alunni mappe e schemi di sintesi. I bambini hanno disegnato le loro preferenze collegandole soprattutto al loro vissuto.



CLASSI III

Si è trattata la distinzione tra frutta e verdura attraverso disegni e caratteristiche di entrambi, collegandoli alla stagionalità e ai mesi; quindi la pazienza di aspettare il tempo giusto per poter mangiare i vari tipi di frutta e verdura. In tal senso hanno realizzato il calendario della stagionalità, da poter appendere in cucina per effettuare una spesa intelligente. Le rappresentazioni grafiche dei bambini sono state varie e per loro molto motivanti nel distinguere le varie parti del frutto. Per raccogliere le preferenze dei bambini di tutta la classe sono stati realizzati degli istogrammi.

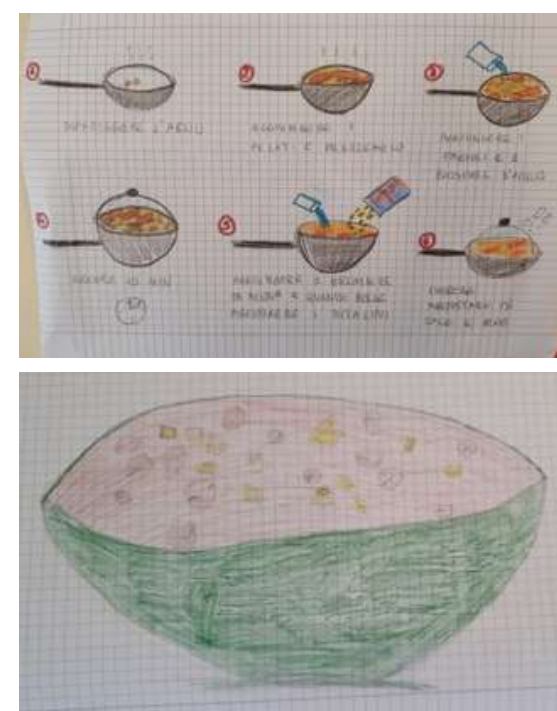
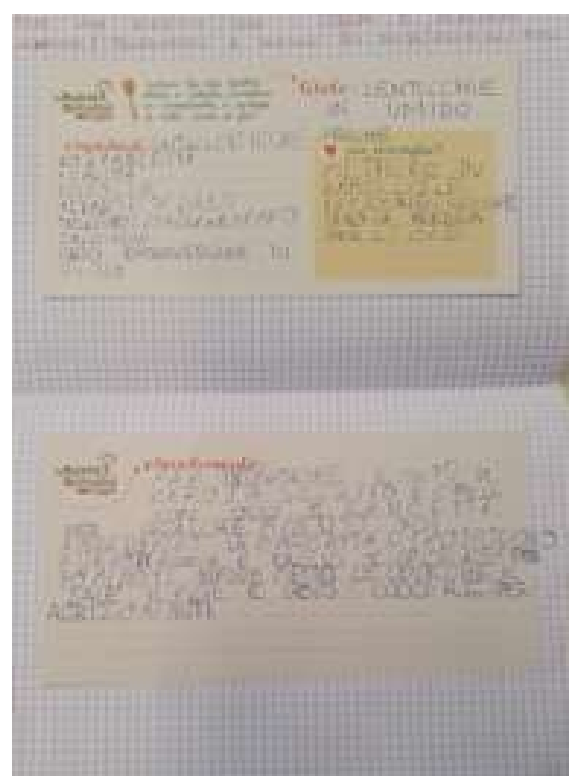
L'argomento acqua è stato collegato a questo argomento ricercando l'acqua all'interno degli alimenti e riflettendo su come questa sia presente nel nostro corpo e sulla sua assunzione tramite frutta e verdura.





CLASSI IV

Gli alunni hanno imparato a riconoscere le caratteristiche di un piatto unico, il suo contenuto completo e nutriente. Hanno disegnato procedimenti e ricercato immagini per preparare un piatto unico. Attraverso la collaborazione con le famiglie, hanno potuto scoprire i segreti dei loro preparati. Hanno poi condiviso, confrontandosi con i compagni, le varie e diverse specialità.

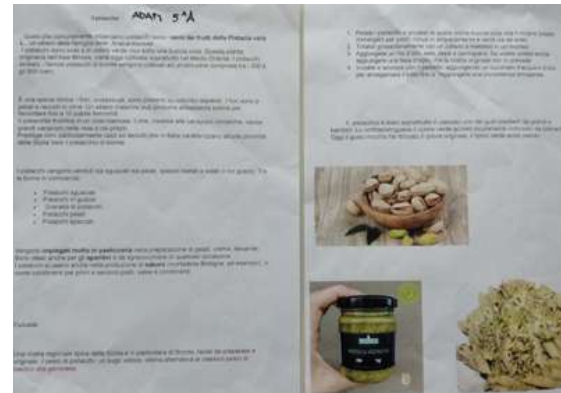
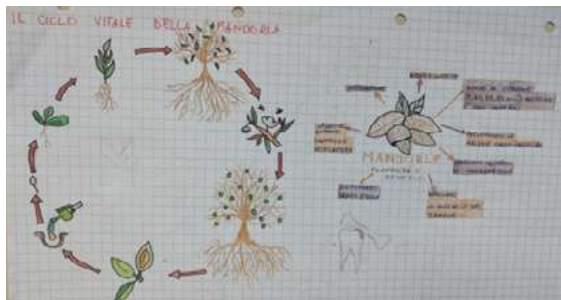
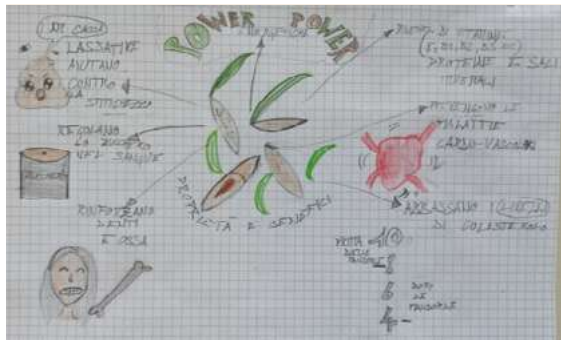
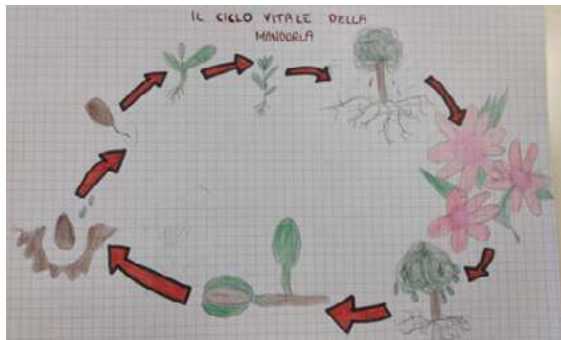


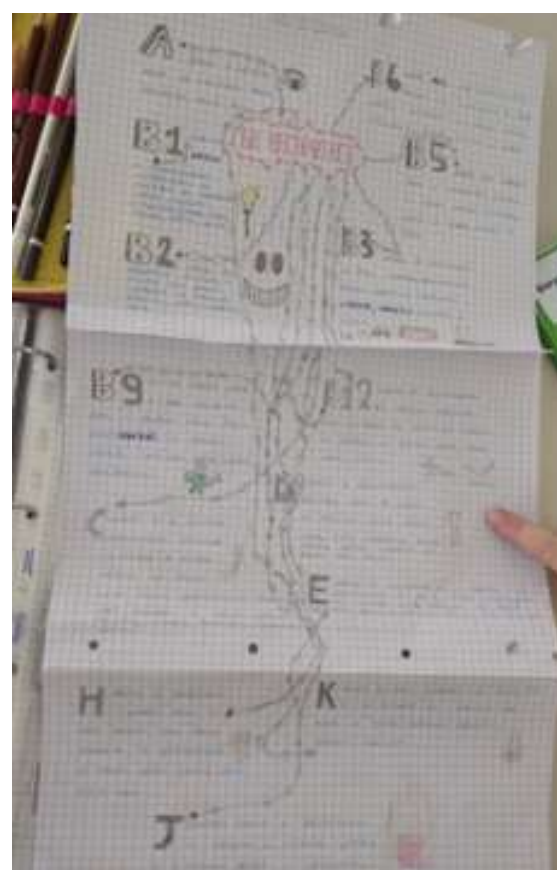
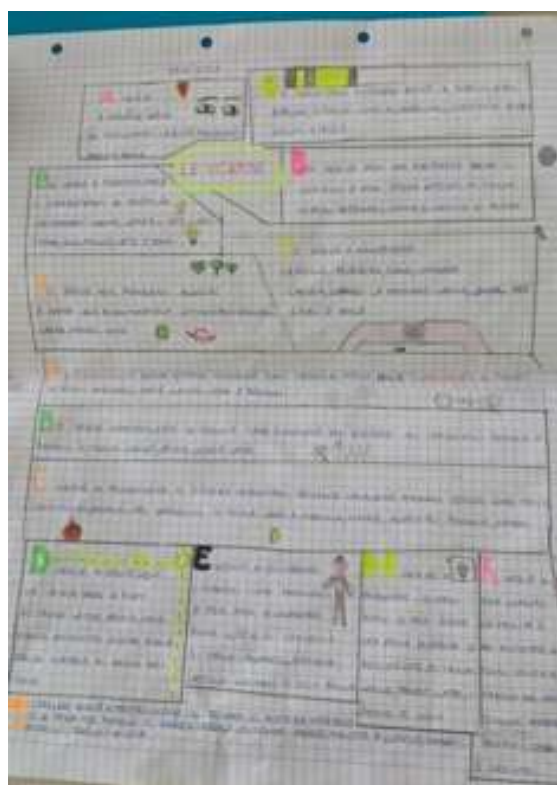
CLASSI V

Gli alunni sono rimasti coinvolti e incuriositi dal percorso inerente frutta a guscio e semi oleosi, hanno scoperto nomi e gusti che non conoscevano, individuando i vari strati che ricoprono e proteggono un frutto. Hanno scelto loro stessi il frutto da ricercare e approfondire, analizzando il suo utilizzo in cucina e le sue derivazioni sia per quanto riguarda la sua storia che il suo nome nelle varie lingue. Ciò ha permesso di individuare ciò che poteva piacere di più, conoscere i principi nutritivi di ogni frutto e riconoscere quelli più consoni per crescere bene e in salute.

Alcuni bambini hanno condiviso con i compagni i frutti da cui sono rimasti incuriositi e che non si trovavano all'interno delle scatole, al fine di poterli confrontare con gli altri.

Una cosa molto curiosa è stata quella di paragonare il cibo a quello degli astronauti che devono mangiare frutta essiccata nello spazio. Inoltre i bambini hanno visto video e immagini con utilizzo della lim e svolto mappe e schemi di sintesi.





UNA CELLA VIVENTE
CELLA ANIMATA

MARCO MARTELLI
MORRISON



OGGETTO, USATO IN MICROSCOPIO
OTICO

CI HA FATTO ANDARE A QUEL MICROSCOPIO
IL MORRISON, USCIRE A UN'ESPOSIZIONE
MOLTE COLLEGATE AL CUPRESSO CI HA
FATTO VEDERE LE MANE SOTTO QUELLE
UNA SPETTACOLARITÀ È UNA MANA E
COSÌ SI PUÒ VEDERE LE MANE

CELLA CARIOTIPICA

LE CELLULE SONO FATE FONDAMENTALMENTE
DA NUCLEI

IL NUCLEO DELLA CELLULA È IL CORNIO

NUCLEO

LA MANE LA CORDA SOTTO FIDELITÀ
CLIPPERINA È IL CUPRESSO, CHE NON È UNO
NELLA CELLULA ANIMATA E NELLA PROVA

LABORIO LA CELLULA

LA CELLULA VEDETE A OCELLI ANIMALI

- MICROSCOPIO BIOLOGICO OTTICO
- VIDEOCAMERA DIGITALE (per riprese)
- STEREO MICROSCOPIO (per cose che si possono vedere anche a occhio nudo)
- SPECCHIO FOTORETRO (giunta all'università)

LA CELLULA ANIMALE

- LA CELLULA È FORMATA DA ORGANELLI CHE NON SEMPRE IL MICROSCOPIO RIESCE A VEDERE
- IL NUCLEO È IL COLORE
- MOLECOLA FORMATA DALLA SINTESI CLOROFILIANA CHE SI CHIAMA CLOROPLASTO
- LA PANTA PRENDE ANIDRIDE CARBONICA E LA VESCE ALL'ACQUA E SE I PRODOTTI SONO IL GLUCOSIO (C₆H₁₂O₆) E L'OSSIGENO (giocava non si può vedere)

LA CELLULA VEGETALE

- SE UNA FOGLIA È SPESSA NON SI RIESCE A VEDERE BENE (al microscopio)
- EGERSIA TENSA (pianta acquatica)
- FOGLIA DI EGERSIA
- SU PETRINO LA FOGLIA È SOPRA UN ALTRO VETROINO SI VEDE VERDE CON TACCHIE PIÙ SCUERE (non si vede bene)
- AL CENTRO C'È UNA LINEA PIÙ SPESSA CHE DIVIDE LA FOGLIA IN DUE PARTI (la parte superiore è più verde)



Mentre, per gli spettacoli teatrali riguardanti gli Sprecontrollori, ecco il materiale come feedback della classe 2 C:



.....

Le Buone Abitudini.
Insieme a voi,
per la cultura della salute.



www.lebuoneabitudini.it

☎ Segreteria organizzativa 049 663192 - 391 3927452

✉ lebuoneabitudini.despar@gmail.com

📘 [lebuoneabitudini.despar](https://www.facebook.com/lebuoneabitudini.despar)

Coordinatrice Anna Sciortino 338 548 3824

DESPAR
EUROSPAR
INTERSPAR

