

PROGETTO ARCOBALENO 1997

“FARE - GIOCARE - MANGIARE”



- SERVIZIO EDUCAZIONE ALLA SALUTE DEL PROVVEDITORATO AGLI STUDI DI MODENA
- DIREZIONE DIDATTICA: MIRANDOLA
- ASSESSORATO AGRICOLTURA E ALIMENTAZIONE - PROVINCIA DI MODENA
- E' un progetto elaborato affinché la scuola sia luogo di benessere e di crescita per i nostri bambini.
- E' una possibilità di confronto e di dialogo fra genitori e genitori e insegnanti.

SEDE: Scuola Elementare di Viale Circonvallazione - MIRANDOLA -

Le insegnanti e i genitori delle Scuole Materne Statali di Mirandola ringraziano sentitamente la DIREZIONE DIDATTICA 1° CIRCOLO DI MIRANDOLA, l'ASSESSORATO AGRICOLTURA E ALIMENTAZIONE PROVINCIA di MODENA e, in particolare modo, la Dott.ssa GIANCARLA BELLEI, e ultimi, ma primi per importanza, tutti i bimbi delle nostre scuole, che hanno contribuito attivamente alla realizzazione di questo giornalino.

PROGETTO ARCOBALENO 1997
**SINTESI DEGLI INCONTRI
CON I GENITORI**

1° SERATA - GIOVEDÌ 10 APRILE 1997
“MANGIARE: COSA, QUANDO, DOVE, PERCHÉ”
RELATORE: Dott.ssa GIANCARLA BELLEI

L'insegnante vicaria, M^a Diazi Ernestina, ha salutato il nutrito pubblico presente, composto da genitori, insegnanti e personale non docente, e ha illustrato le finalità del progetto e le attività svolte nelle cinque Scuole Materne Statali di Mirandola. Ha, poi, dato la parola alla relatrice, Dott. Giancarla Bellei, che ha chiesto ai presenti se avessero partecipato all'indagine promossa dall'Amm. Prov. di Modena sui problemi dell'alimentazione in tre U.S.L. della provincia, tra le quali quella di Mirandola.

Una sola persona presente ha reso noto di aver fatto parte del campione, desunto dalle anagrafi comunali. La Dott. Bellei ha precisato che ci sarà un seguito perché sono stati prodotti solo i dati della prima fase, dai quali è emerso che la realtà mirandolese, in provincia di Modena, è la peggiore in rapporto alla città e alla campagna in relazione all'assunzione di grassi e all'incidenza del peso rispetto alla norma. La Dott. Bellei ha asserito che occorre partire dalla scuola per la prima infanzia per proporre comportamenti alimentari equilibrati. Il problema dell'alimentazione è gestito massimamente dalle industrie, che hanno indotto modificazioni dei comportamenti. L'intento dell'educazione alimentare è quello di un ruolo attivo nella scelta degli alimenti. Anche se il patrimonio conoscitivo sull'alimentazione è molto più ricco del passato e in casa abbiamo a disposizione molti cibi, ci comportiamo in modo abbastanza superficiale, compriamo ciò che ci piace e non ciò che ci consente di organizzare un'alimentazione lineare e non contrattiamo con il mercato. Il surplus di consumo deriva dal fatto che conserviamo le abitudini di base e aggiungiamo molti consumi voluttuari e indotti dalla pubblicità (per quella dell'alimentazione si spende meno solo rispetto a quella per le automobili).

Perché è così difficile modificare il nostro comportamento alimentare?

Per l'uomo il suo rapporto con il cibo è analogo a quello con il linguaggio. (C'è il proverbio che dice: “Mangiamo come parliamo”).

Come per il linguaggio, i rapporti con il cibo sono naturali, seguono regole inconscie e indiscusse che si apprendono nella famiglia.

Per alimentarci utilizziamo gli stessi organi che usiamo per parlare, seguiamo l'evoluzione organica attraverso l'alimentazione e lo sviluppo della parola va in sintonia con il cibo che il bambino assume.

Come il linguaggio anche l'alimentazione cambia in rapporto al modificarsi dell'ambiente e riflette situazioni sociali, economiche, religiose. Riguardo al cibo ci sono abitudini inconscie. L'alimentazione soddisfa il bisogno primario di nutrimento, è una forza di comunicazione, è l'occasione di scambi con un insieme di simboli che danno un criterio di identità e di appartenenza.

Tali scambi e prestazioni servono per rafforzare i legami per cui si avverte la necessità di dividere il cibo con chi è parte del proprio gruppo (parentela, tribù o altro) e c'è la volontà di ottenere prestigio con prove di generosità ostentando ricchezza o uno stato sociale che spesso non c'è. Attribuiamo, inoltre, un valore assoluto a certi alimenti, come la carne, che associamo alla tavola imbandita.

L'Amm. Provinciale di Modena utilizza il pasto alla Scuola Materna come momento di prevenzione perché il bambino consuma solitamente tre pasti al giorno in ambito scolastico.

E' un momento peculiare di prevenzione primaria per modificare o equilibrare l'alimentazione familiare in una

comunità di pari con le stesse pulsioni e capacità comunicazionali. Il bambino non utilizza il pasto a scuola per una contrattazione. Invece, a casa, percepisce, attraverso l'empatia, l'importanza che gli adulti annettono a questo momento e la sfrutta per "ricatti" o per ottenere l'adozione di "piccoli riti". La programmazione alimentare inizia da subito perché si vuole che il bambino consumi. Il mangiare è visto dagli adulti come indice di salute. A scuola occorre sdrammatizzare il comportamento alimentare e abituare al consumo di alimenti che a casa i bambini non mangiano perché l'insegnante non ha lo stesso ruolo della mamma. Solitamente, invece, si è pronti a fornire l'alternativa, ma il cibo serve per nutrire e non per essere caricati dal punto di vista nutrizionale. La letteratura scientifica è piena di casi di bambini che utilizzano questo momento come strumento, negando l'assunzione di cibo anche per giorni. L'adulto si trova, così, alla mercè del bambino. Noi non abbiamo bambini sottanutriti. Occorre sdrammatizzare e gestire in modo più razionale il pasto.

Invece, quando si va a prendere il bambino alla Scuola Materna, si chiede solitamente: "Ha mangiato? Ha dormito? Ha fatto la cacca?"

C'è la paura che il bambino non mangi perché veniamo da una cultura che dice che il bambino piccolo deve stare con la mamma e sussistono un senso di colpa, che ci lascia insicuri, e anche dei dubbi nel rapporto con chi prende in consegna il bambino. C'è il senso di colpa nell'abbandonarlo a scuola e anche il bambino, inizialmente, vive come un abbandono l'andare a scuola. Il genitore riprende il proprio ruolo quando dà da mangiare al bambino per cui, all'uscita da scuola gli fa fare nuovamente merenda. E' attraverso il cibo che si ricreano le condizioni di partenza. Il fatto che le insegnanti facciano attività con il cibo e sul cibo è importante perché i bambini hanno bisogno di esperienze concrete, di manipolare gli alimenti. I bambini non mangiano verdure. Se il bambino non si appropria dell'alimento come del gioco l'alimento rimane un fatto astratto. A livello di revisione le indicazioni che vengono date riguardano l'alternanza degli alimenti nei cinque giorni, introducendo il piatto unico o proponendo per due volte il pesce per evitare di ripetere la carne. Sussiste anche il tentativo di portare dei correttivi all'alimentazione che si consuma all'interno delle famiglie, dando delle indicazioni perché alla sera non venga ripetuto il cibo mangiato a pranzo.

Tutti questi accorgimenti concorrono a determinare un'alimentazione equilibrata. Noi, solitamente, consumiamo prodotti raffinati, poca verdura, additivi che possono essere aggiunti come elementi di conservazione e determinare l'assunzione di sostanze non alimentari.

Il problema con il bambino è maggiormente rilevante perché il bambino presenta una maggiore superficie corporea rispetto alla densità della composizione corporea ed è, quindi, più ricettivo ad assorbire inquinanti chimici dall'esterno. Il metabolismo del bambino è più rapido di quello dell'adulto e quindi maggiore è il consumo di ossigeno e maggiore è la costruzione di nuovo materiale cellulare nel quale si possono incorporare sostanze estranee alla composizione corporea.

Il bambino, specie se piccolo, ha sistemi di disintossicazione e di difesa inferiori a quelli dell'adulto. I prodotti (come le merendine) devono essere valutati perché contengono una serie di additivi.

Solitamente c'è poco tempo quando si fa la spesa per cui noi componiamo il menù senza programmare e proponiamo tipi di pasto non equilibrati se non si valuta ciò che il mercato offre. La pubblicità ci confonde. Inoltre occorre correlazione tra ciò che si propone a scuola e ciò che si propone a casa ritornando a dei modelli passati di alimentazione. Il bambino, infatti, assume i sapori all'interno del gruppo familiare. La battaglia che si compie per un'alimentazione equilibrata è un salto culturale. Noi siamo molto monotoni. La domenica si mangia moltissimo

PROGETTO ARCOBALENO 1997
SINTESI DEGLI INCONTRI
CON I GENITORI

rispetto al fabbisogno. La tavola è una gratificazione perché il cibo è compensativo. Il bambino, invece, in una situazione di equilibrio, è disponibile all'esperienza se riesce ad appropriarsi dell'alimento. Scuola e famiglia dovrebbero concorrere ad un unico obiettivo. Invece, per cultura, non abbiamo il momento della colazione e il bambino comincia a valutare che la colazione non è importante se i genitori non la consumano. Inoltre si mangiano alimenti molto concentrati e poco equilibrati nel loro insieme con molte calorie e poco nutrimento. A scuola le porzioni dovrebbero essere ridotte per favorire l'equilibrio alimentare. La pasta viene solitamente richiesta più volte dai bambini, ma bisognerebbe che si lasciasse lo spazio per la frutta e la verdura che danno sazietà e aiutano la funzionalità intestinale.

Alcuni degli operatori di cucina presenti all'incontro hanno reso noto che il menù delle scuole è stato redatto molti anni fa e che non sono seguiti da una dietologa, a parte un episodio sporadico di due anni fa. Sarebbe importante per loro imparare sempre nuovi modi allettanti di presentare il cibo e cimentarsi nella preparazione di vari piatti equilibrati. Inoltre c'è l'aspetto di sentirsi in dovere di creare l'alternativa a certi piatti proposti perché ci si sente un po' come la mamma a casa e perché i genitori pagano la retta.

La relatrice ha consigliato di bussare alla porta dell'Amministrazione per chiedere la consulenza di una dietologa. La famiglia deve operare insieme alla scuola materna perché quello che è stato fatto fino ai sei anni è quello che ci si ritrova in seguito. I genitori devono assumere, a livello di alimentazione, un proprio ruolo, che è stato molto delegato al servizio. La famiglia, ad esempio, non deve delegare alla scuola la prima colazione. L'arco di tempo di digiuno non deve essere troppo lungo perché il bambino, in questo caso, si trova a dover utilizzare delle riserve. E' importantissimo per un bambino rispettare dei ritmi e ricevere in modo sequenziale e logico tutti i principi nutritivi di cui ha bisogno, con la suddivisione del carico metabolico. La colazione ideale a casa è a base di latte e cereali. Chi di voi parte con la macchina in riserva per fare cinquanta chilometri? Se un bambino mangia molto si deve concordare con la scuola che della colazione si occupa la famiglia. La colazione ideale a scuola è la frutta, che sollecita la masticazione, per arrivare alle 11,30 con la giusta fame per consumare un pasto completo. Se un bambino di cinque anni usa ancora il biberon per fare colazione noi gli impediamo di evolversi e di essere indipendente. Nei periodi di ferie ci si deve impegnare per rivalutare la sua autonomia. Il dare il latte anche alla sera diventa eccessivo e tale rito per tranquillizzare il bambino a cinque anni dovrebbe essere sostituito con qualche altro elemento simbolico per superare il momento di entrata nel sonno che può creare insicurezza. Riguardo al cibo occorre non essere troppo pedanti.

Anche il conoscere certi alimenti in tempi precoci (vino...) è un rituale di identificazione con i genitori e non è molto pertinente perché certi sapori non sono adatti ai bambini. La velocità nel mangiare è negativa. Noi mangiamo come le oche, non ci diamo i tempi adeguati. E' importante masticare anche se buona parte degli alimenti non lo richiede altrimenti i tempi della sazietà non ricevono il segnale del cibo inghiottito e non si sono create le condizioni ideali per la digestione. I processi digestivi vengono alterati, ingeriamo una quantità enorme di cibo e ce ne rendiamo conto solo quando lo stomaco è sazio.

L'alimentazione ci mette in discussione. Il problema è da sdrammatizzare. L'alimentazione è un fatto di piacere che risponde a dei significati che noi attribuiamo al cibo e che sono collegati a dei comportamenti culturali. Un tempo c'era la penuria del cibo come problema, oggi c'è il problema della quantità e della qualità. Fare educazione alimentare significa modificare dei comportamenti. La pubblicità gioca su dei messaggi più o meno sublimali (conoscendo la psicologia dell'utente) e viene preparata per colpire l'aspetto emotivo. Il mercato vince sulla tutela della salute (ad es. è caduta una legge riguardo alla scadenza dei prodotti da riportare sulla confezione per cui tale adempimento non è più così obbligatorio come prima). A livello di età infantile il problema deve essere affrontato con maggiore cognizione di causa. Il lavoro fatto a scuola con i bambini è molto bello e da esso si può partire per la discussione con i genitori e gli operatori presenti.

Sono state poste molte domande alla relatrice che ha risposto fornendo indicazioni e consigli. Riguardo alle richieste su una alimentazione equilibrata è stata illustrata la piramide alimentare che dà la visione degli alimenti presenti nell'alimentazione quotidiana. La base della piramide è costituita dai farinacei (pane, pasta, polenta...).

L'altra fascia importante dovrebbe essere coperta da frutta e verdura (alimenti che portano vitamine, sali minerali, acqua e cellulosa) che favoriscono il processo di trasformazione degli alimenti. Una frazione che diventa già molto più contenuta è quella coperta dagli alimenti di origine animale (latte, formaggio, carne, pesce, uova) che possono sostituirsi tra loro. L'ultima frazione è quella coperta dai grassi, dagli zuccheri, dagli olii vegetali e dai grassi animali. Al grasso come condimento c'è da aggiungere il grasso intercellulare che è presente anche nella carne magra. Oggi noi insistiamo sul famoso piatto unico, che non diventa mai unico in una scuola, ma che deve ritrovare al suo interno un equilibrio nutrizionale, coniugando una parità proteica con un minor carico a livello renale.

Pasta e fagioli è un piatto nutriente. Non dovremmo abbinare sostanze proteiche come cotoletta e piselli. Non bisognerebbe considerare il formaggio come corollario del pranzo perché è un aggravio a livello proteico. Occorre modificare e alternare la modalità di assunzione del cibo per cui una o due volte la settimana si dovrebbe proporre il piatto unico. Da parte dei genitori si chiede al personale delle scuole un atteggiamento più materno che educativo, ma noi dell'Amm. Provinciale vorremmo che i due o tre pasti consumati a scuola fossero elementi di equilibrio. L'affetto è anche saper dire dei grossi "no". Fino ai sei anni il bambino va alla scoperta delle cose e quindi è più disponibile a sperimentare. Se avessimo un maggiore consumo di pesce nell'arco della settimana e usassimo oli crudi avremmo un maggiore equilibrio. Il fritto può andare bene qualche volta come gratificazione usando l'olio di oliva. Gli oli di semi non vanno cotti. Se si devono usare per una frittura, quello di arachidi si modifica meno degli altri. Il latte di pecora e capra, dal punto di vista chimico, è più simile al latte di donna. Il latte che dovremmo consumare è quello pastorizzato ed omogeneizzato. Un gelato buono è un alimento calorico e gratificante.

Il latte di soia è come gli altri latti ma va integrato con parmigiano e formaggi. Il latte a lunga conservazione è un alimento d'emergenza perché è stato sottoposto ad un'alta temperatura e ha subito una modificazione nelle proteine e nei grassi e si sono perse delle vitamine. Il latte di stalla deve bollire dieci minuti e deve essere coperto mentre si raffredda per non entrare in contatto con i microbi dell'aria. Il microonde bombarda e degrada la cellula alimentare e dovrebbe essere utilizzato solo per rigenerare alimenti.

PROGETTO ARCOBALENO 1997
SINTESI DEGLI INCONTRI
CON I GENITORI

Il latte di alta qualità viene da allevamenti controllati ed è monitorato e maggiormente controllato. Non va bollito perché perde una parte delle vitamine. Il latte ha una blanda azione naturale e sedativa. Di fronte ad uno stato febbrile in genere non si carica l'organismo, ma poi va ripreso subito perché non si può sostituire con nessun'altra bevanda perché nessuna ha il suo valore nutritivo.

Lo yogurt è un alimento attivo che equilibra la flora batterica intestinale. Molti di quelli in commercio sono dolcificati e la frutta che contengono è pastorizzata. L'ideale sarebbe consumare con esso la frutta fresca. Quando il bambino ha problemi intestinali (dissenteria) tutte le sostanze proteiche dovrebbero essere eliminate. Quando c'è perdita bisogna idratare: dare da bere per superare la crisi. Gli addensanti sono degli amidi che danno corpo a certi omogeneizzati. Dare la maionese ad un bambino è un comportamento che lo vizia o una strategia perché il bambino mangi, ma non è utile per l'educazione ai sapori. In una comunità è meglio ricercare sapori e odori che rendano allettanti gli alimenti senza aggiunte caloriche all'alimento stesso.

Il sapore va imparato a conoscere. Non è giusto dare un'alternativa sistematica ad un piatto. Si deve preferire non dare nulla perché ci sono altri cibi che compongono il pranzo. Se è il momento del "no" si lascia perdere e si riparte con poco quantitativo nel piatto un altro giorno. La quantità ridotta è uno stimolo all'assaggio. Se ai bambini, si fa manipolare la verdura, essi se ne appropriano come di un gioco ed effettuano un'organizzazione fantastica anche nei confronti del cibo. Qualche "no" bisogna dirlo e poi proporre poca quantità per un rapporto nuovo. La cuoca dovrebbe dire che c'è un'alternativa solo per il secondo nelle situazioni legate allo stato di salute. Il bambino deve capire che a scuola non si possono compiere i capricci che si fanno con i genitori.

Ci dovrebbe però, essere un'osmosi tra la scuola e la famiglia.

La collaborazione tra l'educatrice e il genitore può consistere anche nel programmare insieme che cosa mangiare nei casi di rifiuti sistematici e di abbuffate sistematiche.

Il progetto educativo va fatto insieme con pari diritti e doveri per evitare dualismi. Il bambino manifesta il suo dissenso tramite il cibo. Sarebbe interessante fare dei gruppi di discussione sull'alimentazione di tipo aperto. Il bambino, quando qualcosa altera il suo equilibrio, dice "no". Il "no" è una fase basilare della crescita per farsi rispettare e per negare il modello dell'adulto. La Dott. Bellei ha, poi, distribuito un opuscolo su "Un sano appetito" contenente linee-guida sull'alimentazione e, a conclusione del suo intervento, ha ripetuto alcuni consigli: far consumare al bambino una buona colazione a casa, alzarlo per tempo, rispettare i suoi ritmi, frazionare i pasti nell'arco della giornata, collaborazione tra famiglia e scuola.

Ha ribadito che l'U.S.L. ha competenza per le tabelle dietetiche e per la formazione del personale. Ha, inoltre, consigliato di scegliere prodotti che contengono meno chimica possibile, il più possibile "puliti" per evitare una somma di situazioni che si verificano abitualmente.

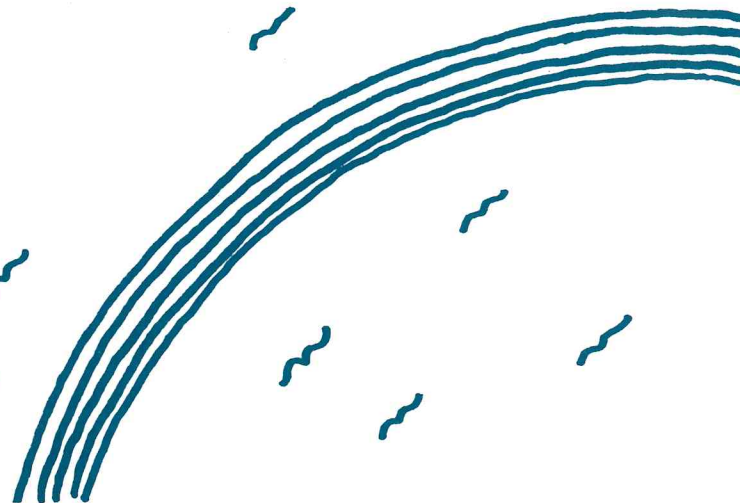
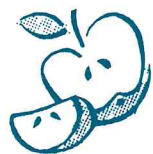
Ha, infine, augurato "Buon viaggio nell'alimentazione".

I NOSTRI BAMBINI PRESENTANO: UN GRANDE ARCOBALENO

IL CIBO INVIA AL BAMBINO UNA QUANTITA' DI IMPRESSIONI ESTETICHE E VISIVE, DI SENSAZIONI GUSTATIVE, DI POSSIBILITA' COGNITIVE CHE NON DEVONO ESSERE TRASCURATE.

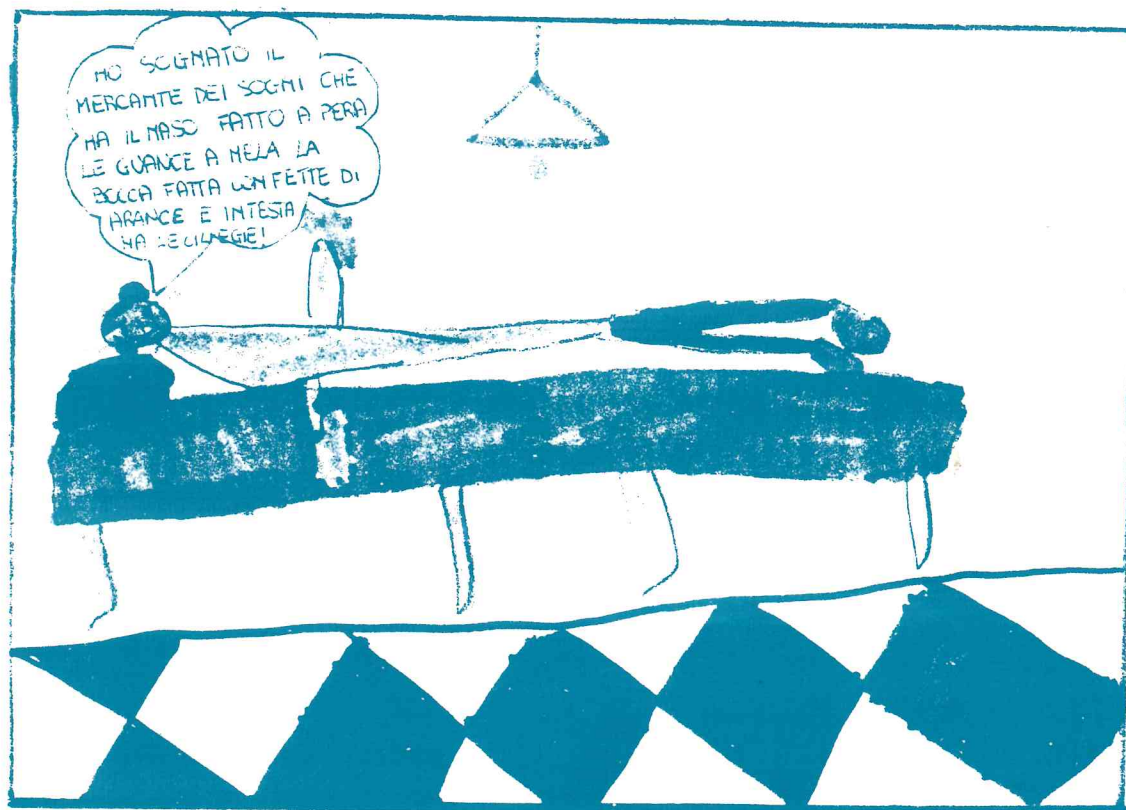
PER LE SUE MULTIFORMI CARATTERISTICHE TALE TEMA CONSENTE DI OPERARE A LIVELLO DEI VARI CAMPI DI ESPERIENZA CON COINVOLGIMENTO SIA DI TIPO EMOTIVO, CHE SIMBOLICO, CHE CREATIVO, CHE PRATICO.

NELLE CINQUE SCUOLE MATERNE STATALI DEL CIRCOLO DIDATTICO DI MIRANDOLA IL CIBO E' STATO SVILUPPATO COSI':



"ARCIMBOLDI: QUANDO FRUTTA E VERDURA DIVENTANO ...ARTE!"

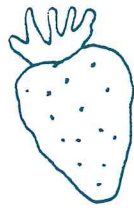
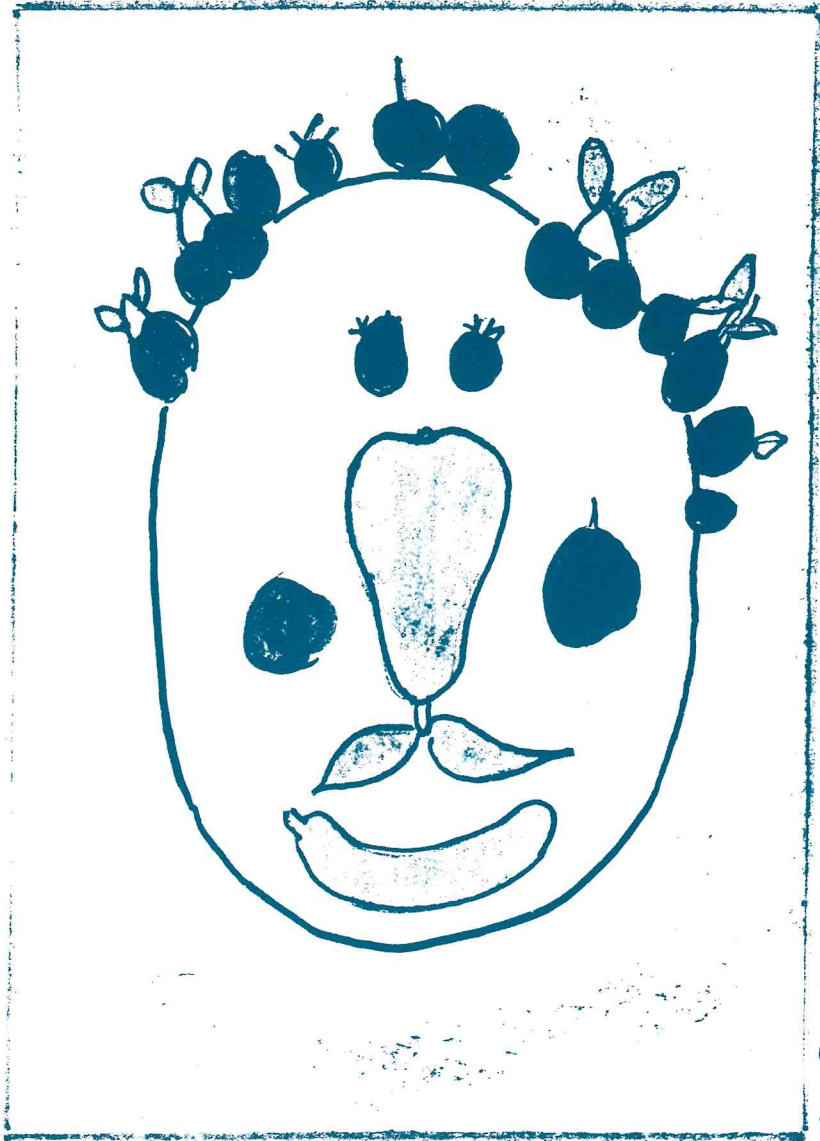
Dal racconto "IL Mercante dei Sogni", ispirato al pittore "Arcimboldi"



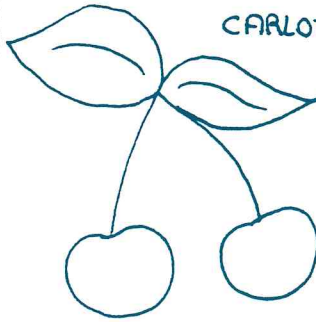
C'era una volta una bambina di nome Clara che stava dormendo nella sua camera da letto ed ogni notte sognava di andare al mercato e di incontrare il mercante dei sogni che aveva il naso a pera, le guance di mela ed intesa aveva ciliegie e susine. Lui non vendeva i sogni e non li regalava, ma li dava solo ai bambini che se li meritavano. Clara voleva sognare e allora il Mercante tina fuori due figurine, una con un viso di fiori e l'altra con il viso di frutta e verdura.

Con la prima Clara sognava di fare capriote su prati in fiore e con la seconda figurina sognava di mangiare tanta frutta. Poi il Mercante tirò fuori altre due figurine, una con un viso di Autunno e una con dei rami spogli d'Inverno. Con la prima sogno' di mangiare le caldarroste e con la seconda sogno' di avere tanto freddo. Dopo Clara aprì gli occhi e il Mercante dei sogni con la baucarella non c'era più. Eza solo un sogno che bello sognare!!!

COME ARCIMBOLDI PROVO AD INVENTARE UN VISO ...



Sono io di profilo ed ho messo il peperone rosso che fa i capelli, la cipolla che è l'occhio, ho messo un pezzo di radicchio rosso che è il mento e poi i fagiolini.



CARLOTTA



Per fare questo viso ho messo una castagna e un guscio di noce per fare gli occhi, una

pera per fare il naso, l'arancia e la mela per fare le guance, e la banana per fare la bocca. I capelli li ho fatti con le ciliegie, l'arancia, la mela e le susine.

DANNY



LA VERDURA NEGLI INDOVINELLI (inventati dai bambini)

Ho la forma un po' allungata
di colore verde fuori e dentro
giallina, si mangia cotta ed
e' la ... Z ...



E' una verdura verde ha
una buccia intorno e dentro
ha tante palline. E' verde anche
dentro e comincia con la ... P ...



Ha una forma rotonda e dura
e dentro e' bianca fuori e marron-
cino chiaro. Si cuoce e quando
si taglia e ci fa piangere tanto...
tanto... E' la ... C ...

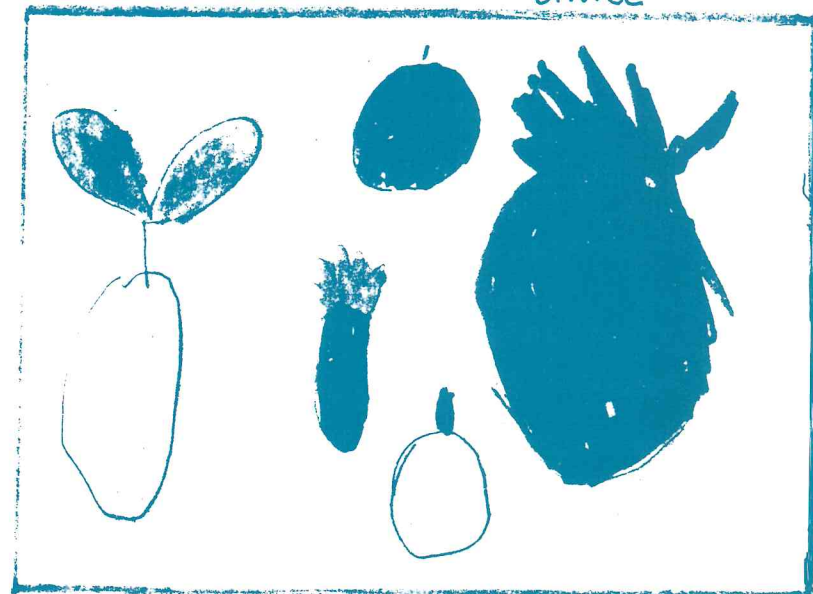


UN' USCITA AL NEGOZIO DI FRUTTA E VERDURA



Siamo partiti a piedi dalla scuola e siamo andati al negozio di frutta e verdura. Quando siamo arrivati la sezione dei grandi ha comprato la verdura e la sezione dei piccoli ha comprato la frutta.

DAVIDE



ESPERIENZE DI CUCINA

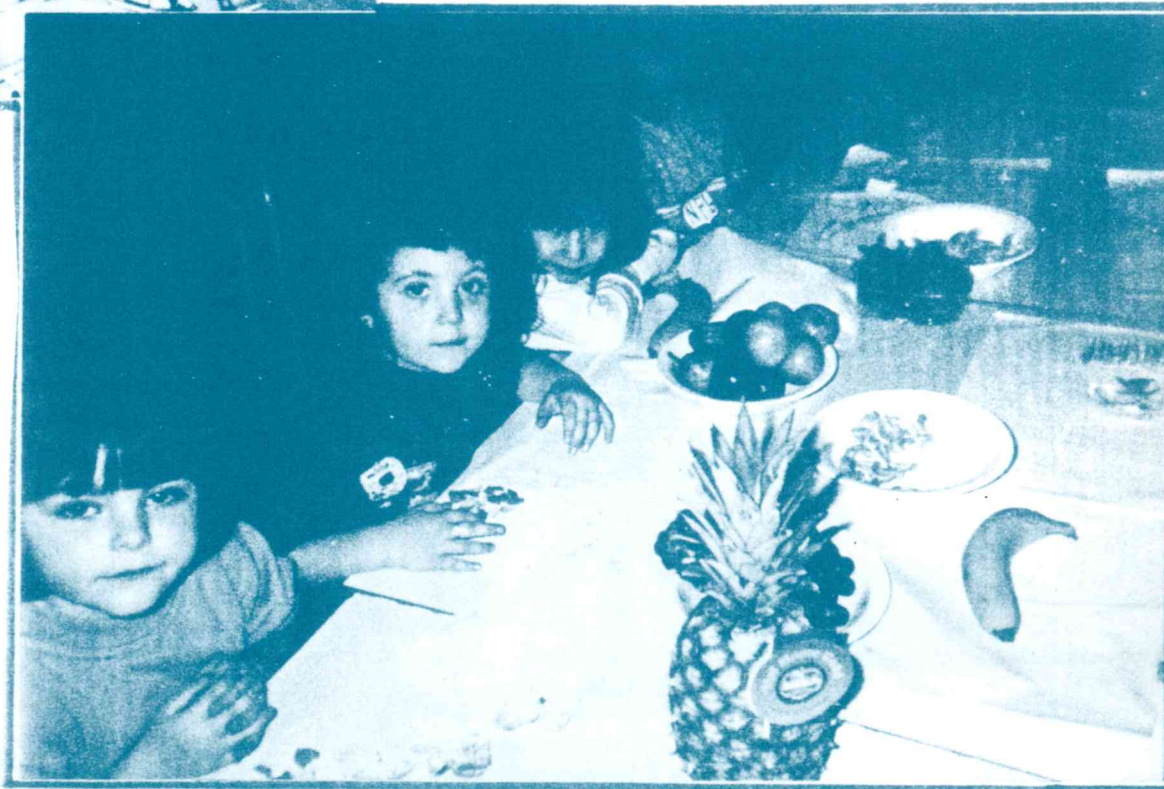


A scuola abbiamo fatto il minestrone di verdura ed abbiamo tagliato a pezzettini la verdura comprata e poi l'abbiamo cotta in una pentola e poi abbiamo aggiunto il formaggio e il dado e un goccino d'olio. Poi l'abbiamo messo nel frullatore. A pranzo abbiamo assaggiato tutti il minestrone.

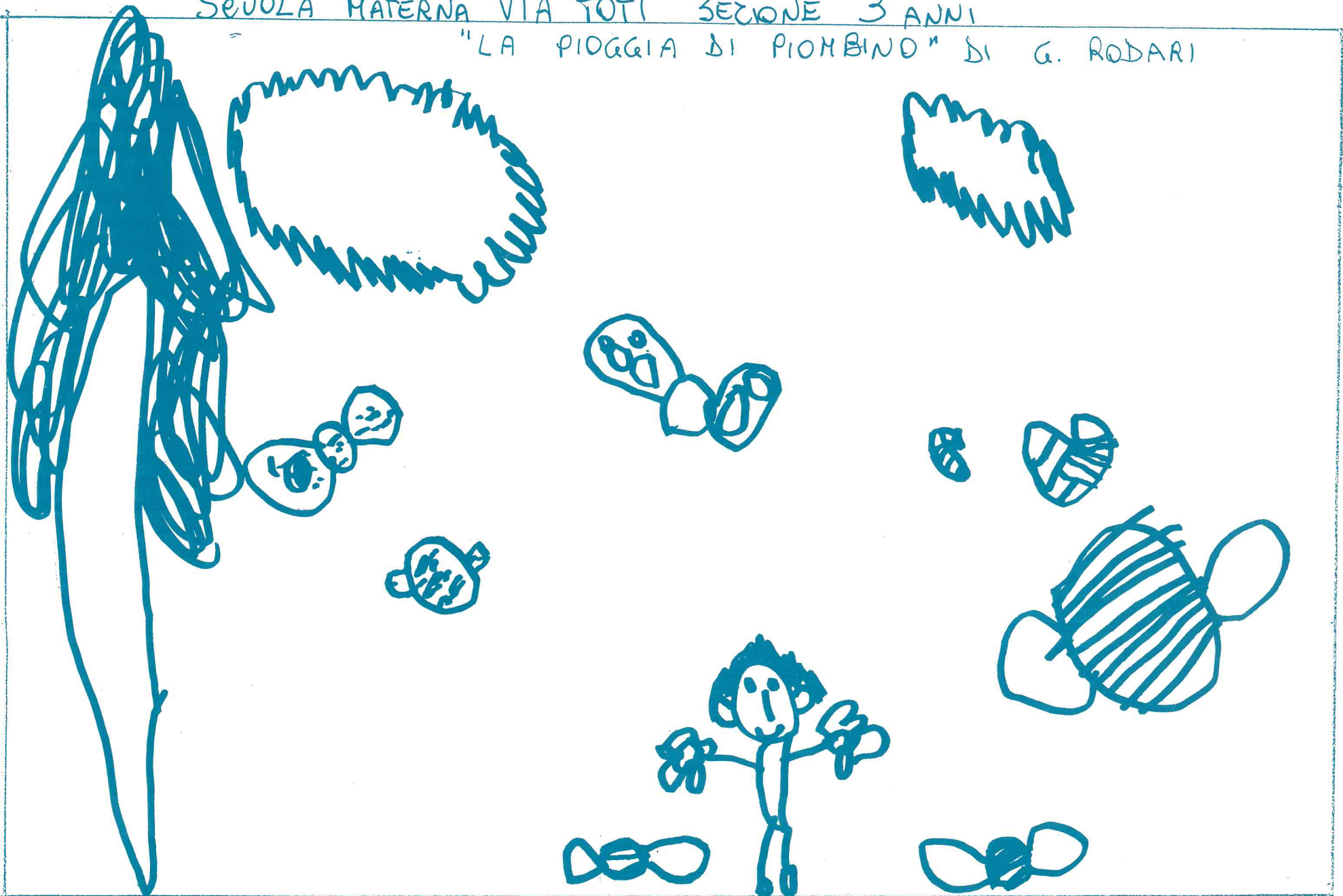
CHIARA

Per fare la macedonia abbiamo usato la banana, l'ananas, i mandarini, le fragole, le mele, le pere, le prugne e l'uva. Abbiamo tagliato la frutta a pezzettini e poi ci abbiamo messo il limone e lo zucchero e poi l'abbiamo mangiata a mezzogiorno. E' squisita!

ALESSANDRA



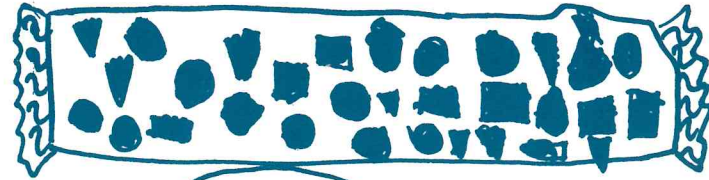
SEUOLA MATERNA "VIA TOTI" SEZIONE 3 ANNI
"LA PIOGGIA DI PIOMBINO" DI G. RODARI



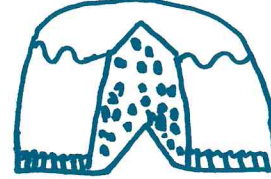
FINALITA': CAPACITA' DI RIPRODURRE GRAFICAMENTE UN RACCONTO SUL CIBO

UNA SETTIMANA FANTASTICA!!!

LUNEDÌ MANGIO UN TORRONE



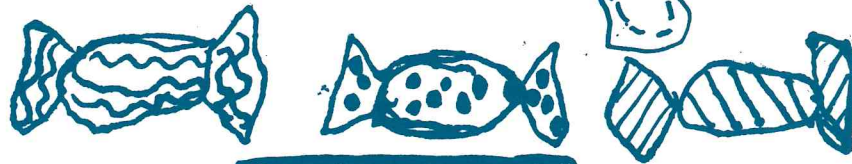
MARTEDÌ UN PANETTONE



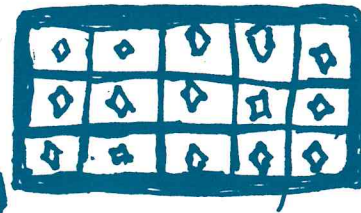
MERCOLEDÌ TANTE FRITTELLE



GIOVEDÌ LE CARAMELLE



VENERDÌ UN CIOCCOLATO



MANGIO SABATO UN GELATO



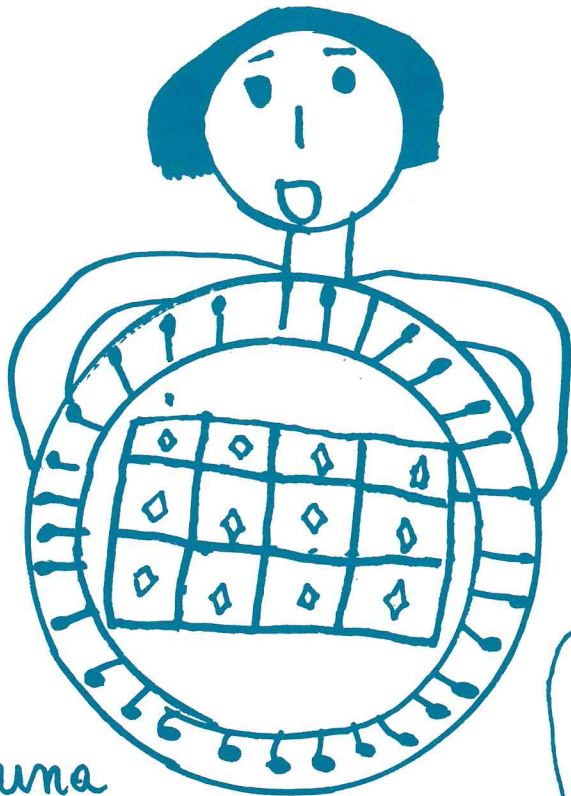
E DOMENICA MATTINA

MI FA MALE LA PANCINA.



OB: MEMORIZZARE UNA FILASTROCCA E RIPRODURLA GRAFICAMENTE

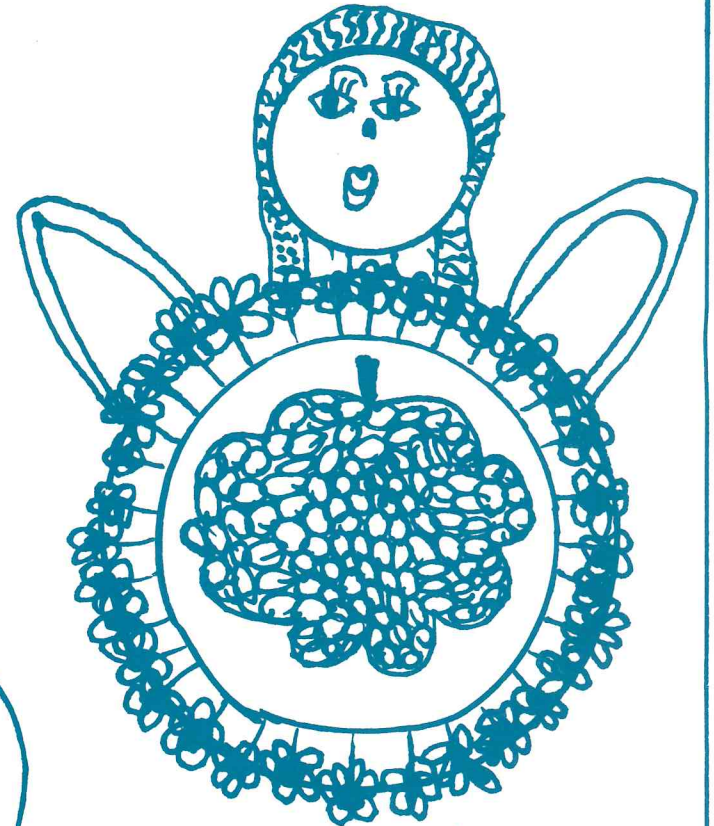
SE FOSSI UN ALIMENTO VORREI ESSERE.....



una
Cioccolata



una coscia di pollo



una mora

SCUOLA MATERNA "TOTI" SEZIONE 4 ANNI

OB: DESCRIVERE E RAPPRESENTARE GRAFICAMENTE SITUAZIONI FANTASTICHE

SCUOLA MATERNA STATALE DI VIALE GRAMSCI

DAL PROGETTO: LA CUCINA NELLA REALTA', NELL'ARTE, NELLA FANTASIA, NELLA POESIA
"L'ARANCIA" - SEZ. ANNI 5

Conversazione: Cosa sapete voi dell'arancia?

Alice: perché ha la vitamina C.

Eleonora: l'Arancia si mangia perché dopo così è buona e fa diventare più forte.

Vito: è molto buona fa bene a tutte le ossa

Selena: hanno le vitamine

Emiliano: si sprema e si beve

Marco: si può fare la spremuta

Federico: si chiama arancia perché c'ha il colore arancione

Chiara: l'arancia si sbuccia si schiaccia sulle guance dove uno vuole e vanno via i brufoli.

Sara: si sbuccia e dopo si mangia.

Angela: la buccia è ruvida

Damaris: si possono fare molte caramelle da mangiare

Chiara: anche gli arancini

Francesco: è rotonda come il mondo

Giulia: ha i semi che si tirano via e dopo si mangia l'arancia e fa diventare grandi.

Giada: sa combattere l'influenza e dentro sono gialle e rosse.

Chiara: un signore col camion ci da' le arance "ciciliane" vuol dire che le vanno a prendere dalle piante siciliane che è un paese molto lontano.

Lucia: tolta la buccia l'arancia è ricoperta da una pellicina bianca

Sara: è fatta di spicchi.

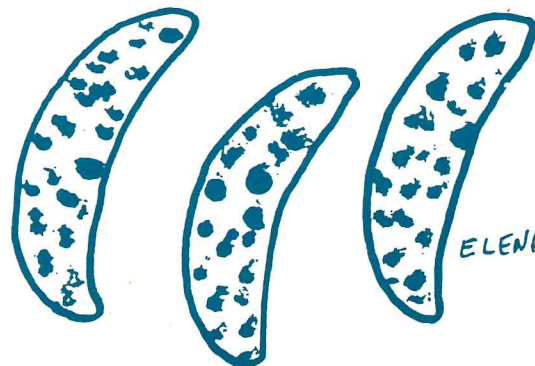
Alessio: è fatta di spremute.

Chiara: lo spicchio assomiglia alla luna.

Vito: c'è il semino.

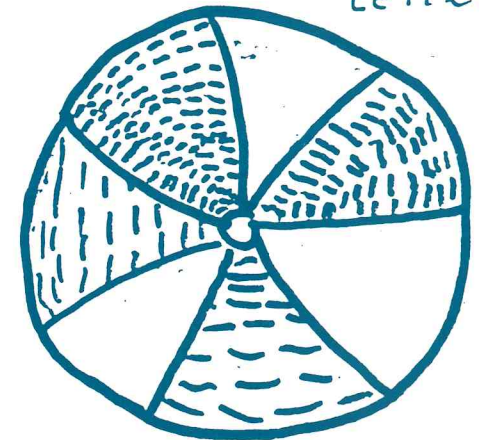


GLI SPICCHI REALIZZATI CON PUNTINI A TEMPERA



L'ARANCIA A META' RIEMPIA CON LINEE E QUADRETTI A PENNARELLO

LETIZIA



TRASFORMAZIONE FANTASTICA L'ARANCIA E' DIVENTATA: UN MAPPAMONDO





LA MARMELLATA DELLA NONNA... ... COME UNA VOLTA

SEZIONE 4 ANNI

MARTINA M.: IO USEREI LA MARMELLATA PER CUCINARE
NEI NOSTRI GIOCHI --- CON LA MIA
SORELLINA

SARA M.: SE IL MONDO FOSSE DI MARMELLATA ... ANCHE
I GIOCHI -- IO GIOCHEREI --- ANCHE CON
LE DITA APPICCICATE

EUAS.: MI PIACE LA MARMELLATA DA METTERE SOPRA
UN PANINO... UNA FETTA BISCOTTATA ---
UN SUCCO DI MIRILLI

ILARIA B.: LA MARMELLATA ERA PROPRIO ARA NUO...
VOLEVO LECCARE TUTTO IL TEGAME ANCHE
SETUTTO FOSSE DI MARMELLATA LO LECCHEREI!

ALICE.: STO MESCOLANDO, LA MARMELLATA...
ERA TENERA... CERANO LE BUCCE D'A-
RANCIA, IL LIMONE, LO ZUCCHERO
ANCHE LA NONNA LUCIANA FA LE MARME-
LLATE...

VALENTINA.: HO FATTO LA MARMELLATA CON LE MIE MANI
L'ABBIAMO MESSA SUL FUOCO PERCHE'
SE NO NON SI PUO' FARE LA CROSTATA
SE IL MONDO FOSSE DI MARMELLATA
IO MI TUFFO DENTRO

ILARIA M.: STAVAMO CUCINANDO... LA MARMELLATA
LA MIA NONNA QUESTA ESTATE FA LA MARMELLATA.

ELENA.: NON MI PIACEREBBE PERO' AVERE UNA MAMMA E
UN PAPA' DI MARMELLATA

MARCO.: ABBIAMO FATTO LA MARMELLATA, IL CIOCCOLATO...
PERO' AKE NON MI PIACE FARE DA MANGIARE

CARLO.: E' STATA SUL FUOCO E SI E' SCIOLTA CON IL
LIMONE



"LA CROSTATA"

PRIME SEZIONI : ANNI 3

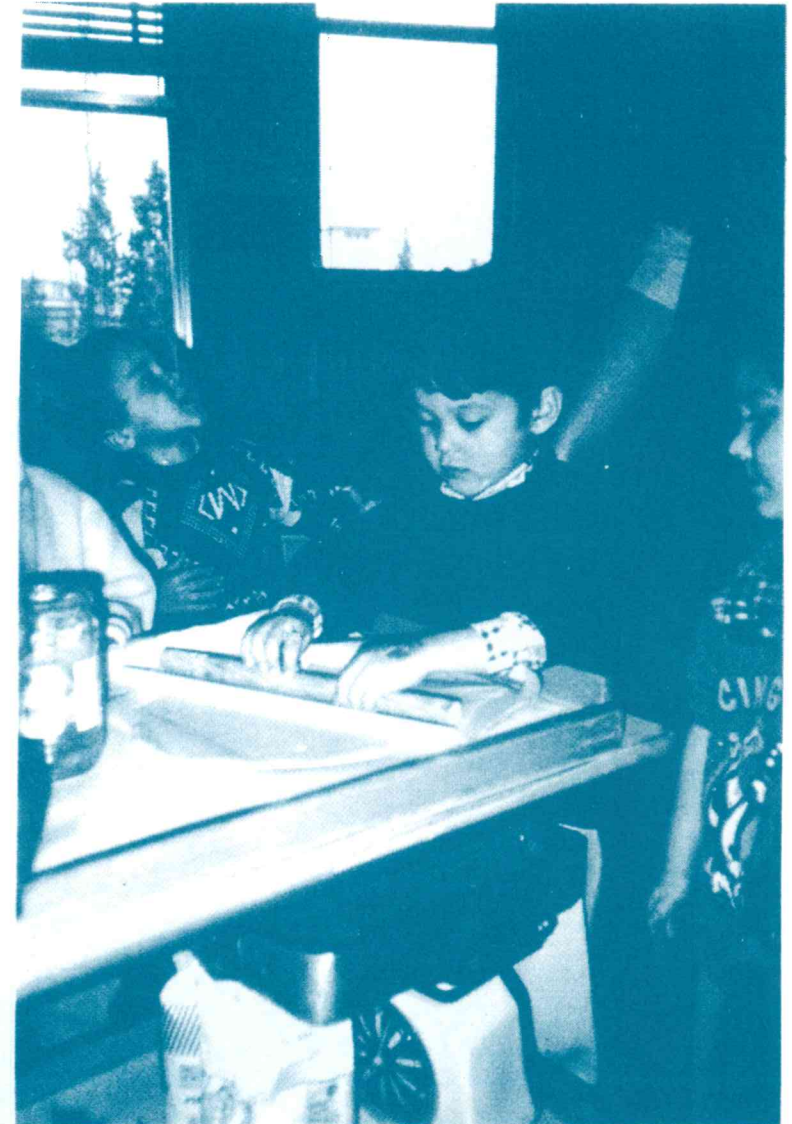
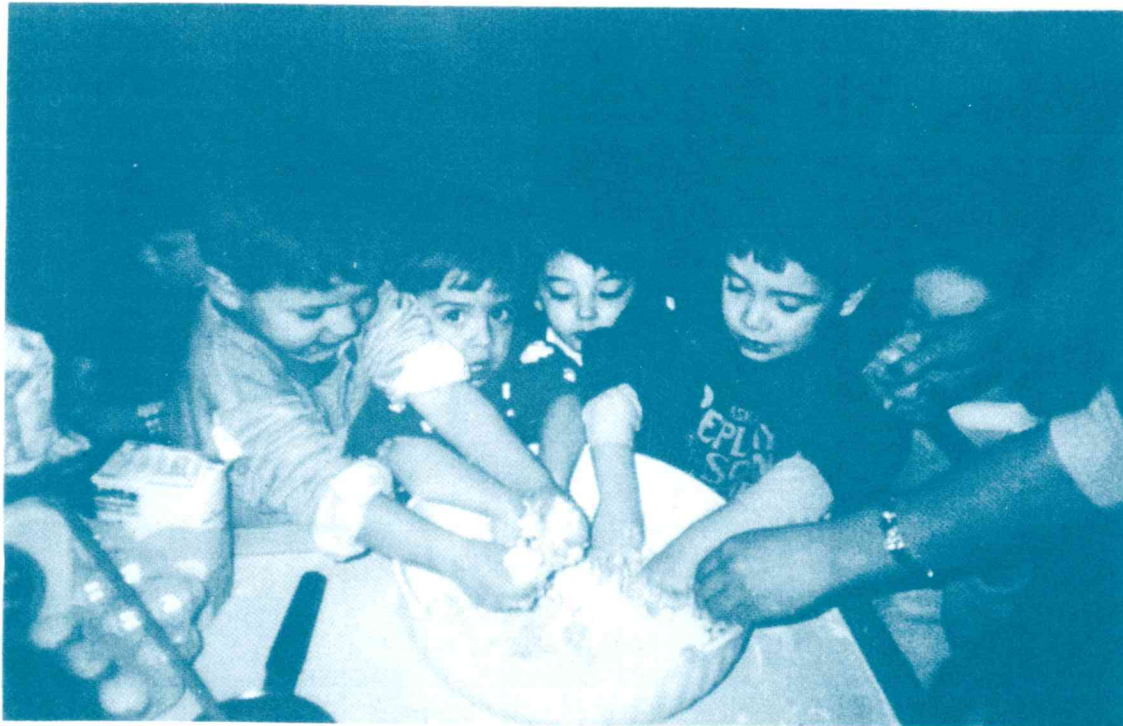
UTILIZZIAMO LA



NELLA PREPARAZIONE
DI UNA BUONISSIMA
CROSTATA!

È PIÙ
DIVERTENTE
CHE
GUARDARE I
CARTONI!

EH! DOPO TOCCA
A ME!



IMPASTIAMO

E

TIRIAMO



SPALMIAMO LA
MARMELLATA...
DECORIAMO...
CUOCIAMO
E INFINE...

CHISSA' SE
VA BENE LUNGA
COSI'....

CHE
BUONA!

MANGIAMO!

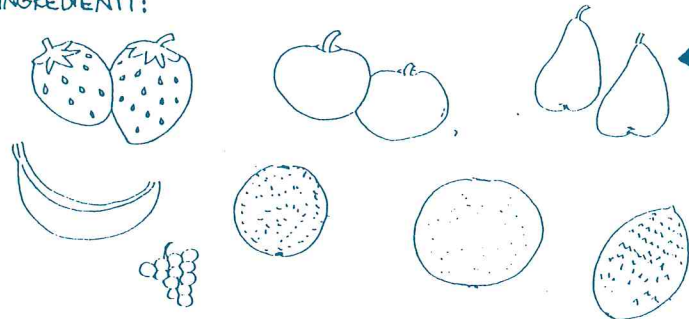
CHE
BUONA!



SCUOLA MATERNA VIA POMA 1ª SEZIONE

7-4-97 COME SI PREPARA "LA" MACEDONIA:

INGREDIENTI:



PROCEDIMENTO:

Abbiamo preso delle frutta, fra mele, pere, cocomeri, uva, arance, fragole. Abbiamo lavato tutto nel lavandino, ed abbiamo tagliato a pezzetti. Abbiamo fatto la frutta, prima in una ciotolina poi messo lo zucchero, poi mescolato. Abbiamo mangiato la macedonia a pezzettoni.

MARTINA G.

A SCUOLA ABBIAMO PREPARATO (E MANGIATO) LA MACEDONIA. ECCO LA RICETTA:

IL GIOCO DI KIM

QUESTA È LA STORIA DI KIM, UN BAMBINO CHE VIVE IN UN VILLAGGIO INDIANO, IN UNA REGIONE MOLTO LONTANA DA QUI. LA SUA VITA È MOLTO DIVERSA DALLA NOSTRA. INFATTI LUI, INVECE DI ANDARE ALLA SCUOLA MATERNA, VA A CACCIA CON GLI UOMINI DELLA SUA TRIBÙ. SI NASCONDE NELLA BOSAGLIA ED ASPETTA..... ASCOLTA ATTENTAMENTE, OGNI PICCOLO RUMORE PUÒ SIGNIFICARE CHE IL CIBO PER LA GIORNATA È VICINO ED ANCHE GLI ODORI HANNO UN SIGNIFICATO. FACCIAMO COME LUI, CI BENDIAMO E PROVIAMO AD ANNUSARE E AD ASSAGGIARE ODORI E SAPORI DIVERSI. CHI LI RICONOSCE..... È PRONTO A DIVENTARE UN VERO GUERRIERO!!!



È VENUTA A SCUOLA ALIMA, LA MAMMA DI ADIL, CHE CI HA INSEGNATO A CUCINARE UN PIATTO MAGREBINO CHE SI CHIAMA RGHEFA. BUONISSIMO !!

X = RISPOSTA GIUSTA

SALE AUCHE-RO NUTELLA FRUTTA ROSMARI-NO PROFUMO BORSAL-LO DENTIFI-CIO PEPE FARINA

	SALE	AUCHE-RO	NUTELLA	FRUTTA	ROSMARI-NO	PROFUMO	BORSAL-LO	DENTIFI-CIO	PEPE	FARINA
BENATTI NICOLA										
ALEOTTI LAURA	X			CIOCCIOLA-TA	NON SO	SASBA		TATTO	RELZE	BRUCIA E' BUONO
BERGAMASCHI GIULIA	X	X		MARZELLA-TA	X	OSMAFINO	X	X	X	NON SO X
BOSSONE MATILDE	X	X		X	X	X	ODORE DI PROFUMO	X	X	X LATTE
BRANDOLI GIULIA	X	SALE		X	X	SMALINO	X	X	X	X
BRUSCHI BRANDO	X	SALE		X	NON SO	X	X	X	X	X
BUDRI ALBERTO	NON SO	NON SO		CIOCCIOLA-TA	X	ODORE DI POLLO	ODORE UOMO	X	X	X
BUDRI SILVIA	X	X			X	X	X	X	X	X
GANZERLI MARTINA	X	X		X	X	X	X	SALE	X	X
GARUTI ALESSANDRO	X	SALE		X	PEPE	X	SAPONE	ODORE	X	BRUSCO X
GARUTI FEDERICO										
GIOVANNELLI FRANCESCO	X	X		X	X	X	BORSALLO	X	X	X X
IRRERA CRISTINA	X	X		X	X	X	X	X	X	X X
LIMBARINO ANDREA	X	X		X	X	TATTINE	LO PROFUMO AFRICA	X	X	X X
LIPPARINI MARTINA	X	X		X	X	X	X	X	X	PEPE ANE X
MALAVASI GRETA	X	X		X	X	ODORE DI FOGLIE	SAPONE	X	X	X X
MESSORA FRANCESCO	X	X		X	X	X	CREMA	CREMA	X	X X
MONTAGNA GAIA	X	X		X	X	OSMALINO	X	ROSMARI-NO	X	PEPE ANE X
MURACCHINI ELENA	X	X		X	X	X	X	X	X	CIANELLA
PARRELLA DOMENICO	X	X		X	X	SI FA CIBO DEL POLLO	X	X	X	X X
PINCELLI STEFANO										
POLACCHINI IRENE	X			X	X	PIETRELLINO	PEPE	MENTA	PROFUMO	ACQUA X
POTENZA PAOLA	NON SO	X		X	NON SO	X	X	X	X	NON HA GUSTO
RAJILLAH ADIL	X	X		X	IL PROFUMO DEI ROSEI	ERBA DI MARE	X	BORSALLO	X	NON SO
SING RICCARDO	X	X		X	X	UN TRAILO DI PROF.	X	X	X	X X

PREPARIAMO INSIEME UNA TORTA DI RISO SOFFIATO:

RACCONTO UN'ESPERIENZA: PREPARIAMO LA TORTA DI RISO SOFFIATO

GIULIA BE: ABBIAMO FATTO UNA TORTA DI CIOCCOLATA, COL BURRO
 DI MARS, QUELLI CON I "SPACE JAM", E I
 BASTONCINI MARRONI. LI ABBIAMO MESSI IN UNA
 CIOTOLA E SI E' SCALDATO CON IL FORNO; COL CUCCHIO
 ABBIAMO MESCOLATO POI DENTRO UNA PENTOLA,
 SECONDO ME SAREBBE BUONA LA TORTA.

MATILDE: ABBIAMO FATTO... NON RICORDO... ABBIAMO PRES
 LE COSE... IL BURRO...

BRANDO: ABBIAMO FATTO LA TORTA CON IL... ABBIAMO FATTO
 ABBIAMO MESCOLATO IL BURRO PER FARE LA TORTA CON
 I MARS. POI ABBIAMO MESSO... ASPETTA CHE RICORDO...
 IL RISO SOFFIATO E POI ABBIAMO MANGIATO IL RISO
 SOFFIATO; PER ME LA TORTA SARA' BUONA.

GIULIA BR: ABBIAMO FATTO LA PASTELLA...

AUBERTO: ABBIAMO FATTO IL RISO, PERO' LO MANGIAMO...
 ...TUTTI I BAMBI LO MANGIANO... IL BURRO SAI QUELI
 (I MARS) SI METTONO NELLA PENTOLA E ABBIAMO MESCOLATO POI...
 ...L'ABBIAMO MESSO IN UNA PENTOLA...

SILVIA: BURRO, CIOCCOLATINI E RISO COTO POI ABBIAMO MESCOLATO
 LA TORTA, POI L'ABBIAMO UN PO' RAPPREDDATA E ABBIAMO
 MANGIATO UN PO' DI RISO COTO. SARA' UNA TORTA BUONA
 PERCHE' L'AVETE FATTA MOLTO BENE.

MARTINA G: ABBIAMO FATTO UNA TORTA CON I CHICCHI E IL RISO SOFFIATO
 IL BURRO, L'ABBIAMO LASCIATO SGOGLIERE, POI ABBIAMO
 CHIAMATO CONI BAMBINO A FARE QUEL LAVORO LI UNO ALLA VOLTA
 TO QUELLI MARS, POI ABBIAMO FATTO... MESCOLATO TUTT' E SARA' UNA
 TORTA BUONA PERCHE' E' STATA MESCOLATA BENE.

ALESSANDRO: LA MIA MAMMA HA FATTO LA TORTA CON LE TAGOLE,
 QUELLO DI CIOCCOLATA, IL BURRO, I CHICCHI POI ABBIAMO MES

FRANCESCO G: ABBIAMO PREPARATO IL DOCCO, ABBIAMO USATO IL BURRO
 I MARS E ANCHE IL RISO SOFFIATO; ABBIAMO MESCOLATO
 COL CUCCHIAIO E LE COSE SONO MESSO SOTTO ALLA
 PIASTRA... PERCHE' DOPO BISOGNA CUOCERLI E POI LO
 ABBIAMO COTI; SARA' UNA TORTA BUONA PERCHE' E' DA

CRISTINA: ABBIAMO MESCOLATO I CEREALI, IL BURRO I MARS, POI RIC
 CHE DOBBIAMO MANGIARLA. POI ABBIAMO MESCOLATO TUTT
 BURRO... I CEREALI... POI LI ABBIAMO MESSI DENTRO IN UN
 DI TORTA... E' UNA TORTA BUONA, PERCHE' E' COTTA...

ANDREA: ABBIAMO FATTO UNA TORTA CON IL RISO SOFFIATO... IL BURRO...
 IL CIOCCOLATO... ABBIAMO MESCOLATO POI HO MANGIATO UN PO'
 DI RISO... QUESTA TORTA E' BUONA PERCHE' SI...

MARTINA L: ABBIAMO FATTO LA TORTA COL BURRO... NON MI RICORDO PIU'

GRETA: LA TORTA COL CIOCCOLATO, IL BURRO...

FRANCESCO M: LA TORTA CON I MARS, IL BURRO, IL RISO SOFFIATO
 E ABBIAMO MESCOLATO E POI ERA BUONA.

GARA: ABBIAMO FATTO LA TORTA CON LA CIOCCOLATA, IL RISO SOFFIATO E IL
 BURRO... POI MESCOLATA... E L'ABBIAMO MESSA NELLA PENTOLA
 ERA MOLTO BUONA.

ELENA: ABBIAMO FATTO LA TORTA CON LA CIOCCOLATA, IL RISO SOFFIATO
 E CON IL BURRO... POI L'ABBIAMO MESSO IN UNA PIASTRA POI
 L'ABBIAMO MESCOLATO... E MANGIATA... ERA BUONA...



INTERVISTA A ANDREA LIMBARINO

QUALE E' IL TUO PIATTO PREFERITO?
 Il mio piatto preferito e' lo zucchini, la bistecca.

CHI LO CUCINA?
 Il mio papà fa le riso in bianco con le burra.

A SCUOLA CHE COSA TI PIACE MANGIARE?
 Il frittata con la carne.

COME SI SVOLGE LA CENA A CASA TUA?
 La mamma, le papà, Alberto, io, mangiamo
 le pasta e beviamo l'acqua e la frutta.

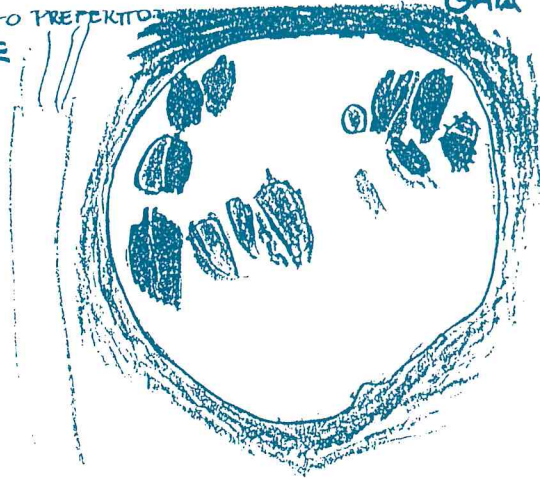
A CHE COSA SERVE IL CUCCHIAIO?
 Per mangiare la minestrina in bianco.

LA FORCHETTA?
 Per mangiare la carne.

IL COLTELLO?
 Per mangiare.

IL MIO PIATTO PREFERITO
 LE PATATE.

DISEGNAMO IL NOSTRO
 PIATTO PREFERITO:



PER CRESCERE IN SALUTE!

... UN LINGUAGGIO INVENTATO PER GIOCARE E IMPARARE ...

FILASTROCCA DEL BUON TRANZO.

INTORNO ALLA MINGISTRA FUMANTE
 C'È UN BEL POLLO RUSPANTE
 CON TANTE VERDURINE.
 E GUSTOSE PATATINE
 CHE IO MANGIO MASTICANDO FIANCO
 PER SENTIRE SE È DOLCE SALATO O AMARO
 POCHÉ SARAN LE HERBNDING
 NATANTE VITAMINICHE
 PERÈ, ARANCE OPPOR FRAGOLINE
 SE IO SON SANO LO DEVO A TE
 CARO CIBO BUONO ADATTO A ME!

BUON APPETITO!



Progetto di intersezione:
"FARE-GIOCARE-MANGIARE" "UNA FESTA PER I NONNI"
(progetto alla salute)

21 MARZO 1997



È bello fare da mangiare ai nostri nonni, "Piacerà la nostra torta?"

...Già da tempo la nostra scuola desiderava trovare un'occasione di incontro con i nonni dei nostri bimbi; questo per valorizzare la loro figura. Tutte le feste sono caratterizzate da un momento conviviale dove il cibo diventa "DIALOGO-AFFETTO-GIOIA". Cosa fare, quindi, per i nonni? Insieme ai bimbi prepariamo una merenda a base di crostata e ciambella con il tè.

OBIETTIVO

PREPARARE UNA MERENDA PER I NONNI PER RINGRAZIARLI E TRASCORRERE CON LORO UN PIACEVOLE POMERIGGIO.

METODOLOGIA

- . CONVERSAZIONE: I NONNI.
- . PREPARAZIONE MERENDA: CROSTATA E CIAMBELLA.
- . INTERIORIZZAZIONE DELLA CANZONE "SALTERELLO DEL NONNO" LEGATA AI RICORDI DEI NONNI.
- . I NONNI RACCONTANO: FAVOLE, FILASTROCCHIE, RICORDI.
- . GIOCHI ORGANIZZATI.

VERIFICA

- . INTERVISTE.
- . RIPRODUZIONE GRAFICA.
- . LETTURA DI IMMAGINI.
- . SEQUENZA LOGICO-TEMPORALE.

Con i nonni abbiamo mangiato la torta e la ciambella trascorrendo in compagnia una giornata molto bella.....



ASCOLTIAMO NONNO URELIANO CHE CI RACCONTA
UNA STORIA DI QUANDO LUI ERA PICCOLO....



LA TAVOLA APPARECCHIATA PER I NONNI

TUTTI A TAVOLA



E ADESSO....
BALLIAMO!!!
SCATENIAMOCI
CON IL
TANGO!!!

ABBIAMO
BALLATO
ANCHE LA
MÁLARENA....



ALBERO GENEALOGICO

CHI SONO I NONNI?

AMBITO EDUCATIVO

SVILUPPO AFFETTIVO-SOCIALE
 SUL PIANO EDUCATIVO LA MOTIVAZIONE
 VERSO I NONNI SI COLTIVA NECESSARIAMENTE DALLE PRIME ETÀ DEL BAMBINO, ED È UN RAPPORTO BILATERALE, CHE ATTIVA ANCHE I NONNI NELLA STESSA DIREZIONE.

ATTIVITÀ:

CONVERSAZIONE
 LE TRE ETÀ DELL'UOMO
 ALBERO GENEALOGICO

INVITIAMO I NONNI A SCUOLA:

PREPARIAMO LA TORTA
 I NONNI RACCONTANO
 GIOCHIAMO INSIEME

CONVERSAZIONE

CHI SONO I NONNI?

TUTTI - I NONNI SONO I GENITORI DELLE NOSTRE MAMME E DEI NOSTRI PAPA'.
 COME SONO I NONNI?

ALESSIA - SONO UN PO' VECCHI HANNO I CAPELLI BIANCHI E GRIGI.
 LAURA B. - SONO BUONI.

NICCOLO - I NONNI SONO IMPORTANTI PERCHÉ CI VENGO A PRENDERE A SCUOLA.

EMANUELE - SONO MOLTO BUONI E BRAVI STANNO CON NOI QUANDO SIAMO MALATI.

ENRICO - I NONNI NON SONO PIÙ GIOVANI, I CAPELLI SONO GRIGI.

ALICE - CERTE VOLTE I NONNI USANO IL BASTONE.

LAURA P. - IO HO TRE NONNI E MI PORTANO ALLE GIOSTRE.

I BAMBINI COMI SONO PER I NONNI?

AGNESE - PER I NONNI SIAMO I NIPOTINI

DANIELE - PER LE MAMME E PER I PAPA' SIAMO I FIGLI.

ROBERTO - E I PAPA' E LE MAMME SONO I FIGLI DEI NONNI.

DANIELE - ANCHE I NONNI SONO STATI NEONATI SONO NATI DALLA PANCIÀ DELLA LORO MAMMA.

AGNESE - POI SONO CRESCIUTI SONO DIVENTATI RAGAZZINI

ALICE - SONO ANDATI ANCHE LORO UN PO' A SCUOLA.

LAURA B. - SONO DIVENTATI GRANDI SI SONO INNAMORATI E SI SONO SPOSATI E DOPO SONO NATI I FIGLI.

CHE LAVORO FANNO I NONNI?

DANIELE - ALCUNI NONNI SI ALCUNI NO
 AGNESE - IL MIO NONNO FA IL CAMIONISTA LA NONNA CUCE

NICCOLO - LA MIA NONNA CUCE

ALESSIA - I MIEI NONNI SONO IN NEGOZIO

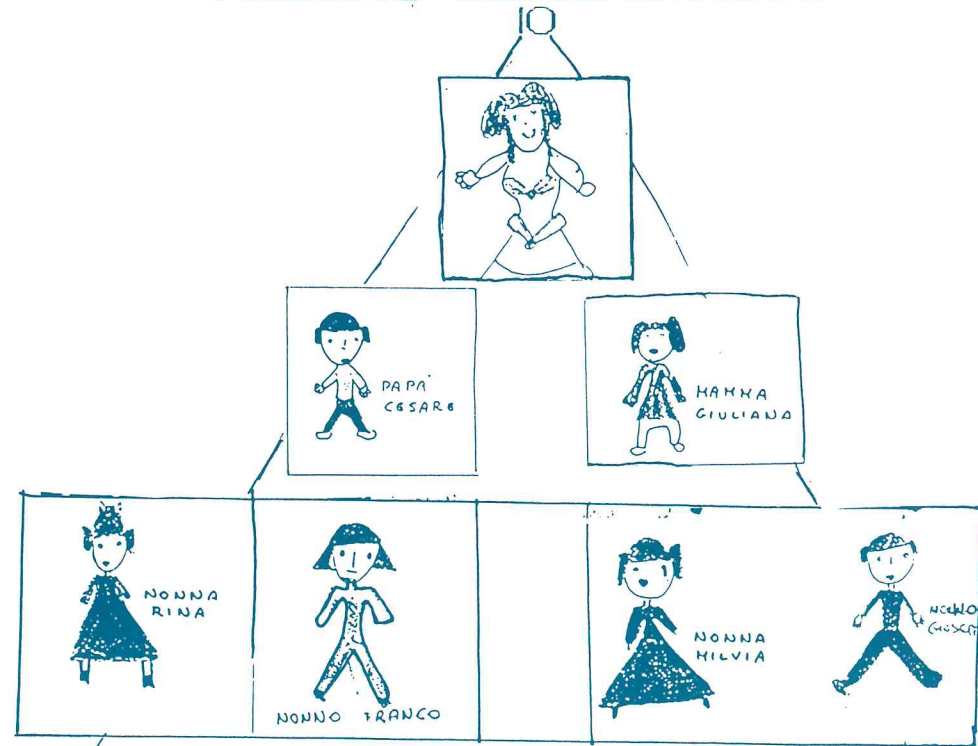
COSTI - IL MIO NONNO TAGLIA L'ERBA E VA IN BICICLETTA
 LA NONNA FA LE FACCENDE DI CASA

DANIELE - } ANCHE LA MIA NONNA FA LE FACCENDE
 LAURA P. - }
 ALICE - }
 ENRICO - }

ROBERTO - LA MIA NONNA VA IN CAMPAGNA

FEDERICA - LA MIA NONNA VA IN CAMPAGNA CON IL NONNO.

TUTTI - INSIEME AI NONNI SI STA BENE.



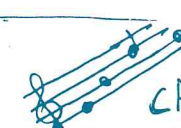
Salterello del Nonno

Salterello, salterello
 questo è un ballo proprio bello:
 salterello, salterello
 con un salto arrivo sù;
 lo ballavano anche i nonni,
 nella loro gioventù
 e sognavano una vita piena di felicità!

Con un salto, salterello,
 tutto il mondo è sempre bello
 e noi ci troviamo insieme,
 perchè ci vogliamo bene
 ed il nonno con la nonna
 si prendevano per mano,
 si guardavano negli occhi
 col sorriso dell'amor!

Vola, vola, salterello,
 salta, salta, salterello,
 caccia la malinconia
 e porta la felicità;
 salterello, salterello,
 questo è un ballo proprio bello,
 su ballatelo anche voi
 e cantate insieme a noi!

Salterello, salterello
 questo è un ballo proprio bello;
 salterello, salterello
 con un salto arrivo sù;
 lo ballavano anche i nonni,
 nella loro gioventù
 e sognavano una vita piena di felicità!



CANTIAMO QUESTA
 CANZONE
 APPPOSITAMENTE
 PER I NONNI
 TRA LA..LA...!

I nonni raccontano..... Una festa per noi

NONNO & ROBERTO: È STATA UNA GRAN BELLA COSA....
PERCHÈ I NONNI SONO IMPORTANTI ... **MOLTO** IMPORTANTI!!
RINGRAZIAMO LE MAESTRE PERCHÈ SONO BRAVISSIME(?)
"I PUTIN I SIA' BEN... QUANDO SONO IN ALLEGRIA...
E IN PIÙ A GHE' ANCH DIL BELI NONI,!!!"
"AI PUTIN BISOGNA VLERAG BEN... MA HINGA DARAG
TUTT QUEL CHE I VOLAN,!!!"

NONNA di SARA: TROVO GIUSTO CHE A SCUOLA SI
FACCIA DA MANGIARE PERCHÈ LA MIA NIPOTINA
SPESSE MI INSEGNA - A CASA - COME SI FA IN CUCI=
MA - ADESSO MI RACCONTA ANCHE TUTTO
QUELLO CHE SUCCEDDE DENTRO LA PANCIA QUANDO
LA ROBA VA GIÙ PER IL TUBICINO E POI C'È
LO STOMACO... "POI VA GIÙ-GIÙ E SI FA LA
LACCA,!!!"

NONNA di FEDERICA:... CERTAMENTE LA FESTA
È STATA MOLTO BELLA PERCHÈ È BELLO
STARE INSIEME AI NIPOTINI E VEDERE LE
COSE CHE FANNO A SCUOLA...
"OI COSA DIGHIA... "È BELLO STARE
INSIEME AI BIMBI CON TUTTI I NONNI!!!"

NONNA di RICCARDO: "È SIA' TUTT
DIMONDI BELL E FATT BEN..."
ANCHE SE IO HO VISTO POCO...
PERCHÈ LI VEDO POCO!!"

CONCLUDENDO.....

**ESPERIENZA POSITIVA... CON PROMESSA DI RIPETERLA PER
GLI ANNI A VENIRE**