

UNITÀ DIDATTICHE

Le basi della vita

A Il cibo

- 2.2 *Il momento di mangiare è considerato sempre un evento socievole e felice.*

Conoscere i cibi è anche un aspetto importante di benessere e buona salute. Tutti i bambini hanno una naturale curiosità e quindi una forte motivazione per la manipolazione e la trasformazione degli oggetti che si prestano in modo particolare a essere mescolati, versati, misurati, tagliati, annusati, mangiati... attività che sono in genere molto gradite. Le esperienze con i cibi rappresentano un modo semplice e del tutto naturale per affrontare ed esplorare concetti di base quali: colore, forma, grandezza, numero, peso, sapore, suono, tatto, conservazione, cambio di temperatura.

- 2.5 *Dato che è importante partire sempre da quello che il bambino sa già fare e sta facendo, è opportuno far precedere tutte le attività proposte nelle varie unità didattiche da domande anticipatorie per facilitare la concentrazione dell'attenzione, consentire il recupero delle conoscenze, sollecitare la motivazione condizione essenziale per l'apprendimento.*

SCOPO	Attraverso l'osservazione, la manipolazione attiva e la verbalizzazione, imparare a mantenere concetti e caratteristiche del cibo presentato. Conoscenza dei cibi comuni e riflessione sulle loro caratteristiche.
MATERIALE	Frutta, verdura, legumi, cereali, pane, farina, riso, latte; serie di utensili da cucina, del passato ed attuali.

Attività

- A 1 La frutta
- A 2 Il latte e le sue trasformazioni
- A 3 I cereali. La farina ed il pane
- A 4 I legumi
- A 5 Le patate
- A 6 Cibo e filastrocche
- A 7 Espansione dell'attività

A 1 LA FRUTTA

- 2.2 Bisogna iniziare sempre da cibi che siano comunemente ben noti: la frutta è uno di questi, presenta spiccate caratteristiche rispetto alla forma, al colore, all'odore ed al sapore, piace ai bambini e può essere facilmente portata nella scuola.

Prima di iniziare l'attività è opportuno discutere con i bambini e spiegare dettagliatamente ciò che si sta per intraprendere. Durante l'attività ogni risposta va accettata e valorizzata. Si consiglia di utilizzare nei vari gruppi o anche all'interno dello stesso gruppo di bambini frutti diversi, introducendo anche la frutta secca in modo da arricchire la descrizione e facilitare l'attività di paragone.

Ogni bambino deve avere il suo frutto da manipolare in vario modo (arancia, mela, pera...).

Si fornisce una traccia di lavoro utilizzando l'arancia.

- *Sapete che cos'è l'arancia?* Se il termine (frutto) non viene fuori, va fornito. *E il frutto che cos'è?* Se il termine (alimento-cibo) non viene fuori, va fornito. *Che forma ha l'arancia?* *Se la spingiamo con la mano cosa succede?* *Se mettiamo le arance una accanto all'altra, si può costruire qualcosa?* *Possiamo fare qualche gioco con le arance?*
- Tocchiamo l'arancia. *Come è l'arancia?* (morbida, liscia, pesante, profumata...).

Osserviamo come è fatta. *Sono tutte uguali le arance?*

- Si forniscono alcuni utensili (spremiagrumi, grattugia e coltello) e si chiede: *Sapete qual'è lo spremiagrumi? Come si utilizza?* Avete anche una grattugia: *Cosa si può fare con la grattugia?* Avete mai adoperato un coltello? *Sapete che se non lo adoperiamo correttamente ci si può fare male?*

Attività guidata

Si passa all'attività guidata e si danno ai bambini consegne precise accompagnate da domande.

- *Che colore hanno le arance? Hanno un colore uniforme? Sono della stessa grandezza? Che forma hanno? Tonda come un cerchio o sferica come una palla? Si può capire con la sola osservazione se le arance sono acerbe o mature?* Prendiamo il coltello e tagliamo la buccia. *Come è fatta la buccia? È sottile o spessa, ha lo stesso colore all'interno?* Proviamo a strizzare un pezzo di buccia: *Che succede?* (attenti agli occhi!). Utilizziamo il coltello: *Possiamo creare con la buccia forme e figure?* Avviciniamo alla buccia un fiammifero acceso: *Che odore sentiamo?*
- *Abitualmente si mangia tutto dell'arancia? Si mangia la buccia? È possibile qualche volta?* (canditi). Tolta la buccia, apriamo il frutto: *Come è fatta l'arancia? È intera? Chi sa come si chiamano le parti in cui è divisa?* Proviamo a tagliare un'arancia a metà: *Cosa vediamo? A cosa assomiglia? Ci sono semi dentro? Quanti? Come sono grandi? Di che colore sono? Sono morbidi o duri? Dove si trovano?*
- D 2
- Prendiamo la grattugia: *A cosa serve?* Proviamo a passare sulla grattugia l'arancia intera: *Cosa accade? Sapete come si può utilizzare la buccia d'arancia grattugiata?* Prendiamo lo spremiagrumi e dopo avere tagliato le aran-

- ce a metà proviamo a spremerle. *Sapete come si fa? Cosa succede?* Assaggiamo uno spicchio e/o beviamo la spremuta: *Che sapore ha? È dolce, amara, aspra?*
- D 3
- Le arance sono frutti e non crescono sui tavoli o nei negozi o nei supermercati: *Dove crescono? Sopra o sotto terra? Su un albero o su un cespuglio? Possono essere coltivate dappertutto? Perché?*

Domande di riepilogo

2.6	COMPRESIONE	Quali utensili abbiamo adoperato in questa attività? Cosa abbiamo fatto?
	EVOCAZIONE	Racconta come abbiamo proceduto per fare (per esempio) una spremuta, cominciando dall'inizio.
	GENERALIZZAZIONE	Il gioco che abbiamo fatto con le arance, lo possiamo fare anche con altri frutti? Avevi già provato ad adoperare il coltello? Ci sono altri frutti che si possono spremere? Ci sono altri frutti che hanno la buccia? Conosci un frutto senza buccia?
	RIFLESSIONE	È stato interessante giocare con le arance o con la frutta? Perché? Cosa abbiamo imparato? Ti piace di più mangiare l'arancia a spicchi o spremuta? Quali sono i frutti che preferisci e perché? Ti piace di più la frutta fresca o quella secca? Perché?
2.7	RIPRESA e DOCUMENTAZIONE	in forma iconica, grafica e scritta

A 2 IL LATTE E LE SUE TRASFORMAZIONI

È utile familiarizzare i bambini con l'origine degli alimenti. Nella vita frenetica e innaturale delle città e talvolta anche dei paesi, è molto facile che i bambini pensino che il latte venga prodotto dal supermercato piuttosto che dalla mucca. Molti bambini non hanno mai visto una mucca o una pecora mentre vengono munte.

- A 7 È opportuno prevedere l'espansione dell'attività con una visita ad una stalla e ad una azienda per la lavorazione del latte.

Ogni bambino deve avere un suo cartone di latte. L'insegnante avrà avuto prima cura di suddividere fra gli alunni i tipi diversi di latte (latte scremato, intero..., confezione da mezzo litro, un litro...) ed alcuni contenitori.

MATERIALE SPECIFICO	Utensili: bicchieri, tazze, bollitore, contenitori con chiusura ermetica, mestoli di varia forma, frusta, forme per budini, vasetti per yogurth. Un piccolo fornello elettrico, un frullatore. Alimenti: sciroppi di frutta, cioccolato solubile, caffè, ghiaccio in cubetti, confezioni in polvere per budini, fermenti per yogurth, formaggi freschi e stagionati.
---------------------	---

- *Sapete che cosa c'è nel cartone che avete davanti?* Fornire il termine (alimento-cibo-liquido) se non viene fuori.
- E 6
- *Chi ci dà il latte? In quale modo? Quanti animali conoscete che ci danno il latte? Quale è stata la vostra prima esperienza con il latte? Ve la ricordate? Sapete che le mamme danno il latte ai loro piccoli?*
 - *Si aprono le confezioni e si osserva il contenuto. Di che colore è? Che odore ha? È solido o liquido? È trasparente come l'acqua? Il latte ha una forma propria? Perché? Si assaggia il latte. Che sapore ha? È dolce, è salato? Il*

latte scremato ha lo stesso sapore di quello intero? Si forniscono alcuni utensili (bollitore, frusta, mestolo...) e si chiede il loro uso. A cosa servono? Li avete mai visti usare in casa?

Attività guidata

- B 1** • Il latte è un liquido e come tale è soggetto alla manipolazione ed a tutte le attività che affronteremo nell'unità didattica successiva.
- Si porta il latte a ebollizione. *Cosa succede? Anche l'acqua quando bolle esce fuori dal contenitore? Perché?* Si lascia raffreddare. *Cosa si forma sopra il latte? Come si chiama?* Proviamo ad assaggiare. *Che consistenza ha? Ha lo stesso sapore del latte?* Il latte è bianco, ma possiamo fargli cambiare colore utilizzando particolari sostanze. Si mette il latte in alcuni contenitori e si aggiungono vari sciroppi colorati (alla menta, all'arancia, all'amarena...). *Cos'è cambiato? Soltanto il colore?*
- B 3** • *Avete mai bevuto la cioccolata in tazza? Sapete come si fa a farla?* Proviamo a farla insieme utilizzando il cacao solubile o la cioccolata a pezzi. *Cosa è cambiato nel latte?* (colore, sapore, densità). Se aggiungiamo al latte il caffè, *cosa otteniamo? Avete mai preso il cappuccino al bar? Cosa ha di diverso dal caffèlatte?*
- Mettiamo nel frullatore latte, ghiaccio sbriciolato, sciroppo di frutta. Frulliamo gli ingredienti. *Cosa otteniamo? Sapete come si chiama? Il sapore, l'odore, la consistenza sono ancora quelli del latte?*
- Nei vasetti mettiamo il latte con i fermenti. Lasciamo per una giornata i contenitori vicino ad una fonte di calore. Amalgamiamo poi con un cucchiaino il contenuto dei vasetti. *Cosa è successo? Avete mai assaggiato questo tipo di yogurth? Cosa possiamo aggiungere per dare dei sapori diversi?* (pezzi di frutta, cereali, muesli...).

- Prepariamo un budino. Una volta raffreddato si osserva. *Cosa è cambiato dalla fase iniziale? Proviamo a versare il budino. Ha una forma? Può essere messo in una bottiglia come il latte? Perché?*
- Con il latte possiamo fare burro, ricotta e vari tipi di formaggi. Potrà essere programmata una seduta di assaggio con descrizione e confronto fra i diversi prodotti.

Una esperienza particolare: il burro

Prendiamo la parte grassa del latte e mettiamola in un contenitore di vetro trasparente con chiusura ermetica.

A turno i bambini si passano il contenitore, scuotendolo vigorosamente ma facendo attenzione perché è di vetro. Esso viene passato e scosso fino a quando non si sia formata all'interno una massa solida. Il passaggio e lo scuotimento del contenitore può essere ritmato da una canzoncina, inventata anche dal gruppo stesso.

APP. 2

Per esempio sull'aria di 'la pecora nel bosco', mentre un bambino scuote, gli altri cantano:

*Sbattiam, sbattiamo il latte, bum (2)
sbattiam, sbattiamo il latte, larilarilallero
sbattiam, sbattiamo il latte, il burro otteniam!!!*

Aperto il contenitore, si scola il liquido e si può assaggiare... il burro.

Attraverso quali stadi siamo passati, per arrivare ad ottenere il burro? Ha lo stesso colore di quello che troviamo abitualmente nei negozi? Perché? (è più bianco perché non sono stati addizionati i conservanti). *Chi sa come viene adoperato il burro?* (per cucinare, per spalmare, per condire...).

Diagramma di flusso: il purè di patate



- Tagliamo patate crude di media grandezza a metà. Con un coltello modelliamo in rilievo sulla superficie tagliata varie forme, geometriche e non, come se fossero 'stampini' o timbri. *Perché la forma creata deve essere in rilievo? Perché è importante lasciare la buccia nella patata? Con quali ortaggi potremmo ottenere lo stesso risultato? Si appoggia la forma creata nel colore a tempera (o colore a dito) prescelto e si... stampa su carta, cartoncino, stoffa. Combinando le varie forme si potranno ottenere i disegni più svariati. Avevi già utilizzato questa tecnica per disegnare? Perché lo stampino va soltanto appoggiato e non immerso nel colore? Perché va usato un solo colore per volta? Se vogliamo cambiare colore cosa dobbiamo prima fare allo stampino?*

Domande di riepilogo

COMPRESIONE	Cosa sono le patate? Quale parte della pianta mangiamo? A cosa serve lo schiacciapatate?
EVOCAZIONE	Racconta nella giusta sequenza come abbiamo fatto a preparare il purè di patate. Come abbiamo proceduto per disegnare con le patate?
GENERALIZZAZIONE	Conosci altri ortaggi che crescono sotto terra? Quali? Con quali altri alimenti si può fare il purè? Si possono fare disegni con altri ortaggi o frutti?
RIFLESSIONE	È stato divertente giocare con le patate? Immaginavi che le patate potessero servire anche a dipingere? In quale modo preferisci mangiare le patate? (fritte, purè, lessate, arrosto...).

RIPRESA e DOCUMENTAZIONE	in forma iconica, grafica e scritta
--------------------------	-------------------------------------

A 6 CIBO E FILASTROCCHIE

APP. 2

L'esperienza del cibo può essere integrata dalla ricerca di alcune filastrocche o dalla invenzione di esse. Le filastrocche nascono da esigenze prevalentemente di cultura contadina, legate a ritmi di lavoro o a ritmi di vita quotidiana relativi specialmente alla cura dei bambini.

Molte filastrocche hanno contenuti ricavati dal cibo o dalle attività legate alla sua trasformazione. Ne abbiamo raccolte alcune, qui riportate a mo' di esempio.

- *Domani è festa
si mangia la minestra
la minestra non mi piace,
si mangia pane e brace,
la brace è troppo nera,
si mangia pane e pera,
la pera è troppo bianca,
si mangia pane e panca,
la panca è troppo dura
si va a letto addirittura.*
- *Staccia buratta
Martino della gatta:
la gatta andò al mulino,
la fece un chioccolino
con l'olio e col sale,
col pezzo di pane.*
- *Vedo la luna, vedo le stelle,
vedo Caino che fa le frittelle,
vedo la tavola apparecchiata,
vedo Caino che fa la frittata.*
- *Dindirindino s'ha 'ffa le frittelle
ci manca l'olio,
il sale,
e la farina.*

*Dindirindino le frittelle s'han da fare
ci manca la farina,
l'olio,
e 'l sale.*

*Ci mancan tutte l'altre bagatelle
Dindirindino 'un si fa le frittelle.*

- *Toscanin mangia fagioli
lecca piatti e ramaioli
e per farla più pulita
si leccava anche le dita.*

A 7 ESPANSIONE DELL'ATTIVITÀ

I bambini di oggi che accompagnano di regola la mamma a fare la spesa al supermercato sono abbastanza abituati alla presentazione di prodotti confezionati su base industriale. Ci sembra importante portare i bambini a capire che il cibo anche se oggi appare sugli scaffali dei negozi in forma elaborata, nasce sempre dalla natura e dal lavoro agricolo.

- 2.12 Quindi, dopo aver creato un nucleo di competenze lavorando direttamente e curando la codifica linguistica, è possibile espandere le conoscenze di base dei bambini anche mediante escursioni per facilitare la generalizzazione. Ogni insegnante potrà scegliere l'argomento da sviluppare proprio nel settore collegato alle attività lavorative prevalenti nella zona.

Argomenti che facilitano la sistematizzazione del concetto di cibo sono:

A 7.1 *La fattoria:* coltivazione di cereali, di ortaggi.

A 7.2 *Coltivazione e raccolta della frutta:* frutta nostrana/esotica. Frutta secca / in scatola / candita. Le marmellate.