



# STORIA DI UN SUPER EROE

La nostra missione?

Ridurre lo spreco e  
aiutare il pianeta!!



Si suggerisce di condurre questa progettazione nel secondo quadrimestre, in modo che gli alunni abbiano sviluppato maggiori abilità

## LE TAPPE DEL PERCORSO

**Attività propedeutica:** scheda 0 “QUESTIONARIO PRE-INTERVENTO” (t0)

### 1. UNITA' PRIMA: l'autostima

- 1.1. Ora mi presento: 1° attivazione
  - 1.1.1. scheda1 “IL MIO PIATTO OK”
- 1.2. Se faccio imparo: 2° attivazione
  - 1.2.1. scheda 2 “LE COSE CHE SO' FARE”
- 1.3. Voglio diventare bravo a ... : 3° attivazione
  - 1.3.1. scheda 3 “VOGLIO DIVENTARE BRAVO A ...”
- 1.4. Anche io posso aiutare l'ambiente: 4° attivazione
  - 1.4.1. Scheda 4: “POSSO AIUTARE L'AMBIENTE”
- 1.5. Riassumiamo insieme: “QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE”
  - 1.5.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
- 1.6. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

### 2. UNITA' SECONDA: prendere decisioni

- 2.1. Basterebbe davvero poco: 1° attivazione
- 2.2. Ciak ... si gira!: 2° attivazione
  - 2.2.1. Scheda 1 “CIAK ... SI GIRA!”.
- 2.3. Imparo un metodo per sempre: 3° attivazione
  - 2.3.1. scheda 2 “FERMATI, PENSA E DECIDI”.
- 2.4. Riassumiamo insieme: “QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE”
  - 2.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
- 2.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

### 3. UNITA' TERZA: pubblicità e pensiero critico

- 3.1. Analisi della pubblicità: 1° attivazione
  - 3.1.1. scheda1: “OCCHIO ALLA PUBBLICITA”
- 3.2. Analisi di un video: 2° attivazione
  - 3.2.1. scheda2: “LE TECNICHE PUBBLICITARIE”
- 3.3. Io grafico pubblicitario: 3° attivazione
- 3.4. Riassumiamo insieme: “QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE”
  - 3.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
- 3.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum



4. **UNITA' QUARTA: il cibo e le emozioni**
  - 4.1. Che emozioni mi suscita il cibo: 1° attivazione
  - 4.2. Dove sento le emozioni: 2° attivazione
    - 4.2.1. scheda 1: "DOVE SENTO LE MIE EMOZIONI"
  - 4.3. Io in famiglia: 3° attivazione
    - 4.3.1. scheda 2: "LISTA DEGLI INGREDIENTI"
  - 4.4. La ricetta condivisa: 4° attivazione
    - 4.4.1. scheda 2: "LISTA DEGLI INGREDIENTI"
  - 4.5. Conoscere per sapere: 5° attivazione
    - 4.5.1. scheda 3: "ESPLORO I VIDEO: i termini a cui prestare attenzione"
  - 4.6. Aqazza la vista: 5° attivazione
    - 4.6.1. scheda 4: "ESPLORO I VIDEO: situazioni a cui prestare attenzione"
  - 4.7. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
    - 4.7.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
  - 4.8. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum
  
5. **UNITA' QUINTA: mi esercito a dire la mia opinione**
  - 5.1. I comportamenti in evidenza: 1° attivazione
    - 5.1.1. scheda 1a: "UN GIORNO IN MENSA"
    - 5.1.2. scheda 1b: "RISPONDI ALLE DOMANDE"
  - 5.2. Esercito la mia assertività ...: 2° attivazione
    - 5.2.1. scheda2: "ALCUNI SUGGERIMENTI PER APPROFONDIRE ..."
  - 5.3. Valorizzo le mie competenze: 3° attivazione
    - 5.3.1. scheda3: "ECCO QUANDO SONO STATO ASSERTIVO ..."
  - 5.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
    - 5.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
  - 5.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum
  
6. **UNITA' SESTA: cibo e pianeta (1): le risorse**
  - 6.1. Dal seme alla vita: attivazione propedeutica
  - 6.2. Dal campo alla tavola: 1° attivazione
  - 6.3. Le risorse nel piatto: 2° attivazione
  - 6.4. Le impronte nell'ambiente: 3° attivazione
    - 6.4.1. scheda 1: "CALCOLIAMO L'IMPRONTA IDRICA"
  - 6.5. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
    - 6.5.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
  - 6.6. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum
  
7. **UNITA' SETTIMA: cibo e pianeta (2): lo spreco alimentare**
  - 7.1. La storia di un frutto: 1° attivazione
  - 7.2. Non buttare quel pezzo di pane: 2° attivazione
  - 7.3. Lo spreco a scuola e in mensa: 3° attivazione
  - 7.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
    - 7.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
  - 7.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum



**8. UNITA' OTTAVA: cibo e pianeta (3): lo spreco domestico**

8.1. La carta d'identità degli alimenti: 1° attivazione

8.1.1. scheda 1: "CARTA D'IDENTITA DELL'ALIMENTO"

8.2. Tutto in ordine: 2° attivazione

8.2.1. scheda 2: "OGNI COSA AL SUO POSTO: LA DISPENSA"

8.2.2. scheda 3 : "OGNI COSA AL SUO POSTO: IL FRIGORIFERO"

8.2.3. scheda 1: "LA LISTA DELLA SPESA"

8.3. Laboratorio sensoriale anti-spreco: vista, tatto e olfatto: 3° attivazione

8.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"

8.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA

8.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

**Attività conclusiva:** scheda 0 "QUESTIONARIO POST-INTERVENTO" (t1)

# 1. UNITA' PRIMA: l'autostima

1.1. Ora mi presento: 1° attivazione

1.1.1. scheda 1 "IL MIO PIATTO OK"

1.2. Se faccio imparo: 2° attivazione

1.2.1. scheda 2 "LE COSE CHE SO' FARE"

1.3. Voglio diventare bravo a ... : 3° attivazione

1.3.1. scheda 3 "VOGLIO DIVENTARE BRAVO A ..."

1.4. Anche io posso aiutare l'ambiente: 4° attivazione

1.4.1. scheda 4: "POSSO AIUTARE L'AMBIENTE"

1.5. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"

1.5.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA

1.6. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

La mia missione?

Aiutarti a Rinforzare  
l'AUTOSITMA

**UNITA' PRIMA**- classe TERZA

## L'AUTOSTIMA

### **SETTING**

Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da facilitare la visione della LIM (presentazione immagini e video: attivazione 1-2), e nello stesso tempo il lavoro a piccoli gruppi (attivazione 2-3).

### **MATERIALI**

- PC con collegamento ad uno schermo o alla LIM
- Collegamento internet per video
- Penna, matita, pennarelli o pastelli
- IL MIO PIATTO OK scheda 1
- LE COSE CHE SO FARE scheda 2
- VOGLIO DIVENTARE BRAVO A... scheda 3
- POSSO AIUTARE L'AMBIENTE scheda 4
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

Inizio Attività:

### **ORA MI PRESENTO:**

### **OBIETTIVO:**

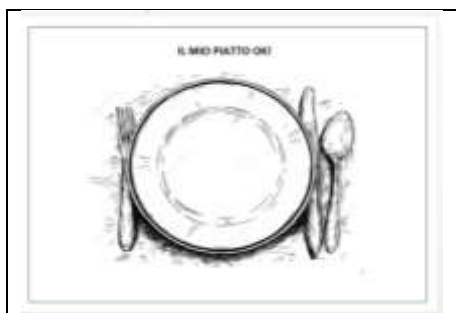
- ✓ Conoscere i propri gusti, quelli dei compagni e valutare nuovi interessi ed opportunità personali.

### **1°ATTIVAZIONE**(di GRUPPO)

Si chiederà ora ai ragazzi di presentarsi ai compagni in una prospettiva nuova, narrando un loro hobby, il loro sport preferito, una fantasia o un desiderio che si sentono di voler e poter condividere. Questo per acquisire consapevolezza della propria originalità e per farsi osservare sotto lenti diverse dai compagni.

Successivamente si chiederà loro di realizzare un disegno che rappresenti il loro alimento preferito. Può essere utilizzata la scheda 1 "IL MIO PIATTO OK"

### SCHEDA 1



Si chiederà ora di condividere il disegno e di prestare attenzione a quello dei compagni.

Per creare un clima festoso e compattare il gruppo, esercitando l'attenzione all'altro, si potrà chiedere agli studenti di capovolgere i disegni tentando di ricordare quelli scelti dagli altri compagni. (MEMORY DEI PIATTI).

Attraverso questo gioco si conosceranno le preferenze alimentari degli studenti e potrebbero nascere affinità di gusto, utili a comporre dei gruppi (gruppo lasagne, gruppo pasta pomodoro ...) di gioco con soggetti meno noti.

Si potrebbe anche fornire la possibilità di cambiare il piatto preferito con qualcuno disegnato dai compagni che hanno offerto stimoli nuovi o che hanno generato acquoline inaspettate.

**Quattro domande per concludere:**  
**Osservare:** cosa avete notato in questo lavoro?  
**Analizzare:** è stato facile o difficile? Perché?  
**Predire:** secondo voi è importante conoscere i gusti dei compagni? Cosa potrebbe scaturire?  
**Suggerire:** Ci sono aspetti di questa attività che potrebbero tornarti utili nella vita di tutti i giorni?

**Punti da evidenziare**

Ognuno ha un proprio gusto personale. Questo va rispettato, valorizzato e non deve essere assolutamente modificato in funzione degli altri.

Scoprire aspetti nuovi dei compagni permette di vederli con una prospettiva diversa.

**2° ATTIVAZIONE(INDIVIDUALE)**

**LE COSE CHE SO FARE**

**OBIETTIVO**

- ✓ Riconoscere, esercitare e migliorare le proprie competenze per acquisire autostima.

Si potrà utilizzare la scheda 2 - "LE COSE CHE SO FARE"

**SCHEDA 2**

LE COSE CHE SO FARE  
 Metti una crocetta in un riquadro se hai fatto o so quello che desideri imparare

<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la pasta	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Preparare la torta
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Preparare il sugo	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Preparare la salsa per la pasta
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Preparare il condimento	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Preparare la salsa per la pasta
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la salsa per la pasta
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone
<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> Cucinare la minestrone

### **3° ATTIVAZIONE** (INDIVIDUALE e di GRUPPO)

#### **VOGLIO DIVENTARE BRAVO A ....**

##### **OBIETTIVO:**

- ✓ Potenziare e migliorare un'abilità per accrescere l'autostima dei ragazzi.

Individuare una competenza che lo studente vorrebbe migliorare fra quelle in elenco o aggiunte e scriverla su un foglio. Può essere utilizzata la scheda 3 - VOGLIO DIVENTARE BRAVO A ....

Indicare cosa potrebbero fare per esercitarla e di conseguenza potenziarla (es: per migliorare la capacità di sbucciare, devo esercitarmi con parecchia frutta; per fare canestro devo trovare il tempo, gli strumenti e il contesto per esercitarmi).

#### SCHEDA 3

VOGLIO DIVENTARE BRAVO A ...

Cosa devo esercitare: \_\_\_\_\_

Quando lo posso fare: \_\_\_\_\_

Cosa mi serve: \_\_\_\_\_

Chi può aiutarmi: \_\_\_\_\_

Chiedere di dividerla con i compagni, esortandoli anticipatamente a non deridere o commentare l'altro. Chiedere loro se qualche compagno o adulto può aiutarli a raggiungere gli obiettivi. Capire se qualcuno vuole offrire il proprio aiuto.

### **4° ATTIVAZIONE** (di GRUPPO)

#### **ANCHE IO POSSO AIUTARE L'AMBIENTE**

##### **OBIETTIVO:**

- ✓ Potenziare e migliorare un'abilità legata al corretto utilizzo delle risorse dell'ambiente per accrescere l'autostima dei ragazzi e il loro senso civico.

Si propone la visione di uno o due video per rivolgere l'attenzione sulle azioni a tutela delle risorse ambientali. Il Web offre molti video che gli insegnanti potranno selezionare per l'attivazione.

Attraverso il brainstorming, dopo aver visto il video, chiedere agli studenti di concentrare l'attenzione su un comportamento o un'abitudine che vorrebbero o che a loro piacerebbe modificare.

Ragionate in termini di tutela della tua salute o dell'ambiente che vi circonda. (Scheda 4 POSSO AIUTARE L'AMBIENTE ...). LO SPAZIO E' TUTTO PER TE!





## SCHEDA 4

POSSO AIUTARE L'AMBIENTE ...

Cosa posso fare: \_\_\_\_\_

Quando lo posso fare: \_\_\_\_\_

Mi serve qualcosa per poterlo fare: \_\_\_\_\_

Chi può aiutarmi: \_\_\_\_\_

Posso coinvolgere qualcuno: \_\_\_\_\_

**Punti da evidenziare:**

Qualche volta pensiamo di non saper far nulla e che gli altri siano molto più bravi di noi. In tal modo sviluppiamo una bassa autostima. Fermarci a riflettere e valorizzare cosa sappiamo fare ci aiuta a sentirci meglio con noi stessi. Dobbiamo ricordarci inoltre che a seconda degli ambienti e delle persone che frequentiamo, la nostra percezione personale cambia, ma in ogni situazione abbiamo ottime risorse da spendere per stare bene. L'unione fa la forza.

**Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** di cosa abbiamo parlato in questa unità?

**Analizzare:** cosa è stato facile o difficile? Perché?

**Predire:** secondo voi è importante conoscersi e conoscere i compagni?

**Suggerire:** ci sono aspetti sui quali abbiamo riflettuto oggi che potrebbero tornarvi utili nella vita di tutti i giorni?

**TEMPI:**

prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 3 ore. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere

**Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum Scolastico**

## 1. L'autostima

**Italiano:** i bambini, continuando il lavoro della biografia, potranno narrare, scrivere le loro capacità evidenziandole a loro stessi, agli altri ed ai genitori. Riconoscendosi le competenze i ragazzi incrementeranno la propria autostima, scrivendo diventeranno maggiormente consapevoli e si fortificheranno. Potranno inoltre focalizzare l'attenzione sulle competenze raggiunte e su quelle ancora da perfezionare, evidenziando inoltre quella che a loro interessa maggiormente raggiungere.

**Arte e immagine:** attraverso il disegno, il collage... I ragazzi potranno raccontare sé stessi agli altri e condividere nuove modalità espressive, che facilitino e sostengano la loro espressione personale.

## 2. UNITA' SECONDA: prendere decisioni

- 2.1. Basterebbe davvero poco: 1° attivazione
- 2.2. Ciak ... si gira!: 2° attivazione
  - 2.2.1. Scheda 1 "CIAK ... SI GIRA!".
- 2.3. Imparo un metodo per sempre: 3° attivazione
  - 2.3.1. Scheda 2 "FERMATI, PENSA E DECIDI".
- 2.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
  - 2.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
- 2.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

La mia missione?

Aiutarti ed esercitarti su  
COME PRENDERE LE  
DECISIONI

**UNITA' SECONDA-** classe TERZA

## **PRENDERE DECISIONI**

### **SETTING**

Creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da poter presentare le diapositive del power point (vedi attivazione 1) e successivamente disporre gli studenti intorno a qualche banco della classe per poter lavorare in gruppetti e scrivere (vedi attivazione 2).

### **MATERIALI**

- Computer con schermo o LIM
- BASTEREBBE DAVVERO POCO ... presentazione power point
- STOP, PENSA e VAI cartellone o presentazione power point
- Penna, matita
- FERMATI, PENSA E DECIDI – scheda 1
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

### **1° ATTIVAZIONE** (di GRUPPO)

#### **BASTEREBBE DAVVERO POCO ...**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Sviluppare consapevolezza e senso civico di fronte a comportamenti scorretti.

Presentazione di immagini di comportamenti scorretti nell'uso delle risorse o dell'ambiente (es. presentazione power point BASTEREBBE VERAMENTE POCO ...).

Esempi di immagini



Attraverso la tecnica del brainstorming si raccoglieranno le impressioni degli studenti e si evidenzierà un comportamento sociale poco rispettoso dell'ambiente.

**Secondo voi l'uomo in questi casi come ha agito?  
Ha pensato prima di compiere quelle azioni?  
Esiste un metodo che ci aiuti a riflettere?**



In seguito, si propone agli studenti il modello dello **STOP, PENSA e VAI** precedentemente trascritto su cartellone o attraverso la presentazione power point inserita all'interno di BASTEREBBE DAVVERO POCO, alla diapositiva 13.

**STOP** e identifica il problema.

**PENSA** alle alternative e ai possibili risultati.

**VAI!** Agisci e fai ciò che è meglio per te e per l'ambiente.

**2° ATTIVAZIONE** (in coppia)

**CIAK ... SI GIRA!**

**OBIETTIVO:**

- ✓ Sperimentare il modello **STOP-PENSA e VAI**

Suggeriamo alcune azioni della quotidianità degli studenti a casa ed a scuola. I bimbi a coppia e a turno di fronte alla classe, dovrebbero mimare una situazione elencata e ipotizzare soluzioni che seguano il modello citato. All'insegnante a seconda del tempo a disposizione e della tipologia della classe le opportune valutazioni. CIAK ... SI GIRA! (scheda 2)

SCHEDA 2

CIAK... SI GIRA!

• Enzo arrabbiato scalcia un compagno.
• Amanda invia parolacce ad un'amica col telefonino.
• Due compagni in bagno si divertono a disegnare sui muri.
• Anna mette il piatto in mezzo al tavolo senza assaggiarlo
• Francesca pende un panino, è duro. Lo butta in pattumiera.

Ogni giorno prendiamo qualche decisione, ma è importante che ci ricordiamo di fermarci a riflettere per non lasciarci guidare dalle emozioni o dalla fretta.

Lettura degli esempi scritti e suddivisione in gruppetti mediante la numerazione (1,2,3,4)

L'insegnante individua il capo gruppo che avrà il compito di scrivere e riferire alla classe.

A fine lavori mettere in comune tutte le esperienze valorizzandole

### **3° ATTIVAZIONE**(in GRUPPO):

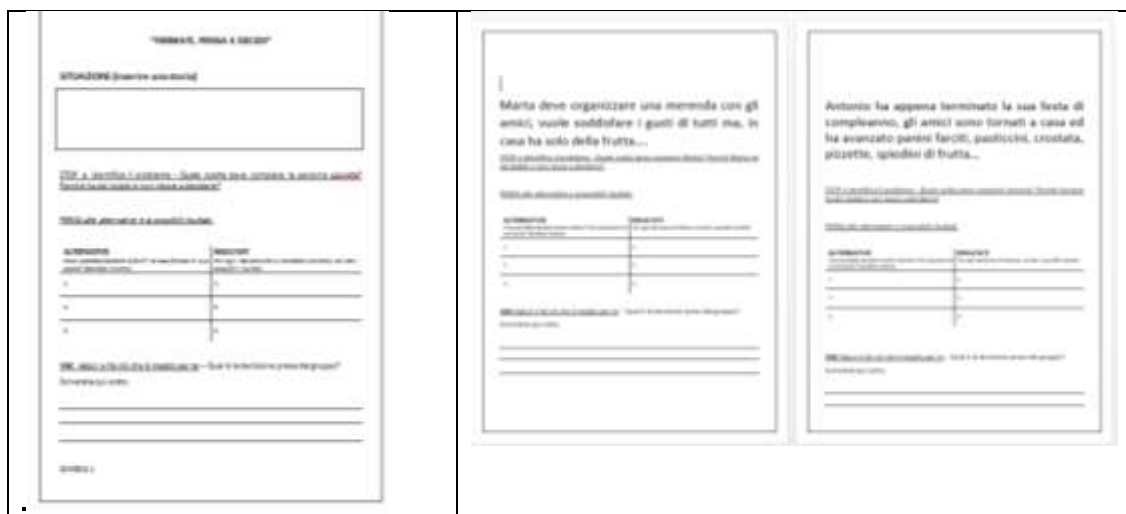
#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Sperimentare situazioni quotidiane che comportino la necessità di fermarsi a riflettere;
- ✓ Sperimentare ed esercitare il modello STOP, PENSA e VAI;
- ✓ Ipotizzare soluzioni che prevedano il riutilizzo, il riciclo, la donazione delle risorse.

La classe verrà suddivisa in sottogruppi. Una modalità potrebbe essere numerare i ragazzi (es. dal n.1,2,3,4 ricominciando da capo oppure in ordine alfabetico ... così da permettere agli studenti di conoscere e confrontarsi con compagni meno noti).

Ad ogni gruppetto verrà affidata una situazione che dovrà essere affrontata applicando il metodo “STOP – PENSA – VAI”. Può essere utilizzata come supporto per annotare il lavoro di gruppo la scheda 1 “FERMATI, PENSA E DECIDI”. Un referente del gruppo condividerà con la classe l’esito del lavoro e verrà supportato dai compagni nel racconto. Vi forniamo alcuni esempi di situazioni che possono essere utili per questa attivazione. L’insegnante potrà scegliere di modificare il canovaccio delle situazioni inventandone delle nuove, funzionali al contesto classe in cui lo stesso opera. Si richiede che le situazioni pongano l’accento sugli obiettivi sopra citati.

#### SCHEDA 1 (vuoto e con esempi di situazioni)



The image shows three examples of the 'FERMATI, PENSA E DECIDI' worksheet. Each sheet is divided into two main columns: 'Osservazioni' (Observations) and 'Riflessioni' (Reflections). The 'Osservazioni' column contains a table with rows for recording what was said and done. The 'Riflessioni' column contains a table for recording thoughts and feelings. The three examples are: 1) A blank sheet with the title 'FERMATI, PENSA E DECIDI'. 2) A sheet with the situation 'Marta deve organizzare una merenda con gli amici, vuole soddisfare i gusti di tutti ma, in casa ha solo della frutta...'. 3) A sheet with the situation 'Antonio ha appena terminato la sua festa di compleanno, gli amici sono tornati a casa ed ha avanzato panino farciti, pasticcini, crostata, pizze, spiedini di frutta...'. Each sheet also has a section for 'Situazione (breve descrizione)' and 'Situazione (breve descrizione)'.

A fine lavori i ragazzi condivideranno gli esiti delle quattro differenti esercitazioni, così da sperimentare il metodo dello STOP, PENSA e VAI.

#### **Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** Come vi siete sentiti durante le attività, cos’avete pensato?

**Analizzare:** E’ stato facile/difficile fare queste esercitazioni? Quali difficoltà?

**Predire:** Secondo voi è importante fermarsi e riflettere? Perché?



**Suggerire:** Cosa pensate di aver appreso oggi di nuovo? Come lo potete utilizzare? Vi piacerebbe migliorare qualcosa?

### **PUNTI DA EVIDENZIARE:**

**Ogni giorno prendiamo decisioni, spesso senza nemmeno fermarci a riflettere. A volte le nostre scelte hanno esito positivo, in altri casi invece ci pentiamo per aver agito d' impulso e non aver pensato alle conseguenze delle nostre azioni.**

**Ricordai del metodo Stop, Pensa e Vai.**

**Le esercitazioni di oggi, ti possono aiutare a riflettere anche sulle piccole decisioni quotidiane e ti eviteranno di commettere spiacevoli errori.**

### **RICORDATI:**

Sei responsabile delle decisioni che prendi. Ogni decisione ha VANTAGGI e SVANTAGGI.  
Fai il meglio per te e per gli altri, aiuterai di conseguenza L'AMBIENTE.

### **TEMPI:**

Prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 2 ore. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere.

## **Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum Scolastico**

### **2. Prendere decisioni**

**Italiano:** il modello stop, pensa e vai può essere generalizzato ed assunto come modalità consapevole di azione, che ponga come fine il benessere dello studente, della classe e della collettività. Può essere tradotto come schema per inventare la storia di un ragazzo...

**Scienze:** lo stesso modello può essere assunto come metodo per capire i progressi scientifici, ma anche la guida agli esperimenti in classe.

**Geografia:** lo strumento può essere usato come modalità per preservare l'ambiente prima di lanciare rifiuti o fare la raccolta differenziata, come ipotesi di conseguenza all'azione umana a breve e lungo termine sull'ambiente.

**Arte e immagine:** si potrebbe realizzare in classe un semaforo, che solleciti l'utilizzo di questa modalità di azione, come pro-memoria visivo appeso alle pareti dell'aula.

### 3. UNITA' TERZA: pubblicità e pensiero critico

3.1. Analisi della pubblicità: 1° attivazione

3.1.1. scheda1: "OCCHIO ALLA PUBBLICITA'"

3.2. Analisi di un video: 2° attivazione

3.2.1. scheda 2: "LE TECNICHE PUBBLICITARIE"

3.3. lo grafico pubblicitario: 3° attivazione

3.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"

3.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA

3.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum



**UNITA' TERZA-** classe TERZA

## **PUBBLICITA' e PENSIERO CRITICO**

### **SETTING:**

creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Si potrebbero disporre i banchi a ferro di cavallo per facilitare la visione dei video e avere la possibilità di compilare le schede (attivazione 1). Riunire due o tre banchi per facilitare il lavoro di gruppo (attivazione 2 e 3).

### **MATERIALI:**

- PC con collegamento ad uno schermo o alla LIM
- Pagina di giornale o rivista raffigurante una pubblicità (non va bene la confezione di un prodotto)
- Penna, matita, pennarelli
- Cartellone
- ANALIZZO LA PUBBLICITA' presentazione Power- Point
- OCCHIO alla PUBBLICITA' scheda 1
- LE TECNICHE PUBBLICITARIE scheda 2
- Collegamento internet (video pubblicitari)
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

### **1° ATTIVAZIONE INDIVIDUALE:**

#### **ANALISI DI UNA PUBBLICITA'**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Acquisire la consapevolezza del linguaggio pubblicitario.

Chiedere ad ogni ragazzo di mostrare ai compagni la propria immagine pubblicitaria, indicando quali aspetti hanno catturato la sua attenzione e quali fantasie gli ha evocato le pubblicità, motivando la scelta alla classe.

Spiegare agli studenti, attraverso un brainstorming, il linguaggio pubblicitario partendo da come e cosa ci comunica una pubblicità. Si potranno utilizzare come guida le domande inserite nella presentazione POWER POINT ANALIZZO LA PUBBLICITA'.

Chiedere agli studenti di compilare individualmente la scheda: OCCHIO ALLA PUBBLICITA'



SCHEDA 1



**Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** Come vi siete sentiti durante le attività, cos'avete pensato?

**Analizzare:** E' stato facile/difficile fare queste attivazioni? Quali difficoltà?

**Predire:** Secondo voi è importante cogliere le informazioni dalla pubblicità? Perché?

**Suggerire:** Pensate di poter utilizzare quanto appreso? In che modo?

**2° ATTIVAZIONE**(di GRUPPO)

**ANALISI DI UN VIDEO**

**OBIETTIVO:**

- ✓ Ricercare sperimentalmente le tecniche pubblicitarie all'interno delle promozioni televisive

Breve spiegazione alla classe del cartellone: TECNICHE PUBBLICITARIE (presentazione POWER POINT)

**TECNICHE PUBBLICITARIE (1)**

- SEGUIRE LA MODA**, «tutti fanno quella cosa, hanno quel prodotto, dovresti farlo/averlo anche tu»
- PIACERE DI PIU' AGLI ALTRI**, «se acquisterai quel prodotto, sarai più affascinante e più attraente»
- FARTI SENTIRE PIU' GRANDE**, «se usi quel prodotto, sembrerai più grande»
- DIVERTIRSI**, «il prodotto è divertente e piacevole»
- DIVENTARE PIU' POPOLARE**, «con quel prodotto avrai più amici»
- ESSERE IN SALUTE**, «quel prodotto ti farà essere più sano e forte »
- ASCOLTARE L'ESPERTO**, «questo prodotto è il migliore della sua categoria»
- ESSERE COME UN PERSONAGGIO FAMOSO**, «se usi quel prodotto, sarai come lui o come lei»
- PROMETTERE UN PREMIO**, «se compri quel prodotto avrai dei regali»
- USARE FRASI O SITUAZIONI DIVERTENTI E RIPETUTE**, «se ti divertono ti piacerà anche il prodotto»
- USARE MUSICA CONOSCIUTA E COINVOLGENTE**, «ricordando quel motivetto ti ricorderai del prodotto»

Proiezione di uno spot (ogni insegnante potrà selezionare quelli ritenuti più opportuni)

Gli studenti dovranno prestare attenzione ai video.

Suddivisi in gruppi, attraverso criteri che facilitino il confronto con compagni diversi dagli amici, i ragazzi dovranno evidenziare la presenza dei criteri sopra citati, nelle pubblicità presentate, annotandoli nella scheda 2: LE TECNICHE PUBBLICITARIE. Successivamente li condivideranno con l'intera classe, per generalizzare e condividere le competenze acquisite.

## SCHEDA 2



The image shows a worksheet titled "LE TECNICHE PUBBLICITARIE" with a grid for recording observations. The grid has 5 columns and 10 rows. The first column contains the following text: "TECNICA", "CONTENUTO", "LINGUAGGIO", "MUSICA", "COLORI", "IMMAGINI", "MONTAGGI", "EFFECTS", "SONDAGGI", "INTERVISTE". The second column is labeled "Sì", and the next three columns are labeled "No".

### **3° ATTIVAZIONE** (INDIVIDUALE o di GRUPPO)

#### **IO, GRAFICO PUBBLICITARIO**

##### **OBIETTIVO:**

- ✓ Sperimentare personalmente le competenze acquisite

Si potrebbe chiedere agli studenti di immaginarsi pubblicitari ECO: dovrebbero inventare uno spot, attraverso video, cartelloni, power point che valorizzi una delle tematiche sottostanti e utilizzi le tecniche apprese.

- Promuovere il consumo di frutta
- Promuovere il consumo di verdura
- Sponsorizzare una nuova merenda sana
- Ridurre l'utilizzo della plastica
- Tenere in ordine e pulito l'ambiente
- Valorizzare la mensa scolastica

ATS BRIANZA sarebbe lieta di riceverle! Potete inviarle a [progetti.alimentazione@ats-brianza.it](mailto:progetti.alimentazione@ats-brianza.it)

**PUNTI DA EVIDENZIARE:**

**Lo scopo della pubblicità è di orientare i comportamenti delle persone e in particolare di favorire la vendita di certi prodotti. Per fare questo molte pubblicità non descrivono semplicemente i prodotti ma ne esaltano le qualità, con l'obiettivo di persuadere le persone a comprarli.**

**Le pubblicità sono costruite in modo da attirare la nostra attenzione e provocare emozioni attraverso diverse strategie, come utilizzare personaggi famigliari, immagini, particolarmente accattivanti o musiche coinvolgenti.**

**Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** Come vi siete sentiti durante le attività, cos'avete pensato?

**Analizzare:** E' stato facile/difficile analizzare gli spot e le pubblicità? Quali difficoltà avete riscontrato?

**Predire:** Secondo voi è importante cogliere le informazioni dalla pubblicità? Perché?

**Suggerire:** Pensate ora di riuscire a decifrare i messaggi impliciti che lei ci invia? In che modo?

**TEMPI:**

prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 3 ore. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere.

**Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum Scolastico**

**3 . Pubblicità e Pensiero Critico**

**Italiano:** decifrare gli spot pubblicitari può permettere di poter lavorare sulla decodifica dei messaggi del testo descrittivo, argomentativo, poetico ed essere utilizzato dagli studenti per arricchire la loro produzione. Potrebbe inoltre rendere più consapevoli i ragazzi degli stimoli ai quali sono sottoposti quotidianamente, in modo inconscio.

**Arte e immagine:** studiare gli spot potrebbe essere di aiuto all'insegnante per introdurre uno studio sui colori, sulla prospettiva, sulle sensazioni evocate dalle immagini famose e sul loro nuovo utilizzo in base all'obiettivo che l'agenzia pubblicitaria vuole raggiungere.

**Musica:** si potrebbero ascoltare le melodie dei brani pubblicitari selezionati e riflettere sulle emozioni che evocano in chi le ascolta.

## 4. UNITA' QUARTA: il cibo e le emozioni

- 4.1. Che emozioni mi suscita il cibo: 1° attivazione
- 4.2. Dove sento le emozioni: 2° attivazione
  - 4.2.1. scheda 1: "DOVE SENTO LE MIE EMOZIONI"
- 4.3. Io in famiglia: 3° attivazione
  - 4.3.1. scheda 2: "LISTA DEGLI INGREDIENTI"
- 4.4. La ricetta condivisa: 4° attivazione
  - 4.4.1. scheda 2: "LISTA DEGLI INGREDIENTI"
- 4.5. Conoscere per sapere: 5° attivazione
  - 4.5.1. scheda 3: "ESPLORO I VIDEO: i termini a cui prestare attenzione"
- 4.6. Aguzza la vista: 5° attivazione
  - 4.6.1. scheda 4: "ESPLORO I VIDEO: situazioni a cui prestare attenzione"
- 4.7. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
  - 4.7.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
- 4.8. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum



UNITA' QUARTA- classe TERZA

## IL CIBO e LE EMOZIONI

### SETTING

Creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da facilitare la visione della LIM (presentazione immagini e video: attivazione 1-2-3) e nello stesso tempo il lavoro a piccoli gruppi (attivazione 4- 5)

### MATERIALI:

- PC con collegamento ad uno schermo o alla LIM,
- IL CIBO E LE EMOZIONI presentazione PowerPoint
- DOVE SENTO LE EMOZIONI cartellone di classe e copia studenti (scheda1),
- Precedente assegnazione del compito a casa per poter realizzare LA LISTA DEGLI INGREDIENTI (scheda2)
- Collegamento internet (video)
- ESPLORO I VIDEO (scheda 3a e 3b)
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

Inizio Attività

### 1° ATTIVAZIONE (in GRUPPO)

#### CHE EMOZIONI MI SUSCITA IL CIBO

#### OBIETTIVO:

- ✓ Suscitare nei ragazzi varie emozioni legate al cibo, riconoscerle e nominarle.

L'insegnante inizia con la proiezione della presentazione PowerPoint IL CIBO E LE EMOZIONI (prime 5 diapositive).



Attraverso il brainstorming si chiederà ai ragazzi cos'ha suscitato in loro la visione di questi cibi. Le loro risposte verranno raccolte in un cartellone.

In tal modo si nomineranno le emozioni più comuni (felicità, rabbia, paura, tristezza, sorpresa, disgusto). Potrebbero essere citate altre emozioni che comunque saranno riconducibili alla categoria principale.

## **2° ATTIVAZIONE** (in GRUPPO e INDIVIDUALE)

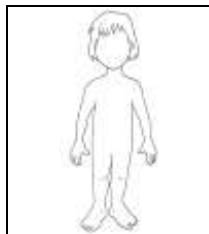
### **DOVE SENTO LE EMOZIONI**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Riconoscere le parti del corpo in cui i ragazzi sentono le emozioni;
- ✓ Acquisire consapevolezza delle diversità delle emozioni scaturite da una stessa immagine.

Appendere ad una parete della classe il cartellone con la sagoma di un omino. Proseguire con la proiezione delle ultime 5 diapositive del CIBO E LE EMOZIONI. Chiedere agli studenti di focalizzare la parte del corpo in cui sentono l'emozione, indicandola prima sulla propria scheda personale (scheda 1), poi condividendola e riportandola a turno sul cartellone. Si suggerisce di utilizzare un pennarello di colore diverso per ogni piatto.

#### SCHEDA 1



#### **PUNTI DA EVIDENZIARE:**

Tutti noi proviamo delle emozioni, alcune ci rallegrano ed entusiasmano altre ci rattristano e ci demoralizzano. E' importante che tutti comunque riconoscano le emozioni che provano e sappiano dar loro il giusto nome, questo è il primo modo per viverle senza esserne sopraffatti.

E' inoltre importante sapere che le emozioni sono universali, tutte le persone del mondo con le loro diverse culture le vivono e tutte le manifestano attraverso la mimica facciale ed il movimento del corpo.

Saper riconoscere e capire le nostre emozioni è il primo modo per imparare a gestirle, non lasciando che siano loro a gestire impulsivamente i nostri comportamenti, con conseguenze rischiose per noi, per la nostra salute e per l'ambiente.

**Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** di cosa vi siete accorti in questa attività?

**Analizzare:** come vi siete sentiti? Perché?

**Predire:** è importante scoprire quello che sentite e provate davanti alle cose? E' uguale per tutti?

**Suggerire:** nella stessa situazione, ti potrebbe essere utile sapere che provi e vivi emozioni simili ad alcuni e diverse da altri? Perché?

**3° ATTIVAZIONE (INDIVIDUALE)**

**IO IN FAMIGLIA**

**OBIETTIVO:**

- ✓ Rendere i ragazzi consapevoli che il gusto di ognuno di loro è legato ad abitudini e tradizioni famigliari.

Ogni ragazzo dovrà compilare la (scheda 2) INGREDIENTI, annotando gli ingredienti necessari per realizzare alcune pietanze. Per adempiere al compito dovrà essersi confrontato **anticipatamente** con i famigliari o ancor meglio, aver sperimentato direttamente con loro la realizzazione di un piatto e la relativa degustazione. Sarebbe bello poter condividere con la classe le foto di questi attimi di condivisione.

Ogni insegnante valuti quale modalità adottare, a seconda del contesto che sperimenta quotidianamente. Consigliamo alcuni piatti ma, ogni docente potrà scegliere diversamente.

- Pasta al ragù
- Pizza margherita
- Risotto giallo
- Torta margherita
- Minestrone
- Spezzatino di patate

SCHEDA 2



**4° ATTIVAZIONE (in GRUPPO)**

## LA RICETTA CONDIVISA

### OBIETTIVO:

- ✓ Verificare individualmente le diversità di gusti ed abitudini
- ✓ Confrontarsi con gli altri
- ✓ Giungere ad un risultato comune.

Gli studenti che hanno realizzato il medesimo piatto, dovranno riunirsi in gruppo. Gli sarà chiesto di elencare e confrontare gli ingredienti, condividere le diversità e annotarle. Potranno inoltre stilare un nuovo elenco degli ingredienti, da sperimentare direttamente in famiglia. .

### **Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** cosa avete notato in questo lavoro di gruppo?

**Analizzare:** secondo voi è importante sapere che in ogni casa ci sono abitudini differenti? Perché?

**Predire:** se voi foste dei cuochi come vi comportereste in questa situazione?

**Suggerire:** come dovremmo comportarci scendendo in mensa? E' giusto aspettarsi lo stesso cibo di casa?

### PUNTI DA EVIDENZIARE

Il lavoro evidenzierà che ognuno di noi può realizzare la stessa ricetta in modo diverso e personale. A cambiare possono essere non solo gli ingredienti ma, anche le loro quantità, le fasi di lavorazione e le modalità di cottura. Il medesimo piatto, anche se realizzato con gli stessi ingredienti, può risultare molto diverso da quello che SIAMO ABITUATI A CONSUMARE A CASA. Questo è quello che solitamente ci accade quando mangiamo fuori casa, sebbene la portata abbia lo stesso nome ed ingredienti.

Ora vediamo COME FUNZIONA LA MENSA SCOLASTICA.

La stessa ricette po' essere realizzata non solo con ingredienti diversi ma anche con quantità, strumenti e fasi di lavorazioni diverse e modalità di presentazione. Lo stesso piatto quindi, anche se fatto con gli stessi ingredienti può risultare molto diverso.

### 5° ATTIVAZIONE (in GRUPPO)

#### CONOSCERE PER SAPERE

##### OBIETTIVO:

- ✓ Acquisire consapevolezza sul funzionamento di un centro cottura in particolare su igiene, controlli, qualità

In rete sono disponibili diversi video che mostrano il funzionamento di un centro cottura per la ristorazione scolastica; potete selezionarne quelli più pertinenti e vicini al vostro servizio di ristorazione scolastica.



Prima di iniziare la visione dei video suggeriamo di spiegare **anticipatamente** agli studenti il significato di alcuni termini che potrebbero non essere noti scheda 3 (ESPLORO I VIDEO) invitando gli alunni ad annotare tutte le parole che sentono nel video che non conoscono.

#### SCHEDA 3a

<b>CENTRO PRODUZIONE PASTI o CENTRO COTTURA</b>
<b>DERRATE:</b> alimenti
<b>STOCCAGGIO:</b> conservazione
<b>LAY OUT:</b> disposizione e organizzazione del centro cottura
<b>BRASIRA A PRESSIONE:</b> per la cottura dei sughi e cuochi pasta
<b>ABBATTITORE:</b> per raffreddare rapidamente gli alimenti
<b>DIETE di GUSTO:</b> menù stagionali con ampia varietà per accontentare il gusto dei bambini (2000 pasti al giorno)
<b>EROI ANONIMI:</b> i cuochi

#### 6° ATTIVAZIONE (in GRUPPO o INDIVIDUALE)

##### AGUZZA LA VISTA

##### OBIETTIVO:

- ✓ Porre attenzione sui dettagli che evidenziano la professionalità della ristorazione collettiva.

In gruppo attraverso il brainstorming o individualmente evidenziare questi aspetti:

#### SCHEDA 3b

• Come sono vestite le persone che lavorano in cucina?
• Come sono suddivisi gli spazi del centro cottura: che locali ci sono?
• Quanti depositi per gli alimenti ci sono?
• Che strumenti e attrezzi si vedono in cucina?
• Dove vengono preparate le diete speciali?
• Chi decide il menù dei bambini? Secondo voi è facile?
• Chi controlla la mensa?
• Chi sono gli eroi anonimi?

##### **Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** cosa avete osservato in questo video?

**Analizzare:** Perché è importante saper come funziona una mensa scolastica? E' utile sapere che una mensa è sottoposta a controlli rispetto alla qualità dei menù ed ai controlli igienico sanitari?

**Predire:** Secondo voi le persone che si lamentano della qualità sono consapevoli di tutti questi controlli? Voi sapevate che la scuola attraverso la mensa promuove sia l'ampliamento dei vostri gusti che la vostra crescita in salute?

**Suggerire:** Quale atteggiamento dovremo avere scendendo in mensa?

Spunti per concludere, a discrezione delle varie situazioni.

#### AI RAGAZZI

- 1) Formulare, se necessita, una richiesta da parte della classe al Preside, al Dirigente Servizio Scuola, alle ditte di ristorazione, per migliorare: il menu della mensa e renderlo più appetitoso, mantenendo i requisiti di Salute.
- 2) Formulare un Patto di responsabilità dei ragazzi nel rispetto di sé stessi, dell'ambiente, degli spazi e delle persone all'interno della mensa.

#### **TEMPI**

prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 3 ore. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere.

#### **Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum**

##### **4. Il cibo e le emozioni**

**Italiano:** conoscenza di terminologie specifiche, riflessioni e spunti sui comportamenti sociali, civili ed etici in classe e in mensa.

**Scienze:** approfondimenti sugli organi di senso, sulle sensazioni evocate, sulle tecniche di cottura e sicurezza alimentare

**Geografia:** spunti per localizzare la provenienza delle materie prime e caratteristiche climatiche per lo sviluppo delle colture. Tradizioni e abitudini di un territorio (prodotti della tradizione DOP e IGP e la cucina di un territorio).

## 5. UNITA' QUINTA: mi esercito a dire la mia opinione

### 5.1. I comportamenti in evidenza: 1° attivazione

5.1.1. scheda 1a: "UN GIORNO IN MENSA"

5.1.2. scheda 1b: "RISPONDI ALLE DOMANDE"

### 5.2. Esercito la mia assertività ...: 2° attivazione

5.2.1. scheda 2: "ALCUNI SUGGERIMENTI PER APPROFONDIRE ..."

### 5.3. Valorizzo le mie competenze: 3° attivazione

5.3.1. scheda 3: "ECCO QUANDO SONO STATO ASSERTIVO ..."

### 5.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"

5.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA

### 5.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

La mia missione?

Aiutarti a Rinforzare  
l' ASSERTIVITA'

**QUINTA UNITA'**- Classe TERZA

## **MI ESERCITO AD ESPRIMERE LA MIA OPINIONE**

### **SETTING**

Creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da avere a disposizione il banco (attivazione 1-2-4) e uno spazio centrale vuoto per svolgere le simulazioni a coppie o in gruppo (vedi attivazione 3)

### **MATERIALI:**

- UN GIORNO IN MENSA scheda 1a e 1b;
- LE TECNICHE DI RIFIUTO cartellone o se si ha un computer con schermo o LIM, presentazione power point;
- FATICO A DIRE DI NO QUANDO ... scheda 2
- ALCUNI SUGGERIMENTI PER APPROFONDIRE scheda 3
- ECCO QUANDO SONO STATO ASSERTIVO scheda 4
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

Inizio Attività:

### **1° ATTIVAZIONE**(INDIVIDUALE)

#### **I COMPORTAMENTI IN EVIDENZA**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Sperimentare il concetto di empatia ed assertività;  
Riflettere sui comportamenti altrui.

Ad ogni allievo verrà distribuita la copia della storia "UN GIORNO IN MENSA" (scheda 1a). Consigliamo di leggere la storia una prima volta insieme all'insegnante, successivamente si potrebbe realizzare una lettura a più voci della stessa, nella quale i bambini daranno vita ai personaggi. Se l'insegnante lo ritenesse opportuno potrebbe inoltre far drammatizzare la storia dai bambini.

### SCHEDA 1a



Dopo aver letto la scheda, ogni studente dovrà rispondere ai quesiti della scheda 2, per approfondire individualmente le tematiche proposte.

### SCHEDA 1b



Brainstorming con la classe, per riflettere sugli spunti dati e tirare le fila dell'esperienza vissuta.

#### **Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** cosa avete notato nei comportamenti dei ragazzi in mensa?

**Analizzare:** come vi siete sentiti? Vi siete immedesimati in qualcuno? Perché?

**Predire:** E' importante rispettare sé stessi e i propri gusti e convinzioni? Perché?

**Suggerire:** Pensi che avere il coraggio di esporti nel rispetto degli altri, sia un buon modo di relazionarti coi compagni?

**Chi agisce rispettando i suoi gusti e quelli dei compagni?**

**Sapete come si definisce una persona così?**

**Se vi siete immedesimati in qualcuno siete stati ...**



#### **PUNTI DA EVIDENZIARE**

A seguire gli insegnanti potranno esplicitare i concetti di empatia e assertività dandone la definizione.

**EMPATIA:** essere empatici vuol dire mettersi nei panni di un'altra persona, cercare di immaginare che emozioni o sensazioni prova, in una certa situazione, come se a provarle fossimo direttamente noi.

**ASSERTIVITA'**: Essere assertivi vuol dire trovare il coraggio di affermare sé stessi di fronte agli altri. Avere il coraggio delle proprie idee, dei propri gusti per quanto riguarda l'abbigliamento, gli hobby, le scelte alimentari...senza lasciarsi condizionare o intimorire dagli altri e avendone rispetto.

Quando siamo in classe o nei momenti di gioco, può capitare che si sviluppino incomprensioni e si vivano dei momenti di tensione, che possono sfociare in litigi con i compagni. Queste situazioni nascono dal fatto che si fatica ad esprimere le proprie opinioni, che è spesso difficile rinunciare a qualcosa che ci piace molto e ancor più è difficile accettare le idee o opinioni altrui. Oggi impareremo che è importante dire ciò che pensiamo e ci eserciteremo ad affermare la nostra opinione.

Essere assertivi significa avere la capacità di esprimere sé stessi, rifiutando ciò che può danneggiarci e che ci viene suggerito da altri (es. dividere scorrettamente la pattumiera, rovinare l'ambiente, sprecare le risorse, proporci sostanze dannose per la nostra salute)

Dire "NO", non vuol dire negare qualsiasi cosa o evitare le richieste di insegnanti e genitori in nome della pigrizia. Dire "NO" è molto più complesso e significa avere la forza di affermare ciò che secondo te è giusto e corretto sebbene gli amici, i compagni e parte della società facciano il contrario.

Spiegazione delle tecniche di rifiuto attraverso un cartellone o una presentazione powerpoint

### **Tecniche di rifiuto**

- Dire di NO in maniera convinta ("NO, non si butta la carta per terra!")
- Continua a dire di no ("NO, davvero. Quante volte te lo devo dire. NO, no, no")
- Dare una spiegazione ("NO, grazie. Non credo sia giusto buttare i rifiuti per terra!")
- Allontanarsi dalla situazione ("Scusate, non mi piace disegnare sui muri!")
- Suggestire qualcos'altro da fare ("Non buttiamo la frutta, mangiamola domani per merenda!")

DOMANDA: in quali situazioni fate fatica a dire di no? Voi avete qualche esempio?

### **2°ATTIVAZIONE**(in COPPIA)

#### **ESERCITO LA MIA ASSERTIVITA'**

##### **OBIETTIVO:**

- ✓ Esercitare a turno con i compagni le competenze acquisite.

Si dividono i bambini in coppie, si chiede a turno ad ogni coppia di drammatizzare la situazione descritta nella scheda 2 (ALCUNI SUGGERIMENTI PER APPROFONDIRE) davanti ai compagni. Le situazioni sono create affinché un bambino agisca un'azione errata e l'altro in modo pertinente, reagisca dicendo di NO ma, esercitando l'ASSERTIVITA'. Gli studenti, se c'è tempo, possono scambiarsi i ruoli ed i copioni.

## SCHEDA 2



Brainstorming con la classe, per riflettere sugli spunti dati e tirare le fila dell'esperienza vissuta.

### **Quattro domande per concludere:**

**Osservare:** è stato facile dire di no ai vostri compagni?

**Analizzare:** come vi siete sentiti? Che difficoltà avete incontrato?

**Predire:** riuscireste ad esprimere il vostro punto di vista di fronte ad un amico o ad un gruppo che vi propone esperienze per voi sbagliate o sconvenienti?

**Suggerire:** Quale modello può esserci di aiuto? STOP, PENSA e VAI!

## **3° ATTIVAZIONE**(INDIVIDUALE)

### **VALORIZZO LE MIE COMPETENZE**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Rinforzare l'autostima, l'assertività e le competenze acquisite

Ad ogni alunno viene richiesto di disegnare un fumetto, che preveda dialoghi fra i vari personaggi ed evidenzi un comportamento assertivo (prendendo spunto dalla vita quotidiana, da quello che succede a scuola, a casa, all'oratorio ...). Può essere utilizzata la scheda 4 o un foglio scrivendo l'attività da svolgere alla lavagna.

## SCHEDA 3



**TEMPI:** prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 2 ore circa. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere. Se per esempio si vuol realizzare l'approfondimento della scheda 3 i tempi si dilateranno.

### **Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum scolastico**

#### **5. Mi esercito a dire la mia opinione**

**Italiano:** scrittura di storie coraggiose, conoscenza di terminologie specifiche

**Cittadinanza:** approfondimenti comportamenti sociali rispettosi degli altri e di se stessi.



## 6. UNITA' SESTA: cibo e pianeta (1): le risorse

- 6.1. Dal seme alla vita: attivazione propedeutica
- 6.2. Dal campo alla tavola: 1° attivazione
- 6.3. Le risorse nel piatto: 2° attivazione
- 6.4. Le impronte nell'ambiente: 3° attivazione
  - 6.4.1. scheda 1: "CALCOLIAMO L'IMPRONTA IDRICA"
- 6.5. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
  - 6.5.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
- 6.6. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

La mia missione?

Aiutarti a usare al  
meglio le RISORSE

## UNITA' SESTA - classe TERZA

### CIBO E PIANETA (1): L'USO DELLE RISORSE

#### SETTING

Creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da avere a disposizione uno spazio centrale vuoto per svolgere le attività in gruppo (vedi attivazioni 1-2) e il banco mantenendo una buona visione dello schermo della LIM per la proiezione del video (attivazione 3)

#### MATERIALI:

- Computer con schermo o LIM
- Connessione internet
- Semi di semi a scelta (zucca, limone, fagioli, lenticchie, ceci, basilico, avena, grano, mais ...)
- Vasetto yogurt vuoto o altro contenitore
- Terra o ovatta
- Carta di giornale
- Busta con inserite le immagini raffiguranti le fasi della filiera alimentare
- Cartellone bianco
- Pennarelli colorati
- IMPRONTA IDRICA: presentazione Power Point
- QUESTIONARIO IMPRONTA IDRICA: scheda 1
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

#### Inizio attività

**ATTIVAZIONE PROPEDEUTICA** facoltativa (INDIVIDUALE o DI GRUPPO)

#### DAL SEME ALLA VITA

#### OBIETTIVO:

- ✓ Conoscere i tempi ed i ritmi della natura
- ✓ Scoprire quali sono le risorse naturali necessarie a produrre un alimento
- ✓ Scoprire le energie che investe l'uomo per produrre gli alimenti

Preparare per ogni studente un seme (a scelta dell'insegnante o degli alunni es. fagiolo, lenticchia, zucca, limone, o una piantina di basilico ...), dei bicchieri o contenitori di plastica (meglio se trasparenti), che andranno lievemente bucati sul fondo, piattini di plastica, da usarsi come sottovaso, carta di giornali per rivestire i banchi, del terriccio da coltura e acqua. Ogni bambino planterà il seme ed avrà il compito di curarlo nel tempo. Dovrà stare attento che sia esposto al sole, che riceva il giusto quantitativo di acqua e che cresca rigoglioso.



Ogni alunno una volta alla settimana dovrà compilare un scheda di osservazione in cui fine fatto il disegno di quello che osservo e vengono registrati i cambiamenti dei semi e la crescita delle piantine.

Esempio di SCHEDA DI REGISTRAZIONE:

Oggi data ..... Ho seminato: .....				
Compilare la tabella ogni .....				
	Data:	Data:	Data:	Data:
<b>Disegno i cambiamenti che osservo</b>				
<b>Descrivo i cambiamenti che osservo</b>				

La classe intera farà in tal modo esperienza dei tempi della natura, delle risorse ambientali necessarie alla realizzazione di un alimento, delle risorse umane che vanno messe in campo.

### **1° ATTIVAZIONE** (in GRUPPO)

#### **DAL CAMPO ALLA TAVOLA...**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Acquisire consapevolezza sul percorso che il cibo compie prima di arrivare sulle nostre tavole, le persone coinvolte, le attrezzature richieste.

Dividere la classe in gruppi di 3-4 alunni. A ciascun gruppo verrà data una busta con all'interno le immagini raffiguranti le varie fasi principali di una filiera alimentare. Chiedere ai ragazzi mettere in ordine le tessere in modo da comporre la filiera dell'alimento dal campo alla tavola. Le filiere da comporre saranno:

- Dal germoglio al piatto di insalata mista
- Dal germoglio alla spremuta d'arancia
- Dal seme al pane
- Dal seme al piatto di pasta al pomodoro



- Dal plancton alla platessa impanata
- Dalla mucca al formaggio
- Dal vitello alla bistecca
- Dal pulcino alla frittata

Al termine ogni gruppo presenterà ai compagni il lavoro svolto, disponendole tessere per terra. L'insegnante potrà approfondire gli aspetti relativi al lungo percorso del cibo che dal campo giunge alla nostratavola.

## 2° ATTIVAZIONE (in GRUPPO)

### LE RISORSE NEL PIATTO

#### OBIETTIVO:

- ✓ Evidenziare le risorse necessarie per produrre il cibo.

L'insegnante appende un cartellone bianco e mette a disposizione dei pennarelli colorati. Attraverso la tecnica del brainstorming si chiede ai ragazzi di illustrare quali sono risorse necessarie per poter realizzare le filiera che hanno appena composto. Mentre vengono illustrate l'insegnante chiede all'alunno di avvicinarsi al cartellone a scriverle.

#### CARTELLONE

LE RISORSE  
DELL'AMBIENTE

#### **Quattro domande per concludere:**

- **Osservare:** cosa avete osservato nel sistemare le immagini?
- **Analizzare:** pensate la produzione di un alimento o di una materia prima sia semplice? Perché?
- **Predire:** quali sono le energie che l'ambiente spende per produrre il cibo? E cosa potrebbe accadere?
- **Suggerire:** Pensate che possa essere utile valorizzare quello che avete a disposizione? Credete di poter cambiare qualche abitudine?

## 3° ATTIVAZIONE (in GRUPPO o INDIVIDUALE)

### LA VITA DEGLI ALIMENTI

#### OBIETTIVO:

- ✓ Rinforzare gli obiettivi delle unità precedenti



Dividere i ragazzini in gruppetti; a ciascun gruppo vengono distribuite tre tessere di una filiera di produzione di un alimento: due iniziali e una finale con l'alimento (es. fattoria, contadino e fragole) viene dato il compito di iniziare ad incollare su un foglio le tessere iniziali e proseguire disegnando le fasi della filiera successive fino ad arrivare all'alimento rappresentato nelle tessera.

Ecco le filiere proposte:

- Dalla fattoria all'uovo. (es. pulcino, mais, terra, spazio di movimento, acqua, sole, gallina.)
- Dal contadino alla patata. (es. terra, semina, irrigazione, germoglio, crescita della patata, raccolta, pulitura.)
- Dal contadino alla zuccina. (es. terra, semina, irrigazione, germoglio, fioritura, crescita della zuccina, maturazione, raccolta, pulitura.)
- Dal contadino alla fragola. (es. terra, semina, irrigazione, germoglio, crescita della fragola, maturazione raccolta, pulitura superficiale.)
- Dal contadino ai fichi. (es. terra, pianta, sole, acqua, gemma, fiore, frutto, maturazione, raccolta)
- Dalla fattoria al latte. (es. vitellino, fieno, terra, spazio, crescita, mucca, mungitura, raffreddamento, vendita)
- Dal contadino al pomodoro. (es. terra, semina, irrigazione, germoglio, fioritura, crescita della pomodoro, maturazione, raccolta, pulitura.)

Il disegno può essere poi completato aggiungendo le risorse necessarie per alimentare questa filiera e infine aggiungendo dei fumetti o scrivendo la storia di quell'alimento dal campo alla tavola.

### **3° ATTIVAZIONE** (di GRUPPO) (10 minuti)

#### **LE IMPRONTE NELL'AMBIENTE**

##### **OBIETTIVO:**

- ✓ Evidenziare le quantità di acqua necessarie produrre il cibo.

L'insegnante riporta l'attenzione sulle filiere disegnate dai gruppi chiede a i ragazzi secondo loro qual è la filiera che richiede l'utilizzo di maggiori quantità d'acqua e perché

Il docente potrà dare ora la definizione di impronta idrica, supportato da una presentazione su Power Point che evidenzia il quantitativo di acqua utilizzato per ciascun alimento e per alcuni oggetti di uso comune.

IMPRONTA IDRICA: presentazione Power Point



#### 4° ATTIVAZIONE(INDIVIDUALE)

##### LA MIA IMPRONTA IDRICA E QUELLA DELLA MIA CLASSE

###### OBIETTIVO:

- ✓ Riflettere sull'uso dell'acqua nella vita quotidiana e l'impatto sull'impronta idrica.

L'impronta idrica corrisponde alla quantità di acqua impiegata per produrre i beni e i servizi che consumi.

Attraverso la compilazione individuale del QUESTIONARIO PER CALCOLARE L'IMPRONTA IDRICA: scheda 1e successivamente all'inserimento dei dati nel calcolatore online mediante il sito <http://aquapath-project.eu/calculator-it/calculator.html> si calcherà l'impronta idrica individuale.

Condivisione dei risultati osservati.

###### **Quattro domande per concludere:**

- **Osservare:** di cosa abbiamo parlato in questa unità? Quali attività abbiamo realizzato?
- **Analizzare:** cosa abbiamo evidenziato e per quale motivo ne abbiamo parlato?
- **Predire:** pensate che le risorse ambientali siano infinite?
- **Suggerire:** Cosa vi potrebbe essere utile, di quanto appreso, nella vita di tutti i giorni?

###### TEMPI

Prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 3-4 ore circa. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere. Se per esempio viene effettuata l'attività propedeutica iniziale con la semina o se si vogliono realizzare degli approfondimenti della 4° attivazione i tempi si dilateranno. In tal caso si potrebbe dividere l'unità in due parti.

##### **Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum**

###### **6. Cibo e Pianeta (1): Le risorse**

**Scienze:** tale unità permette di conoscere le fasi di crescita dei vegetali e produzione degli alimenti attraverso la sperimentazione personale, le risorse necessarie e approfondendo tematiche ambientali.

**Geografia:** permette di dedicare attenzione all'impiego del sottosuolo, all'utilizzo delle risorse, al ruolo che l'uomo riveste nella creazione della filiera alimentare, nello spreco e nell'inquinamento ambientale.

**Italiano:** conoscenza di terminologie specifiche, spunti di riflessione su temi legati all'ambiente e all'attualità.



## 7. UNITA' SETTIMA: cibo e pianeta (2): lo spreco alimentare

7.1. La storia di un frutto: 1° attivazione

7.2. Non buttare quel pezzo di pane: 2° attivazione

7.3. Lo spreco a scuola e in mensa: 3° attivazione

7.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"

7.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA

7.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum

La mia missione?

Aiutarti a Prendere decisioni  
per NON SPRECARE

UNITA' SETTIMA - classe TERZA

## **CIBO E PIANETA (2): LO SPRECO ALIMENTARE**

### **SETTING**

Creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da avere a disposizione uno spazio centrale vuoto per svolgere le attività in gruppo (vedi attivazione 1-2) e il banco mantenendo una buona visione dello schermo della LIM per la proiezione del video (vedi attivazione 3).

### **MATERIALI**

- Computer con schermo o LIM
- Connessione internet (video)
- Cartellone LE RISORSE AMBIENTALI (realizzato nell'unità precedente)
- Biglietti colorati o post-it
- Tessere con le immagini delle fasi principali di una filiera (ES. frutta)
- Tessere con immagini dello spreco lungo la filiera (ES. frutta)
- Pennarelli colorati
- Cartellone bianco
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

### **Inizio attività**

Attraverso la tecnica del brainstorming, chiedere ai ragazzi una piccola sintesi degli argomenti affrontati nell'unità precedente. Viene ripreso il cartellone LE RISORSE AMBIENTALI

### **1° ATTIVAZIONE**(INDIVIDUALE o A COPPIE)

#### **LA STORIA DI UN FRUTTO...**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Acquisire consapevolezza sullo spreco alimentari e i punti della filiera in cui si realizza

L'insegnante dispone per terra al centro della classe le tessere con le fasi principali di UNA filiera ESEMPIO:

- FRUTTA: frutteto – raccolta – trasporto – vendita – cesto della frutta a casa - tavola

Distribuisce ai ragazzi dei foglietti o post-it: chiede ai ragazzi di scrivere un punto della filiera in cui si può sprecare cibo e il perché se a qualche bambino viene in mente. Poi di alzarsi e posizionarlo vicino alla relativa immagine della filiera. Quando tutti gli alunni hanno posizionato il post-it l'insegnante chiede ad un alunno di venire a leggere i messaggi contenuti e attraverso il brainstorming si evidenzieranno le cause dello spreco lungo la filiera.



Al termine l'insegnante posizionerà le tessere con le immagini dello spreco lungo la filiera:

- FRUTTA: frutteto + FRUTTA A TERRA, raccolta + CESTE DI FRUTTA PICCOLA O CON DIFETTI SCARTATA, trasporto + CASSE DI FRUTTA CHE CADONO E SI DANEGGIANO, vendita +FRUTTA CON DIFETTI O AMMACCATA, cesto della frutta a casa + FRUTTA LASCIATA A MARCIRE, tavola + FRUTTA AVANZATA O SBUCCIATA ECCESSIVAMENTE.

**PER PUNTUALIZZARE** (fonte: tratto da “Il kit anti-spreco” REDUCE marzo 2019)

**La fase di produzione primaria** dei prodotti ortofrutticoli comprende le attività di semina, coltivazione e raccolta. Una delle principali cause di spreco in questa fase sono i danni accidentali causati da eventi atmosferici avversi (pioggia, gelo, siccità) o da vari fattori biologici (malattie, infestazioni parassitarie). Altre importanti cause di spreco, più direttamente riconducibili all'uomo, sono la sovrapproduzione e l'esclusione dalla commercializzazione dei prodotti che non raggiungono i requisiti estetici (forma o dimensione) imposti dalle normative o previsti nei capitolati stipulati dai produttori e o dall'industria alimentare con il comparto distributivo. Per quanto riguarda l'Italia, nel 2012 la produzione agricola rimasta in campo è stata circa pari al 2,47%, equivalente a 12.466.034 quintali di prodotto agricolo.

**La fase di distribuzione** costituisce l'insieme di attività necessarie a mettere a disposizione dell'utente finale i beni alimentari. Nella fase distributiva, gli sprechi possono generarsi al di fuori o all'interno del punto vendita. All'esterno del punto vendita la perdita di cibo può essere causata dal venir meno dei requisiti igienico-sanitari (es. interruzione della catena del freddo), a danneggiamenti fisici che rendono proibitiva la vendita del prodotto, o al mancato raggiungimento dei requisiti di forma e dimensione, che provocano il respingimento del bene alimentare e dunque il mancato accesso ai canali distributivi. Alcuni contratti di fornitura molto rigidi prevedono infatti clausole di take back, che obbligano il produttore ad accettare il reso del prodotto con una ridotta vita residua. All'interno del punto vendita la quota maggiore di spreco correlata all'elevata deperibilità dei prodotti freschi come carne, pesce, cibi pronti, ortofrutta e prodotti da forno. Altre fonti di spreco derivano dall'esigenza di dover presentare scaffali sempre traboccanti di beni alimentari, al lancio di nuovi prodotti, o a danneggiamenti fisici (confezione rotta, etichetta strappata, etc.).

Occorre infine porre l'accento sulle strategie di vendita del tipo “compra 2 e paghi 1” che il più delle volte hanno lo scopo di smaltire prodotti prossimi alla scadenza o rifornimenti eccessivi. Queste offerte spingono il consumatore ad acquistare quantità eccessive di alimenti, con il rischio di buttarne una buona parte a casa. In questo caso, la strategia di vendita non ha favorito una riduzione dello spreco di cibo, ma si è limitata a spostarne la generazione dalla fase di distribuzione a quella del consumo domestico

**2° ATTIVAZIONE** (in GRUPPO)

**NON BUTTARE QUEL PEZZO DI PANE**

**OBIETTIVO:**

- ✓ Rinforzare gli obiettivi dell'attivazione precedente (acquisire consapevolezza sullo spreco alimentari e i punti della filiera in cui si realizza).

L'insegnante introduce la proiezione del video puntualizzando gli aspetti su cui focalizzare l'attenzione.

VIDEO: Lo spreco alimentare in Italia e nel mondo – Super Quark 09/08/2017

LINK: <https://www.youtube.com/watch?v=VclZwgAS2MM>

L'insegnante appende un cartellone bianco a una parete della classe facilmente accessibile. Procedo poi chiedendo agli alunni cosa li ha colpiti di più del video e invita un alunno venire a riportarli sul cartellone utilizzando pennarelli colorati. Attraverso la tecnica del brainstorming si raccolgono le impressioni della classe.

### **CARTELLONE**

LO SPRECO ALIMENTARE IN  
ITALIA E NEL MONDO

**PER PUNTUALIZZARE** (fonte: tratto da “Il kit anti-spreco” REDUCE marzo 2019)

**Per ristorazione collettiva** si intende il comparto di filiera che comprende tutte le attività di produzione e distribuzione di pasti pronti, di cui fanno parte i ristoranti, i fast-food, le mense, i servizi catering e anche i distributori automatici di alimenti e bevande. **Una parte significativa degli sprechi** che si generano nella ristorazione collettiva è imputabile alle fasi di preparazione; a questi si aggiungono sprechi derivanti dal cibo che è stato preparato in eccesso e che non viene mai servito, e dagli alimenti serviti ma non consumati dai clienti. Secondo uno studio “Lo spreco a scuola” - Indagine sugli sprechi alimentari nelle mense scolastiche, condotto dal progetto REDUCE su 78 plessi di scuola primaria, quasi il 30% della quantità di cibo preparato non è consumata durante il pasto: di questi alimenti, la maggior parte sono dovuti ad avanzi dei piatti (16,7% della quantità preparata) e quasi la metà sono costituiti da cibo intatto lasciato in refettorio (12,7%). Un terzo del cibo non consumato (7,8% della quantità preparata) e composto per la maggior parte da pane e frutta è recuperato, mentre i restanti due terzi (21,7% della quantità preparata) sono gestiti come rifiuto e quindi sprecati. Anche ATS Brianza con **l'osservatorio dello spreco in ristorazione scolastica** attivo dal 2016 ha osservato dati nelle scuole del nostro territorio.

**Lo spreco alimentare nella ristorazione collettiva** è anche dovuto a scelte gestionali, quali l'acquisto di scorte eccessive di alimenti finalizzate a garantire in ogni momento un'ampia possibilità di scelta nel menù, che poi non riescono ad essere smaltite in tempo. Altra causa di perdita di cibo è rappresentata dagli elevati standard qualitativi, da cui non sono esenti nemmeno i fast food: ad esempio, le patatine fritte devono essere eliminate dalla vendita superati i 7 minuti dalla loro preparazione, gli hamburger dopo 20 minuti. Sulla quantità di scarti lasciati nel piatto dal consumatore, incidono particolarmente le porzioni troppo abbondanti, gli accostamenti di cibo poco graditi e la scarsa diffusione di pratiche che permettano di portare a casa i propri avanzi per poterli consumare in un secondo momento. In termini quantitativi e nutrizionali i dati risultano essere a dir poco allarmanti: negli USA dal 1982 al 2002, le dimensioni delle porzioni sono notevolmente aumentati negli ultimi 30 anni e le dimensioni delle porzioni consumate dagli americani sono da 2 a 8 volte più grande rispetto agli standard previsti dall'USDA e dal FDA.

**Lo spreco alimentare domestico** si riferisce al cibo ancora perfettamente commestibile che è gettato all'interno delle mura domestiche. Gli alimenti più frequentemente sprecati sono i prodotti deperibili come frutta, verdura, latte, formaggi freschi, latte, yoghurt, uova, carne e pesce. Le principali cause dello spreco domestico sono il superamento della data di scadenza, un'errata interpretazione delle diverse diciture riportate in etichetta "da consumarsi entro" e "da consumarsi preferibilmente entro", la scorretta conservazione degli alimenti, le preparazioni eccessive, i danneggiamenti durante la preparazione e la cottura del cibo, e il mancato recupero degli avanzi dei piatti. Altre fonti di spreco sono infine dovute a una disattenta gestione delle scorte alimentari e all'acquisto di quantità eccessive di alimenti spesso incentivate dalle promozioni "compra 2 paghi 1", cui può conseguire un deterioramento del cibo causato da un uso non tempestivo.

**Quattro domande per concludere:**

- **Osservare:** di cosa abbiamo parlato in questa unità? Quali attività abbiamo fatto?
- **Analizzare:** Cosa è stato facile e cosa è stato difficile e perché?
- **Predire:** Cosa hai imparato in questa unità?
- **Suggerire:** Che cosa ti potrà essere utile nella vita di tutti i giorni?

**TEMPI:** prevediamo per la realizzazione completa dell'unità 2 ore circa. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere. Se per esempio si vuol realizzare l'approfondimento della 3° attivazione (riportata di seguito) i tempi si dilateranno.

**3° ATTIVAZIONE (FACOLTATIVA)**- Scuole aderenti all'osservatorio ATS BRIANZA dello Spreco e dello Scarto-

**LO SPRECO A SCUOLA E IN MENSA**

**OBIETTIVO:**

- ✓ Acquisire consapevolezza sull'entità dello spreco alimentare in mensa o a scuola (es. "merenda salutare" a metà mattina).

Se la scuola aderisce al progetto di ATS Brianza "OSSERVATORIO DELLE SPRECO IN RISTORAZIONE SCOLASTICA" l'insegnante potrebbe elaborare insieme agli alunni i dati insieme all'insegnante di matematica calcolare le % dello SPRECO (quantità di cibo che è avanzate in teglia che è ancora possibile consumare se adeguatamente conservata) e % di SCARTO (quantità di cibo non consumata dagli alunni che può essere solo buttata) I RIFIUTI complessivi (la quantità Kg di cibo totale buttata).

Fare dei grafici per visualizzare il cibo più SPRECATO E SCARTATO. Visualizzare l'entità dei rifiuti mettendolo a confronto con esempi concreti (es. peso di 1 moto o peso di 1 auto peso di furgone etc...).

Analizzare i risultati e studiare BUONE PRATICHE per ridurre lo spreco. Condividerle con commissione mensa, comune e azienda di ristorazione.

### **Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum**

#### **7. Cibo e Pianeta (2): lo spreco**

**Scienze:** tale unità permette di approfondire le fasi di crescita dei vegetali e produzione degli alimenti attraverso la sperimentazione personale, le risorse necessarie e le fasi della filiera in cui si realizza lo spreco alimentare e approfondire le tematiche ambientali.

**Geografia:** permette di dedicare approfondire gli aspetti legati all'impiego del sottosuolo, all'utilizzo delle risorse, al ruolo che l'uomo riveste nella creazione della filiera alimentare, nello spreco e nell'inquinamento ambientale.

**Italiano:** conoscenza di terminologie specifiche, offre spunti di riflessione su temi legati all'ambiente e all'attualità.

## 8. UNITA' OTTAVA: cibo e pianeta(3): lo spreco domestico

- 8.1. La carta d'identità degli alimenti: 1° attivazione
  - 8.1.1. scheda 1: "CARTA D'IDENTITA DELL'ALIMENTO"
  
- 8.2. Tutto in ordine: 2° attivazione
  - 8.2.1. scheda 2: "OGNI COSA AL SUO POSTO: LA DISPENSA"
  - 8.2.2. scheda 3 : "OGNI COSA AL SUO POSTO: IL FRIGORIFERO"
  - 8.2.3. scheda 1: "LA LISTA DELLA SPESA"
  
- 8.3. Laboratorio sensoriale anti-spreco: vista, tatto e olfatto: 3° attivazione
  
- 8.4. Riassumiamo insieme: "QUATTRO DOMANDE PER CONCLUDERE"
  - 8.4.1. Coinvolgiamo i genitori: LETTERA ALLA FAMIGLIA
  
- 8.5. Spunti e appunti per l'integrazione del Curriculum



UNITA' OTTAVA -classe TERZA

## **CIBO E PIANETA (3): LO SPRECO DOMESTICO**

### **SETTING**

Creare in classe un ambiente che faciliti il contatto visivo fra i compagni e che accorci le distanze fra loro. Per le attivazioni di questa unità può essere utile la disposizione dei banchi a ferro di cavallo in modo da avere il banco mantenendo una buona visione dello schermo della LIM per la presentazione in power point (vedi attivazione 1-2-3) nello stesso tempo uno spazio centrale vuoto per svolgere le attività in gruppo.

### **MATERIALI**

- Computer con schermo o LIM
- LO SPRECO ALIMENTARE IN ITALIA E NEL MONDO cartellone unità settimana
- Presentazione power point STOP ALLO SPRECO DOMESTICO
- Confezioni vuote intere di alimenti
- CARTA D'IDENTITA DELL'ALIMENTO scheda 1
- Penna o matita, forbici e colla
- OGNI COSA AL SUO POSTO: LA DISPENSA scheda 2
- OGNI COSA AL SUO POSTO: IL FRIGORIFERO scheda 3
- LISTA DELLA SPESA scheda 4
- Pennarelli colorati
- Cartellone bianco
- LETTERA ALLA FAMIGLIA

### **Inizio attività**

Attraverso la tecnica del brainstorming, chiedere ai ragazzi una piccola sintesi degli argomenti affrontati nell'unità precedente. Viene ripreso il cartellone compilato al termine della visione del video LO SPRECO ALIMENTARE IN ITALIA E NEL MONDO e si introduce il tema dello spreco domestico e alcune azioni per contenerlo sono affrontate in questa unità.

### **Cosa possiamo fare a casa per contenere lo spreco alimentare a casa?**

#### **1° ATTIVAZIONE** (INDIVIDUALE o A COPPIE)

#### **LA CARTA D'IDENTITA DEGLI ALIMENTI...**

#### **OBIETTIVO:**

- ✓ Saper riconoscere le informazioni in etichetta utili a contenere lo spreco domestico

Singolarmente o a coppie gli alunni comporranno la carta d'identità degli alimenti.

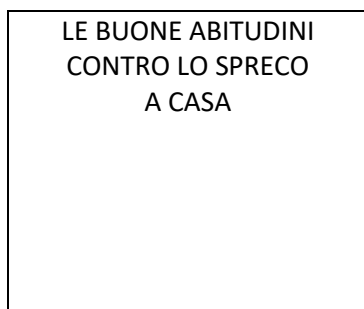
Viene distribuito a ogni alunno la scheda 1: CARTA D'IDENTITÀ DELL'ALIMENTO e una confezione vuota di un alimento. Si invitano i bambini a ricercare e cerchiare con una penna o pennarello sulla confezione queste informazioni:

- Nome del prodotto
- Foto del prodotto
- Ingredienti e allergeni
- Durata dell'alimento
- Peso netto
- Modalità di conservazione
- Origine e provenienza
- Codice a barre

Una volta individuate e cerchiare gli alunni procederanno a ritagliare la confezione e a incollare le informazioni sulla carta d'identità oppure a trascriverle.

Terminato il lavoro si metteranno a confronto le informazioni trovate. L'insegnante appende in un punto dell'aula facilmente accessibile un cartello bianco. Attraverso il brainstorming si individueranno le informazioni riportate nella carta d'identità utili per contenere lo spreco a casa. Si invita un alunno a scriverlo sul cartellone "BUONE LE ABITUDINI CONTRO LO SPRECO A CASA".

CARTELLONE:



**PUNTI DA EVIDENZIARE** (fonte: tratto da "Il kit anti-spreco" REDUCE marzo 2019)

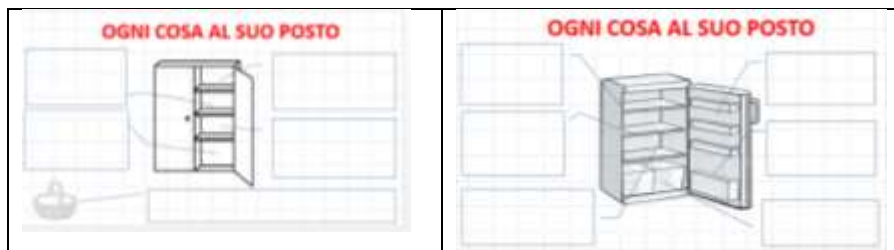
Sull'etichetta alimentare possiamo trovare indicazioni **per una corretta conservazione** (modalità di conservazione) prima e dopo l'apertura della confezione, oltre al tempo entro cui consumare l'alimento una volta aperto. **La provenienza dell'alimento** indica invece la sua origine e la distanza che separa il luogo di produzione dal luogo di consumo, consentendo di riflettere anche sulle risorse implicite necessarie al suo trasporto e alla sua commercializzazione. Questo tipo di informazione non la troviamo purtroppo su tutti gli alimenti è obbligatoria solo per carni bovine, pesce, frutta e verdura, miele, olio extravergine d'oliva, carni fresche e congelate delle specie suina, ovina, caprina e avicola, prodotti biologici e DOP e IGP. L'indicazione del **peso** rappresenta uno strumento essenziale per prevenire gli sprechi, in quanto aiuta a pianificare i pasti







SCHEDA 2 e SCHEDA 3



Attraverso il brainstorming si individueranno le informazioni per contenere lo spreco domestico

Si invita un alunno a scriverle sul cartellone "BUONE LE ABITUDINI CONTRO LO SPRECO A CASA".

**Quattro domande per concludere:**

- **Osservare:** cosa avete notato in queste attivazioni?
- **Analizzare:** vi sembra sia importante riporre correttamente gli alimenti? Perché?
- **Predire:** cosa succederebbe se non conservassimo correttamente gli alimenti? Avremmo utilizzato bene le risorse? E i nostri soldi
- **Suggerire:** cosa pensate di cambiare delle vostre abitudini dopo questo progetto?

**PER SAPERNE DI PIU'** : consulta le indicazioni del Ministero della Salute "Il mio frigorifero" al link

[http://www.salute.gov.it/portale/news/p3\\_2\\_3\\_1\\_1.jsp?menu=dossier&id=8](http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_3_1_1.jsp?menu=dossier&id=8)

Traccia per la correzione dell'attivazione 2 (scheda 1 e scheda 2)

**AD OGNI COLORE IL SUO POSTO. I prodotti non evidenziati si conservano in dispensa**

uova, latte, cipolle, patate, carote, bistecche, wurstel, mozzarella, biscotti per colazione, prosciutto cotto, yogurt, marmellata confezione aperta, tonno in scatola, insalata, banane, acqua, arance, formaggio grattugiato, vasetto di olive confezione chiusa, fette biscottate, pane, pomodori, pasta, riso, mele, passata di pomodoro confezione chiusa, farina, zucchero, lenticchie secche, fagioli in scatola chiusa, sogliola, minestrone di verdure avanzato, fragole.



Per saperne di più, consulta le indicazioni del Ministero della Salute “Il mio frigorifero” al link

[http://www.salute.gov.it/portale/news/p3\\_2\\_3\\_1\\_1.jsp?menu=dossier&id=8](http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_3_1_1.jsp?menu=dossier&id=8)

	<p><b>Parte a temperatura intermedia (4-5°C)</b>  <b>Uova, latticini, yogurt, dolci a base di creme e panna, salumi</b>  <b>CONSIGLIO UTILE</b> Latte e panna devono essere consumati entro la data di scadenza e, in ogni caso, entro 2-3 giorni dall'apertura della confezione. Le uova devono essere sempre conservate in frigorifero e consumate non oltre la data indicata. I formaggi vanno protetti con un foglio di alluminio da cucina o con carta oleata e riposti in appositi contenitori chiusi. I salumi vanno lasciati nella carta per alimenti e protetti con fogli di alluminio chiusi ai bordi e riposti in contenitori ermetici o sacchetti per la congelazione ben chiusi.</p>
	<p><b>Parte centrale a temperatura intermedia (2-4°C)</b>  Alimenti già cotti riposti in contenitori chiusi o ben coperti per evitare contaminazioni (ragù di carne, lasagne avanzate, arrosto cotto, prosciutto cotto, arrosto di tacchino).</p>
	<p><b>Parte a temperatura minore (0-2°C)</b>  <b>Carne e pesce</b>  <b>CONSIGLIO UTILE</b>  Il pesce, eviscerato e lavato, va riposto in un contenitore o avvolto in una pellicola per alimenti e consumato entro 24 ore. La carne ha tempi di conservazione diversi, a seconda del tipo e del taglio: deve essere consumata entro 24 ore se macinata, entro 48 ore se di pollo o tacchino, entro 3 giorni in caso di affettati non confezionati e carne fresca in genere.</p>
	<p><b>Parte a temperatura maggiore (7-10°C)</b>  <b>Verdure, frutta, prodotti che necessitano di una minore refrigerazione (es. bibite, burro)</b>  <b>CONSIGLIO UTILE</b>  Frutta e verdura possono essere danneggiate da temperature troppo basse e vanno consumate rapidamente per evitarne il deterioramento</p>

Puoi scaricare anche il decalogo “Sicurezza del frigorifero”

[http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_opuscoliPoster\\_190\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_190_allegato.pdf)



### 3° ATTIVAZIONE (in GRUPPO)

#### LABORATORIO SENSORIALE ANTI-SPRICO: VISTA ,TATTO, OLFATTO ,

#### OBIETTIVO:

- ✓ Saper riconoscere alimenti ancora commestibili anche se presentano qualche difetto

Spesso un'errata valutazione ci può portare a buttare cibo che potrebbe essere ancora consumato. Se è vero che la data di scadenza di un alimento è un importante criterio di scelta dei prodotti, una sorta di garanzia sulla vita di un alimento, quando si tratta di decidere se gettare o conservare lo stesso, il criterio della scadenza sfuma lasciando spazio ai 5 sensi.

Attraverso la presentazione su Power Point l'insegnante presenta come i sensi ci sono indispensabili per aiutarci ad evitare lo spreco. Nelle diapositive si mostrano anche dei cibi che pur non essendo in scadenza non devono essere consumati: la qualità del prodotto che appare ai nostri sensi ci svia da questo pericolo, tutelando la nostra salute.

#### PUNTI DA EVIDENZIARE

**LA VISTA** controlla la presenza di segni che possono far dubitare della sicurezza dell'alimento (colore, aspetto, presenza di muffa, chicchi bucati, presenza di insetti, confezione gonfia ...)

**IL TATTO:** attraverso la consistenza ci può far capire che il prodotto è alterato.

**L'OLFATTO** chiarisce ogni dubbio, un odore intenso molto diverso o sgradevole di fornisce la conferma.

**Quattro domande per concludere:**

- **Osservare:** cosa avete osservato in questa presentazione?
- **Analizzare:** pensate che quei prodotti siano commestibili, nonostante non siano scaduti?
- **Predire:** In questi casi chi può aiutarci a scegliere per la nostra salute?
- **Suggerire:** Pensate di poter cambiare qualche abitudine?

**QUALCHE CONSIGLIO PER MAMMA E PAPA'**

Le cause dello spreco domestico sono diverse:

- Sovrastima della spesa, mancanza di una lista e acquisti sulla base di offerte promozionali; in questo modo si rischia di comprare più del necessario.
- Difficoltà ad interpretare le etichette (la differenza di significato tra le diciture “da consumarsi preferibilmente entro” e “da consumarsi entro”): si comprano i prodotti con scadenza più lunga lasciando sullo scaffale molti prodotti ancora commestibili e buoni.
- Si cucina troppo cibo per ragioni sia culturali (l’abbondanza come manifestazione di ricchezza) sia economiche (le confezioni più grandi spesso sono più economiche).
- Conservazione errata del cibo, sia in dispensa che nel frigo e nel freezer; in questo modo ci si dimentica di consumare i prodotti prima che scadano o non si surgelano cibi che potrebbero durare più a lungo, oppure non si proteggono bene gli alimenti facendoli “degradare” più velocemente.
- Gli alimenti non vengono consumati in tempo e si buttano perché hanno superato la data di scadenza, anche quando l’etichetta riporta la dicitura “consumare preferibilmente entro”.
- Pigrizia, mancanza di creatività e poca conoscenza dei modi con i quali si possono recuperare gli alimenti
- Poca consapevolezza di come i nostri comportamenti creano un danno ad ambiente e tasche.

Per ulteriori approfondimenti vedi anche la locandina “No allo spreco, sprecare non fa bene al pianeta e neppure al tuo portafoglio” nel sito di ATS Brianza.

**TEMPI:**

prevediamo per la realizzazione completa dell’unità 3 ore circa. Il dettaglio dei tempi è estremamente soggettivo della classe e del livello di approfondimento che si desidera raggiungere.

**Spunti e appunti per l’integrazione del Curriculum scolastico**

**8.Cibo e Pianeta (3): lo spreco domestico**

**Scienze:** tale unità permette di approfondire le caratteristiche degli alimenti, gli organi di senso, la conservazione degli alimenti, le alterazioni degli alimenti, le etichette alimentari.

**Geografia:** permette di dedicare approfondire gli aspetti legati all’impiego del sottosuolo, all’utilizzo delle risorse, al ruolo che l’uomo riveste nella creazione della filiera alimentare, nello spreco e nell’inquinamento ambientale.

**Italiano:** conoscenza di terminologie specifiche, offre spunti di riflessione su temi legati all’ambiente e all’attualità

### **STORIA DI UN SUER EROE:**

Percorso sperimentale realizzato nell'anno scolastico 2019/2020 presso la Classe 3° della Scuola Primaria FORTIS di BRUGHERIO in collaborazione con le insegnanti e il Comune di Brugherio.

Si ringrazia il Comune ed in particolare la Dr.ssa E.S., le insegnanti, il Dirigente Scolastico, l'azienda di ristorazione.

Grazie a tutti loro, per il terzo anno consecutivo, è stato possibile portare avanti il progetto dell'osservatorio dello spreco a scuola e realizzare in una classe terza la sperimentazione di "Storia di un SuperEroe".

**A cura di:**

**ATS BRIANZA**

Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria - Direttore dott.ssa Nicoletta Castelli

**Per info:**

DIPARTIMENTO DI IGIENE E PREVENZIONE SANITARIA

VIA NOVARA, 3

20832 DESIO

e-mail: [progetti.alimentazione@ats-brianza.it](mailto:progetti.alimentazione@ats-brianza.it)

TEL. 0362/304849-16