



ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

La scheda didattica

Nonostante il mondo sia diviso tra chi ha fame e non ha cibo e chi invece ne ha troppo, gran parte del cibo che viene prodotto a livello mondiale finisce comunque in spazzatura. Diventa quindi importante iniziare ad adottare un cambiamento nelle pratiche quotidiane di consumo che a partire dal singolo coinvolga poi le famiglie.

Con questa scheda didattica si vuole affrontare il tema dello spreco alimentare secondo un percorso logico che, partendo dalla valorizzazione del cibo e del lavoro

che comporta la sua produzione, arrivi a far riflettere sulle proprie abitudini relativamente allo spreco alimentare e sulle possibili correzioni da attuare per evitarlo. I concetti affrontati sono:

- La valorizzazione del cibo in quanto frutto di un duro e faticoso lavoro da parte dell'uomo
- Lo spreco personale del cibo
- Gli accorgimenti da attuare per non sprecare

Attività 1 - Quanto lavoro in un piatto di pasta!

Con questa prima attività si punta principalmente a evidenziare il valore etico del cibo, focalizzando l'attenzione dei bambini sulla quantità di lavoro necessaria per produrre ciò che quotidianamente trovano nel loro piatto. Ricostruendo le filiere degli ingredienti, i bambini hanno la possibilità di verificare come nella preparazione di un semplice piatto di pasta non ci sia solo il lavoro di chi lo cucina, ma anche tutto quello di chi ha lavorato e faticato per produrre ogni ingrediente, nelle diverse fasi che lo portano dal campo alla tavola.

A volte non ci rendiamo nemmeno conto di quanto cibo sprechiamo ogni giorno... è proprio un peccato, e non solo perché ci sono tante persone che di cibo ne hanno molto poco ma anche perché, per produrre quello che mangiamo, tante persone hanno lavorato duramente.

C'è chi ha coltivato i campi, chi ha allevato gli animali, chi si è occupato di trasportare i prodotti raccolti, e chi di trasformarli nel cibo che ci arriva in tavola... E chi fa sport sa bene quanta fatica ci vuole per arrivare al traguardo!

Quanto lavoro in un piatto di pasta!

Un piatto di pasta in "bianco", con solo un po' di olio e parmigiano... sembra la cosa più semplice del mondo, ma in realtà non è proprio così. Ognuno dei tre ingredienti, prima di arrivare in cucina ha alle spalle una storia fatta di tanto lavoro e fatica. Qui sotto sono descritte una serie di azioni, sai individuare quelle che si riferiscono a ciascun ingrediente e colorarle del suo stesso colore?

- stagionare il formaggio
- allevare il bestiame
- spremere le olive
- coltivare il grano nei campi
- mungere le mucche
- imbottigliare l'olio
- raccogliere le spighe
- impastare la semola
- lavorare il latte
- raccogliere le olive
- macinare al mulino

LE SOLUZIONI

Pasta - coltivare il grano nei campi - raccogliere le spighe - macinare al mulino - impastare la semola
 Olio - raccogliere le olive - spremere le olive - imbottigliare l'olio
 Formaggio - allevare il bestiame - mungere le mucche - lavorare il latte - stagionare il formaggio



ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

Attività 2 - E tu quanto sprechi?

Il diario alimentare dello spreco, proposto nella seconda attività, ha il duplice obiettivo di far riflettere su quanto ognuno di noi spreca ogni giorno e su come questa quantità assuma una particolare rilevanza se si sommano gli sprechi quotidiani della settimana. L'attività che il bambino è invitato a fare per sette giorni potrà poi essere rivista in chiave più ampia sommando i valori dello spreco di tutti i componenti della classe.

E tu quanto sprechi?

Che cosa hai mangiato lunedì? E gli altri giorni della settimana? Compila la tabella segnando il cibo che hai effettivamente mangiato e quello che hai avanzato. Alla fine prova a tirare un po' le somme: hai sprecato tanto cibo?

	SULLA MIA TAVOLA C'È	HO BUTTATO VIA	HO MANGIATO
LUNEDI			
MARTEDI			
MERCOLEDI			
GIOVEDI			
VENERDI			
SABATO			
DOMENICA			



ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

Attività 3 - La ricetta "del riciclo"

Con questa attività si vuole valorizzare il cibo avanzato qualificandolo non come rifiuto ma come risorsa per preparare nuove ricette. La pratica del riciclo in cucina, del resto, appartiene alla più sana cultura e tradizione alimentare. Di qui l'idea di recuperare proprio una ricetta della tradizione coinvolgendo chi l'ha praticata.

La ricetta "del riciclo"

Possiamo ritenerci fortunati a essere nati in un paese dove nessuno muore di fame, ma il fatto di avere cibo a sufficienza (anzi, spesso in abbondanza), non deve mai farci perdere di vista il suo valore. Pensaci, soprattutto quando non finisci tutto quello che hai nel piatto. Invece di buttare via quello che si avanza, se è ancora buono è meglio conservarlo in frigorifero per trasformarlo il giorno dopo in una nuova preparazione. Un tempo si faceva molta attenzione a non sprecare e a riutilizzare tutto il possibile. Prova a intervistare una persona anziana, probabilmente ti saprà descrivere qualche bella ricetta fatta con il pane avanzato, piuttosto che con la polenta, il riso o anche la carne e le verdure. Poi tu insieme a un adulto provate a realizzarla a casa. Descrivetela qui sotto, completandola con una bella fotografia.

NOME RICETTA:

INGREDIENTI AVANZATI:

NUOVI INGREDIENTI:

PREPARAZIONE:



Incolla qui la fotografia della tua ricetta



ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

Divertiamoci a imparare

Le frasi crittografate del primo gioco svelano alcune tra le principali regole antispreco da adottare. Sarà possibile poi creare in classe un manifesto che le riporti e le arricchisca ulteriormente.

Il gioco finale "L'unione fa la forza" propone la creazione di uno slogan che, posto al termine della scheda, ha il valore di rinforzare il senso del percorso.

Ho imparato che

La scheda si conclude con uno spazio destinato alla metacognizione nel quale, attraverso la discussione sul lavoro fatto in classe, si evidenziano le nuove acquisizioni funzionali a migliorare la conoscenza e il rapporto con il cibo.

Divertiamoci a imparare

Le regole anti-spreco
Alcune regole per non sprecare il cibo possono essere applicate facilmente nella vita di tutti i giorni. Prova a scoprirle insieme a un adulto della tua famiglia sostituendo in queste frasi cifrate a ogni numero la lettera corrispondente.

1	7	1	10	9	2	4	3	9	10	2	6	10	7	3	3	7
9	13	3	9	8	6	6	7									

12	7	1	5	2	10	15	8	10	2	14	13	9	8	13	9	4	2	1	6	9
8	13	3	7	5	6	7	14	9	16	5	6	7								

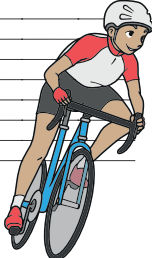
12	7	4	3	2	10	8	10	2	5	7	13	7	11	16	2	13	13	7		
2	H	2	5	2	10	15	2													

1	=	N
2	=	E
3	=	P
4	=	M
5	=	S
6	=	T
7	=	O
8	=	A
9	=	I
10	=	R
11	=	Q
12	=	C
13	=	L
14	=	G
15	=	V
16	=	U

L'unione fa la forza
"L'unione fa la forza" è un motto che vale anche nella lotta contro lo spreco. Pensa a uno slogan altrettanto efficace che possa essere usato per promuovere la tua campagna "antispreco" e scrivilo qui sotto. Ricorda: deve essere diretto, semplice e convincente!
Ecco il mio slogan:

Ho imparato che...

Prova a riflettere e a discutere con i compagni e l'insegnante. Cosa hai imparato che prima non sapevi?



- LE SOLUZIONI**
- 1) Non riempire troppo il piatto
 - 2) Conservare gli alimenti al posto giusto
 - 3) Comperare solo quello che serve