

# PREPARIAMO IL MINESTRONE

---

*Insegnanti:*  
Messana Liliana,  
Barillaro Cristina

*Scuola Statale dell'infanzia*  
*Via S. Chiara, 12 - Torino*

## PREMESSA

L'attività progettuale prevede un approccio all'educazione alimentare in quanto si configura come un importante tassello dell'educazione alla salute. E' infatti fondamentale acquisire corrette abitudini alimentari fin dalla prima infanzia, poiché un avvicinamento positivo col cibo getta le basi per un futuro stile di vita sano. L'attività è suddivisa in itinerari per esperienze ed è caratterizzata da un laboratorio di cucina per conoscere le caratteristiche e le proprietà delle verdure. Siamo partite dal desiderio di sensibilizzare i bambini attraverso un approccio ludico alla scoperta del gusto e all'importanza del cibo.

Il tema portante del progetto sono le verdure: attraverso questi alimenti i bambini possono scoprire le caratteristiche e le proprietà di alcuni cibi a loro poco graditi.

Attraverso la lettura di una storia abbiamo introdotto il discorso sull'alimentazione, facendoli riflettere sulle proprie abitudini alimentari e sull'importanza di nutrirsi in modo sano ed equilibrato. Il racconto evidenzia come la conoscenza del mondo vegetale e il gioco possono aiutare i bambini a superare la diffidenza verso le verdure.

Siamo partite dal problema che oggi viviamo in un'epoca in cui i disturbi alimentari sono sempre più diffusi, quindi riteniamo sia fondamentale affrontare la questione di come superare il rifiuto di determinati alimenti. Il problema del cibo non riguarda solo la famiglia, ma anche la scuola dove spesso l'ora del pranzo viene considerata un intervallo insignificante nell'organizzazione della giornata.

## OBIETTIVI

Gli obiettivi del progetto sono quelli di educare al gusto e far conoscere attraverso i diversi sensi (vista, olfatto, gusto, tatto) i prodotti alimentari. Gli obiettivi che i bambini devono raggiungere alla fine di questo percorso sono:

- potenziare i sensi per scoprire i cibi tradizionali
- trasformare la mensa in un momento di socializzazione e formazione
- classificare i cibi per categoria
- sperimentare la preparazione di una ricetta
- interagire con gli altri per raggiungere uno scopo.

## Bambini coinvolti

Tale percorso è stato proposto a tutti i bambini della Sez. E (3-4-5 anni)

## Periodo in cui si svolge l'attività

A fine programmazione avvenuta nel mese di maggio, e dopo aver acquisito alcune abitudini alimentari ci siamo soffermati in modo particolare sulle verdure e la loro importanza.

## Spazi utilizzati

Abbiamo cercato di realizzare all'interno della sezione un ambiente accogliente e funzionante alle esigenze delle nostre attività creando così:

- l'angolo del circle time per le conversazioni, letture di storie, canzoncine e filastrocche
- l'angolo grafico pittorico per le rappresentazioni grafiche pittoriche
- lo spazio sezione per l'attività di cucina e le attività di osservazione e manipolazione delle verdure.

## Metodologia

Per tutte le attività proposte ai bambini della scuola dell'infanzia, è necessario adottare una metodologia ludica che li coinvolga accrescendo il loro interesse e la loro motivazione.

In questo modo i bambini si accostano volentieri alle attività e, attraverso il gioco, interiorizzano gradualmente le abitudini corrette relative all'alimentazione e uno stile di vita sano.

## Descrizione dell'attività

L'attività che abbiamo deciso di svolgere con i bambini della Sez. E è un laboratorio di cucina:

PREPARIAMO IL MINESTRONE. L'attività è stata introdotta con la storia di Roberto

Pavanello "Lo mangio o non lo mangio?" (il minestrone).

### LO MANGIO O NON LO MANGIO?

-QUAL E' LA VERDURA CHE VI PIACE DI PIU'? - DOMANDA LA MAESTRA GRETA AI SUOI ALLIEVI.  
 -LE PATATE FRITTE! - RISPOSE OSCAR PER PRIMO.  
 LA MAESTRA RIDE: - LE PATATE FRITTE SONO BUONE, MA NON SONO MOLTO SANE. CI SARA' UN'ALTRA VERDURA CHE TI PIACE... PENSACI UN PO' E POI ME LO DICI. VA BENE?  
 LA VERITA' E' CHE A OSCAR LA VERDURA NON PIACE:  
 O E' TROPPO AMARA, O E' TROPPO DURA O, COME DICE LUI, "SA DI LUMACA BOLLITA".  
 OGGI MAMMA UMA DEVE PORTARE BEA DAL DOTTORE. COSI', DOPO LA SCUOLA, ACCOMPAGNA OSCAR DALLA NONNA.  
 IL DRAGHETTO E' MOLTO CONTENTO DI STARE CON LEI, PERCHE' INSIEME FANNO SEMPRE QUALCOSA DI DIVERTENTE.  
 -CHE COSA FACCIAMO OGGI? - CHIEDE OSCAR A NONNA CLARA.  
 -OGGI ANDIAMO NELL'ORTO. MI ACCOMPAGNI?  
 -SI! RISPOSE IL DRAGHETTO. -MA COSA FACCIAMO NELL'ORTO?  
 -RACCOGLIAMO LE VERDURE PER IL MINESTRONE - DICE LA NONNA.  
 -A ME NON PIACE IL MINESTRONE, MA TI AIUTO LO STESSO. L'ORTO E' PIENO DI COLORI E DI PROFUMI.  
 LA NONNA CONOSCE TUTTI I NOMI DELLE PIANTE E LI INSEGNA ANCHE A OSCAR.  
 -QUESTI SONO FAGIOLINI. SI RACCOLGONO COSI', VEDI?  
 IL DRAGHETTO STACCA I FAGIOLINI DALLA Pianta E LI METTE NEL CESTINO DELLA NONNA. E' DIVERTENTE!  
 -QUESTE, INVECE, SONO ZUCCHINE. SI NASCONDONO UN PO' : SEI CAPACE DI TROVARLE?  
 OSCAR SPOSTA LE GRANDI FOGLIE VERDI E OGNI VOLTA CHE TROVA UNA ZUCCHINA GRIDA:  
 -ECCOLA QUA! -. GLI SEMBRA DI GIOCARE A NASCONDINO!  
 -QUESTI SONO POMODORI. DEVI RACCOGLIERE SOLO QUELLI ROSSI. QUELLI VERDI NON SONO ANCORA MATURI.  
 OSCAR GUARDA IL COLORE DEI POMODORI E FA COME GLI HA DETTO LA NONNA. UN POMODORO SI APRE E IL SUCCO GLI COLA SULLA ZAMPINA. IL DRAGHETTO SI LECCA IL DITO: E' BUONO!  
 -QUESTI SONO SPINACI - SPIEGA LA NONNA. - SONO BUONI SIA

DA SOLI CHE NEL MINESTRONE E AL NONNO PIACCIONO TANTO.  
 OSCAR GUARDA LE GRANDI FOGLIE VERDI. SONO LUCIDISSIME!  
 -MANCANO LE CAROTE. TU LE VEDI? - CHIEDE NONNA CLARA.  
 IO NO - RISPOSE OSCAR GUARDANDOSI INTORNO.  
 LE CAROTE LE CONOSCE ANCHE LUI: SONO LUNGHE E ARANCIONI.  
 -COM'E FATTO L'ALBERO DELLE CAROTE? - DOMANDA IL DRAGHETTO.  
 LA NONNA RIDE. - LE CAROTE NON CRESCONO SUGLI ALBERI! CRESCONO SOTTOTERRA.  
 -SOTTOTERRA? - SI STUPISCE OSCAR.  
 -VEDI QUELLE PIANTINE A CIUFFETTO?PRENDINE UNA E TIRA PIANO PIANO.  
 OSCAR FA COME GLI HA DETTO LA NONNA E DALLA TERRA SALTA FUORI UNA CAROTA, LUNGA E ARANCIONE. - E' PROPRIO UNA CAROTA VERA! - ESCLAMA.  
 NONNA CLARA E IL SUO NIPOTINO CONTINUANO IL LORO GIRO E RACCOLGONO ANCHE LE FOGLIE DI BASILICO, DI PREZZEMOLO E DI ROSMARINO.  
 OSCAR LE ANNUSA UNA PER UNA, COME FA LA NONNA: CHE BUON ODORE!  
 QUANDO HANNO FINITO, IL CESTINO E' PIENO ED E' COSI' COLORATO CHE METTE ALLEGRIA.  
 OSCAR ACCOMPAGNA LA NONNA IN CUCINA E LA AIUTA A PREPARARE IL MINESTRONE.  
 DOPO UN PO', IL MINESTRONE E' PRONTO. MAMMA UMA, PERO', NON E' ANCORA ARRIVATA.  
 -LA MAMMA FARA' TARDI, VERRA' A PRENDERTI DOPO CENA -DICE LA NONNA A OSCAR.  
 -MA MI AVEVA PROMESSO CHE STASERA AVREMMO MANGIATO LA PIZZA! - BRONTOLA IL DRAGHETTO CON ARIA TRISTE.  
 -IL MINESTRONE TI PIACERA', VEDRAI! - LO RASSICURA LA NONNA.  
 POI RIEMPIE TRE PIATTI: UNO PER LEI, UNO PER IL NONNO, CHE STA PER ARRIVARE, E UNO PER OSCAR.  
 IL DRAGHETTO HA TANTA FAME, MA NON SI FIDA A MANGIARE QUELLA ROBA...  
 SUONA IL CAMPANELLO.

-DEV'ESSERE IL NONNO – DICE NONNA CLARA, ANDANDO AD APRIRE LA PORTA.  
OSCAR RESTA SOLO DAVANTI AL SUO PIATTO FUMANTE.  
POCO DOPO, QUANDO IL NONNO ENTRA IN CUCINA, OSCAR GLI CORRE INCONTRO.  
-NONNO,NONNO! - ESCLAMA. - ASSAGGIA IL MINESTRONE CHE HO PREPARATO CON LA NONNA. E' BUONISSIMO: IO L'HO GIA' FINITO!  
SOTTO IL NASO, IL DRAGHETTO HA DUE BAFFI...VERDI!  
-ALLORA, OSCAR – DOMANDA LA MAESTRA IL MATTINO DOPO. HAI SCOPERTO QUAL E' LA VERDURA CHE TI PIACE DI PIU'?  
-TUTTE – RISPOSE IL DRAGHETTO. - MA SOLO SE LE CUCINA LA MIA NONNA!



Questa storia affronta un argomento apparentemente marginale: il rifiuto dei bambini per le verdure.

Dopo aver letto la storia, predisponiamo lo spazio sezione in modo che diventi un funzionale laboratorio di cucina, posizionando i tavoli a semicerchio.







Per prima cosa laviamo bene le verdure mettendole nei contenitori di plastica.





Facciamo sedere i piccoli ai tavoli e ognuno di loro osserva le verdure e sotto forma di gioco fa la classificazione per colore, forma e dimensione, le mette in fila dalla più grande alla più piccola e viceversa, tocca le superfici di esse e osserva le differenze sensoriali con la buccia e senza.





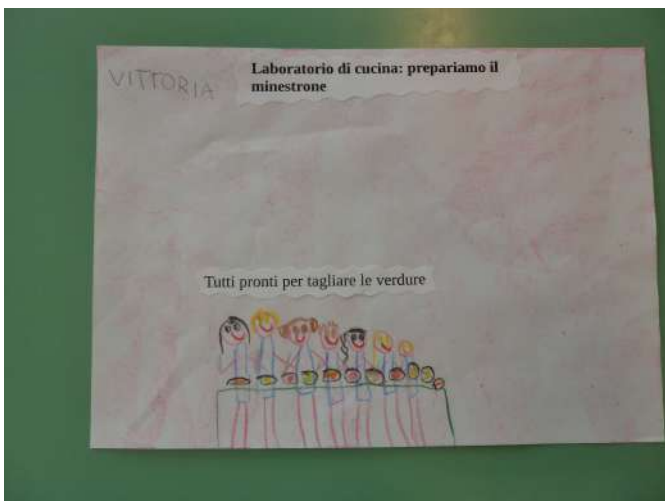


Utilizzando la tematica alimentare abbiamo fatto sperimentare ai bambini la necessità di una sequenza logica nella preparazione di una ricetta.

Inoltre l'utilizzo dell'insiemistica ha fornito ai bambini la competenza di suddividere gli alimenti in gruppi di appartenenza.

Subito dopo procediamo al taglio delle verdure: ognuno di loro taglierà la propria porzione e questa verrà messa in sacchetti di plastica da portare a casa da cuocere e mangiare con mamma e papà.





## Valutazione e conclusioni

Durante tutto il percorso abbiamo osservato il comportamento esplorativo di ogni bambino, nonché la curiosità nell'osservare le verdure nelle loro forme e colori.

La valutazione intesa come valutazione dei processi in atto alla formazione del bambino e come registrazione dell'efficacia degli interventi operativi dell'apprendimento, tiene conto dell'evoluzione dei bambini, della situazione di partenza, dell'impegno in relazione alla capacità dei condizionamenti socio-ambientali e del grado di preparazione raggiunta.

Oltre all'impegno del bambino si esaminano i contenuti scelti, i metodi di insegnamento/apprendimento adottati dal docente e la capacità di motivare e rapportarsi.

Il processo di valutazione rappresenta anche l'inizio di un percorso, perché è dai dati che emergono che si dovrebbero trarre le indicazioni per elaborare proposte didattiche funzionali alle esigenze degli alunni e per procedere alla differenziazione degli interventi.

La verifica si effettua mediante:

- osservazioni sistematiche
- schede
- giochi motori, grafici e pittorici.
- conversazioni
- cartelloni di sintesi.